PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA

2021

**GAMBARAN KECEMASAN REMAJA DI SMP NEGERI 10**

 **SURAKARTA**

**Ayu Dinda Permata1)**, **Febriana Sartika Sari2**), **Ririn Afrian Sulistyawati3)**

1) Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners

Universitas Kusuma Husada Surakarta

2) Dosen Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners

Universitas Kusuma Husada Surakarta

3) Dosen Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners

Universitas Kusuma Husada Surakarta

Ayuc383@gmail.com

**ABSTRAK**

Remaja adalah suatu masa di mana individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual sesuai kriteria biologis. Masa remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa dimana pada masa ini seseorang memiliki keadaan emosi yang labil dalam menghadapi kondisi yang tidak terduga, misalnya dalam masa pandemi ini mereka merasakan ketakutan dan kecemasan yang berlebihan terhadap penularan virus. Kecemasan adalah suatu keadaan patologis yang ditandai oleh perasaan ketakutan disertai tanda somatik pertanda sistem saraf otonom yang hiperaktif.

Jenis penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif yang bertujuan untuk mendeskripsikan gambaran kecemasan remaja. Penelitian dilakukan di SMP N 10 Surakarta pada bulan agustus 2021. Populasi dalam penelitian ini adalah para siswa dan siswi SMP N 10 Surakarta yang berjumlah 648 responden. Instrumen yang digunakan adalah kuisioner. Teknik sampel dalam penelitian ini adalah *non probability sampling* dengan metode *purposive sampling* dengan jumlah sampel 88 responden.

Berdasarkan usia, responden rata-rata berusia 13,88 tahun, paling rendah 12 tahun, paling tinggi 15 tahun. Berdasarkan jenis kelamin paling banyak adalah perempuan 50 responden (56,8%), dan laki-laki sebanyak 27 responden (43,2%). Kebanyakan responden tinggal satu rumah dengan orang tua 84 responden (95,5%), dan responden yang tidak tinggal satu rumah dengan orang tua sebanyak 4 responden (4,5%). Berdasarkan hasil analisa univariat kecemasan remaja, didapatkan hasil bahwa sebanyak 68 responden (77,3%) mengalami kecemasan, dan sebanyak 20 responden (4,5%) tidak mengalami kecemasan.

Kata Kunci : Remaja, Kecemasan, Jenis Kelamin.

Daftar Pustaka : 47 (2011 – 2021)

*BACHELOR’S DEGREE PROGRAM IN NURSING AND NERS PROFESION*

*FACULTY OF HEALTH SCIENCE*

*UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA*

*2021*

***THE DESCRIPTION OF ADOLESCENT ANXIETY IN SMP NEGERIL 10 SURAKARTA***

***Ayu Dinda Permata1)****,* ***Febriana Sartika Sari2****),* ***Ririn Afrian Sulistyawati3)***

*1) Students of the Undergraduate Nursing Study Programs and Nursing Profession of Universitas Kusuma Husada Surakarta*

*2) Lecturer of the Undergraduate Nursing Study Programs and Nursing Profession of Universitas Kusuma Husada Surakarta*

*3) Lecturer of the Undergraduate Nursing Study Programs and Nursing Profession of Universitas Kusuma Husada Surakarta*

*Ayuc383@gmail.com*

***ABSTRACT***

*Adolescence is a period in which an individual develops from the time he/she first shows secondary sexual signs until he/she reaches sexual maturity according to biological criteria. Adolescence is a transition period from children to adults where at this time a person has an unstable emotional state in dealing with unexpected conditions, for example during this pandemic they feel excessive fear and anxiety about the transmission of the virus. Anxiety is a pathological condition characterized by feelings of fear followed by somatic signs that indicate a hyperactive autonomic nervous system.*

*This type of research applies quantitative descriptive which aims to describe the condition of adolescent anxiety. The study is conducted at SMP N 10 Surakarta in August 2021. The population in this study are students at SMP N 10 Surakarta with total 648 respondents. The instrument applied is a questionnaire. The sampling technique applies non-probability sampling with purposive sampling method with a sample size of 88 respondents.*

*Based on their age, the average age of the respondent is 13.88 years old, the youngest is 12 years, the oldest is 15 years. Based on gender, most of then are women, 50 respondents (56.8%), and men as many as 27 respondents (43.2%). Most respondents live in the same house with their parents as 84 respondents (95.5%), and respondents who do not live in the same house with parents are 4 respondents (4.5%). Based on the results of the univariate analysis of adolescent anxiety, it is found that there are 68 respondents (77.3%) experience anxiety, and there are 20 respondents (4.5%) do not experience anxiety.*

*Keywords: Anxiety, Adolescent, Gender.*

*Bibliography : 47 (2011 – 2021)*

**PENDAHULUAN**

Remaja adalah suatu masa di mana individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual sesuai (kriteria biologis) (Sarwono, 2016). Masa remaja dibagi menjadi dua, yaitu masa remaja awal dan remaja akhir. Pada masa remaja akhir, individu sudah mencapai transisi perkembangan yang lebih mendekati masa dewasa dan merupakan suatu periode penting dari rentang kehidupan, suatu periode transisional, masa perubahan, masa usia bermasalah, masa dimana individu mencari identitas diri, usia menyeramkan, masa unrealism, dan ambang menuju kedewasaan (Krori, 2011). Masa remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa dimana pada masa ini seseorang memiliki keadaan emosi yang labil dalam menghadapi kondisi yang tidak terduga, misalnya dalam masa pandemi ini mereka merasakan ketakutan dan kecemasan yang berlebihan terhadap penularan virus (Tjukup et al. 2020).

 Rasa cemas yang berlangsung secara terus menerus, dapat menimbulkan gangguan pada kesehatan fisik dan mental pada remaja (Rochmawati, 2020). Kata kecemasan atau disebut anxiety adalah keadaan emosional yang tidak menyenangkan, berupa respon-respon psikofisiologis yang timbul sebagai antisipasi bahaya yang tidak nyata atau khayalan, tampaknya disebabkan oleh intrapsikis yang tidak disadari secara langsung (Dorland, 2015). Kecemasan adalah suatu keadaan patologis yang ditandai oleh perasaan ketakutan disertai tanda somatik pertanda sistem saraf otonom yang hiperaktif (Prawirohusodo, 2017). Kecemasan adalah rasa takut yang intens dan evaluasi yang negatif yang berlebihan ketika dihadapkan pada situasi tertentu merupakan ciri dari kecemasan (Schulze, 2015). Kecemasan ditandai dengan adanya persepsi marabahaya dalam situasi serta munculnya potensi penolakan oleh orang lain.

 Kecemasan pada remaja tidak hanya dibentuk dari lingkungan sekolah, namun lingkungan ketika berada di rumah seperti peran dari orangtua sangat erat kaitannya dengan kecemasan pada remaja. Adanya hubungan yang signifikan antara peran pola asuh otoriter seperti kontrol yang berlebih, kurangnya perhatian dan kehangatan terhadap kecemasan pada remaja (Tahir,2017). Kecemasan yang terjadi pada remaja berusia 9 hingga 17 tahun diperkirakan 10% hingga 20% ( Joshi, 2015). Hasil penelitian yang dilakukan di Indonesia pada tahun 2013 didapatkan data sebanyak 15,8% individu yang mengalami kecemasan (Vriends, 2015). Terdapat peningkatan sekitar 9,6% gejala kecemasan pada awal usia remaja pada usia 10 tahun (Miers, 2016). Bentuk dari kecemasan yang ekstrim pada remaja adalah membisu dengan hanya memilih berbicara pada situasi tertentu sebesar 70% hingga 95% (Dilbaz, 2011). Rasa takut yang intens dan evaluasi yang negatif yang berlebihan ketika dihadapkan pada situasi sosial merupakan ciri dari kecemasan remaja (Schulze, 2015). Ada sekitar 75% hingga 95% remaja yang mengalami kecemasan lebih memilih membisu dan sedikit berbicara ketika dihadapkan pada situasi sosial (Dilbaz, 2011).

 Berdasarkan hasil wawancara dan observasi pada 6 siswa di SMP Negeri 10 Surakarta pada tanggal 15 juli 2021 yang dilakukan oleh peneliti 5 diantaranya mengatakan mereka merasakan kecemasaan dilingkup sosial mereka jika tidak mampu berkembang disekolah, ada yang takut tidak naik kelas, ada yang takut bersaing secara akademik disekolah namun juga ada yang merasa biasa atau tidak merasa cemas. Peneliti menggunakan siswa-siswi SMP Negeri 10 Surakarta sebagai responden karena dianggap mewakili klasifikasi remaja. SMP Negeri 10 Surakarta terletak di kelurahan Timuran kecamatan Banjarsari dan mempunyai 648 siswa, sehingga terdapat cukup untuk sampel untuk penelitian. Berdasarkan uraian tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait gambaran kecemasan remaja di SMP Negeri 10 Surakarta.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran kecemasan remaja di SMP Negeri 10 Surakarta.

**METODOLOGI PENELITIAN**

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 10 Surakarta pada bulan Agustus 2021. Dengan nomor keterangan layak etik No. 185/UKH.L.02/EC/IX/2021 dari komite etik penelitian kesehatan universitas kusuma husada surakarta. Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif yang bertujuan untuk mendeskripsikan (memaparkan) peristiwa-peristiwa yang penting yang terjadi pada masa kini. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *non probability* dengan pemilihan metode *purposive sampling* dengan jumlah sampel 88 responden. Instrumen yang digunakan didalam penelitian ini adalah kuisioner. Analisa data dilakukan dengan analisa univariat

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil yang didapatkan pada penelitian ini adalah :

1. **Analisis Univariat**
2. **Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Min | Max | Mean | Median | SD |
| Umur responden  | 12 | 15 | 13,88 | 14,00 | 0,724 |

Tabel 4.1 karakteristik responden berdasarkan umur (n=88)

Berdasarkan hasil pengumpulan data menunjukan bahwa rata-rata umur responden adalah 14 tahun, umur terendah responden 12 tahun, umur tertinggi responden 15 tahun dan dengan nilai tengah umur 14 tahun, serta nilai simpangan baku atau standar deviasinya adalah 0,724. Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian dari (Manurung et al. 2020) yang menunjukan hasil umur responden rata-rata adalah 12,37 tahun lalu yang termuda adalah 11 tahun dan yang tertua adalah 14 tahun.

1. **Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin**

Tabel 4.2 karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin (n=88)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Jenis Kelamin** | **Frekuensi (F)** | **Persentase (%)** |
| Laki-laki | 38 | 43,2 |
| Perempuan  | 50 | 56,8 |
| **Jumlah**  | 88 | 100,0 |

Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dari total keseluruhan 88 responden yaitu perempuan sebanyak 50 responden (56,8%), dan laki-laki sebanyak 38 responden (43,2%). Hasil ini sejalan dengan penelitian Manurung et al., (2020) yang menunjukan data karakterisitik jenis kelamin partisipan, Perempuan yaitu berjumlah 44 partisipan (61.1%), dan laki-laki berjumlah 28 partisipan (38,8%). Hasil serupa juga sejalan dengan penelitian kecemasan Kurniasanti et al., (2021) dengan jumlah responden 202 orang berdasarkan jenis kelamin paling banyak adalah perempuan yaitu sebanyak 116 (57,4%) responden dan yang laki-laki 86 (42,6) responden.

1. **Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Tinggal Satu rumah dengan Orang Tua**

Tabel 4.3 karakteristik responden berdasarkan tinggal satu rumah dengan orang tua (n=88)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Tinggal Satu Rumah dengan Orang Tua** | **Frekuensi (F)** | **Persentase (%)** |
| Ya | 84 | 95,5 |
| Tidak | 4 | 4,5 |
| **Jumlah** | 88 | 100,0 |

Karakteristk responden berdasarkan tinggal satu rumah dengan orang tua mayoritas kebanyakan responden tinggal serumah dengan orang tua sebanyak 84 responden (95,5%), dan responden yang tidak tinggal satu rumah dengan orang tua sebanyak 4 responden (4,5%).

 Keluarga atau orang tua diharapkan mampu memberikan pengalaman kepada anak dalam berbagai bidang kehidupan sehingga anak memiliki informasi yang banyak. Cara-cara yang digunakan oleh orang tua yaitu dengan memberika kesempatan kepada anak untuk merealisasikan ide-idenya, menghargai ide tersebut dan memuaskan dorongan keingintahuan anak Ali, (2014). Hal ini yang dikemukan oleh Friedman (2010) yang menyebutkan bahwa ada 4 jenis dukungan keluarga yaitu dukungan informatif, dukungan emosional, dukungan instrumental dan dukungan penghargaan. Dengan adanya dukungan keluarga maka akan mampu membantu responden yang masih remaja dalam menghadapi kecemasannya.

1. **Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Kecemasan Remaja**

Tabel 4.4 karakteristik responden berdasarkan kecemasan remaja (n=88)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Kecemasan Remaja**  | **Frekuensi (F)** | **Persentase (%)** |
| Cemas | 68 | 77,3 |
| Tidak cemas | 20 | 22,7 |
| **Jumlah** | 88 | 100,0 |

Kecemasan remaja di SMP Negeri 10 Surakarta, dari 88 responden menunjukan hasil sebanyak 68 responden (77,3%) mengalami kecemasan, dan sebanyak 20 responden (4,5%) tidak mengalami kecemasan. Hasil ini hampir sama dengan penelitian yang dilakukan Fitria & Ifdil, (2020) bahwa tingkat anxiety remaja pada masa pandemic covid-19 berada pada kategori rendah sebesar 2,1%, kategori sedang 43,9% dan kategori tinggi 54%. Hasil penelitian menyatakan bahwa tingkat anxiety remaja 54% berada pada kategori tinggi. Hal ini kemungkinan besar disebabkan karena kurangnya informasi yang diperoleh remaja terkait dengan pandemi covid-19.

Pada penelitian ini ditemukan bahwa sebagian besar kecemasan dialami oleh responden perempuan. Salah satu faktor penyebab terjadinya hal ini adalah perempuan terbiasa lebih terbuka dengan perasaannya sedangkan laki-laki lebih sering menunjukkan sikap defensive tentang mengakui emosinya. Hal ini disebabkan karena perempuan mempunyai kepekaan emosi yang dapat mempengaruhi rasa cemas yang dialami Sedangkan laki-laki pada umumnya memiliki mental yang lebih kuat dibandingkan dengan perempuan. (Prayer et al., 2019).

**KESIMPULAN DAN SARAN**

* + 1. Karakteristik responden berdasarkan usia menunjukan bahwa rata-rata umur responden adalah 13,88 tahun, umur minimal responden 12 tahun, umur maksimal responden 15 tahun.
		2. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin yaitu yang paling banyak adalah perempuan sebanyak 50 responden (56,8%), dan laki-laki sebanyak 27 responden (43,2%).
		3. Karakteristik responden berdasarkan tinggal satu rumah dengan orang tua adalah kebanyakan responden tinggal satu rumah dengan orang tua sebanyak 84 responden (95,5%), dan responden yang tidak tinggal satu rumah dengan orang tua sebanyak 4 responden (4,5%).
		4. Karakteristik responden berdasarkan kecemasan remaja, kebanyakan responden mengalami bkecemasan dengan hasil sebanyak 68 responden (77,3%) mengalami kecemasan, dan sebanyak 20 responden (4,5%) tidak mengalami kecemasan.

**DAFTAR PUSTAKA**

Chandra Joshi, Suresh R. “62 X PARIPEX-INDIAN JOURNAL OF RESEARCH Positive Thinking : A Powerful Tool to Reduce Social Anxiety of Under Graduate Students.” www.drnormwilliams. (November 30, 2021).

Dilbaz, Nesrin, Aslı Enez, and Serçin Yalçın Çavus. 2011. “Social Anxiety Disorder.” *Different Views of Anxiety Disorders*. https://www.intechopen.com/chapters/19358 (November 30, 2021).

Fitria, Linda, and Ifdil Ifdil. 2020. “Kecemasan Remaja Pada Masa Pandemi Covid -19.” 6(1): 1–4.

Kashdan, Todd B, Justin W Weeks, and Antonina A Savostyanova. 2011. “Whether, How, and When Social Anxiety Shapes Positive Experiences and Events: A Self-Regulatory Framework and Treatment Implications.”

Kurniasanti, Nur Arsiska, Wachidah Yuniartika, Masyarakat Di, and Cilacap Selatan. 2021. “Gambaran Kecemasan Pasca Karantina Pada Masyarakat Di Kecamatan Cilacap Selatan.” : 87–94.

Manurung, Erda et al. 2020. “Hubungan Pengetahuan Dengan Kecemasan Siswa SMA Swasta Terhadap Pandemi Covid-19.” *Nursing Inside Community* 3: 8–14.

“Mengelola Cemas Pada Masa Pandemi Covid-19 – FK-KMK UGM.” https://fkkmk.ugm.ac.id/mengelola-cemas-pada-masa-pandemi-covid-19/ (November 30, 2021).

“Psikologi Remaja Edisi Revisi / Sarlito Wirawan Sarwono | Perpustakaan UIN Sultan Syarif Kasim Riau.” http://inlislite.uin-suska.ac.id/opac/detail-opac?id=14960 (November 30, 2021).

Tiara Dewi, Muhammad Amir Masruhim, Riski Sulistiarini. 2016. “済無No Title No Title No Title.” *Laboratorium Penelitian dan Pengembangan FARMAKA TROPIS Fakultas Farmasi Universitas Mualawarman, Samarinda, Kalimantan Timur* 5(April): 5–24.

Tjukup, I Ketut, I Putu Rasmadi Arsha Putra, Dewa Gede Pradnya Yustiawan, and Jimmy Z. Usfunan. 2020. “Penguatan Karakter Sebagai Upaya Penanggulangan Kenakalan Remaja (Juvenile Delinquency).” *Kertha Wicaksana* 14(1): 29–38. https://www.ejournal.warmadewa.ac.id/index.php/kertawicaksana/article/view/1551.