

**HUBUNGAN FUNGSI KELUARGA DAN *SELF-ESTEEM*
DENGAN SIMTOM KECEMASAN PADA SISWA SMA TINGKAT
AKHIR**

SKRIPSI



Oleh :

VIVIA MAHARANI

2108260128

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
MEDAN 2025**

**HUBUNGAN FUNGSI KELUARGA DAN *SELF-ESTEEM*
DENGAN SIMTOM KECEMASAN PADA SISWA SMA TINGKAT
AKHIR**

**Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh kelulusan
Sarjana Kedokteran**



Oleh:

VIVIA MAHARANI

2108260128

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
MEDAN 2025**

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertandatangan dibawah ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Vivia Maharani

NPM : 2108260128

Judul Skripsi : Hubungan Fungsi Keluarga Dan *Self-Esteem* Dengan Simtom Kecemasan Pada Siswa SMA Tingkat Akhir

Demikianlah pernyataan ini saya perbuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, 02 Februari 2025



(Vivia Maharani)



MAJELIS PENDIDIKAN, PENELITIAN & PENGEMBANGAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEDOKTERAN
Jalan Gedung Arca No. 53 Medan 20217 Telp. (061) 7350163 – 7333162 Ext.

20 Fax. (061) 7363488

Website : fk@umsu.ac.id



HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh

Nama : Vivia Maharani

NPM : 2108260128

Judul Skripsi : Hubungan Fungsi Keluarga Dan *Self-Esteem* Dengan Simtom Kecemasan Pada Siswa SMA Tingkat Akhir

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

DEWAN PENGUJI

Pembimbing,

(dr. Nurhasanah, Sp.KJ)

Penguji 1

(dr. Nanda Sari Nuralita, M.Ked(KJ), Sp.KJ)

Penguji 2

(dr. Des Suryani, M.Biomed)



Dekan FK UMSU

(dr. Siti Maslana Siregar, Sp.THT-KL (K))

NIDN: 0106098201

Mengetahui,

Ketua Program Studi
Pendidikan Dokter FK UMSU

(dr. Desi Isnayanti, M.Pd.Ked)

NIDN: 0112098605

Ditetapkan di : Medan

Tanggal : 24 Januari 2025

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji syukur saya ucapkan kepada Allah Subhanahu Wata'ala karna berkat rahmat dan karunianya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini dalam memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari beberapa pihak, akan terasa sulit bagi saya untuk menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terimakasih kepada :

1. dr. Siti Masliana Siregar, Sp.THT-KL (K) selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
2. dr. Desi Isnayanti, M.Pd.Ked selaku Ketua Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
3. dr. Nurhasanah, Sp.KJ selaku dosen pembimbing yang telah memberikan waktu, pikiran serta tenaganya dalam memberikan bimbingan dengan sebaik-baiknya, dari awal hingga akhir dalam penyelesaian skripsi ini
4. dr. Nanda Sari Nuralita, M.Ked(KJ), Sp.KJ selaku dosen penguji satu saya yang telah memberikan saya saran dan masukan dalam skripsi ini.
5. dr. Des Suryani, M.Biomed yang telah bersedia menjadi penguji dua dan memberi banyak masukan untuk penyelesaian skripsi ini.
6. Seluruh dosen pengajar dan karyawan yang berada di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang telah membagi ilmunya kepada penulis, semoga ilmu yang diberikan menjadi ilmu yang bermanfaat
7. Kedua orangtua saya, Ayahanda Edi Arifin dan Ibunda Desfriani yang mendidik dan membesarkan saya hingga menjadi seorang sarjana, yang selalu mendoakan saya, memberikan fasilitas yang sangat baik, dukungan maupun kasih sayang yang sangat berarti bagi saya.

8. Kedua kakak saya, Dian Mandasari dan Ayu Handayani yang selalu memberikan nasihat, doa, dukungan dan kasih sayang kepada saya.
9. Pihak sekolah SMA Negeri 3 Mandau yang telah menerima saya dengan baik dan membantu saya dalam melakukan penelitian pada skripsi ini.
10. Sahabat saya Dira, Silva, Yaya, Della, Nabo, Mbak, Ita serta teman dekat saya Rahma dan Dwi karna telah banyak membantu dan selalu memberikan dukungan selama saya menempuh pendidikan.
11. Seluruh pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu
12. Dan kepada Vivia Maharani, ya diri saya sendiri. Apresiasi sebesar-besarnya karna telah berusaha dan bertahan hingga sejauh ini setelah melewati berbagai tahap kehidupan yang tentu saja tidak mudah, semoga saya selalu dapat mengendalikan diri, mengambil keputusan dengan baik serta menjadi pribadi baik dan bermanfaat bagi orang banyak. *You nailed it, pii!*

Segala bentuk dukungan yang diberikan, saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya. Saya menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu kritik dan saran sangat dibutuhkan demi menyempurnakan karya skripsi ini. Semoga karya skripsi ini dapat bermanfaat untuk kemajuan ilmu pengetahuan khususnya ilmu kedokteran, serta bangsa dan negara. Akhir kata saya ucapkan terima kasih.

Medan, 13 Januari 2025

(Vivia Maharani)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, saya yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Vivia Maharani

NPM : 2108260128

Fakultas : Kedokteran

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Hak Bebas Royalti Noneksklusif atas skripsi saya yang berjudul : “ **Hubungan Fungsi Keluarga Dan Self-Esteem Dengan Simtom Kecemasan Pada Siswa SMA Tingkat Akhir** “ beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Medan

Pada tanggal : 02 Februari 2025

Yang menyatakan

(Vivia Maharani)

ABSTRAK

Pendahuluan: Kecemasan merupakan suatu perasaan gelisah dan tidak bahagia yang kerap kali muncul pada diri seseorang ketika menghadapi suatu situasi yang tidak menyenangkan. Simtom kecemasan sering terjadi pada remaja seiring pertumbuhan dan perkembangannya seperti, merasa gelisah, cemas, jantung berdebar, tremor, berkeringat, mual, pusing karena terlalu khawatir terhadap berbagai hal, termasuk prestasi sekolah, hubungan sosial, atau ketidakpastian tentang masa depan. Faktor internal *self-esteem* dan faktor eksternal fungsi keluarga adalah dua faktor yang dapat menyebabkan kecemasan. **Metode:** Penelitian ini menganalisis hubungan fungsi keluarga dan *self-esteem* dengan simtom kecemasan pada siswa SMA tingkat akhir dengan penelitian analitik desain *cross-sectional* melalui kuesioner *Zung-Self Anxiety Rating Scale* (ZSAS), *Family APGAR*, dan *Coopersmith Self Esteem Inventory* (CSEI) pada sampel sebanyak 164 siswa. Data penelitian ini menggunakan uji univariat dan bivariat uji *Spearman*. **Hasil:** Uji normalitas untuk mengetahui hubungan fungsi keluarga dan *self-esteem* dengan simtom kecemasan pada siswa SMA tingkat akhir didapatkan nilai signifikan $<0,001$ ($p<0,05$). Hasil uji korelasi *Spearman* antara fungsi keluarga dengan simtom kecemasan diperoleh $p=<0.001$ ($p<0.05$) dan koefisien korelasi -0.629 serta hubungan antara *self-esteem* dengan simtom kecemasan diperoleh $p=<0.001$ ($p<0.05$) dan koefisien korelasi -0.548 . **Kesimpulan:** Terdapat hubungan fungsi keluarga dengan simtom kecemasan, yaitu jika fungsi keluarga meningkat maka kecemasan akan menurun. Selain itu, terdapat juga hubungan *self-esteem* dengan simtom kecemasan, yaitu jika *self-esteem* meningkat maka kecemasan akan menurun pada siswa SMA tingkat akhir.

Kata Kunci : Fungsi Keluarga, Kecemasan, *Self-Esteem*

ABSTRACT

Introduction: Anxiety is a feeling of restlessness and unhappiness that often appears in a person when facing an unpleasant situation. Anxiety symptoms often occur in adolescents along with their growth and development such as feeling restless, anxious, heart palpitations, tremors, sweating, nausea, dizziness due to worrying too much about various things, including school performance, social relationships, or uncertainty about the future. Internal factors of self-esteem and external factors of family function are two factors that can cause anxiety. **Method:** This study analyzed the relationship between family function and self-esteem with anxiety symptoms in final year high school students with analytic cross-sectional design research through the Zung-Self Anxiety Rating Scale (ZSAS), Family APGAR, and Coopersmith Self Esteem Inventory (CSEI) questionnaires on a sample of 164 students. The data of this study used univariate and bivariate Spearman tests. **Results:** The normality test to determine the relationship between family function and self-esteem with anxiety symptoms in final year high school students obtained a significant value of <0.001 ($p < 0.05$). The results of the Spearman correlation test between family function and anxiety symptoms obtained $p = <0.001$ ($p < 0.05$) and a correlation coefficient of -0.629 and the relationship between self-esteem and anxiety symptoms obtained $p = <0.001$ ($p < 0.05$) and a correlation coefficient of -0.548. **Conclusion:** There is a relationship between family function and anxiety symptoms, namely if family function increases, anxiety will decrease. In addition, there is also a relationship between self-esteem and anxiety symptoms, namely if self-esteem increases, anxiety will decrease in final year high school students.

Keywords: Family Function, Anxiety, Self-Esteem

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI.....	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Perumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus.....	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Manfaat Untuk Peneliti	6
1.4.2 Manfaat Untuk Tempat Penelitian.....	6
1.4.3 Manfaat Untuk Institusi Pendidikan.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Fungsi Keluarga	8
2.1.1 Definisi Fungsi Keluarga	8

2.1.2	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Fungsi Keluarga.....	8
2.1.3	Hubungan Fungsi Keluarga Dengan Simtom Kecemasan	10
2.2	<i>Self-Esteem</i>	11
2.2.1	Definisi <i>Self-Esteem</i>	11
2.2.2	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Self-Esteem</i>	12
2.2.3	Hubungan Fungsi Keluarga Dengan <i>Self-Esteem</i>	13
2.3	Kecemasan	14
2.3.1	Definisi Kecemasan	14
2.3.2	Epidemiologi Kecemasan.....	15
2.3.3	Patofisiologi dan Simtom Kecemasan	16
2.4	Kerangka Teori.....	18
2.5	Kerangka Konsep	19
2.6	Hipotesis.....	19
BAB III METODE PENELITIAN		20
3.1	Definisi Operasional.....	20
3.2	Jenis dan Rancangan Penelitian	21
3.3	Tempat dan Waktu Penelitian.....	22
3.3.1	Tempat Penelitian.....	22
3.3.2	Waktu Penelitian	22
3.4	Populasi dan Sampel Penelitian	22
3.4.1	Populasi Penelitian.....	22
3.4.2	Sampel Penelitian.....	22
3.4.3	Kriteria Penelitian Sampel	22
3.4.4	Besar Sampel.....	23
3.5	Instrumen Penelitian.....	23
3.5.1	Kuesioner <i>Family APGAR Score</i>	23

3.5.2	Kuesioner <i>Coopersmith Self-Esteem Inventory</i> (CSEI)	24
3.5.3	Kuesioner <i>Zung Self-Rating Anxiety Scale</i> (ZSAS)	25
3.6	Metode Pengumpulan Data	26
3.7	Metode Analisis Data	26
3.8	Alur Penelitian	27
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		28
4.1	Hasil Penelitian	28
4.1.1	Analisis Univariat	28
4.1.2	Analisis Bivariat	30
4.2	Pembahasan	31
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		40
5.1	Kesimpulan	40
5.2	Saran	40
DAFTAR PUSTAKA		42

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Prevalensi Masalah Kesehatan Mental di Indonesia.....	16
Gambar 2.2 Kerangka Teori.....	18
Gambar 2.3 Kerangka Konsep.....	19
Gambar 3.1 Alur Penelitian.....	27

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional	20
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin.....	29
Tabel 4.2 Statistika Deskriptif Fungsi Keluarga.....	29
Tabel 4.3 Statistika Deskriptif <i>Self-Esteem</i>	29
Tabel 4.4 Statistika Deskriptif Kecemasan.....	30
Tabel 4.5 Hubungan Antara Fungsi Keluarga Dengan Simtom Kecemasan.....	30
Tabel 4.6 Hubungan Antara <i>Self-Esteem</i> Dengan Simtom Kecemasan.....	31

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar <i>Informed Consent</i>	53
Lampiran 2 Lembar Persetujuan Responden.....	54
Lampiran 3 Lembar Persetujuan Etik (Ethical Clearance).....	55
Lampiran 4 Lembar Surat Keterangan Selesai Penelitian.....	56
Lampiran 5 Alat Ukur Penelitian.....	57
Lampiran 6 Dokumentasi.....	63
Lampiran 7 Hasil Data SPSS.....	65
Lampiran 8 Artikel Ilmiah.....	67

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Keluarga bisa dibentuk oleh hubungan kekeluargaan, perkawinan, atau adopsi. Keluarga umumnya tinggal bersama dan berinteraksi sesuai dengan peran masing-masing. Keluarga adalah pendidikan pertama pada suatu individu.¹ Pada sebuah keluarga, tentu saja ada fungsi-fungsi yang harus dilakukan dengan baik. Cara pengasuhan anak dan jenis hubungan di antara anggota keluarga dapat tercermin dalam fungsi keluarga yang mengukur bagaimana sebuah keluarga berfungsi sebagai satu kesatuan serta mengkaji para anggota berinteraksi satu sama lain.² Fungsi keluarga sangat berguna untuk pembentukan sifat anak karena terdapat pola asuh yang diajarkan keluarga pada anak yang akan mempengaruhi pembentukan nilai-nilai karakter anak, dari pola asuh inilah suatu keluarga menjalankan fungsinya.³ Pada usia anak-anak hingga remaja, sangat mudah untuk menerima berbagai rangsangan dari luar untuk membantu peningkatan mental dan fisik anak-anak untuk kesuksesan anak-anak di kemudian hari termasuk masa prasekolah, yang mencerminkan kualitas generasi penerus dimasa mendatang.⁴ Hal ini tentunya membutuhkan perhatian lebih dari orang tua untuk membantu anak-anak untuk berkembang secara optimal sejak dini.⁵ Perkembangan sosial, prestasi akademik, pembentukan identitas, nilai diri, perlindungan, emosional dan psikologis, dan kesehatan mental adalah semua aspek yang dapat dipengaruhi oleh fungsi keluarga. Jika fungsi keluarga ini berjalan dengan baik, tentu saja dampak yang ditimbulkan akan memberikan sisi positif bagi seorang anak, yang akan membantu perkembangannya.⁶ Pada penelitian sebelumnya oleh Noer (2021) ditemukan bahwa tingkat kecemasan remaja

dan dukungan keluarga saling berkaitan. Kedua variabel tersebut memiliki hubungan negatif, yang berarti bahwa tingkat

kecemasan menurun seiring dengan semakin banyaknya dukungan keluarga.⁷ Selain itu pada penelitian milik Bagus (2024) adanya korelasi kuat antara tingkat kecemasan siswa dan dukungan keluarga. Seiring meningkatnya dukungan keluarga, tingkat kecemasan pun menurun, dan sebaliknya.⁸ Dari kedua penelitian diatas dapat menggambarkan betapa besar peran sebuah keluarga terhadap kecemasan yang dialami oleh seorang anak, seperti cara memberi penghargaan dan nilai, serta dukungan emosional yang dapat memenuhi kebutuhan seorang anak khususnya remaja dalam beradaptasi.⁷ hubungan dukungan dengan kecemasan ini dapat memiliki pengaruh yang cukup kuat. Selain itu, keluarga sering menjadi sumber untuk membantu seorang remaja mengatasi tekanan emosinya.⁸

Selain fungsi keluarga tentu saja dalam proses perkembangan seorang anak memiliki faktor internal yang dapat memiliki peran tersendiri dalam membentuk ataupun membangun karakter yang dimiliki. Terdapat diantaranya motivasi, minat, kemampuan adaptasi, pengembangan identitas, pengalaman belajar, hormon, perkembangan kognitif dan emosi serta kesehatan mental.⁹ Untuk membentuk seluruh item tersebut tentu saja perlu ditanamkan *self-esteem* yang merupakan aspek terpenting yang harus dimiliki seorang remaja. *Self-esteem* adalah pandangan seseorang tentang diri sendiri, termasuk evaluasi dan perasaan terhadap nilai dan kualitas pribadi seorang individu.¹⁰ *Self-esteem* mencakup sejauh mana seseorang merasa berharga, kompeten, dan layak mendapatkan hal-hal baik dalam hidup. *Self esteem* dapat berhubungan dengan berbagai hal mulai dari pembentukan kesehatan emosional, interaksi sosial, prestasi akademik, pengambilan keputusan, pengembangan identitas diri, kesehatan fisik, dan kemampuan dalam menghadapi tekanan.¹¹ Dengan terbentuknya *self-esteem* yang baik pada diri seseorang maka akan sangat membantu dalam kesehatan, terutama kesehatan

mental pada seorang remaja.¹² Pada hasil analisis data milik Andi (2021) didapatkan korelasi antara *self-esteem* terhadap kecemasan. Penelitian tersebut menunjukkan hasil uji statistik yang menunjukkan kuatnya korelasi antara *self-esteem* dengan kecemasan pada signifikansi yaitu p -value 0,010 dan $r=0,958$.¹³ Selain itu pada penelitian Nathasya juga mengatakan bahwa *self-esteem* memiliki hubungan terhadap kesehatan mental seorang remaja yaitu kecemasan yang menunjukkan dominasi pada tingkat sedang mencapai persentase sebesar 37,8%¹⁴ *Self-esteem* memengaruhi interaksi, prestasi, dan lainnya yang dapat mempengaruhi aktivitas remaja terhadap orang lain dan diri sendiri yang diukur melalui perilaku individu. Remaja dengan *self-esteem* yang negatif tidak kuat menghadapi rintangan baru di hidupnya, lebih menyukai hal yang sudah biasa dilakukan dan tidak berada dalam tuntutan, tidak percaya akan pikiran dan isi hati, menghindari reaksi orang lain, dan memiliki berkomunikasi dengan kurang baik.¹³

Fase remaja adalah perubahan pertumbuhan antara masa anak menuju ke masa dewasa yang meliputi berbagai hal, dimulai dengan perubahan pada tubuh hingga dengan pikiran. Kehidupan intelektual, emosional, dan sosial merupakan beberapa perubahan psikologis yang terjadi pada remaja.¹⁵ Remaja sebagai bibit penerus bangsa tentu saja perlu mendapat perhatian dalam segala aspek kehidupan termasuk masalah kesehatan dan salah satunya kesehatan mental. Sehatnya seseorang secara psikologis bisa memanfaatkan potensinya dengan baik saat melalui rintangan hidup serta membentuk ikatan yang positif terhadap orang lain. Di sisi lain, remaja dengan gangguan kesehatan psikologis akan merasakan gangguan mood, berkurangnya pemahaman berpikir, dan kesulitan mengendalikan emosi, ini berdampak buruk terhadap kehidupannya di kemudian hari.¹⁶

Kecemasan merupakan salah satu bentuk kegelisahan, dan perasaan tidak senang lainnya yang umum timbul pada diri individu saat menjalani

situasi yang penuh tekanan.¹⁷ Dalam dunia pendidikan kecemasan merupakan hal yang wajar terjadi, ini diperlukan sebagai pengingat diri terhadap tanda bahaya yang akan datang. Namun bila rasa cemas dialami tanpa henti, irasional, dan terus bertambah intensitasnya sehingga mengganggu kegiatan sehari-hari, ini biasa dikenal dengan gangguan kecemasan.¹⁸ Kecemasan pada remaja merupakan perasaan yang umum terjadi seiring pertumbuhan dan perkembangan seseorang. Dalam beberapa kasus, remaja mungkin merasa gelisah, cemas, atau terlalu khawatir terhadap berbagai hal, termasuk prestasi sekolah, hubungan sosial, atau ketidakpastian tentang masa depan. Selain itu, remaja dengan kecemasan juga mungkin mengalami perubahan suasana hati, isolasi sosial, atau kesulitan menghadapi masalah sehari-hari.¹⁹

Hasil penelitian menunjukkan terdapat satu dari tujuh remaja mengalami gangguan jiwa, menurut publikasi *United Nations Children's Fund* (UNICEF) di tahun 2019 ada 166 juta remaja di seluruh dunia, terdiri dari 77 juta perempuan dan 89 juta laki-laki. Data ini diambil dari usia 10 hingga 19 tahun, di mana 40% mengalami gangguan kecemasan dan depresi, yang diikuti oleh gangguan lainnya.²⁰ Penelitian di Indonesia pada tahun 2021, hampir 28% remaja usia akhir rentang usia 15 hingga 19 tahun mengatakan bahwa ia mengalami gejala kecemasan, yang merupakan salah satu komponen masalah kesehatan mental. Masalah kesehatan mental dari data penelitian paling sering terjadi dikalangan remaja adalah kecemasan yang memiliki peringkat tertinggi 26 persen. Beberapa penyebab masalah ini termasuk *self-esteem* 27%, keluarga 64%, dan sekolah 39% .²¹ Dari data penelitian di atas, bisa ditarik kesimpulan tentang dua faktor pengaruh dari terbantuknya simtom kecemasan seorang remaja yaitu fungsi keluarga dan *self-esteem*.²² Peran keluarga sebagai faktor eksternal sangat penting dalam membentuk psikologis seorang anak dari kecil hingga dewasa, sedangkan *self-esteem* sebagai faktor internal bertanggung jawab untuk mengontrol emosi dan pikiran dalam diri

seseorang, maka dua komponen ini secara tidak langsung dapat mengurangi tingkat kecemasan remaja.²³

Data menunjukkan lebih dari 50% remaja SMA mengalami gangguan kesehatan mental, padahal pada masa remaja menjaga kesehatan mental itu sangatlah penting dalam menjalani kehidupan yang berkelanjutan.²⁴ Pada dasarnya mayoritas remaja di usia 15 hingga 19 tahun adalah siswa SMA yang akan menghadapi berbagai situasi hidup di setiap harinya. Di SMA 3 Negeri Mandau di Provinsi Riau memiliki sebuah Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R) serta Bimbingan Konseling (BK) dimana ini menjadi wadah bagi para remaja SMA yang ingin berbagi cerita dan meminta solusi terhadap masalah yang sedang dialami. Disana terdapat siswa yang mengalami kecemasan, siswa berkonsultasi terlebih dahulu dengan salah satu anggota PIK-R yang memiliki wewenang dalam hal tersebut, setelah mendengarkan cerita dan memberikan beberapa solusi, nantinya akan di lanjutkan ke pihak guru BK untuk mendapatkan konseling lebih lanjut. Penjelasan latar belakang tersebut membuat saya sebagai peneliti tertarik untuk mencari hubungan fungsi keluarga dan *self-esteem* dengan simtom kecemasan pada siswa SMA tingkat akhir.

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, rumusan masalah pada proposal penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan fungsi keluarga dan *self-esteem* dengan simtom kecemasan pada siswa SMA tingkat akhir ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan fungsi keluarga dan *self-esteem* dengan simtom kecemasan pada siswa SMA tingkat akhir.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dalam penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui proporsi fungsi keluarga siswa SMA tingkat akhir.
2. Untuk mengetahui proporsi *self-esteem* siswa SMA tingkat akhir.
3. Untuk mengetahui proporsi simtom kecemasan siswa SMA tingkat akhir.
4. Untuk mengetahui kekuatan hubungan antara fungsi keluarga dengan simtom kecemasan.
5. Untuk mengetahui kekuatan hubungan antara *self-esteem* dengan simtom kecemasan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Untuk Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah pengalaman dan pengetahuan mengenai hubungan fungsi keluarga dan *self-esteem* dengan simtom kecemasan pada siswa SMA tingkat akhir.

1.4.2 Manfaat Untuk Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk siswa dalam mengetahui hubungan fungsi keluarga dan *self-esteem* dengan simtom kecemasan pada siswa SMA tingkat akhir dan bisa menjadi acuan dalam mengatasi maupun mencegah terjadinya simtom kecemasan yang ada pada siswa SMA.

1.4.3 Manfaat Untuk Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk pihak-pihak kampus dalam mengetahui hubungan fungsi keluarga dan *self-esteem* dengan simtom kecemasan pada siswa SMA tingkat akhir sehingga

dapat menjadi wadah informasi untuk siswa SMA yang nantinya akan menjadi generasi penerus bangsa.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Fungsi Keluarga

2.1.1. Definisi Fungsi Keluarga

Keluarga adalah unit kecil dari masyarakat yang berisikan ayah, ibu dan anak. Anggota keluarga sangat dekat satu sama lain karena hubungan darah yang membuat saling mempengaruhi, memperhatikan, dan menyempurnakan. Setiap anggota keluarga memiliki kedudukan, tanggung jawab, dan hak.²⁵ Keluarga dapat dilihat sebagai institusi yang bisa mengisi kebutuhan dalam hidup, terkhusus untuk pertumbuhan dan kepribadian seperti, kebutuhan fisik-biologis dan sosio-psikologis anak.²⁶ Kedudukan seseorang dalam keluarga ditentukan oleh norma-norma dan perilaku keluarga, komunitas, dan masyarakat. Peran ini juga menggambarkan berbagai sikap, dan tindakan yang berkaitan dengan seseorang saat kondisi tertentu. Fungsi keluarga adalah tahap awal dalam keluarga yang mengajarkan dan mengukur bagaimana anak akan belajar bersosialisasi dari individu menjadi anggota masyarakat. Pengaruh fungsi keluarga sangat penting dalam proses pembentukan kepribadian seseorang karena didapatkan dari penerapan fungsi keluarga yang baik dari orang tua.²²

2.1.2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Fungsi Keluarga

Fungsi keluarga dapat dipengaruhi oleh beberapa aspek keberfungsian keluarga, antara lain yaitu:²⁷

a. Pemecahan Masalah (*Problem Solving*)

Aspek ini berkaitan dengan kemampuan keluarga untuk mengatasi masalah dalam mempertahankan fungsi keluarga yang efektif. Pemecahan masalah dapat menunjukkan kemampuan keluarga untuk

menyelesaikan masalah dengan memaksimalkan fungsi keluarga itu sendiri. Pemecahan masalah dapat melalui beberapa langkah penting, seperti mengidentifikasi masalah, memilih alternatif solusi, dan memantau masalah..

b. Komunikasi (*Communication*)

Aspek ini membantu dalam mencari solusi untuk masalah dan menyampaikan perasaan dan sikap kepada anggota keluarga, serta dalam mencari jalan keluar dari masalah. Dalam komunikasi keluarga, pertukaran informasi terjadi dengan cara yang tepat dan jelas, maka setiap anggota akan mempunyai peluang yang sama untuk menyampaikan pendapat dan perasaan.

c. Peranan (*Roles*)

Keluarga dapat menjalankan fungsinya ketika memiliki peran yang jelas dan melakukannya dengan baik. Pola tindakan berulang dari anggota keluarga untuk memenuhi peran individu dalam dinamika keluarga telah didefinisikan sebagai aspek peran ini.

d. Rasa Tanggung Jawab Afektif (*Affective Responsiveness*)

Dalam hal ini, fokusnya lebih pada kemampuan setiap anggota keluarga untuk menyampaikan perasaannya dengan benar. Dalam keluarga yang sehat, setiap anggota memiliki kemampuan untuk mengungkapkan berbagai emosi, termasuk emosi sejahtera, yang mencakup dukungan, cinta, kehangatan, kelembutan, dan kesenangan, demikian dengan emosi darurat, yang mencakup rasa marah, takut, kecewa, dan depresi.

e. Penglibatan Afektif (*Affective Involvement*)

Ini adalah aspek dalam menilai sejauh mana perhatian keluarga terhadap apa yang anggota keluarga lakukan. Empati memengaruhi keterlibatan setiap anggota keluarga dengan lebih melihat bagaimana

perasaan dan kesulitan yang dialami salah satu anggota keluarga untuk memastikan bahwa keterlibatan setiap anggota keluarga berjalan dengan baik.

f. Kontrol Perilaku (*Behavior Control*)

Keluarga menggunakan pola ini untuk bertindak dalam tiga situasi. Situasi pertama adalah ketika setiap anggota keluarga berada dalam kondisi fisik yang berbahaya, dan harus memantau dan mengendalikan perilaku masing-masing. Situasi kedua adalah ketika keluarga bersatu untuk memenuhi kebutuhan psikologis dan biologis, seperti makan dan minum, dan berkumpul untuk mengurangi stres. Situasi terakhir adalah situasi di mana keluarga bersosialisasi satu sama lain dan berinteraksi. Fungsi keluarga yang tepat akan mudah diatur, sedangkan fungsi yang tidak berjalan dengan baik dalam keluarga akan susah untuk diberi arahan.

2.1.3. Hubungan Fungsi Keluarga dengan Gejala Kecemasan

Keluarga dapat mempengaruhi proses tumbuh kembang seseorang termasuk dapat menentukan kesehatan diri seorang anak yaitu dengan menawarkan dukungan dalam menghadapi kecemasan.²⁸ Dukungan keluarga dapat membantu individu untuk memahami kecemasan dan sumbernya, karena ketika kecemasan berlanjut, individu tersebut sering merasakan emosi, kesedihank, cemas, ketakutan dan kehilangan kepercayaan diri. Dukungan emosional inilah yang harus diberikan agar seseorang merasa dimiliki, dicintai, dan nyaman.²⁹ Terbukti dari hasil penelitian Aulia (2021) menunjukkan nilai *odd ratio* sebesar 3,575 dan $p = 0,023 (p < 0,05)$, dapat menggambarkan bahwa fungsi keluarga memiliki korelasi dengan tingkat kecemasan remaja dalam memenuhi kebutuhan utama dan coping setiap keluarga, serta dapat menyesuaikan diri dengan kebutuhan dan lingkungan, maka dari itu sangat penting untuk menerapkan

fungsi keluarga yang optimal.³⁰ Selain itu, hasil uji statistik dari penelitian Bonavantura menunjukkan bahwa *chi square* memiliki nilai $p < 0,05$ yang menggambarkan bahwa dukungan keluarga dan kecemasan remaja saling berhubungan. Jika seseorang memiliki dukungan tidak akan muncul rasa cemas dan tidak khawatir dengan banyak kecemasan yang dihadapi. Oleh karena itu, jika remaja memiliki dukungan di keluarganya, tingkat kecemasan akan jauh lebih rendah.²⁸ Disisi lain terdapat hasil penelitian Rizka et al. menunjukkan bahwa 19 siswa atau 22,6 persen siswa tidak mengalami rasa cemas dan mendapatkan dukungan keluarga, sedangkan 65 siswa atau 77,4 persen siswa memiliki kecemasan dan tidak ada dukungan dari keluarga. Hasil ini menggambarkan terdapat korelasi fungsi keluarga dan kecemasan siswa.²⁹ Dengan skor fungsi keluarga yang lebih baik, tingkat kecemasan yang dialami akan cenderung menurun.²⁸

2.2 *Self-Esteem*

2.2.1 Definisi *Self-Esteem*

Self-esteem adalah penilaian seseorang kepada dirinya, baik yang positif ataupun negatif, yang menyebabkan diri merasa berguna atau berharga dalam menjalani kehidupan.³¹ *Self-esteem* adalah suatu sifat evaluatif pada diri yang ditandai dengan penerimaan diri, perasaan berharga yang dihasilkan dari interaksi dengan orang yang ada di sekitarnya. Ada dua jenis *self-esteem*, yang pertama *self-esteem* meningkat, ini dapat menumbuhkan rasa percaya diri dengan mampu menghargai serta menghormati diri sendiri saat mengenali diri dengan segala keterbatasan dan tidak malu akan hal tersebut. Ini akan mendorong diri untuk dapat lebih baik di masa selanjutnya. Sebaliknya, orang *self-esteem* menurun akan membuat individu mengalami perasaan tidak berharga dan kurang mampu.⁹ Individu ini tidak percaya pada pemikiran serta perasaannya dan sering merasa hidupnya tidak bahagia. Akibatnya, akan muncul emosi dan perasaan yang

sempit, sehingga sering menyebabkan kecemasan dan mudah frustrasi dalam situasi tertentu.³²

2.2.2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Self-Esteem*

Tingkat *self-esteem* bisa dipengaruhi dari faktor berikut:³²

- a. Faktor interaksi sosial yang positif dengan orang lain dapat meningkatkan kepercayaan diri seseorang, sementara hubungan negatif dapat menurunkannya. Merasa dicintai, diakui, dan diterima oleh orang lain dapat membantu seseorang merasa lebih percaya diri. Sebagai contoh, mendapatkan dukungan sosial dari teman, keluarga, dan komunitas bisa memunculkan dukungan moral yang dibutuhkan seseorang untuk merasa percaya diri dan mampu menghadapi kesulitan. Sebaliknya, tidak memiliki dukungan sosial dapat menurunkan rasa percaya diri. Akibatnya, seseorang dapat merasa tidak berharga, tidak layak, dan pada akhirnya merasa rendah dan tidak berdaya.³²
- b. Faktor kemampuan diri termasuk keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk mencapai tujuan atau mengatasi kondisi yang susah. Seseorang yang mempunyai tingkat kemampuan yang besar dapat memiliki persepsi yang jauh optimis tentang kapasitas yang dimilikinya. Ini dapat meningkatkan *self-esteem* karena seseorang akan lebih berani menghadapi tantangan hidup. Keberhasilan dan pencapaian dalam bidang akademik, pekerjaan, atau hubungan personal, saat seseorang secara teratur berhasil mengatasi hambatan atau mencapai tujuan tersebut, itu dapat meningkatkan keyakinan dalam kemampuan diri sendiri sehingga akhirnya meningkatkan *self-esteem*.³³
- c. Faktor manajemen emosi adalah ketika seseorang tidak dapat mengelola emosi negatif dengan baik, individu yang mungkin

mengalami kesulitan untuk memahami dan menerima diri secara positif dapat menyebabkan *self-esteem* yang rendah dan keraguan tentang kemampuannya untuk menghadapi tantangan atau kesulitan. Manajemen emosi yang buruk juga dapat mempengaruhi pola pikir seseorang, membuat individu lebih cenderung berkonsentrasi pada hal yang tidak bisa dilakukan dari pada apa yang dapat ia lakukan.³²

- d. Identitas seseorang dibentuk oleh pengalaman masa lalunya, seperti pengalaman masa kecil, dinamika keluarga, pendidikan, dan interaksi sosial dapat membentuk identitas seseorang. Pengalaman masa lalu juga dapat mengajarkan kita banyak tentang kekuatan dan kelemahan kita. Keyakinan tentang kemampuan seseorang dapat dipengaruhi oleh kegagalan atau kesuksesan dalam mengatasi tantangan. Namun, penting untuk diingat bahwa *self-esteem* dapat berkembang dan berubah dengan dukungan, pengalaman baru, dan perubahan sikap mental.¹¹

2.2.3. Hubungan *Self-Esteem* dan Simtom Kecemasan

Pada remaja yang memiliki *self-esteem* yang kurang seringkali berpikir dirinya tidak penting, tidak dibutuhkan, dan keyakinan yang kurang pada dirinya. Penilaian diri yang negatif ini seringkali menyebabkan berbagai masalah yang terjadi pada masa remaja. Ketika kecemasan datang maka orang yang mempunyai *self-esteem* yang kurang baik akan cenderung putus asa dan memilih menyerah, namun seseorang yang mempunyai *self-esteem* yang baik akan lebih memilih menyelesaikan dengan tekad yang bulat bahwa ia dapat mengatasi kecemasan yang ada, tentu saja hal ini dapat mempengaruhi masa depan remaja.³³ Sejalan dengan penelitian milik Suparman (2019) mengatakan terdapat hubungan antara *self-esteem* dan kecemasan. Hasil uji statistik menggunakan uji korelasi didapatkan bahwa ketika *self-esteem* meningkat, maka kecemasan akan rendah, dan sebaliknya, ketika *self-esteem* menurun,

maka kecemasan akan tinggi.³⁴ Studi Devy Dwi Lestari juga menemukan terdapat korelasi antara *self-esteem* dan kecemasan masa depan pada remaja di Panti ikhlas dengan uji statistik korelasi = 0,359 menunjukkan hubungan sedang, dan nilai $p < 0,010 = p < 0,05$. Studi menunjukkan bahwa 40 remaja dalam kategori *self-esteem* yang kurang, remaja yang memiliki *self-esteem* sedang berjumlah 35 dan 11 remaja dengan kategori *self-esteem* tinggi dalam menghadapi masa depan.³³ Selain itu terdapat korelasi antara kecemasan dan *self-esteem* remaja pada panti asuhan lainnya yang memiliki *self-esteem* baik dengan melihat kecemasan sebagai tantangan yang harus dihadapi, dan ini dapat berdampak positif pada masa depan.³⁵

2.3 Kecemasan

2.3.1. Definisi Kecemasan

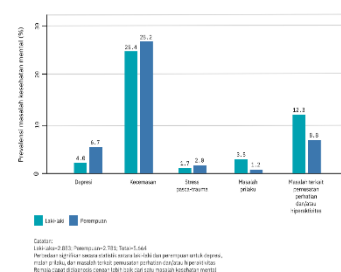
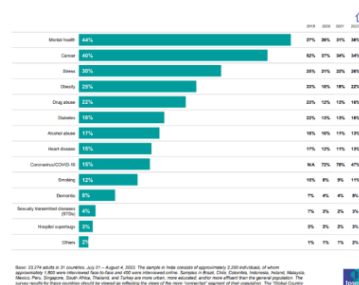
Berdasarkan *American Psychological Association* (APA) kecemasan dapat didefinisikan sebagai kondisi emosional yang muncul saat seseorang mengalami stres. Kecemasan ditandai oleh perasaan yang berhubungan dengan ketegangan, pikiran yang menimbulkan kekhawatiran, dan reaksi fisik termasuk tekanan darah tinggi, detak jantung cepat, dan lain-lain.³⁶ Kecemasan ditandai dengan kekhawatiran, kegelisahan, dan ketakutan terhadap hal yang tidak diketahui. Kecemasan tidak sama dengan ketakutan sedangkan ketakutan adalah emosi atau pengalaman negatif yang diakibatkan oleh rangsangan tertentu, kecemasan dikaitkan dengan peristiwa yang tidak diketahui.¹⁹ Kecemasan merupakan respons tubuh yang normal terhadap stres yang membuat kita lebih waspada. Namun, kecemasan dapat menjadi masalah jika mengganggu tugas sehari-hari, parah, atau sulit diatur.³⁷ Sikap merespons terhadap ancaman, tekanan, dan kekhawatiran, yang terus-menerus individu akan mengalami emosi campuran yang disebut gangguan kecemasan.³⁸ Seseorang yang memiliki gangguan kecemasan umumnya memiliki kebiasaan buruk atau pola pikir yang terganggu, seperti

berpikir bahwa suatu hal tidak baik terjadi dan tidak bisa mengontrol rasa khawatir tentang hal-hal yang ada dikepalanya. Akibatnya, kehidupan sehari-hari akan didominasi oleh rasa khawatir dan ketakutan yang berlebihan.³⁹

2.3.2. Epidemiologi Kecemasan

Pada penelitian *National Institutes of Health* (NIH) pada tahun 2024, kecemasan merupakan masalah kesehatan mental yang terjadi di Amerika Serikat, yang mencakup 19,1% dari populasi.⁴⁰ Dalam survei *Health Service Monitor* (2023) yang dilakukan oleh Ipsos Global, 44% responden dari 31 negara menunjukkan kesehatan mental sebagai masalah kesehatan yang paling penting dengan 33,7% pada rentang usia 18 sampai dengan 25 tahun, 28,1% di rentang usia 26 hingga 49 tahun, dan 15% di kelompok usia 50 tahun ke atas.⁴¹

Data *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2019 hingga 2020 menyatakan bahwa sekitar 58 juta anak-anak dan remaja mengalami gangguan kecemasan, yang ditandai dengan peningkatan rasa takut dan khawatir.⁴² Pada data *United Nations Children's Fund* (UNICEF) tahun 2019, 40% remaja di dunia yang memiliki masalah kecemasan dan depresi.²⁰ Menurut *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS) 2021, 15,5 juta remaja atau sekitar 34,9% di Indonesia, memiliki gangguan kesehatan mental pada 12 bulan terakhir. Kecemasan adalah masalah kesehatan mental yang menduduki peringkat tertinggi, dengan prevalensi 26% pada remaja usia 15 hingga 18 tahun. Beberapa faktor yang berkontribusi pada prevalensi kecemasan remaja termasuk *self-esteem* sekitar 27%, keluarga 64%, dan sekolah 39%.²¹



Gambar 2.1 Prevalensi Masalah Kesehatan Mental di Indonesia.

2.3.3. Patofisiologi dan Simtom Kecemasan

Kecemasan dapat disebabkan oleh sejumlah neurotransmitter dan peptide, termasuk serotonin, norepinefrin, dopamin, *gamma aminobutyric acid* (GABA), dan neurotransmitter serta peptide lainnya, seperti *Corticotriptin-Releasing Factor* (CRF). Pada orang yang mengalami kecemasan, aliran meningkat di daerah parahipocampus kanan dan pengikatan reseptor serotonin 1A berkurang di korteks cingulate anterior, korteks cingulate posterior, dan nukleus raphe. Peningkatan hipokretin, yang bertanggung jawab atas penyebab panik kemudian ditemukan.⁴³ Amigdala membantu menyimpan ingatan emosional dan meredakan ketakutan dan kecemasan. Ketika gejala kecemasan muncul, individu dengan gangguan kecemasan menunjukkan respons amigdala yang meningkat. Terapi psikologis atau farmakologis dapat digunakan untuk mengobati kelainan aktivasi preferontal-limbik, karena sistem limbik dan amigdala terhubung ke bagian korteks prefrontal.⁴⁴

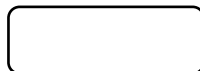
Terdapat beberapa simtom kecemasan yang biasa dialami oleh seseorang terdiri dari beberapa aspek yaitu :⁴⁵

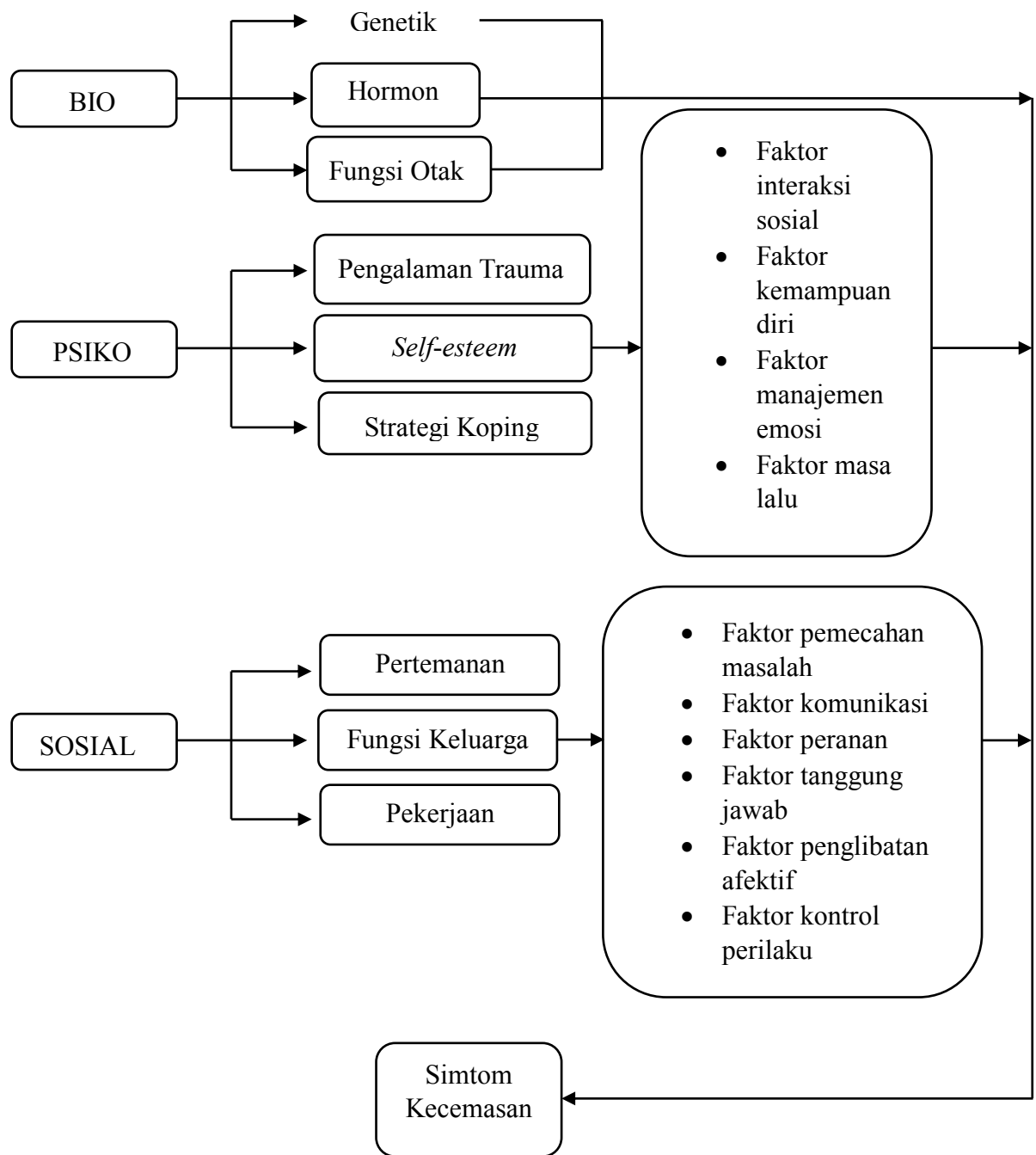
- a. Fisik : tremor, tegang, suhu tubuh yang naik-turun, berkeringat, jantung berdebar-debar sangat cepat, pusing, lemas, mual, menggigil, sakit perut, sakit kepala, mulut kering, penurunan libido, sesak napas, sulit tidur, sulit berbicara, dan kesulitan menelan.
- b. Sikap : gelisah, ekspresi ketakutan, sensitif, derealisasi atau depersonalisasi, agresif, lemah, dan menarik diri.

- c. Kognitif : kesulitan berkonsentrasi, sering lupa, kebingungan, hilang kendali, waspada yang berlebihan, serta berfikir buruk.

Beberapa simtom diatas dialami terus menerus dan dapat menetap dalam waktu yang lama oleh seseorang yang mengalami kecemasan.⁴⁶

2.4 Kerangka Teori

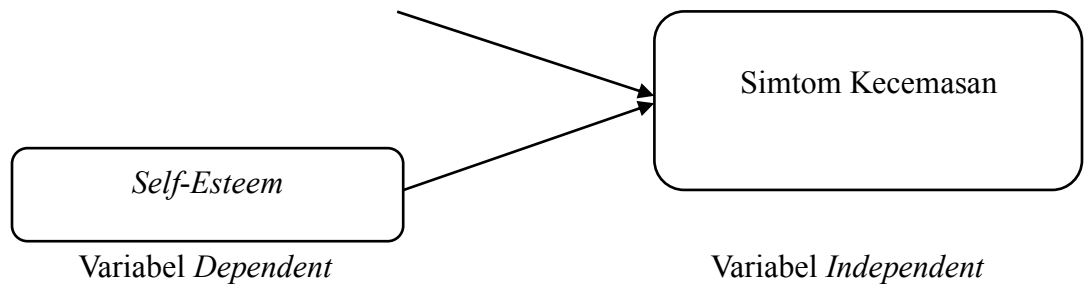




Gambar 2.2 Kerangka teori

2.5 Kerangka Konsep





Gambar 2.3 Kerangka Konsep

2.6 Hipotesis

Setelah menganalisa permasalahan secara rinci, maka ditentukan hipotesis dalam penelitian ini yaitu :

1. H1 :

- Terdapat hubungan antara fungsi keluarga dengan simtom kecemasan pada siswa SMA tingkat akhir
- Terdapat hubungan antara *self-esteem* dengan simtom kecemasan pada siswa SMA tingkat akhir

2. H0 :

- Tidak ada hubungan antara fungsi keluarga dengan simtom kecemasan pada siswa SMA tingkat akhir
- Tidak ada hubungan antara *self-esteem* dengan simtom kecemasan pada siswa SMA tingkat akhir

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi	Alat Ukur	Skala ukur	Hasil Ukur
Simtom Kecemasan	Kecemasan merupakan respons suatu individu kepada sebuah ancaman, tekanan, kekhawatiran, dan pemikiran buruk terhadap suatu hal yang berlangsung secara terus-menerus.	<i>Zung Self-Rating Anxiety Scale</i> (ZSAS)	Rasio	Total skor ZSAS

Fungsi Keluarga	Fungsi keluarga adalah peran yang penting dalam proses pembentukan kepribadian seorang remaja, banyak aspek pembentuk kepribadian melalui fungsi keluarga yang diterapkan orang tua.	<i>Family APGAR Score</i>	Rasio	Total skor APGAR
<i>Self-Esteem</i>	<i>Self-esteem</i> adalah suatu sikap evaluatif pada diri sendiri yang ditandai dengan penerimaan diri, perasaan berharga dalam menjalani kehidupan.	<i>Coopersmith Self Esteem Inventory (CSEI)</i>	Rasio	Total skor CSEI

3.2 Jenis dan Rancangan Penelitian

Penelitian menggunakan kategori penelitian analitik dengan desain *cross-sectional*. Pada penelitian ini menggunakan metode yang dikerjakan untuk menganalisis hubungan fungsi keluarga dan *self-esteem* dengan simtom kecemasan pada siswa SMA tingkat akhir melalui penggunaan kuesioner instrumen penelitian.

3.3 Tempat dan Waktu Penelitian

3.3.1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 3 Mandau.

3.3.2. Waktu Penelitian

Penelitian dimulai pada bulan September 2024.

3.4 Populasi dan Sampel Penelitian

3.4.1. Populasi Penelitian

Pelajar SMA Negeri 3 Mandau yang berada di tingkat akhir pada periode 2024/2025.

3.4.2. Sampel Penelitian

Penelitian ini menggunakan teknik *Sistematic Random Sampling* yang dimana peneliti akan menentukan sampel secara acak bersistem dengan pengambilan sampel sesuai nomor absen yang genap pada siswa tingkat akhir di SMA Negeri 3 Mandau.

3.4.3. Kriteria Penelitian Sampel

a. Kriteria Inklusi

1. Rentang usia 17-18 tahun
2. Pelajar yang belum pernah mendapatkan pengobatan gangguan kecemasan

b. Kriteria Eksklusi

1. Pelajar yang sudah terdiagnosa gangguan fungsi otak sebelum mengikuti penilaian
2. Pelajar yang sedang mengonsumsi obat-obatan yang mempengaruhi kecemasan.
3. Memiliki riwayat penggunaan narkoba, psikotropika, dan zat adiktif lainnya.

3.4.4. Besar Sampel

Besar sampel dihitung dengan rumus analitik korelatif pada penelitian ini sebagai berikut :

$$n = \left[\frac{(Z\alpha + Z\beta)}{0,5 \ln \left(\frac{1+r}{1-r} \right)} \right]^2 + 3$$

$$n = \left[\frac{(1,64 + 1,28)}{0,5 \ln \left(\frac{1+0,4}{1-0,4} \right)} \right]^2 + 3$$

$$n = \left[\frac{2,92}{0,5 \ln 3} \right]^2 + 3$$

$$n = 28,26 + 3$$

$$n = 54 \text{ siswa}$$

Keterangan:

n : jumlah subjek.

Alpha (α) : Kesalahan tipe satu ditetapkan 5%, hipotesis dua arah.

Z α : Nilai standar alpha = 1,64

Beta (β) : Kesalahan tipe dua ditetapkan 10%.

Z β : Nilai standar beta = 1,28

r : Koefisien korelasi minimal yang dianggap bermakna dari penelitian sebelumnya oleh Della = 0,4.³⁵

Jadi setelah dihitung menggunakan rumus besar sampel analitik korelatif didapatkan minimal sampel 54 siswa.

3.5 Instrumen Penelitian

3.5.1. Kuesioner *Family APGAR Score*

Gabriel Smilkstein memperkenalkan alat ini pada tahun 1978, yang membantu kita untuk mengevaluasi hubungan antara anggota keluarga

satu sama lain dan menentukan apakah sudah terciptanya keluarga yang sehat.⁴⁷ Jumlah skor APGAR yang dihitung dari perspektif setiap anggota keluarga, yang dimana skor APGAR ini berbentuk kuesioner terdiri dari lima pertanyaan yang memiliki tiga kategori jawaban: " tidak pernah ", "kadang-kadang", dan "selalu".⁴⁸ Tingkat fungsi keluarga yang lebih tinggi akan dikaitkan dengan skor fungsi keluarga yang tinggi.⁴⁹

Setelah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia dalam penelitian Ridwan *et al*, survei ini digunakan sebagai alat untuk mengukur fungsi keluarga yang sudah terbukti akurat dan reliabilitasnya. Saat menentukan apakah suatu kuesioner valid atau tidak, digunakan uji validitas. Jika pertanyaan dalam kuesioner dapat memberikan informasi yang akan digunakan kuesioner untuk menilai sesuatu, maka kuesioner tersebut dianggap sah.⁵⁰ Namun, untuk memastikan apakah kuesioner yang digunakan untuk mengumpulkan data penelitian dapat dianggap valid atau tidak, diperlukan uji reliabilitas.⁵¹ Hasil pemeriksaan koefisien reliabilitas dari penelitian sebelumnya didapatkan Cronbach alpha 0,89 pada rata-rata korelasi pertanyaan adalah 0,61 dengan uji validitas antar item pertanyaan antara 0,77 hingga 0,90.⁵²

3.5.2. Kuesioner *Coopersmith Self-Esteem Inventory* (CSEI)

Coopersmith Self-Esteem Inventory (CSEI) adalah kuesioner laporan mandiri yang paling populer yang digunakan oleh orang dewasa dan remaja untuk mengukur *self-esteem* dalam berbagai bidang⁵³. CSEI menilai empat puluh item. Dalam instrumen ini, ada empat kategori tanggapan: sangat sesuai (SS), sesuai (S), kurang sesuai (KS), dan sangat tidak sesuai (STS).³¹ Jika semakin meningkat skor pada instrumen ini, maka semakin meningkat juga *self-esteem* pada diri seseorang.⁵⁴

Coopersmith Self-Esteem Inventory (CSEI) adalah kuesioner standar dalam bahasa Inggris yang dibuat oleh Stanley Coopersmith dan

kuesioner menggunakan bahasa indonesia yang telah diterjemahkan sebelumnya pada uji validitas yang dilakukan dalam penelitian Endy. Jika pertanyaan mampu mengungkapkan tujuan kuesioner, maka kuesioner tersebut dianggap valid.⁵⁰ Saat memastikan kelayakan kuesioner yang digunakan dalam pengumpulan data penelitian, maka diperlukan pula uji reliabilitas. Pada uji validitas penelitian ini ditemukan 40 item yang valid dengan level antara 0,337 sampai dengan 0,735, dan nilai Cronbach Alpha sebesar 0,938 yang menunjukkan bahwa instrumen tersebut dapat digunakan.⁵⁵

3.5.3 Kuesioner Zung Self-Rating Anxiety Scale (ZSAS)

Zung Self-Rating Anxiety Scale (ZSAS) adalah skala referensi standar yang populer untuk mengevaluasi kecemasan. Perangkat penilaian laporan diri ini terdiri dari dua puluh item, dirancang untuk menilai tingkat kecemasan seseorang.⁵⁶ Sebuah skala Likert digunakan untuk menilai setiap pertanyaan berdasarkan jawaban "selalu", "sering", "kadang-kadang", dan "tidak pernah".⁵⁷ Skor yang tinggi menunjukkan semakin tinggi kecemasan yang ada pada diri seseorang dan begitupun sebaliknya.⁵⁸

William W.K. Zung mengembangkan *Zung Self-Rating Anxiety Scale (ZSAS)*, sebuah kuesioner standar dalam bahasa Inggris yang diterjemahkan oleh penelitian T. Susanto *et al* ke dalam bahasa Indonesia yang telah terbukti dengan uji validitas untuk mengetahui valid atau tidaknya pertanyaan pada setiap item kuesioner dalam menilai apa yang ingin dinilai oleh peneliti. Selain itu, dilakukan uji reliabilitas untuk memastikan apakah sebuah kuesioner penelitian benar-benar dapat diandalkan.⁵⁹ Pada penelitiannya didapatkan uji validitas yang menunjukkan nilai antar item valid sekitar 0,344 – 0,701 dan reliabilitasnya didapatkan Cronbach's Alpha sebesar 0,892.⁶⁰

3.6 Metode Pengumpulan Data

Memperoleh data dalam penelitian ini dikerjakan melalui peninjauan langsung ke tempat penelitian. Pengambilan data diambil melalui penyebaran kuesioner kepada sampel penelitian. Tahap awal, responden akan diminta untuk mengisi kuesioner *Zung-Self Anxiety Rating Scale* (ZSAS) yang mengevaluasi tingkat kecemasan, kemudian diikuti dengan pemberian kuesioner *Family APGAR Score* untuk menilai fungsi keluarga, lalu dilanjutkan dengan kuesioner *Coopersmith Self Esteem Inventory* (CSEI) untuk menilai tingkat *self-esteem*. Berikut adalah langkah-langkah pengumpulan data yang akan dilakukan:

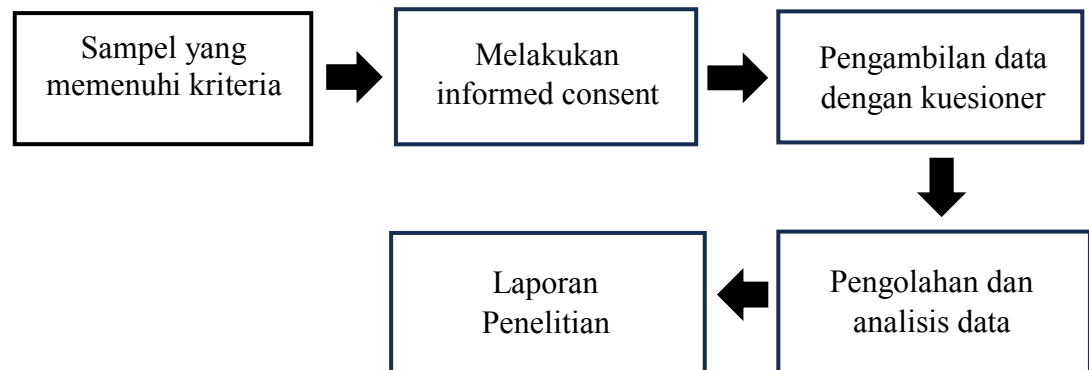
1. Peneliti mendata dan melakukan informed consent kepada sampel yang memenuhi kriteria
2. Menyerahkan kuesioner menilai kecemasan
3. Menyerahkan kuesioner menilai fungsi keluarga
4. Menyerahkan kuesioner menilai *self-esteem*
5. Mengolah data dengan SPSS

3.7 Metode Analisis Data

Uji korelasi digunakan dalam penelitian ini untuk memastikan hubungan antara dua variabel. Hasil ukur didapatkan dari jumlah skor *Zung-Self Anxiety Rating Scale* (ZSAS), *Family APGAR*, dan *Coopersmith Self Esteem Inventory* (CSEI). Penelitian ini akan dilakukan uji univariat untuk mengetahui distribusi frekuensi, nilai minimal, nilai maksimal, nilai median, nilai mean, dan standar deviasi dari sampel. Setelah dilakukan uji univariat maka data dengan skala numerik (rasio/interval) dilakukan uji normalitas data terlebih dahulu dengan uji kolmogorov smirnov. Setelah mendapatkan hasil normalitas, jika data terdistribusi normal ($\alpha > 0,05$) maka akan dilakukan uji korelasi dengan menggunakan Pearson, namun jika data

terdistribusi tidak normal maka akan dilakukan uji korelasi dengan Spearman. Data dikatakan memiliki hubungan apabila $p\text{-value} < 0,05$.

3.8 Alur Penelitian



Gambar 3.1 Alur Penelitian

BAB IV

HASI DAN PEMBAHASAN

Telah dilakukan penelitian dengan tujuan menganalisis hubungan fungsi keluarga dan *self-esteem* dengan kecemasan siswa SMA tingkat akhir. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan alat ukur pada variable yaitu kuesioner *Zung-Self Anxiety Rating Scale* (ZSAS) yang mengevaluasi kecemasan siswa, *Family APGAR Score* untuk menilai fungsi keluarga siswa, dan *Coopersmith Self Esteem Inventory* (CSEI) untuk menilai *self-esteem* siswa. Studi ini menggunakan data yang diperoleh dengan cara sampel yang telah memenuhi kriteria mengisi kuesioner yang telah disediakan. Pada tempat penelitian terdapat 6 kelas tingkat akhir yang masing-masing kelas berisikan 32-33 siswa sehingga didapatkan banyaknya sekitar 164 responden. Ketika ingin memenuhi persyaratan penelitian, peneliti mengajukan permohonan izin etik sebelum memulai penelitian. Penelitian ini telah lulus proses *Etichal Clearence* oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara dengan Nomor: 1280/KEPK/FKUMSU/2024.

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1. Analisis Univariat

Berdasarkan temuan penelitian, jenis kelamin merupakan salah satu ciri demografi sampel. Tujuan analisis ini adalah untuk memeriksa sampel dengan menganalisis setiap komponen. Hasil distribusi frekuensi sampel berdasarkan jenis kelamin ditunjukkan pada tabel di bawah ini.

Tabel 4.1 Hasil Distribusi Frekuensi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Laki-Laki	71	43%
Perempuan	93	57%
Total	164	100%

Pada tabel 4.1 terdapat distribusi frekuensi berdasarkan jenis kelamin, didapatkan bahwa dari sampel penelitian didominasi oleh siswa berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 93 sampel (57%), sedangkan untuk siswa berjenis kelamin laki-laki dengan jumlah 71 sampel (43%).

4.1.1.2 Distribusi Sampel Berdasarkan Fungsi Keluarga

Tabel 4.2 Statistika Deskriptif Fungsi Keluarga

Karakteristik	Mean $\pm$ SD	Median (Min-Max)
Fungsi Keluarga	6.42 $\pm$ 2.289	6 (1-10)

Dari tabel 4.2 diatas, diketahui hasil statistik deskriptif fungsi keluarga dari siswa SMA tingkat akhir menunjukkan nilai rata-rata 6,42 dengan nilai standar deviasi sebesar 2,289 menunjukkan adanya variasi skor fungsi keluarga diantara responden. Nilai median 6 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki skor di sekitar angka tersebut dengan nilai minimum 1 dan maksimum 10.

4.1.1.3 Distribusi Sampel Berdasarkan *Self-Esteem*

Tabel 4.3 Statistika Deskriptif *Self-Esteem*

Karakteristik	Mean $\pm$ SD	Median (Min-Max)
<i>Self-Esteem</i>	105.53 $\pm$ 17.12	106 (65 - 150)

Dari tabel 4.3 diatas, didapatkan hasil statistik deskriptif *self-esteem* dari siswa SMA tingkat akhir memiliki rata-rata 105,53 dengan nilai standar deviasi 17,12 menunjukkan adanya variasi skor *self-esteem*

diantara responden. Nilai median 106 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki skor disekitar angka tersebut dengan nilai minimum 65 dan maksimum 150.

4.1.1.4 Distribusi Sampel Berdasarkan Kecemasan

Tabel 4.4 Statistika Deskriptif Kecemasan

Karakteristik	Mean $\pm$ SD	Median (Min-Max)
Kecemasan	46.91 $\pm$ 11.53	48 (22-76)

Dari tabel 4.4 diatas, diketahui hasil statistik deskriptif simtom kecemasan dari sisiwa SMA tingkat akhir memiliki rata-rata 46,91 dengan standar deviasi 11,53 yang menunjukkan adanya variasi skor simtom kecemasan diantara responden. Nilai median 48 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki skor sekitar angka dengan nilai minimum 22 dan maksimum 76.

4.1.2 Analisis Bivariat

Uji *Spearman* digunakan dalam penelitian ini untuk memvalidasi hipotesis. Terdapat dua hipotesis dalam penelitian ini, H1 diterima jika dua variabel saling berkorelasi. Namun, H0 dapat diterima jika tidak ada korelasi antara variabel.

4.1.2.1 Hubungan Antara Fungsi Keluarga Dengan Simtom Kecemasan

Tabel 4.5 Hubungan Antara Fungsi Keluarga Dengan Simtom Kecemasan

Karakteristik	Simtom Kecemasan	
	<i>p-value</i>	<i>r</i>
Fungsi Keluarga	<0.001* ^ψ	-0.629

Keterangan : **p-value* < 0.05, ψ = Uji Spearman

Pada tabel 4.5 hasil analisis uji korelasi *spearman* antara fungsi keluarga dengan simtom kecemasan diperoleh nilai $p = <0.001$ yang dimana nilai tersebut <0.05. Dari hasil nilai tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa

H1 diterima dan H0 ditolak, yang berarti terdapat hubungan kuat antara fungsi keluarga dengan simptom kecemasan. Pada uji *spearman* ini, didapatkan koefisien korelasi sebesar -0.629 yang menunjukkan hubungan negatif yang bermakna jika fungsi keluarga baik maka simptom kecemasan akan berkurang.

4.1.2.2 Hubungan Antara *Self-Esteem* Dengan Simtom Kecemasan

Tabel 4.6 Hubungan Antara *Self-Esteem* Dengan Simtom Kecemasan

	Karakteristik	Simtom Kecemasan	
		<i>p-value</i>	<i>r</i>
Ket	<i>Self-Esteem</i>	<0.001* ^ψ	-0.548

erangan : **p-value* < 0.05, ψ = Uji Spearman

Berdasarkan tabel 4.6 hasil analisis uji korelasi *spearman* antara *self-esteem* dengan simptom kecemasan diperoleh nilai $p = <0.001$ (<0.05). Dari hasil tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa H1 diterima dan H0 ditolak, yang berarti adanya hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dengan simptom kecemasan. Pada uji *spearman* ini, didapatkan koefisien korelasi sebesar -0.548 yang menunjukkan adanya hubungan negatif yang bermakna jika *self-esteem* baik maka simptom kecemasan akan berkurang.

4.1 Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian dalam mengevaluasi karakteristik demografi sampel yang berjumlah 164 siswa SMA tingkat akhir, didapatkan perempuan mendominasi sampel sebesar 93 sampel (57%) dan laki-laki 71 sampel (43%). Hasil penelitian ini mendapatkan dukungan dari penelitian Sugiharno et al (2022) yang memiliki mayoritas perempuan sebagai sampel dan menyatakan bahwa baik jenis kelamin laki-laki maupun perempuan mengalami tingkat kecemasan, namun strategi koping yang digunakan oleh

keduanya berbeda sehingga dapat mempengaruhi tinggi ataupun rendahnya suatu kecemasan.⁶¹

Berdasarkan analisis univariat fungsi keluarga siswa SMA tingkat akhir memiliki nilai median sebesar 6 dengan nilai maksimum 10 dan nilai minimum 1, maka dapat dikatakan fungsi keluarga siswa SMA bernilai sedang sesuai dengan skor yang didapatkan. Hal ini sejalan dengan penelitian Merry (2019), terdapat faktor yang mempengaruhi fungsi keluarga yakni keluarga dengan tingkat pengetahuan yang baik dalam memahami masalah pendidikan dan komunikasi keluarga yang selalu terjaga.⁶² Faktor tersebut akan membantu siswa dalam menghadapi tantangan, sehingga siswa sangat membutuhkan dukungan keluarga untuk mendapatkan informasi dan hal-hal yang dibutuhkan selama menjalani kehidupannya.⁶³ Ketika siswa menerima dukungan yang tepat dari keluarganya, mereka merasa aman, tenang, dan dihargai oleh lingkungannya. Kesesuaian ini juga ditemukan dalam penelitian Binti (2022) yang memiliki presentase tertinggi sebesar 65%, yang menunjukkan fungsi keluarga yang sedang. Fungsi keluarga tersebut terjadi karena adanya interaksi yang baik antara siswa dan keluarga, sehingga dapat diartikan sebagai kehadiran dan ketersediaan orang tua yang selalu ada dan dapat diandalkan oleh anak-anaknya atau sering dikenal dengan sebutan dukungan keluarga.⁶⁴ Perhatian, kepedulian, dan dukungan emosional merupakan contoh dukungan keluarga. Selain itu, dukungan keluarga juga dapat di bagikan melalui dukungan penghargaan, yaitu seperti dukungan yang diberikan melalui ungkapan perasaan bangga.⁶⁵ Anak-anak dapat merasakan dampak positif, penegasan, atau bantuan dari fungsi keluarga yang menunjukkan bahwa lingkungan keluarga mendukung dan akan membuat segalanya lebih mudah, terutama di masa-masa sulit.⁶⁶

Hasil analisis univariat dari *self-esteem* siswa SMA tingkat akhir memiliki nilai rata-rata 105,53 dan nilai standar deviasi sebesar 17,12 , maka

dapat dikatakan *self-esteem* siswa SMA bernilai sedang sesuai dengan skor yang didapatkan. Hal ini sesuai dengan penelitian Shintya *et al* (2024) mengenai tingkat *self-esteem* pada remaja sma/smk.⁶⁷ *Self-esteem* pada remaja dapat meningkat dan menurun tergantung dari seberapa sering seseorang mencapai tujuan, menilai gambaran dan perbandingan sosial. Gambaran evaluatif menentukan bagaimana individu mengevaluasi pada sudut pandang orang lain. Kemudian, membandingkan diri dengan orang disekitar akan mempengaruhi penilaian positif ataupun negatif terhadap dirinya.^{68,69} *Self-esteem* adalah salah satu komponen paling penting yang memengaruhi perilaku seseorang, hal ini dapat memengaruhi cara siswa berpikir, membuat keputusan, dan nilai-nilai kehidupan.⁶⁸ Setiap orang ingin mendapatkan bukti positif seperti merasa layak, mampu, dan bermanfaat untuk orang banyak, walaupun mempunyai kekurangan fisik dan kelemahan mental.²³ *Self-esteem* siswa yang baik dapat menimbulkan rasa cukup pada kepribadian, kemampuan yang dimiliki, menerima dan memberikan penghargaan positif terhadap dirinya, serta merasa penting.¹⁰ Terdapat beberapa faktor yang berhubungan dengan tinggi dan rendahnya *self-esteem* pada seorang remaja, yaitu pola asuh orang tua, pengaruh teman sebaya, penampilan fisik, media sosial, norma sosial budaya dan pencapaian akademik.⁶⁹ Studi ini sesuai pada penelitian Nadila (2022) yang mengatakan bahwa pencapaian akademik akan meningkatkan *self-esteem* siswa sehingga memiliki kemungkinan besar dalam memikirkan masa depannya, seperti memiliki keberanian untuk menetapkan tujuan jangka panjang dan juga mampu mengungkapkan harapan untuk kedepannya.⁷⁰ Sebaliknya, saat siswa memiliki *self-esteem* rendah, maka akan mempengaruhi hasil belajar karena siswa akan cenderung sulit dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungannya dan selalu takut, malu, karna berfikir dirinya berbeda dari teman-temannya.²³ *Self-esteem* remaja juga dibentuk oleh gaya pengasuhan, yang dimulai dengan interaksi dan pengajaran antara orang tua dan anak. Misalnya, memberi anak dukungan

emosional, perhatian, dan pengakuan atas usaha dan prestasi anak akan membantu mengembangkan rasa percaya diri yang baik.⁷¹ Pikiran seseorang secara keseluruhan tentang dirinya sendiri juga dapat dipengaruhi oleh penampilan fisiknya, khususnya jika seseorang memiliki pandangan yang buruk tentang tubuhnya, seperti merasa tidak menarik atau tidak senang dengan bentuk tubuhnya. *Self-esteem* yang rendah dapat disebabkan oleh perasaan tidak mampu yang disebabkan oleh ketidakpuasan terhadap penampilan fisik seseorang.⁶⁹ *Self-esteem* yang rendah akan menghalangi seseorang untuk mengekspresikan dirinya sehingga akan berdampak pada kenyamanan hidupnya.¹⁰ Salah satu hal yang memengaruhi siswa selama proses pembelajaran adalah *self-esteem* yang dimiliki. Siswa dengan *self-esteem* yang kuat mampu menahan diri untuk tidak bertindak diluar kendali yang dapat merugikan cita-citanya.⁷²

Hasil analisis univariat dari simtom kecemasan siswa SMA tingkat akhir memiliki nilai median 48 dengan nilai maksimum sebesar 76 dan nilai minimum 22, maka dapat dikatakan simtom kecemasan siswa SMA bernilai sedang sesuai dengan skor yang didapatkan. Hal ini sejalan dengan penelitian Upik *et al* (2020) mengenai proses ujian akhir yang dikaitkan dengan dukungan sosial pada tingkat kecemasan. Penyebab siswa mengalami simtom kecemasan adalah karena terdapat beberapa faktor seperti saat ingin menghadapi ujian sekolah, sebab hal tersebut merupakan suatu keadaan yang tidak menyenangkan bagi siswa SMA baik itu saat persiapan ujian sampai dengan proses pelaksanaannya. Peristiwa ini bisa terjadi karena persiapan yang kurang maksimal, perasaan takut gagal, dan memikirkan hal yang tidak rasional lainnya.⁷³ Hasil penelitian sesuai dengan milik Rosalia *et al* (2021) yang menyatakan banyak siswa SMA yang mengalami kecemasan saat menghadapi ujian matematika, siswa mengaku bahwa dirinya merasakan beberapa simtom kecemasan seperti tangan dingin, gemetar, jantung berdebar,

gelisah dan mulas.⁷⁴ Faktor internal dan eksternal memiliki dampak terhadap munculnya simtom kecemasan pada siswa yang harus diketahui agar siswa dapat menangani simtom yang dialami saat menghadapi ujian. Faktor internal dapat terjadi dari dalam diri dan eksternal berasal dari luar diri, seperti *self-esteem* dan dukungan sosial baik itu dukungan keluarga maupun pertemanan.⁷³ Siswa yang mengalami kecemasan ringan, biasanya hanya muncul sebentar dan merupakan suatu hal yang biasa terjadi akibat beberapa situasi yang mungkin mengancam, hal ini juga dapat mengingatkan siswa untuk lebih berhati-hati dalam menghadapi tantangan tertentu.⁷⁵ Namun, jika kecemasan yang dialami siswa terlalu banyak akan berdampak negatif pada kehidupan akademik siswa dan dapat menyebabkan motivasi rendah, strategi belajar yang buruk, kesulitan berkonsentrasi, evaluasi diri yang buruk, serta persepsi kesehatan yang buruk.⁷⁴ Selain itu, penelitian sebelumnya mendukung hasil penelitian ini bahwa kecemasan yang tinggi pada siswa akan berdampak negatif pada ujian akademik, keyakinan diri, cara belajar, dan konsep pribadi.⁷⁶ Kecemasan yang dialami siswa SMA dapat dipengaruhi oleh beberapa hal juga seperti tentang karir akademik dan takut mengecewakan keluarga. Siswa sering merasa khawatir jika setelah bertahun-tahun menempuh pendidikan SMA hasil yang didapatkan tidak sesuai dengan keinginannya.¹⁸

Pada penelitian ini, hasil uji *Spearman* didapatkan nilai p sebesar $<0,001$ yang dapat disimpulkan bahwa ada korelasi antara fungsi keluarga dengan simtom kecemasan pada siswa SMA tingkat akhir dengan koefisien korelasi $-0,629$, hal ini menandakan adanya hubungan negatif yang berarti semakin tinggi skor fungsi keluarga, maka simtom kecemasan siswa SMA tingkat akhir akan semakin menurun dengan kekuatan korelasi kuat. Sesuai dengan penelitian Aulia (2021) yang memaparkan bahwa fungsi keluarga memiliki peran untuk memenuhi kebutuhan dasar dan coping setiap anggota

keluarga, salah satunya dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan.³⁰ Seseorang tumbuh dan berkembang dalam keluarganya, kesuksesan didasarkan pada sifat-sifat individu yang menggunakan norma-norma keluarga sebagai standar perilaku. Ada unsur-unsur internal dan eksternal yang memengaruhi cara keluarga berfungsi. Pendidikan, emosi, tahap perkembangan, dan spiritualitas adalah contoh pengaruh internal, sedangkan status sosial ekonomi, latar belakang budaya, dan metode dukungan keluarga adalah contoh faktor eksternal.⁶³ Kesesuaian penelitian juga ditemukan oleh Qania *et al* (2024) dalam penelitiannya yang mengatakan bahwa keluarga dianggap berperan penting dalam membantu siswa menghadapi tantangan dengan membantu mengurangi kecemasan dan meningkatkan semangat hidup, serta memperkuat komitmen untuk terus berusaha dalam mengatasi hambatan yang ada.⁷⁷ Pola asuh, jenis kelamin, lingkungan, dan kelekatan keluarga adalah beberapa penyebab kecemasan, seperti yang disebutkan dalam bab sebelumnya tentang kajian teori. Fungsi keluarga menjadi salah satu alasan siswa mengalami kecemasan, hal ini dipengaruhi oleh baik atau tidaknya hubungan antar keluarga.⁶⁴ Sesuai pada penelitian Revaldo *et al* (2024) yang mengatakan fungsi keluarga sangat penting untuk perkembangan psikososial remaja, sehingga dapat digunakan sebagai referensi untuk menganalisis hubungannya dengan tingkat kecemasan.⁷⁸ Fungsi keluarga dapat berupa dukungan emosional, seperti pemberian semangat, perhatian, dukungan instrumental dengan memberi fasilitas, dukungan informasional dengan memberi nasehat yang positif dan juga dukungan penghargaan dengan memberi support yang baik. Dukungan emosional tersebut akan membuat siswa merasa diberi perhatian, sehingga saat terjadi kecemasan siswa tidak mudah putus asa dan justru dapat mengatasinya.⁷⁷ Sesuai dengan hasil penelitian Devinda *et al* (2020) menyebutkan bahwa seseorang yang memiliki fungsi keluarga yang tinggi akan merasa positif dalam hidup, lebih percaya diri, harga diri lebih tinggi, dan menurunnya rasa cemas. Fungsi

keluarga yang baik, seperti dukungan orang tua akan membantu siswa mengatasi stresor di tempat kerja nantinya setelah lulus, selain itu juga dapat membantu dalam mengatasi tekanan psikologis saat masa sulit.⁷⁹ Sejalan dengan penelitian luar negeri milik *Blanca et al* (2021) menyebutkan fungsi keluarga yang buruk berhubungan dengan tingkat kecemasan yang lebih tinggi pada remaja. Secara khusus, individu yang berasal dari keluarga dengan pola komunikasi yang buruk, pengasuhan yang tidak konsisten, atau rendahnya dukungan emosional cenderung mengalami kecemasan yang lebih tinggi. Sebaliknya, keluarga dengan komunikasi yang baik, dukungan emosional yang kuat, dan hubungan yang sehat dapat berperan dalam mengurangi kecemasan pada individu.⁸⁰ Keseluruhan hasil penelitian yang telah dilakukan secara garis besar menyebutkan bahwa hubungan fungsi keluarga dengan simtom kecemasan pada siswa SMA sangat penting karena dapat membentuk karakter siswa menjadi lebih optimistis tentang kehidupan saat ini dan di masa depan.⁸¹

Hasil uji *Spearman* didapatkan nilai p sebesar $<0,001$ yang dapat disimpulkan bahwa ada korelasi antara *self-esteem* dengan simtom kecemasan pada siswa SMA tingkat akhir dengan koefisien korelasi -0.523 , hal ini menggambarkan adanya hubungan negatif yang berarti semakin tinggi skor *self-esteem*, maka simtom kecemasan siswa SMA tingkat akhir akan semakin menurun dengan kekuatan korelasi kuat. Sejalan dengan hasil milik *Vellian et al* (2023) yang mengatakan terdapat hubungan yang kuat antara *self-esteem* dengan tingkat kecemasan pada remaja yaitu ketika seorang remaja yang memiliki *self-esteem* yang besar akan diikuti dengan menurunnya tingkat kecemasan. Seseorang yang mempunyai *self-esteem* yang tinggi akan merasa yakin terhadap dirinya sendiri dan dapat menangani situasi dengan benar, dengan demikian akan mengurangi kemungkinan simtom kecemasan muncul. Namun, ketika seseorang mempunyai *self-esteem* yang kurang biasanya sering

mengevaluasi diri secara negatif yang dapat menimbulkan perasaan sedih, kecewa dan ketakutan sehingga berujung pada timbulnya simptom kecemasan di dalam dirinya.²³ *Self-esteem* dianggap sebagai kebutuhan dasar manusia yang berkaitan dengan kualitas hidup secara keseluruhan, seperti fisik dan mental. *Self-esteem* yang rendah dikaitkan dengan peningkatan risiko depresi, penyalahgunaan zat, kenakalan, dan gangguan kecemasan.³⁴ Sejalan dengan hasil studi Ulfa (2023) yang mengatakan, terdapat korelasi antara *self-esteem* dan kecemasan berbicara di depan umum. Siswa dalam menjalani pendidikannya sangat berkaitan dengan kemampuan dalam bersosial, sehingga diperlukan *self-esteem* yang tinggi agar mampu mengatur kecemasan saat berbicara didepan orang banyak. Namun jika *self-esteem* siswa menurun, akan menciptakan kecemasan yang tidak dapat diatasi saat berbicara didepan orang banyak.⁸² Penelitian Andi (2019) juga membuktikan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara *self-esteem* dengan kecemasan, jika *self-esteem* yang dimiliki semakin tinggi, akan semakin menurunkan kecemasan yang dialami dan begitupun sebaliknya. *Self-esteem* yang ada didalam kehidupan seseorang, sering dikaitkan dengan keadaan merasa berharga terhadap diri sendiri maupun penilaian orang lain kepada diri sendiri yang dilihat dari perilaku sehari-hari.¹³ Ketika seseorang memiliki *self-esteem* rendah, dirinya akan merasakan sedih yang berlebihan saat gagal, melebih-lebihkan situasi, saat berinteraksi dengan orang lain akan merasa canggung dan malu, sehingga tanpa disadari akan membentuk simptom kecemasan didalam diri ketika menghadapi situasi sulit nantinya.⁶⁹ Temuan yang sama terlihat dalam penelitian luar oleh Seema *et al* (2017), yang menunjukkan korelasi negatif antara kecemasan dan *self-esteem*. Salah satu faktor risiko penting untuk kecemasan remaja adalah *self-esteem* yang rendah. Remaja dengan *self-esteem* rendah biasanya mengalami tingkat kecemasan yang lebih tinggi karena mereka lebih khawatir akan penilaian negatif dari orang lain. Untuk mengurangi kecemasan, penelitian ini menekankan pentingnya membantu

remaja mengembangkan rasa percaya diri yang positif.⁸³ Penelitian lain yang dilakukan oleh Natasya (2024) juga menunjukkan terdapat korelasi antara *self-esteem* pelajar SMA dengan simptom kecemasan. Penelitian tersebut, mengatakan *self-esteem* adalah persepsi orang secara pribadi tentang dirinya yang dihasilkan dari pemahaman tentang bagaimana dirinya menilai diri sendiri dan orang lain yang dapat menghasilkan nilai positif dan negatif. Ketika penilaian tentang diri sendiri dominan bernilai positif, maka *self-esteem* akan tinggi dan simptom kecemasan yang dialami dapat menurun.¹⁴

Selain itu, ada sejumlah faktor lain yang berhubungan dengan gejala kecemasan pada siswa. Menurut penelitian Gravelia et al. (2024), variabel media sosial memiliki peran besar, terutama di dunia modern di mana terdapat banyak tekanan untuk menjadi sempurna, perbandingan sosial yang berlebihan, dan *cyberbullying* dapat membuat remaja merasa lebih cemas.^{84,85} Selajutnya, terdapat korelasi antara kondisi kesehatan fisik dan gejala kecemasan. Misalnya, penelitian oleh Siska et al. (2023) menemukan hubungan antara obesitas dan gejala kecemasan, dan Vory et al. (2023) menemukan korelasi signifikan antara kecemasan dan status gizi.^{86,87}

Setelah mendapatkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap siswa SMA Negeri 3 Mandau, terdapat beberapa keterbatasan dalam penelitian ini. Keterbatasan tersebut mencakup variabel-variabel lain yang perlu dipertimbangkan untuk mengkaji hubungan antar variabel secara lebih menyeluruh. Selain itu, penelitian ini hanya melibatkan satu sekolah, sehingga disarankan untuk menggunakan sampel yang lebih luas dengan melibatkan siswa SMA dari beberapa sekolah, guna memperoleh hasil yang lebih optimal.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Data yang telah dianalisis dalam penelitian yang telah dilakukan ini, memiliki beberapa kesimpulan, yaitu :

1. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin memiliki sampel perempuan lebih banyak dengan 93 sampel (53%).
2. Frekuensi berdasarkan fungsi keluarga siswa SMA tingkat akhir memiliki nilai rata-rata sebesar 6,42 dengan standar deviasi 2,289, dan nilai median 6 serta rentang nilai dari 1 hingga 10.
3. Frekuensi berdasarkan *self-esteem* siswa SMA tingkat akhir memiliki nilai rata-rata 105,53 dengan standar deviasi 17,12, dan nilai median 106 serta rentang nilai 65 hingga 150.
4. Frekuensi berdasarkan kecemasan siswa SMA tingkat akhir didapatkan nilai rata-rata 46,91 dengan standar deviasi 11,53, dan nilai median 48 serta rentang nilai 22 hingga 76.
5. Terdapat hubungan antara fungsi keluarga dengan simtom kecemasan pada siswa SMA tingkat akhir dengan kekuatan korelasi yang kuat.
6. Terdapat hubungan antara *self-esteem* dengan simtom kecemasan pada siswa SMA tingkat akhir dengan kekuatan korelasi yang kuat.

5.2 Saran

Penelitian ini masih membutuhkan saran yang diperoleh dari keterbatasan yang ada ketika kegiatan ini sedang berjalan. Berikut beberapa saran yang akan menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya :

1. Untuk penelitian berikutnya, peneliti mengharapkan penelitian selanjutnya dapat menggali aspek-aspek lain yang berhubungan dengan simtom

kecemasan yang belum tercakup dalam penelitian ini. Beberapa aspek potensial sudah disebutkan di akhir pembahasan dan dapat menjadi fokus untuk penelitian lebih lanjut.

2. Penelitian ini hanya menggunakan sampel dari satu sekolah, sehingga hasil yang diperoleh mungkin tidak sepenuhnya mewakili keragaman karakteristik dan kondisi remaja di berbagai konteks. Oleh karena itu, disarankan untuk menggunakan sampel yang lebih besar dan melibatkan beberapa sekolah sebagai populasi dengan harapan diperolehnya temuan yang lebih memperkuat validitas hasil penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

1. Hasbelita T. Hubungan Antara Keberfungsian Keluarga Dengan Kenakalan Remaja Pada Siswa SMA Di Pekanbaru. Published online 2019.
2. Kawengian S, Tucunan AA, Korompis GE. Penerapan Fungsi Keluarga Di Sulawesi Utara. *J KESMAS*. 2021;10(7):48-59.
3. Agusriani, Torro S. Pengaruh Fungsi Keluarga Terhadap Karakter Siswa di UPT Sekolah Menengah Atas Negeri 23 Bone. *Pinisi J Sociol Educ Rev*. 2023;3(2):59-66.
4. Ayuningsih NS, Hudasaksana B, Afiani SC, Loviana LF, Mahardika IK. Pertumbuhan dan Perkembangan Remaja Ditinjau dari Sikap Kepatuhan Terhadap Orang Tua. *J Pendidik Tambusai*. 2023;7(3):27177-27179.
5. Ramdani C, Miftahudin U, Latif A. Peran Keluarga Dalam Pendidikan Karakter. *Banun J Pendidik Islam Anak Usia Dini* . 2023;2(1):12-20.
6. Valencia C, Soetikno N. Pengaruh Fungsi Keluarga terhadap Self-Esteem Remaja yang Memiliki Keluarga Bercerai pada Masa Anak. *J Pendidik Tambusai*. 2022;6(2):13191-13201.
7. Mia NA zam zam, Novianti E. Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Remaja yang Mengalami Bullying The Effect of Family Support on Anxiety Levels in Teenagers Experience Bullying. *J Ilm Kesehat Masy*. 2021;13:16-21.
8. Bagus Wicaksono, Ratriana Yulastuti Endang Kusumiati. Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *G-Couns J Bimbing dan Konseling*. 2024;8(3):1603-1614. doi:10.31316/gcouns.v8i3.6109

9. Lubis FM, Mahendika D. Hubungan Parenting Style, Peer Pressure, Self-Esteem, dan Kesehatan Mental pada Remaja Indonesia di Jawa Barat. *J Psikol dan Konseling West Sci*. 2023;1(02):90-104. doi:10.58812/jpkws.v1i02.262
10. Nopirda Y, Oktivianto O, Dhevi NR. Hubungan Self Esteem Dan Orientasi Masa Depan Bidang Pendidikan Pada Siswa Kelas Xi Di Palembang. *J Pendidik Glas*. 2020;4(2):107-116. doi:10.32529/glasser.v4i2.721
11. Ariyanti V, Purwoko B. Faktor – Faktor yang Memengaruhi Self-Esteem Remaja: Literature Review. *Ter J Bimbing dan Konseling*. 2023;6(3):362-368. doi:10.26539/teraputik.631389
12. Amalia M, Sahara ER, Rizqina DL, Zuhro' Fitriana AQ. Efektivitas Self Esteem Dengan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (Rebt) Pada Kesehatan Mental Remaja Yatim Di Desa Pulukan, Bali. *J Ekon Dan Bisnis*. 2023;3(2):289-294. doi:10.47233/jebis.v3i2.825
13. Tajuddin A, Haenidar. Hubungan antara Harga Diri dengan Kecemasan Sosial pada Remaja Akhir. *J Psikol Univ Indones Timur*. 2019;1(1):56-65. <https://jurnal.uit.ac.id/JPS/article/download/166/106>
14. Kinanti NP. Self-Esteem Pelajar Sma Swasta Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Medan 2024. Published online 2024.
15. Hayati F, Gustina G. Hubungan Pengetahuan dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Menghadapi Menarche di SMP Negeri 13 Kota Jambi. *J Akad Baiturrahim Jambi*. 2020;9(2):149. doi:10.36565/jab.v9i2.159
16. Rahayu PP, Irsyadiyah AU. Psikoedukasi Tentang Kesehatan Mental Dan Psikopatologi Pada Masyarakat. *J Pengabd Masy*. 2022;2(2):73-81. doi:10.31004/abdira.v2i2.135
17. Muyasaroh H. Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap dalam menghadapi

- Pandemi Covid 19. *LP2M UNUGHA Cilacap*. Published online 2020:3.
<http://repository.unugha.ac.id/id/eprint/858>
18. Mariah W, Yusmami Y, Pohan RA. Analisis Tingkat Kecemasan Karir Siswa. *Cons Berk Kaji Konseling dan Ilmu Keagamaan*. 2020;7(2):60. doi:10.37064/consilium.v7i2.8164
 19. Muslimahayati M, Rahmy HA. Depresi dan Kecemasan Remaja Ditinjau dari Perspektif Kesehatan dan Islam. *DEMOS J Demogr Ethnogr Soc Transform*. 2021;1(1):35-44. doi:10.30631/demos.v1i1.1017
 20. UNICEF. Profil Remaja 2021. *Unicef*. 2021;917(2016):1-2. [https://www.unicef.org/indonesia/media/9546/file/Profil Remaja.pdf](https://www.unicef.org/indonesia/media/9546/file/Profil%20Remaja.pdf)
 21. Indonesia National Adolescent Mental Health Survei. National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) Laporan Penelitian. *Ment Health (Lond)*. Published online 2022:xviii. <https://qcmhr.org/outputs/reports/12-i-namhs-report-bahasa-indonesia>
 22. Meri M, Asriati N, Al Hidayah R. Analisis Fungsi Keluarga Dalam Mendidikanak Pada Keluarga Petani Padi Di Desa Merubung Kabupaten Sambas. *J Pendidik dan Pembelajaran Khatulistiwa*. 2022;11(4):1-10. doi:10.26418/jppk.v11i4.54034
 23. Hasanah PNVRN, Faozi BF, Fitriani. Hubungan Harga Diri dengan Kecemasan Sosial pada Remaja. *J Ilmu Keperawatan Sebel April*. 2023;5(1):47-54. <https://ejournal.unsap.ac.id/index.php/jiksa/article/view/886/408>
 24. Suswati WSE, Yuhbaba ZN, Budiman ME. Kesehatan Mental Pada Remaja Di Lingkungan Sekolah Menengah Atas Wilayah Urban Dan Rural Kabupaten Jember. *J Keperawatan Jiwa Persat Perawat Nas Indones*. 2023;11(3):537-544.

25. Eny S. Fungsi Keluarga, Masyarakat Dan Pemerintah Dalam Proses Pendidikan (Tinjauan Sosiologis). *Islamika*. 2020;11(1):14-31. <https://core.ac.uk/download/pdf/287361647.pdf>
26. Lazarusli B, Lestari S, Abdullah G, Sudrajat R, Suciptaningsih OA. Penguatan Peran Keluarga Dalam Pembentukan Kepribadian Anak Melalui Seminar Dan Pendampingan Masalah Keluarga. *E-Dimas*. 2014;5(1):55. doi:10.26877/e-dimas.v5i1.565
27. Maindoka CRN, Utami AB, Ramadhani HS. Meninjau Peran Keluarga : Keberfungsian Keluarga Berkaitan dan Orientasi Masa Depan Remaja. *Sukma J Penelit Psikol*. 2023;4(2):316-327.
28. Nggarang BN, Jahum G. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Pada Remaja Putri Kelas Vii Dalam Menghadapi Menarche Di Smp Widya Bhakti Ruteng. 2019;000(10).
29. Agustianisa R. Hubungan Antara Dukungan Keluarga dengan Kecemasan pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *J Ilm Komun Makna*. 2022;10(2):130. doi:10.30659/jikm.v10i2.14577
30. Safira AM, Studi P, Dokter P, Kedokteran F, Surakarta UM. Keluarga Terhadap Tingkat Kecemasan Remaja Di Era Pandemi Covid-19. Published online 2021. <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/89849>
31. Indari I, Asri Y, Utami VC, Setyowati I, Nurwinda S, Kusuma E. Hubungan Usia, Pendidikan, Pekerjaan, Penyebab Broken Home dan Status Tempat Tinggal dengan Self-Esteem Remaja pada Keluarga Broken Home di Desa Sidorahayu Wagir Malang. *Malahayati Nurs J*. 2023;5(1):14-22. doi:10.33024/mnj.v5i1.7599
32. Yudiono U, Sulistyo S. Self-esteem: Faktor-faktor yang mempengaruhinya Self-esteem: The influence factors. *Wiyata Dharma J Penelit dan Eval*

Pendidik. 2020;8(2):99-105.
<http://jurnal.ustjogja.ac.id/index.php/wdhttp://dx.doi.org/10.30738/wd.v8i2.8736>

33. Lestari DD. Hubungan Harga Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Masa Depan Pada Remaja Di Panti Asuhan Al Ikhlas Brongkal. *MIDWINERSLION J Kesehat STIKes Buleleng*. 2020;5(1):132.
34. Suparman. Hubungan Self-Esteem terhadap Level Kecemasan pada Mahasiswa Pogram Studi Pendidikan Agama Kristen. *Diligentia J Theol Christ Educ*. 2019;1(1):87-97.
35. Cirebon AX, Madani DA, Tobing DL. Harga Diri , Penerimaan Diri , dan Kecemasan Sosial Self-Esteem , Self-Acceptance , and Social Anxiety in Adolescents at the Cirebon " X " Orphanage. 2024;16(1):7-13.
36. Perrotta G. Anxiety Disorders : Definitions , Contexts , Neural Correlates And Strategic Jacobs Journal of Neurology and Neuroscience Anxiety Disorders : Definitions , Contexts , Neural Correlates And Strategic Therapy. *Jacobs J Beurology Neurosci*. 2019;1(September):1-15.
37. Oktamarina L, Kurniati F, Sholekhah M, Nurjanah S, Wahyuni Oktaria S, Apriyani T. BHARASUMBA : Jurnal Multidisipliner Gangguan Kecemasan (Axiety Disorder) Pada Anak Usia Dini. *J Multidisipliner Bharasumba*. 2022;2(1):120-134.
38. Ruskandi JH. Kecemasan Remaja pada Masa Pandemi Covid-19. *J Penelit Perawat Prof*. 2021;3(3):483-492. doi:10.37287/jppp.v3i3.530
39. Resti Rahmawati. Menurunkan gejala kecemasan pada gangguan kecemasan umum dengan cognitive therapy. *Procedia Stud Kasus dan Interv Psikol*. 2022;10(4):103-107. doi:10.22219/procedia.v10i4.19184

40. SCIENCES U of SA for H. Mental Health Statistics [2024]. University of St. Augustine for Health Sciences. Published 2024. Accessed January 3, 2024. <https://www.usa.edu/blog/mental-health-statistics/>
41. Institut de Publique Sondage d'Opinion Secteur. IPSOS Global Health Service Monitor2023.*Ipsos*.2023;1(November):1-32. <https://www.ipsos.com/en/global-health-service-monitor-2020>
42. Zahra NFG, Saputra RA, Wibowo AH. Deteksi Tingkat Gangguan Kecemasan Menggunakan Metode Random Forest. *JT J Tek*. 2024;13(01):38-47. <http://jurnal.umt.ac.id/index.php/jt/index>
43. Andrade C. Stahl's Essential Psychopharmacology: Neuroscientific Basis and Practical Applications. *Mens Sana Monogr*. 2010;8(1):146. doi:10.4103/0973-1229.58825
44. Kalinin V V. *Anxiety Disorders Edited*. Vladimir V. (Smiljanic T, ed.). July, 2011; 2011.
45. Kaplan HI, Sadock BJ. *Synopsis of Psychiatry 12th Edition*. Vol 12.; 2022.
46. Akbar RR, Anissa M, Hariyani IP, Rafli R. Edukasi Masyarakat Mengenai Gejala Cemas. *Din J Pengabd Kpd Masy*. 2022;6(4):876-881. doi:10.31849/dinamisia.v6i4.10008
47. Dewi A, Puspitosari WA. Pengaruh APGAR keluarga terhadap kecerdasan emosi remaja. *Mutiara Med*. 2010;2:110-115.
48. Desy Dewi Suminar, Hedi Wahyudi. Hubungan Fungsi Keluarga dengan Subjective Well-Being Siswa SMP Negeri di Kota Tasikmalaya Selama COVID-19. *Bandung Conf Ser Psychol Sci*. 2022;2(1):319-327. doi:10.29313/bcsps.v2i1.1070
49. Oktowaty S, Setiawati EP, Arisanti N. Hubungan Fungsi Keluarga Dengan

- Kualitas Hidup Pasien Penyakit Kronis Degeneratif di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama. *J Sist Kesehat*. 2018;4(1):1-6. doi:10.24198/jsk.v4i1.19180
50. Maulana A. Analisis Validitas, Reliabilitas, dan Kelayakan Instrumen Penilaian Rasa Percaya Diri Siswa. *J Kualita Pendidik*. 2022;3(3):133-139. doi:10.51651/jkp.v3i3.331
 51. Dewi SK, Sudaryanto A. Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Pengetahuan , Sikap dan Perilaku Pencegahan Demam Berdarah. *Semin Nas Keperawatan Univ Muhammadiyah Surakarta 2020*. Published online 2020:73-79.
 52. Ridwan ES, Sarwadhmana RJ, Rofiyati W. Measuring family functioning: validation and adaptation of the family APGAR into Indonesian. *JNKI (Jurnal Ners dan Kebidanan Indones (Indonesian J Nurs Midwifery)*. 2023;10(4):348. doi:10.21927/jnki.2022.10(4).348-355
 53. Potard C. Encyclopedia of Personality and Individual Differences. *Encycl Personal Individ Differ*. 2016;(January). doi:10.1007/978-3-319-28099-8
 54. Prabowo MW. Gambaran Self-Esteem pada Penderita Lepra di Kabupaten Tegal. *J RAP (Riset Aktual Psikol Univ Negeri Padang)*. 2019;10(2):145. doi:10.24036/rapun.v10i2.106053
 55. Kartika ES, Indonesia. Hubungan Antara Self-Esteem Dengan Altruism Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2017 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. *Univ Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*. Published online 2022.
 56. Dunstan DA, Scott N. Norms for Zung's Self-rating Anxiety Scale. *BMC Psychiatry*. 2020;20(1):1-8. doi:10.1186/s12888-019-2427-6
 57. Sukova SH. Hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada remaja menjelang ujian. *Skripsi-2019*. Published online 2020.

http://repository.trisakti.ac.id/usaktiana/index.php/home/detail/detail_koleksi/6/SKR/th_terbit/0000000000000000100986/2019

58. Chandradewi C. Semakin tinggi skor, semakin tinggi pula self-esteem individu tersebut. *StudObsAnal*.2022;(8.5.2017):2003-2005.
<https://dataindonesia.id/sektor-riil/detail/angka-konsumsi-ikan-ri-naik-jadi-5648-kgkapita-pada-2022>
59. Meivira A, Dewi NMARD, Puspitasari CE. Uji validitas dan reliabilitas kuesioner penggunaan dan penyimpanan antibiotika di kecamatan ampenan validity and reliability test of questionnaire use and storage antibiotics drugs in ampenan. *Arch Pharm*. 2022;4(January):10-18.
60. Susanto TD, Sutrisna B, Adisasmita AC, Vinsensa A, Mega Tri Anggraini SN. Validity and reliability of indonesian languages version of zung self-rating depression scale questionnaire for pulmonary tuberculosis patients. *Indian J PublicHealResDev*.2019;10(12):2023-2027.
doi:10.37506/v10/i12/2019/ijphrd/192171
61. Sugiharno RT, Susanto WHA, Ardiansa A, Wospakrik F, Ester E. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa dalam Menghadapi Praktik Klinik Keperawatan. *JKeperawatanSilampari*.2022;6(1):717-724.
doi:10.31539/jks.v6i1.4698
62. Ulfah M. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kecemasan Remaja Putri Usia Pubertas dalam Menghadapi Menarche di SMP Muhammadiyah 5 Yogyakarta. *Skripsi*. Published online 2019.
<http://digilib.unisayogya.ac.id/id/eprint/1130>
63. Utami DS. Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Pada Remaja Putri Terhadap Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Smp Negeri 1 Cimalaka. *Jiksa (Jurnal Ilmu Keperawatan Sebel April*. 2022;4(1):48-56.

<https://ejournal.unsap.ac.id/index.php/jiksa/article/view/141>

64. Awalia BF. Pengaruh dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan menghadapi masa depan pada siswa smk di kota blitar. Published online 2022. <http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/40457>
65. Syazuana, D., Fithria, & Hartaty N. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Pada Siswa Menjelang Ujian Akhir Semester. *J Ilm Mhs Fak Keperawatan*. 2022;V(4):128-132.
66. Mariatun M, Munir A, Metia C. Hubungan Self Efficacy dan Dukungan Keluarga dengan Kecemasan Siswa pada Pelajaran Matematika Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Sinabang. *Tabularasa J Ilm Magister Psikol*. 2020;2(1):1-7. doi:10.31289/tabularasa.v2i1.281
67. Nabilla S, Fitri NH, Psikologi PS, Batam U. Tingkat Self-Esteem Pada Remaja SMA / SMK. *J Ilm Zo Psikol*. Published online 2024:124-132.
68. Andhika Anggawira, Dwiki Nur Kholiza, Herio Rizki Dewinda. Hubungan antara Self Esteem dengan Social Anxiety pada Remaja Berstatus Sosial Ekonomi Rendah. *Psyche165J*. 2022;15(2):68-73. doi:10.35134/jpsy165.v15i2.152
69. Fitra NA, Rahayu Z SP, Desmita D, Irman I. Hubungan Self-Esteem dan Body Image pada Remaja Putri di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA). *IstinarahRisKeagamaan,SosdanBudaya*. 2021;3(2):84. doi:10.31958/istinarah.v3i2.4534
70. Nadila. *Hubungan Self Esteem Dan Self Efficacy Dengan Orientasi Masa Depan Remaja Akhir Di Desa Kedondong.*; 2022.
71. Purwanty S, Agustriyani F, Ardinata A, Palupi R, Mukhlis H. Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Self-Esteem pada Remaja di SMA Negeri 2 Gading

- Rejo.*JHumdanIlmu Pendidik.* 2023;3(1):51-56.
doi:10.35912/jahidik.v3i1.2288
72. Magfiroh L, Pratiwi TI. Hubungan Self-Esteem Dan Dukungan Keluarga Dengan Motivasi Berprestasi Pada Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 30 Surabaya. *J BK UNESA*. 2020;11(3):303-311.
 73. Pebriyani U, Sandayanti V, Pramesti W, Safira N. The Social Support with Student Anxiety Level in Facing the National Final Examination. *Juni*. 2020;11(1):78-85. doi:10.35816/jiskh.v10i2.221
 74. Hakim RN, Adirakasiwi AG. Analisis Tingkat Kecemasan Matematis Siswa SMA.*JPembelajaranMatInov*.2021;4(4):809-816. doi:10.22460/jpmi.v4i4.809-816
 75. Ruhansih DS. Efektivitas Strategi Bimbingan Teistik Untuk Pengembangan Religiusitas Remaja (Penelitian Kuasi Eksperimen Terhadap Peserta Didik Kelas X SMA Nugraha Bandung Tahun Ajaran 2014/2015). *QUANTA J Kaji BimbingdanKonseling dalam Pendidik.* 2017;1(1):1-10. doi:10.22460/q.v1i1p1-10.497
 76. Fauziah N, Pujiastuti H. Analisis Tingkat Kecemasan Siswa Dalam Menghadapi Ujian Matematika. *Transform J Pendidik Mat dan Mat*. 2020;4(1):179-188. doi:10.36526/tr.v4i1.872
 77. Nabila Q, Anggraeni R, Susanti Y. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa dalam Penyusunan Skripsi. *Heal Financ J*. 2024;1(1):32-42.
 78. Arisgo R, Rahman A. Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kecemasan Pada Remaja Awal Di SMP Negeri 22 Krui Pesisir Barat Tahun 2024. 2024;4:1510-1517.

79. Sekarina DP, Indriana Y. Hubungan Antara Dukungan Sosial Orangtua Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Siswa Kelas Xii Smk Yudya Karya Magelang. *J EMPATI*. 2020;7(1):381-386. doi:10.14710/empati.2018.20254
80. Dolz-Del-Castellar B, Oliver J. Relationship between family functioning, differentiation of self and anxiety in Spanish young adults. *PLoS One*. 2021;16(3 March):1-16. doi:10.1371/journal.pone.0246875
81. Putri A, Rahayu MNM. Hubungan Dukungan Sosial Orangtua dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Masuk Universitas pada Siswa Sekolah Menengah Atas Tingkat Akhir dalam Situasi Covid-19. *Bull Couns Psychother*. 2022;4(2):365-372. doi:10.51214/bocp.v4i2.266
82. Nur Aini U. Hubungan Self Esteem Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Mahasiswa BPI IAIN Ponorogo. *Naskah Publ*. 2023;13(1):104-116.
83. Seema GB, G VK. Seema & Vankatesh (2017)-Self-esteem and social anxiety in adolescent students. 2017;8(3):435-438.
84. Nur Cahya M, Ningsih W, Lestari A. Dampak Media Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Remaja: Tinjauan Pengaruh Penggunaan Media Sosial pada Kecemasan dan Depresi Remaja. *J Sos Teknol*. 2023;3(8):704-706. doi:10.59188/jurnalsostech.v3i8.917
85. Gustika R, Firta W, Suci Mantauf C, Fahrozi M, Kurnia Sandi D. Journal of Social and Economics Research. *J Sos dan Ekon*. 2021;3(2)(1):123-138.
86. Damaiyanti S, Suri SI, Octavia D. Hubungan Obesitas Dengan Kecemasan Sosial Pada Siswa Sma Negeri Kota Bukittinggi. *J Ners*. 2022;7(1):27-31. doi:10.31004/jn.v7i1.8343
87. Vory V, Fitria Y, Triawanti T, Fadhilah S, Audhah N Al. Hubungan Tingkat

Kecemasan Dengan Perilaku Makan Dan Status Gizi. *Homeostasis*.
2023;6(2):515. doi:10.20527/ht.v6i2.10014

Lampiran 1. Lembar *Informed Consent*

LEMBAR PENJELASAN PENELITIAN

Judul Penelitian : Hubungan Fungsi Keluarga dan *Self-Esteem* Dengan Simtom Kecemasan Pada Siswa SMA Tingkat Akhir

Peneliti : Vivia Maharani, Mahasiswa Program S1 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Sebelum menyatakan kesediaan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini, penting bagi responden untuk membaca penjelasan berikut :

Tujuan penelitian : mengetahui hubungan fungsi keluarga dan *self-esteem* dengan simtom kecemasan pada siswa SMA tingkat akhir.

Prosedur penelitian : Dalam penelitian ini, peneliti akan menentukan subjek penelitian yang dilanjutkan dengan informed consent, setelah mendapat persetujuan dari responden, peneliti akan meminta responden untuk mengisi kuesioner *Zung-Self Anxiety Rating Scale* (ZSAS) yang mengevaluasi tingkat kecemasan, kemudian diikuti dengan pemberian kuesioner *Family APGAR Score* untuk menilai fungsi keluarga, lalu dilanjutkan dengan kuesioner *Coopersmith Self Esteem Inventory* (CSEI) untuk menilai tingkat *self-esteem*. Segala informasi yang saudara berikan akan digunakan sepenuhnya hanya dalam penelitian ini. Peneliti sepenuhnya akan menjaga kerahasiaan identitas saudara dan tidak dipublikasikan dalam bentuk apapun. Jika saudara sudah memahami penjelasan dan bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini, saudara dapat menandatangani lembar persetujuan yang akan peneliti lampirkan.

Duri, 30 September 2024

Peneliti

(Vivia Maharani)

Lembar 2. Lembar Persetujuan Responden

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Setelah mendapat penjelasan mengenai penelitian, tujuan penelitian dan perlakuan pada penelitian ini, maka saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Jenis Kelamin :

Umur :

Alamat :

Dalam penelitian yang berjudul **“Hubungan Fungsi Keluarga dan *Self-Esteem* Dengan Simtom Kecemasan Pada Siswa SMA Tingkat Akhir”**, maka dengan ini saya menyatakan bersedia menjadi responden dalam penelitian tersebut, secara sukarela tanpa ada unsur paksaan dari siapapun. Demikian persetujuan ini saya berikan agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

.

Duri, 30 September 2024

Responden

Peneliti

(.....)

(Vivia Maharani)

Lampiran 3. Lembar Persetujuan Etik (Ethical Clearance)



KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FACULTY OF MEDICINE UNIVERSITY OF MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA

KETERANGAN LOLOS KAJI ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL
"ETHICAL APPROVAL"
No : 1280/KEPK/FKUMSU/2024

Protokol penelitian yang diusulkan oleh :
The Research protocol proposed by

Peneliti Utama : **Vivia Maharani**
Principal in investigator

Nama Institusi : **Fakultas kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara**
Name of the Institution Faculty of Medicine University of Muhammadiyah of Sumatera Utara

Dengan Judul
Title

"HUBUNGAN FUNGSI KELUARGA DAN SELF-ESTEEM DENGAN SIMTOM KECEMASAN PADA SISWA SMA TINGKAT AKHIR"
"THE RELATIONSHIP BETWEEN FAMILY FUNCTIONING AND SELF-ESTEEM WITH ANXIETY SYMPTOMS IN SENIOR HIGH SCHOOL STUDENTS AT THE FINAL LEVEL"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah
 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Resiko, 5) Bujukan / Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan
 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion / Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicator of each standard

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 09 September 2024 sampai dengan tanggal 09 September 2025
The declaration of ethics applies during the periode September 09, 2024 until Septembert 09, 2025



Medan, 09 September 2024
 Ketua
 Assoc. Prof. Dr. dr. Nurfadly, MKT

Lampiran 4. Surat Keterangan Selesai Penelitian



PEMERINTAH PROVINSI RIAU
DINAS PENDIDIKAN
SMA NEGERI 3 MANDAU



Alamat : Jl. Tuanku Tambusai No.42 Duri
 Email: sman3_doeri@ymail.com
 NSS : 301090204003

Kode Pos : 28784
 Telp/Fax : (0765) 595316
 NPSN : 10495346

Akreditasi: A

SURAT KETERANGAN

NO : 1455/II.3.AU/UMSU-08/F/2024

Berdasarkan Surat Nomor: 1455/II.3.AU/UMSU-08/F/2024 dari Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Tanggal 27 September 2024 perihal izin melaksanakan penelitian, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : AGUSMAN, S.Pd.M.Pd
 NIP : 19710823 200801 1 004
 Pangkat/Gol. Ruang : Pembina TK I / IV.b
 Jabatan : Kepala SMAN 3 Mandau
 Unit Kerja : SMAN 3 Mandau

menerangkan bahwa :

Nama : Vivia Maharani
 NPM : 2108260128
 Semester : VII (Tujuh)
 Fakultas : Kedokteran
 Jurusan : Pendidikan Dokter
 Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara (UMSU)

Benar nama tersebut diatas telah melaksanakan penelitian pada tanggal 30 September 2024

Demikian surat ini dikeluarkan agar dapat digunakan seperlunya.

Duri, 04 Oktober 2024
 Kepala SMAN 3 Mandau

AGUSMAN, S.Pd., M.Pd
 NIP 19710823 200801 1 004

Lampiran 5. Alat Ukur Penelitian

Kuesioner Zung Self-Rating Anxiety Scale (ZSAS)

Nama :

Berikan tanda (✓) untuk menjawab setiap pernyataan yang paling menggambarkan apa yang anda rasakan atau menggambarkan diri anda.

No.	Pernyataan	Tidak Pernah	Kadang-kadang	Sering	Selalu
1.	Saya merasa lebih gugup dan cemas dari biasanya				
2.	Saya merasa takut tanpa alasan yang jelas				
3.	Saya merasa panik				
4.	Saya merasa tubuh saya seperti hancur berantakan dan akan hancur berkeping-keping				
5.	Saya merasa semua baik-baik saja dan tidak akan ada hal buruk yang terjadi				
6.	Kedua tangan dan kaki saya gemetar				
7.	Saya sering terganggu oleh sakit kepala, leher, dan punggung				
8.	Saya merasa badan saya lemah dan mudah lelah				
9.	Saya merasa tenang dan dapat duduk dengan nyaman				
10.	Saya merasa jantung saya berdebar-debar dengan keras dan cepat				
11.	Saya sering mengalami pusing				
12.	Saya sering pingsan atau merasa seperti ingin pingsan				
13.	Saya dapat bernafas dengan mudah seperti biasanya				
14.	Saya merasa kaku atau mati rasa dan kesemutan pada jari-jari dan kaki saya				

15.	Saya merasa sakit perut atau gangguan pencernaan				
16.	Saya merasa sering kencing daripada biasanya				
17.	Tangan saya hangat dan kering seperti biasanya				
18.	Wajah saya terasa panas dan kemerahan				
19.	Tadi malam saya dapat tidur dan beristirahat pada malam hari dengan tenang				
20.	Saya mengalami mimpi-mimpi buruk				

Keterangan :

- Tidak pernah sama sekali
- Kadang-kadang saja mengalami demikian
- Sering mengalami demikian
- Selalu mengalami demikian setiap hari

Kuesioner *Family APGAR Score*

Nama :

Berilah tanda (✓) pada kolom yang telah disediakan sesuai dengan perilaku anda saat dirumah.

No.	Fungsi	Uraian	Selalu	Kadang-kadang	Tidak Pernah
1.	<i>Addaption</i> (adaptasi)	Saya merasa puas karena saya dapat meminta bantuan keluarga saya saat ada sesuatu yang mengganggu saya.			
2.	<i>Partnership</i> (kemitraan)	Saya merasa puas karena keluarga saya membicarakan setiap hal dan berbagai masalah dengan saya.			
3.	<i>Growth</i> (pertumbuhan)	Saya merasa puas karena keluarga saya menerima dan mendukung keinginan saya untuk terlibat dalam aktivitas atau kegiatan baru.			
4.	<i>Affection</i> (kasih sayang)	Saya merasa puas karena keluarga saya memperlihatkan kasih sayang dan merespon terhadap emosi saya, seperti rasa marah, penderitaan dan kasih sayang.			
5.	Resolve (kebersamaan)	Saya merasa puas dengan cara keluarga saya dan saya meluangkan waktu bersama-sama.			

Kuesioner *Coopersmith Self Esteem Inventory* (CSEI)

Nama :

Berilah tanda ✓ jika pernyataan tersebut menggambarkan apa yang biasanya anda rasakan atau menggambarkan diri anda.

No	Pernyataan	Sangat Sesuai	Sesuai	Kurang Sesuai	Sangat Tidak Sesuai
1.	Saya menghabiskan waktu saya untuk melamun				
2.	Saya mudah disukai orang lain				
3.	Saya dan orang tua bergembira bersama				
4.	Saya tidak pernah khawatir secara berlebihan soal apapun				
5.	Saya bisa mengutarakan pendapat saya, tanpa terlalu banyak masalah				
6.	Saya mudah merasa kecewa di rumah				
7.	Saya bangga terhadap prestasi akademik di sekolah				
8.	Saya merasa populer/terkenal di lingkungan teman sebaya				
9.	Saya mudah menyerah				
10.	Saya cukup bahagia				
11.	Saya lebih memilih bergaul dengan orang yang lebih muda dari saya				
12.	Orang tua saya banyak berharap pada saya				

13.	Saya menyukai semua orang yang saya kenal				
14.	Saya senang menjadi seorang figur di dalam kelas				
15.	Saya mengerti diri saya				
16.	Sangat menyenangkan berpikir tentang saya				
17.	Semua hal bercampur aduk dalam hidup saya				
18.	Teman-teman selalu mengikuti ide saya				
19.	Tak ada satupun yang memberikan perhatian pada saya di rumah				
20.	Saya tidak terlalu baik di sekolah dan tidak seperti apa yang saya harapkan				
21.	Saya dapat mengutarakan pendapat dan berpegang kuat pada pendapat itu				
22.	Saya mempunyai penilaian yang rendah mengenai diri saya				
23.	Saya tidak senang berada antara orang lain				
24.	Seringkali saya ingin meninggalkan rumah				
25.	Saya sering merasa kecewa di sekolah				
26.	Saya sering malu pada diri saya				
27.	Jika ada yang ingin saya katakan, saya selalu mengungkapkannya				
28.	Saya disukai oleh anak-anak				
29.	Orang tua saya mengerti tentang diri saya				

30.	Saya selalu mengatakan sesuatu dengan jujur				
31.	Guru membuat saya merasa kurang baik				
32.	Saya tidak peduli atas apa yang terjadi pada diri saya				
33.	Saya adalah orang yang gagal				
34.	Orang lain lebih baik daripada saya				
35.	Saya sering merasakan seakan-akan orang tua saya sedang menghukum saya				
36.	Saya mengerti apa yang dikatakan orang lain				
37.	Saya kurang diberi semangat di sekolah				
38.	Saya tidak dibutuhkan orang lain				
39.	Saya tidak menarik seperti orang lain				
40.	Saya biasanya diarahkan orang lain				

Lampiran 6. Dokumentasi





Lampiran 7. Hasil Data SPSS

Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-Laki	71	43.3	43.3	43.3
	Perempuan	93	56.7	56.7	100.0
	Total	164	100.0	100.0	

Statistics

Skor APGAR		
N	Valid	164
	Missing	0
Mean		6.4268
Median		6.0000
Mode		5.00
Std. Deviation		2.28911
Minimum		1.00
Maximum		10.00

Statistics

Skor CSEI		
N	Valid	164
	Missing	0
Mean		105.5366
Median		106.5000
Mode		99.00
Std. Deviation		17.12616
Minimum		65.00
Maximum		150.00

Statistics

Skor ZSAS		
N	Valid	164
	Missing	0
Mean		46.9146
Median		48.0000
Mode		60.00
Std. Deviation		11.53623
Minimum		22.00
Maximum		76.00

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Skor ZSAS	Skor APGAR	Skor CSEI
N		164	164	164
Normal Parameters ^{a, b}	Mean	46.9146	6.4268	105.5366
	Std. Deviation	11.53623	2.28911	17.12616
Most Extreme Differences	Absolute	.139	.197	.047
	Positive	.139	.197	.039
	Negative	-.117	-.193	-.047
Test Statistic		.139	.197	.047
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c		<.001	<.001	.200 ^e
Monte Carlo Sig. (2-tailed) ^d	Sig.	<.001	<.001	.493
	99% Confidence Interval	Lower Bound	.000	.480
		Upper Bound	.000	.506

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. Lilliefors' method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 251863758.

e. This is a lower bound of the true significance.

Correlations

			Skor ZSAS	Skor APGAR	Skor CSEI
Spearman's rho	Skor ZSAS	Correlation Coefficient	1.000	-.629**	-.548**
		Sig. (2-tailed)	.	<.001	<.001
		N	164	164	164
	Skor APGAR	Correlation Coefficient	-.629**	1.000	.498**
		Sig. (2-tailed)	<.001	.	<.001
		N	164	164	164
	Skor CSEI	Correlation Coefficient	-.548**	.498**	1.000
		Sig. (2-tailed)	<.001	<.001	.
		N	164	164	164

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran 8. Artikel Ilmiah

HUBUNGAN FUNGSI KELUARGA DAN *SELF-ESTEEM* DENGAN SIMTOM KECEMASAN PADA SISWA SMA TINGKAT AKHIR

Vivia Maharani¹, Nurhasanah²
Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

viviamaharani273@gmail.com

Abstrak

Pendahuluan: Kecemasan merupakan suatu perasaan gelisah dan tidak bahagia yang kerap kali muncul pada diri seseorang ketika menghadapi suatu situasi yang tidak menyenangkan. Simtom kecemasan sering terjadi pada remaja seiring pertumbuhan dan perkembangannya seperti, merasa gelisah, cemas, jantung berdebar, tremor, berkeringat, mual, pusing karena terlalu khawatir terhadap berbagai hal, termasuk prestasi sekolah, hubungan sosial, atau ketidakpastian tentang masa depan. Faktor internal *self-esteem* dan faktor eksternal fungsi keluarga adalah dua faktor yang dapat menyebabkan kecemasan. **Metode:** Penelitian ini menganalisis hubungan fungsi keluarga dan *self-esteem* dengan simtom kecemasan pada siswa SMA tingkat akhir dengan penelitian analitik desain *cross-sectional* melalui kuesioner *Zung-Self Anxiety Rating Scale* (ZSAS), *Family APGAR*, dan *Coopersmith Self Esteem Inventory* (CSEI) pada sampel sebanyak 164 siswa. Data penelitian ini menggunakan uji univariat dan bivariat uji *Spearman*. **Hasil:** Uji normalitas untuk mengetahui hubungan fungsi keluarga dan *self-esteem* dengan simtom kecemasan pada siswa SMA tingkat akhir didapatkan nilai signifikan $<0,001$ ($p<0,05$). Hasil uji korelasi *Spearman* antara fungsi keluarga dengan simtom kecemasan diperoleh $p=<0.001$ ($p<0.05$) dan koefisien korelasi -0.629 serta hubungan antara *self-esteem* dengan simtom kecemasan diperoleh $p=<0.001$ ($p<0.05$) dan koefisien korelasi -0.548 . **Kesimpulan:** Terdapat hubungan fungsi keluarga dengan simtom kecemasan, yaitu jika fungsi keluarga meningkat maka kecemasan akan menurun. Selain itu, terdapat juga hubungan *self-esteem* dengan simtom kecemasan, yaitu jika *self-esteem* meningkat maka kecemasan akan menurun pada siswa SMA tingkat akhir.

Kata Kunci : Fungsi Keluarga, Kecemasan, *Self-Esteem*

Abstract

Introduction: Anxiety is a feeling of restlessness and unhappiness that often appears in a person when facing an unpleasant situation. Anxiety symptoms often occur in adolescents along with their growth and development such as feeling restless, anxious, heart palpitations, tremors, sweating, nausea, dizziness due to worrying too much about various things, including school performance, social relationships, or uncertainty about the future. Internal factors of self-esteem and external factors of family function are two factors that can cause anxiety. ***Method:*** This study analyzed the relationship between family function and self-esteem with anxiety symptoms in final year high school students with analytic cross-sectional design research through the Zung-Self Anxiety Rating Scale (ZSAS), Family APGAR, and Coopersmith Self Esteem Inventory (CSEI) questionnaires on a sample of 164 students. The data of this study used univariate and bivariate Spearman tests. ***Results:*** The normality test to determine the relationship between family function and self-esteem with anxiety symptoms in final year high school students obtained a significant value of <0.001 ($p < 0.05$). The results of the Spearman correlation test between family function and anxiety symptoms obtained $p = <0.001$ ($p < 0.05$) and a correlation coefficient of -0.629 and the relationship between self-esteem and anxiety symptoms obtained $p = <0.001$ ($p < 0.05$) and a correlation coefficient of -0.548. ***Conclusion:*** There is a relationship between family function and anxiety symptoms, namely if family function increases, anxiety will decrease. In addition, there is also a relationship between self-esteem and anxiety symptoms, namely if self-esteem increases, anxiety will decrease in final year high school students.

Keywords: Family Function, Anxiety, Self-Esteem

PENDAHULUAN

Keluarga adalah pendidikan pertama pada suatu individu.¹ Pada sebuah keluarga, tentu saja ada fungsi-fungsi yang harus dilakukan dengan baik. Cara pengasuhan anak dan jenis hubungan di antara anggota keluarga dapat tercermin dalam fungsi keluarga yang mengukur bagaimana sebuah keluarga berfungsi sebagai satu kesatuan serta mengkaji para anggota berinteraksi satu sama lain.² Fungsi keluarga sangat berguna untuk pembentukan sifat anak karena terdapat pola asuh yang diajarkan keluarga pada anak yang akan mempengaruhi pembentukan nilai-nilai karakter anak, dari pola asuh inilah suatu keluarga menjalankan fungsinya.³ Pada usia anak-anak hingga remaja, sangat mudah untuk menerima berbagai rangsangan dari luar untuk membantu perkembangan fisik dan mental anak-anak.⁴ Hal ini tentunya membutuhkan perhatian besar dari keluarga dalam membantu anak-anak untuk berkembang secara optimal sejak dini.⁵ Perkembangan sosial, prestasi akademik, pembentukan identitas, nilai diri, emosional dan psikologis, dan kesehatan mental adalah semua aspek yang dapat dipengaruhi oleh fungsi keluarga. Jika fungsi keluarga ini berjalan dengan baik, tentu saja dampak yang ditimbulkan akan memberikan sisi positif bagi seorang anak, yang akan membantu perkembangannya.⁶ Pada penelitian sebelumnya oleh Noer (2021) ditemukan bahwa tingkat kecemasan remaja dan dukungan keluarga saling

berkaitan. Kedua variabel tersebut memiliki hubungan negatif, yang berarti bahwa tingkat kecemasan menurun seiring dengan semakin banyaknya dukungan keluarga.⁷

Selain fungsi keluarga tentu saja dalam proses perkembangan seorang anak memiliki faktor internal yang dapat memiliki peran tersendiri dalam membentuk karakter yang dimiliki. Faktor tersebut dapat dibentuk dengan menanamkan *self-esteem* yang merupakan aspek terpenting yang harus dimiliki seorang remaja. *Self-esteem* adalah pandangan seseorang tentang diri sendiri, termasuk evaluasi dan perasaan terhadap nilai dan kualitas pribadi seorang individu.⁸ *Self-esteem* mencakup sejauh mana seseorang merasa berharga, kompeten, dan layak mendapatkan hal-hal baik dalam hidup. *Self-esteem* dapat berhubungan dengan berbagai hal mulai dari pembentukan kesehatan emosional, interaksi sosial, prestasi akademik, pengambilan keputusan, pengembangan identitas diri, kesehatan fisik, dan kemampuan dalam menghadapi tekanan.⁹ Terbentuknya *self-esteem* yang baik pada diri seseorang akan sangat membantu dalam kesehatan, terutama kesehatan mental seorang remaja.¹⁰ Pada hasil analisis data milik Andi (2021) didapatkan hubungan antara *self-esteem* dengan kecemasan. *Self-esteem* memengaruhi interaksi, prestasi, dan hal lain yang ada pada kehidupan remaja diukur melalui perilaku individu yang bersangkutan.¹¹

Fase remaja adalah perubahan pertumbuhan antara masa anak menuju ke masa dewasa yang meliputi berbagai hal, dimulai dengan perubahan pada tubuh hingga dengan pikiran. Kehidupan intelektual, emosional, dan sosial merupakan beberapa perubahan psikologis yang terjadi pada remaja.¹² Remaja sebagai bibit penerus bangsa tentu saja perlu mendapat perhatian dalam segala aspek kehidupan termasuk masalah kesehatan dan salah satunya kesehatan mental.¹³

Kecemasan merupakan salah satu bentuk kegelisahan, dan perasaan tidak senang lainnya yang umum timbul pada diri individu saat menjalani situasi yang penuh tekanan.¹⁴ Dalam dunia Pendidikan kecemasan merupakan hal yang wajar terjadi sebagai pengingat diri terhadap tanda bahaya yang akan datang. Namun bila rasa cemas dialami secara menerus, tidak rasional, dan meningkat intensitasnya sehingga mengganggu kegiatan sehari-hari, ini biasa dikenal dengan gangguan kecemasan.¹⁵ Pada remaja, kecemasan merupakan perasaan yang umum terjadi seiring pertumbuhan dan perkembangan seseorang. Dalam beberapa kasus, remaja mungkin merasa beberapa gejala seperti gelisah, cemas, atau terlalu khawatir terhadap berbagai hal, termasuk prestasi sekolah, hubungan sosial, atau ketidakpastian tentang masa depan.¹⁶

Hasil penelitian menunjukkan terdapat satu dari tujuh remaja mengalami gangguan jiwa, menurut

publikasi United Nations Children's Fund (UNICEF) pada tahun 2019 ada 166 juta remaja di seluruh dunia, terdiri dari 77 juta perempuan dan 89 juta laki-laki. Hasil data ini 40% mengalami gangguan kecemasan dan depresi, yang diikuti oleh gangguan lainnya.¹⁷ Penelitian di Indonesia pada tahun 2021, hampir 28% remaja usia akhir rentang usia 15-19 tahun mengatakan mengalami gejala kecemasan. Masalah kesehatan mental paling umum terjadi adalah kecemasan pada peringkat tertinggi 26% dengan beberapa penyebab yaitu *self-esteem* 27%, keluarga 64%, dan sekolah 39%¹⁸

Data menunjukkan lebih dari 50% remaja SMA mengalami gangguan kesehatan mental, padahal pada masa remaja menjaga kesehatan mental sangatlah penting untuk menjalani kehidupan yang berkelanjutan.¹⁹ Sekolah SMA 3 Negeri Mandau di Provinsi Riau memiliki sebuah Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R) serta Bimbingan Konseling (BK) yang menjadi wadah bagi para remaja SMA yang ingin berbagi cerita dan meminta solusi terhadap masalah yang sedang dialami. Disana terdapat siswa yang mengalami kecemasan. Penjelasan latar belakang tersebut membuat saya sebagai peneliti tertarik untuk mencari hubungan fungsi keluarga dan *self-esteem* dengan simptom kecemasan pada siswa SMA tingkat akhir.

METODE

Penelitian menggunakan kategori penelitian analitik dengan desain

cross-sectional. Pada penelitian ini menggunakan metode yang dikerjakan untuk menganalisis hubungan fungsi keluarga dan *self-esteem* dengan simtom kecemasan pada siswa SMA tingkat akhir melalui penggunaan kuesioner instrumen penelitian. Penelitian menggunakan *Systematic Random Sampling* dengan Teknik peneliti menentukan sampel secara acak bersistem dengan pengambilan sampel sesuai nomor absen yang genap pada siswa tingkat akhir di SMA Negeri 3 Mandau. Penelitian ini menggunakan sampel minimal 54 siswa.

Pengambilan data diambil melalui penyebaran kuesioner kepada sampel penelitian. Tahap awal, responden akan diminta untuk mengisi kuesioner *Zung-Self Anxiety Rating Scale* (ZSAS) yang mengevaluasi tingkat kecemasan, kemudian diikuti dengan pemberian kuesioner *Family APGAR Score* untuk menilai fungsi keluarga, lalu dilanjutkan dengan kuesioner *Coopersmith Self Esteem Inventory* (CSEI) untuk menilai tingkat *self-esteem*. Penelitian ini akan dilakukan uji univariat untuk mengetahui distribusi frekuensi, nilai minimal, nilai maksimal, nilai median, nilai mean, dan standar deviasi dari sampel. Setelah dilakukan uji univariat maka data denganskala numerik (rasio/interval) dilakukan uji normalitas data terlebih dahulu dengan uji *kolmogorov smirnov*. Setelah mendapatkan hasil normalitas, jika data terdistribusi normal ($\alpha > 0,05$) maka akan dilakukan uji korelasi dengan menggunakan *Pearson*, namun

jika data terdistribusi tidak normal maka akan dilakukan uji korelasi dengan *Spearman*. Data dikatakan memiliki hubungan apabila $p\text{-value} < 0,05$.

HASIL

Berdasarkan temuan penelitian, jenis kelamin merupakan salah satu ciri demografi sampel. Tujuan analisis ini adalah untuk memeriksa sampel dengan menganalisis setiap komponen. Hasil distribusi frekuensi sampel berdasarkan jenis kelamin ditunjukkan pada tabel di bawah ini.

Tabel 4.1 Hasil Distribusi Frekuensi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Laki-Laki	71	43%
Perempuan	93	57%
Total	164	100%

Pada tabel 4.1 terdapat distribusi frekuensi berdasarkan jenis kelamin, didapatkan bahwa dari sampel penelitian didominasi oleh siswa berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 93 sampel (57%), sedangkan untuk siswa berjenis kelamin laki-laki dengan jumlah 71 sampel (43%).

Tabel 4.2 Statistika Deskriptif Fungsi Keluarga

Karakteristik	Mean $\pm$ SD	Median (Min-Max)
---------------	---------------	------------------

Karakteristik	Mean $\pm$ SD	Median (Min-Max)
Kecemasan	46.91 $\pm$ 11.53	48 (22-76)
Fungsi Keluarga	6.42 $\pm$ 2.289	6 (1-10)

Dari tabel 4.2 diatas, diketahui hasil statistik deskriptif fungsi keluarga dari siswa SMA tingkat akhir menunjukkan nilai rata-rata 6,42 dengan nilai standar deviasi sebesar 2,289 menunjukkan adanya variasi skor fungsi keluarga diantara responden. Nilai median 6 menunjukkan bahwa sebagian besar

Karakteristik	Mean $\pm$ SD	Median (Min-Max)
<i>Self-Esteem</i>	105.53 $\pm$ 17.12	106 (65 - 150)

responden memiliki skor di sekitar angka tersebut dengan nilai minimum 1 dan maksimum 10.

Tabel 4.3 Statistika Deskriptif *Self-Esteem*

Dari tabel 4.3 diatas, didapatkan hasil statistik deskriptif *self-esteem* dari siswa SMA tingkat akhir memiliki rata-rata 105,53 dengan nilai standar deviasi 17,12 menunjukkan adanya variasi skor *self-esteem* diantara responden. Nilai median 106 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki skor disekitar angka tersebut dengan nilai minimum 65 dan maksimum 150.

Tabel 4.4 Statistika Deskriptif Kecemasan

Dari tabel 4.4 diatas, diketahui hasil statistik deskriptif simtom kecemasan dari sisiwa SMA tingkat akhir memiliki rata-rata 46,91 dengan standar deviasi 11,53 yang menunjukkan adanya variasi skor simtom kecemasan diantara responden. Nilai median 48 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki skor sekitar angka dengan nilai minimum 22 dan maksimum 76.

Tabel 4.5 Hubungan Antara Fungsi Keluarga Dengan Simtom Kecemasan

Karakteristik	Simtom Kecemasan	
	<i>p-value</i>	<i>r</i>
Fungsi Keluarga	<0.001* ψ	-0.629

Keterangan : * p -value < 0.05, ψ = Uji *Spearman*

Berdasarkan tabel 4.5 hasil analisis uji korelasi *spearman* antara fungsi keluarga dengan simtom kecemasan diperoleh nilai $p = <0.001$ yang dimana nilai tersebut <0.05. Dari hasil nilai tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa H1 diterima dan H0 ditolak, yang berarti adanya hubungan yang signifikan antara fungsi keluarga dengan simtom kecemasan. Pada uji *spearman* ini, didapatkan koefisien korelasi sebesar -0.629 yang menunjukkan adanya hubungan negatif yang bermakna jika fungsi keluarga baik maka simtom kecemasan akan berkurang.

Tabel 4.6 Hubungan Antara *Self-Esteem* Dengan Simtom Kecemasan

Keterangan : * p -value < 0.05, ψ = Uji Spearman

Berdasarkan tabel 4.6 hasil analisis uji korelasi *spearman* antara *self-esteem* dengan simtom kecemasan diperoleh nilai $p = <0.001$ (<0.05). Dari hasil tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa H1 diterima dan H0 ditolak, yang berarti adanya hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dengan simtom kecemasan. Pada uji *spearman* ini, didapatkan koefisien korelasi sebesar -0.548 yang menunjukkan adanya hubungan negatif yang bermakna jika *self-esteem* baik maka simtom kecemasan akan berkurang.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dalam mengevaluasi karakteristik demografi sampel yang berjumlah 164 siswa SMA tingkat akhir, didapatkan perempuan mendominasi sampel sebesar 93 sampel (57%) dan laki-laki 71 sampel (43%). Hasil penelitian ini mendapatkan dukungan dari penelitian Sugiharno et al (2022) yang memiliki mayoritas perempuan sebagai sampel dan menyatakan bahwa baik jenis kelamin laki-laki maupun perempuan mengalami tingkat kecemasan, namun strategi koping yang digunakan oleh keduanya berbeda sehingga dapat mempengaruhi tinggi ataupun rendahnya suatu kecemasan.²⁰

Berdasarkan analisis univariat fungsi keluarga siswa SMA tingkat akhir memiliki nilai median sebesar 6 dengan nilai maksimum 10 dan nilai minimum 1. Hal ini sejalan dengan

Karakteristik	Simtom Kecemasan	
	<i>p</i> -value	<i>r</i>
<i>Self-Esteem</i>	<0.001* ^ψ	-0.548

penelitian Merry (2019), beberapa faktor yang mempengaruhi fungsi keluarga yakni keluarga dengan tingkat pengetahuan yang baik dalam memahami masalah pendidikan dan komunikasi keluarga yang selalu terjaga.²¹ Faktor tersebut akan membantu siswa dalam menghadapi tantangan, sehingga siswa sangat membutuhkan dukungan keluarga untuk mendapatkan informasi dan hal-hal yang dibutuhkan selama menjalani kehidupannya.²² Kesesuaian ini juga ditemukan dalam penelitian Binti (2022) yang memiliki presentase tertinggi sebesar 65%, yang menunjukkan fungsi keluarga yang sedang. Fungsi keluarga tersebut terjadi karena adanya interaksi yang baik antara siswa dan keluarga, sehingga dapat diartikan sebagai kehadiran dan ketersediaan orang tua yang selalu ada dan dapat diandalkan oleh anak-anaknya atau sering dikenal dengan sebutan dukungan keluarga.²³ Perhatian, kepedulian, dan dukungan emosional merupakan contoh dukungan keluarga. Selain itu, dukungan keluarga juga dapat dibagikan melalui dukungan penghargaan, yaitu seperti dukungan yang diberikan melalui ungkapan perasaan bangga.²⁴ Anak-anak dapat merasakan dampak positif, penegasan, atau bantuan dari fungsi keluarga yang menunjukkan bahwa lingkungan keluarga mendukung dan akan membuat segalanya lebih mudah, terutama di masa-masa sulit.²⁵

Hasil analisis univariat dari *self-esteem* siswa SMA tingkat akhir memiliki nilai rata-rata 105,53 dan nilai standar deviasi sebesar 17,12. Hal ini sesuai dengan penelitian Shintya (2024) mengenai tingkat *self-esteem* pada remaja sma/smk.²⁶ *Self-esteem* pada remaja dapat meningkat dan menurun tergantung dari seberapa sering seseorang mencapai tujuan, menilai gambaran dan perbandingan sosial. Gambaran evaluatif menentukan bagaimana individu mengevaluasi dirinya dari sudut pandang orang lain.^{27,28} *Self-esteem* adalah salah satu komponen paling penting yang memengaruhi perilaku seseorang, hal ini dapat memengaruhi cara siswa berpikir, membuat keputusan, dan cita kehidupan.²⁷ *Self-esteem* siswa yang baik dapat menimbulkan rasa cukup dengan kepribadian, kemampuan yang dimiliki, menerima dan memberikan penghargaan positif terhadap dirinya, serta merasa penting.⁸ Studi ini sesuai pada penelitian Nadila (2022) yang mengatakan bahwa pencapaian akademik akan meningkatkan *self-esteem* siswa sehingga memiliki kemungkinan besar dalam memikirkan masa depannya, seperti memiliki keberanian untuk menetapkan tujuan jangka panjang dan juga mampu mengungkapkan harapan untuk kedepannya.²⁹ Salah satu hal yang memengaruhi siswa selama proses pembelajaran adalah *self-esteem* yang dimiliki. Siswa dengan *self-esteem* yang kuat mampu menahan diri untuk tidak bertindak diluar kendali yang dapat merugikan cita-citanya.³⁰

Hasil analisis univariat dari simtom kecemasan siswa SMA tingkat akhir memiliki nilai median 48 dengan nilai maksimum sebesar 76 dan nilai minimum 22. Hal ini sejalan dengan penelitian Upik *et al* (2020) mengenai proses ujian akhir yang dikaitkan dengan dukungan sosial pada tingkat kecemasan. Penyebab siswa mengalami simtom kecemasan adalah karena terdapat beberapa faktor seperti saat ingin menghadapi ujian sekolah, sebab hal tersebut merupakan suatu keadaan yang tidak menyenangkan bagi siswa SMA baik itu saat persiapan ujian sampai dengan proses pelaksanaannya. Peristiwa ini bisa terjadi karena persiapan yang kurang maksimal, perasaan takut gagal, dan memikirkan hal yang tidak rasional lainnya.³¹ Hasil penelitian sesuai dengan milik Rosalia *et al* (2021) yang menyatakan banyak siswa SMA yang mengalami kecemasan saat menghadapi ujian matematika, siswa mengaku bahwa dirinya merasakan beberapa simtom kecemasan seperti tangan dingin, gemetar, jantung berdebar, gelisah dan mulas.³² Faktor internal dan eksternal memiliki dampak terhadap munculnya simtom kecemasan pada siswa yang harus diketahui agar siswa dapat menangani simtom yang dialami saat menghadapi ujian. Faktor internal dapat terjadi dari dalam diri dan eksternal berasal dari luar diri, seperti *self-esteem* dan dukungan sosial baik itu dukungan keluarga maupun pertemanan.³¹ Siswa yang mengalami kecemasan ringan, biasanya hanya muncul sebentar dan merupakan suatu hal yang biasa terjadi akibat beberapa situasi yang mungkin

mengancam, hal ini juga dapat mengingatkan siswa untuk lebih berhati-hati dalam menghadapi tantangan tertentu.³³ Namun, jika kecemasan yang dialami siswa terlalu banyak akan berdampak negatif pada kehidupan akademik siswa dan dapat menyebabkan motivasi rendah, strategi belajar yang buruk, kesulitan berkonsentrasi, evaluasi diri yang buruk, serta persepsi kesehatan yang buruk.³² Kecemasan yang dialami siswa SMA dapat dipengaruhi oleh beberapa hal juga seperti tentang karir akademik dan takut mengecewakan keluarga. Siswa sering merasa khawatir jika setelah bertahun-tahun menempuh pendidikan SMA hasil yang didapatkan tidak sesuai dengan keinginannya.¹⁵

Pada penelitian ini, hasil uji *Spearman* didapatkan nilai p sebesar $<0,001$ yang dapat disimpulkan bahwa ada korelasi antara fungsi keluarga dengan simptom kecemasan pada siswa SMA tingkat akhir dengan koefisien korelasi $-0,629$, hal ini menandakan adanya hubungan negatif yang berarti semakin tinggi skor fungsi keluarga, maka simptom kecemasan siswa SMA tingkat akhir akan semakin menurun dengan kekuatan korelasi kuat. Sesuai dengan penelitian Aulia (2021) yang memaparkan bahwa fungsi keluarga memiliki peran untuk memenuhi kebutuhan dasar dan coping setiap anggota keluarga, salah satunya dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan.³⁴ Seseorang tumbuh dan berkembang dalam keluarganya, kesuksesan didasarkan pada sifat-sifat individu yang menggunakan norma-

norma keluarga sebagai standar perilaku. Ada unsur-unsur internal dan eksternal yang memengaruhi cara keluarga berfungsi. Pendidikan, emosi, tahap perkembangan, dan spiritualitas adalah contoh pengaruh internal, sedangkan status sosial ekonomi, latar belakang budaya, dan metode dukungan keluarga adalah contoh faktor eksternal.²² Kesesuaian penelitian juga ditemukan oleh Qania *et al* (2024) dalam penelitiannya yang mengatakan bahwa keluarga dianggap berperan penting dalam membantu siswa menghadapi tantangan dengan membantu mengurangi kecemasan dan meningkatkan semangat hidup, serta memperkuat komitmen untuk terus berusaha dalam mengatasi hambatan yang ada.³⁵ Sesuai pada penelitian Revaldo *et al* (2024) yang mengatakan fungsi keluarga sangat penting untuk perkembangan psikososial remaja, sehingga dapat digunakan sebagai referensi untuk menganalisis hubungannya dengan tingkat kecemasan.³⁶ Fungsi keluarga dapat berupa dukungan emosional, seperti pemberian semangat, perhatian, dukungan instrumental dengan memberi fasilitas, dukungan informasional dengan memberi nasehat yang positif dan juga dukungan penghargaan dengan memberi support yang baik. Dukungan emosional tersebut akan membuat siswa merasa diberi perhatian, sehingga saat terjadi kecemasan siswa tidak mudah putus asa dan justru dapat mengatasinya.³⁵ Sesuai dengan hasil penelitian Devinda (2020) menyebutkan bahwa, seseorang yang memiliki fungsi keluarga yang tinggi

akan merasa positif dalam hidup, lebih percaya diri, harga diri lebih tinggi, dan menurunnya rasa cemas.³⁷ Keseluruhan hasil penelitian yang telah dilakukan secara garis besar menyebutkan bahwa hubungan fungsi keluarga dengan simptom kecemasan pada siswa SMA sangat penting karena dapat membentuk karakter siswa menjadi lebih optimistis tentang kehidupan saat ini dan di masa depan.³⁸

Hasil uji *Spearman* didapatkan nilai p sebesar $<0,001$ yang dapat disimpulkan bahwa ada korelasi antara *self-esteem* dengan simptom kecemasan pada siswa SMA tingkat akhir dengan koefisien korelasi -0.523 , hal ini menggambarkan adanya hubungan negatif yang berarti semakin tinggi skor *self-esteem*, maka simptom kecemasan siswa SMA tingkat akhir akan semakin menurun dengan kekuatan korelasi kuat. Sejalan dengan hasil milik Vellian *et al* (2023) yang mengatakan terdapat hubungan yang kuat antara *self-esteem* dengan tingkat kecemasan pada remaja yaitu ketika seorang remaja yang memiliki *self-esteem* yang besar akan diikuti dengan menurunnya tingkat kecemasan. Seseorang yang mempunyai *self-esteem* yang tinggi akan merasa yakin terhadap dirinya sendiri dan dapat menangani situasi dengan benar, dengan demikian akan mengurangi kemungkinan simptom kecemasan muncul. Namun, ketika seseorang mempunyai *self-esteem* yang kurang biasanya sering mengevaluasi diri secara negatif yang dapat menimbulkan perasaan sedih, kecewa

dan ketakutan sehingga berujung pada timbulnya simptom kecemasan di dalam dirinya.³⁹ Penelitian ini sejalan dengan penelitian Ulfa (2023) yang mengatakan, terdapat korelasi antara *self-esteem* dan kecemasan berbicara di depan umum. Siswa dalam menjalani pendidikannya sangat berkaitan dengan kemampuan dalam bersosial, sehingga diperlukan *self-esteem* yang tinggi agar mampu mengatur kecemasan saat berbicara didepan orang banyak. Namun jika *self-esteem* siswa menurun, akan menciptakan kecemasan yang tidak dapat diatasi saat berbicara didepan orang banyak.⁴⁰ Penelitian Andi (2019) juga menyebutkan terdapat hubungan yang kuat antara *self-esteem* dengan kecemasan, jika *self-esteem* yang dimiliki semakin tinggi, akan semakin menurunkan kecemasan yang dialami dan begitupun sebaliknya.¹¹ Ketika seseorang memiliki *self-esteem* rendah, dirinya akan merasakan sedih yang berlebihan saat gagal, melebihi-lebihkan situasi, saat berinteraksi dengan orang lain akan merasa canggung dan malu, sehingga tanpa disadari akan membentuk simptom kecemasan didalam diri ketika menghadapi situasi sulit nantinya.²⁸ Penelitian lain yang dilakukan oleh Natasya (2024) juga menunjukkan terdapat korelasi antara *self-esteem* pelajar SMA dengan simptom kecemasan. Penelitian tersebut, mengatakan *self-esteem* adalah persepsi orang secara pribadi tentang dirinya yang dihasilkan dari pemahaman tentang bagaimana dirinya menilai diri sendiri dan orang lain yang dapat menghasilkan nilai positif

dan negatif. Ketika penilaian tentang diri sendiri dominan bernilai positif, maka *self-esteem* akan tinggi dan simtom kecemasan yang dialami dapat menurun.⁴¹ Selain itu, ada sejumlah faktor lain yang berhubungan dengan gejala kecemasan pada siswa. Menurut penelitian Gravelia et al. (2024), variabel media sosial memiliki peran besar, terutama di dunia modern di mana terdapat banyak tekanan untuk menjadi sempurna, perbandingan sosial yang berlebihan, dan *cyberbullying* dapat membuat remaja merasa lebih cemas.^{42,43} Selajutnya, terdapat korelasi antara kondisi kesehatan fisik dan gejala kecemasan. Misalnya, penelitian oleh Siska et al. (2023) menemukan hubungan antara obesitas dan gejala kecemasan, dan Vory et al. (2023) menemukan korelasi signifikan antara kecemasan dan status gizi.^{44,45}

KESIMPULAN

Karakteristik hasil responden berdasarkan jenis kelamin memiliki sampel perempuan lebih banyak dengan 93 sampel (53%). Frekuensi berdasarkan fungsi keluarga siswa SMA tingkat akhir memiliki nilai rata-rata sebesar 6,42 dengan standar deviasi 2,289, dan nilai median 6 serta rentang nilai dari 1 hingga 10. Frekuensi berdasarkan *self-esteem* siswa SMA tingkat akhir memiliki nilai rata-rata 105,53 dengan standar deviasi 17,12, dan nilai median 106 serta rentang nilai 65 hingga 150. Frekuensi berdasarkan kecemasan siswa SMA tingkat akhir didapatkan nilai rata-rata 46,91 dengan standar

deviasi 11,53, dan nilai median 48 serta rentang nilai 22 hingga 76. Terdapat hubungan antara fungsi keluarga dengan simtom kecemasan pada siswa SMA tingkat akhir dengan kekuatan korelasi yang kuat. Terdapat hubungan antara *self-esteem* dengan simtom kecemasan pada siswa SMA tingkat akhir dengan kekuatan korelasi yang kuat.

REFERENSI

1. Hasbelita T. Hubungan Antara Keberfungsian Keluarga Dengan Kenakalan Remaja Pada Siswa SMA Di Pekanbaru. Published online 2019.
2. Kawengian S, Tucunan AA, Korompis GE. Penerapan Fungsi Keluarga Di Sulawesi Utara. *J KESMAS*. 2021;10(7):48-59.
3. Agusriani, Torro S. Pengaruh Fungsi Keluarga Terhadap Karakter Siswa di UPT Sekolah Menengah Atas Negeri 23 Bone. *Pinisi J Sociol Educ Rev*. 2023;3(2):59-66.
4. Ayuningsih NS, Hudasaksana B, Afiani SC, Loviana LF, Mahardika IK. Pertumbuhan dan Perkembangan Remaja Ditinjau dari Sikap Kepatuhan Terhadap Orang Tua. *J Pendidik Tambusai*. 2023;7(3):27177-27179.
5. Ramdani C, Miftahudin U, Latif A. Peran Keluarga Dalam Pendidikan Karakter. *Banun J Pendidik Islam Anak Usia Dini*.

- 2023;2(1):12-20.
6. Valencia C, Soetikno N. Pengaruh Fungsi Keluarga terhadap Self-Esteem Remaja yang Memiliki Keluarga Bercerai pada Masa Anak. *J Pendidik Tambusai*. 2022;6(2):13191-13201. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/4541>
 7. Mia NA zam zam, Novianti E. Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Remaja yang Mengalami Bullying The Effect of Family Support on Anxiety Levels in Teenagers Experience Bullying. *J Ilm Kesehatan Masy*. 2021;13:16-21.
 8. Nopirda Y, Oktivianto O, Dhevi NR. Hubungan Self Esteem Dan Orientasi Masa Depan Bidang Pendidikan Pada Siswa Kelas Xi Di Palembang. *J Pendidik Glas*. 2020;4(2):107-116. doi:10.32529/glasser.v4i2.721
 9. Ariyanti V, Purwoko B. Faktor – Faktor yang Memengaruhi Self-Esteem Remaja: Literature Review. *Ter J Bimbingan dan Konseling*. 2023;6(3):362-368. doi:10.26539/teraputik.631389
 10. Amalia M, Sahara ER, Rizqina DL, Zuhro' Fitriana AQ. Efektivitas Self Esteem Dengan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (Rebt) Pada Kesehatan Mental Remaja Yatim Di Desa Pulukan, Bali. *J Ekon Dan Bisnis*. 2023;2(1):12-20.
 11. Tajuddin A, Haenidar. Hubungan antara Harga Diri dengan Kecemasan Sosial pada Remaja Akhir. *J Psikol Univ Indones Timur*. 2019;1(1):56-65. <https://jurnal.uit.ac.id/JPS/article/download/166/106>
 12. Hayati F, Gustina G. Hubungan Pengetahuan dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Menghadapi Menarche di SMP Negeri 13 Kota Jambi. *J Akad Baiturrahim Jambi*. 2020;9(2):149. doi:10.36565/jab.v9i2.159
 13. Rahayu PP, Irsyadiyah AU. Psikoedukasi Tentang Kesehatan Mental Dan Psikopatologi Pada Masyarakat. *J Pengabdian Masy*. 2022;2(2):73-81. doi:10.31004/abdira.v2i2.135
 14. Muyasaroh H. Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap dalam menghadapi Pandemi Covid 19. *LP2M UNUGHA Cilacap*. Published online 2020:3. <http://repository.unugha.ac.id/id/eprint/858>
 15. Mariah W, Yusmami Y, Pohan RA. Analisis Tingkat Kecemasan Karir Siswa. *Cons Berk Kaji Konseling dan Ilmu Keagamaan*. 2020;7(2):60. doi:10.37064/consilium.v7i2.8164

16. Muslimahayati M, Rahmy HA. Depresi dan Kecemasan Remaja Ditinjau dari Perspektif Kesehatan dan Islam. *DEMOS J Demogr Ethnogr Soc Transform.* 2021;1(1):35-44. doi:10.30631/demos.v1i1.1017
17. UNICEF. Profil Remaja 2021. *Unicef.* 2021;917(2016):1-2. <https://www.unicef.org/indonesia/media/9546/file/ProfilRemaja.pdf>
18. Indonesia National Adolescent Mental Health Survei. National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) Laporan Penelitian. *Ment Health (Lond).* Published online 2022:xviii. <https://qcmhr.org/outputs/reports/12-i-namhs-report-bahasa-indonesia>
19. Suswati WSE, Yuhbaba ZN, Budiman ME. Kesehatan Mental Pada Remaja Di Lingkungan Sekolah Menengah Atas Wilayah Urban Dan Rural Kabupaten Jember. *J Keperawatan Jiwa Persat Perawat Nas Indones.* 2023;11(3):537-544.
20. Sugiharno RT, Susanto WHA, Ardiansa A, Wospakrik F, Ester E. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa dalam Menghadapi Praktik Klinik Keperawatan. *J Keperawatan Silampari.* 2022;6(1):717-724. doi:10.31539/jks.v6i1.4698
21. Ulfah M. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kecemasan Remaja Putri Usia Pubertas dalam Menghadapi Menarche di SMP Muhammadiyah 5 Yogyakarta. *Skripsi.* Published online 2019. <http://digilib.unisayogya.ac.id/id/eprint/1130>
22. Utami DS. Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Pada Remaja Putri Terhadap Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Smp Negeri 1 Cimalaka. *Jiksa (Jurnal Ilmu Keperawatan Sebel April.* 2022;4(1):48-56. <https://ejournal.unsap.ac.id/index.php/jiksa/article/view/141>
23. Awalia BF. Pengaruh dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan menghadapi masa depan pada siswa smk di kota blitar. Published online 2022. <http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/40457>
24. Syazuana, D., Fithria, & Hartaty N. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Pada Siswa Menjelang Ujian Akhir Semester. *J Ilm Mhs Fak Keperawatan.* 2022;V(4):128-132.
25. Mariatun M, Munir A, Metia C. Hubungan Self Efficacy dan Dukungan Keluarga dengan Kecemasan Siswa pada Pelajaran Matematika Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Sinabang. *Tabularasa J Ilm*

- Magister Psikol.* 2020;2(1):1-7. doi:10.31289/tabularasa.v2i1.281
26. Nabilla S, Fitri NH, Psikologi PS, Batam U. Tingkat Self-Esteem Pada Remaja SMA / SMK. *J Ilm Zo Psikol.* Published online 2024:124-132.
 27. Andhika Anggawira, Dwiki Nur Kholiza, Herio Rizki Dewinda. Hubungan antara Self Esteem dengan Social Anxiety pada Remaja Berstatus Sosial Ekonomi Rendah. *Psyche 165 J.* 2022;15(2):68-73. doi:10.35134/jpsy165.v15i2.152
 28. Fitra NA, Rahayu Z SP, Desmita D, Irman I. Hubungan Self-Esteem dan Body Image pada Remaja Putri di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA). *Istinarah Ris Keagamaan, Sos dan Budaya.* 2021;3(2):84.
 29. Nadila. *Hubungan Self Esteem Dan Self Efficacy Dengan Orientasi Masa Depan Remaja Akhir Di Desa Kedondong.*; 2022.
 30. Magfiroh L, Pratiwi TI. Hubungan Self-Esteem Dan Dukungan Keluarga Dengan Motivasi Berprestasi Pada Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 30 Surabaya. *J BK UNESA.* 2020;11(3):303-311.
 31. Pebriyani U, Sandayanti V, Pramesti W, Safira N. The Social Support with Student Anxiety Level in Facing the National Final Examination. Juni. 2020;11(1):78-85. doi:10.35816/jiskh.v10i2.221
 32. Hakim RN, Adirakasiwi AG. Analisis Tingkat Kecemasan Matematis Siswa SMA. *J Pembelajaran Mat Inov.* 2021;4(4):809-816. doi:10.22460/jpmi.v4i4.809-816
 33. Ruhansih DS. Efektivitas Strategi Bimbingan Teistik Untuk Pengembangan Religiusitas Remaja (Penelitian Kuasi Eksperimen Terhadap Peserta Didik Kelas X SMA Nugraha Bandung Tahun Ajaran 2014/2015). *QUANTA J Kaji Bimbing dan Konseling dalam Pendidik.* 2017;1(1):1-10. doi:10.22460/q.v1i1p1-10.497
 34. Safira AM, Studi P, Dokter P, Kedokteran F, Surakarta UM. Keluarga Terhadap Tingkat Kecemasan Remaja Di Era Pandemi Covid-19. Published online 2021.
 35. Nabila Q, Anggraeni R, Susanti Y. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa dalam Penyusunan Skripsi. *Heal Financ J.* 2024;1(1):32-42.
 36. Arisgo R, Rahman A. Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kecemasan Pada Remaja Awal Di SMP Negeri 22 Krui Pesisir Barat Tahun 2024.

- 2024;4:1510-1517.
37. Sekarina DP, Indriana Y. Hubungan Antara Dukungan Sosial Orangtua Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Siswa Kelas Xii Smk Yudya Karya Magelang. *J EMPATI*. 2020;7(1):381-386. doi:10.14710/empati.2018.20254
 38. Putri A, Rahayu MNM. Hubungan Dukungan Sosial Orangtua dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Masuk Universitas pada Siswa Sekolah Menengah Atas Tingkat Akhir dalam Situasi Covid-19. *Bull Couns Psychother*. 2022;4(2):365-372. doi:10.51214/bocp.v4i2.266
 39. Hasanah PNVRN, Faozi BF, Fitriani. Hubungan Harga Diri dengan Kecemasan Sosial pada Remaja. *J Ilmu Keperawatan Sebel April*. 2023;5(1):47-54. <https://ejournal.unsap.ac.id/index.php/jiksa/article/view/886/408>
 40. Nur Aini U. Hubungan Self Esteem Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Mahasiswa Bpi Iain Ponorogo. *Naskah Publ*. 2023;13(1):104-116.
 41. Kinanti NP. Self-Esteem Pelajar Sma Swasta Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Medan 2024. Published online 2024.
 42. Nur Cahya M, Ningsih W, Lestari A. Dampak Media Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Remaja: Tinjauan Pengaruh Penggunaan Media Sosial pada Kecemasan dan Depresi Remaja. *J Sos Teknol*. 2023;3(8):704-706. doi:10.59188/jurnalsostech.v3i8.917
 43. Gustika R, Firta W, Suci Mantauf C, Fahrozi M, Kurnia Sandi D. Journal of S ocial and Economics Research. *J Sos dan Ekon*. 2021;3(2)(1):123-138
 44. Damaiyanti S, suri SI, octavia D. Hubungan Obesitas Dengan Kecemasan Sosial Pada Siswa Sma Negeri Kota Bukittinggi. *J Ners*. 2022;7(1):27-31. doi:10.31004/jn.v7i1.8343
 45. Vory V, Fitria Y, Triawanti T, Fadhilah S, Audhah N Al. Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Perilaku Makan Dan Status Gizi. *Homeostasis*. 2023;6(2):515. doi:10.20527/ht.v6i2.10014