

**ANALISIS POLA ASUH KELUARGA TERHADAP GANGGUAN  
KECEMASAN PADA SISWA KELAS X SMA SWASTA  
BANDUNG TAHUN PEMBELAJARAN 2017/2018**

**SKRIPSI**

*Diajukan Untuk Melengkapi dan Memenuhi Syarat-Syarat  
Guna Mencapai Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
Pada Program Studi Bimbingan dan Konseling*

**Oleh:**

**ATIKAH SIREGAR**  
**NPM. 1402080149**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA  
MEDAN  
2018**

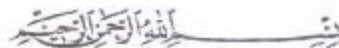


**MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. 061-6622400 Ext, 22, 23, 30  
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: [fkip@umsu.ac.id](mailto:fkip@umsu.ac.id)

**BERITA ACARA**

Ujian Mempertahankan Skripsi Sarjana Bagi Mahasiswa Program Strata I  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara



Panitia Ujian Sarjana Strata-1 Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan dalam Sidangnya yang diselenggarakan pada hari Rabu, Tanggal 27 Maret 2018, pada pukul 09.00 WIB sampai dengan selesai. Setelah mendengar, memperhatikan dan memutuskan bahwa:

Nama : Atikah Siregar  
NPM : 1402080149  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Skripsi : Analisis Pola Asuh Keluarga terhadap Gangguan Kecemasan pada Siswa Kelas X SMA Swasta Bandung Tahun Pembelajaran 2017/2018


Dengan diterimanya skripsi ini, sudah lulus dari ujian Komprehensif, berhak memakai gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).

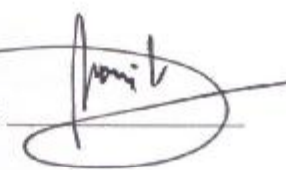
Ditetapkan : ( ) Lulus Yudisium  
( ) Lulus Bersyarat  
( ) Memperbaiki Skripsi  
( ) Tidak Lulus


Ketua Sekretaris  
   
**Dr. Elfrianto Nasution, S.Pd, M.Pd** **Dra. Hj. Svamsuyurnita, M.Pd**

**ANGGOTA PENGUJI:**

1. Dra. Hj. Mariani Nasution, M.Pd
2. Dra. Jamila, M.Pd
3. Drs. Zaharuddin Nur, MM

1. 

2. 

3. 



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238  
Website: <http://www.fkip.umusu.ac.id> E-mail: [fkip@umusu.ac.id](mailto:fkip@umusu.ac.id)

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Skrripsi ini diajukan oleh mahasiswa di bawah ini:

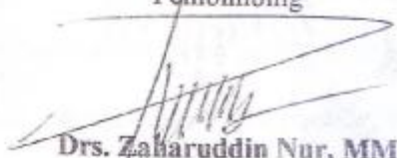
Nama Lengkap : Atikah Siregar  
NPM : 1402080149  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Skripsi : Analisis Pola Asuh Keluarga terhadap Gangguan Kecemasan pada Siswa Kelas X SMA Swasta Bandung Tahun Pembelajaran 2017/2018

adalah layak disidangkan.

Medan, Maret 2018

Disetujui oleh:

Pembimbing

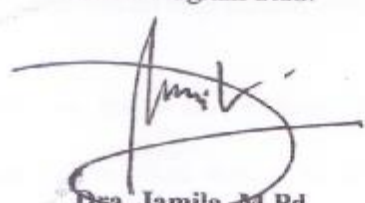
  
Drs. Zaharuddin Nur, MM

Diketahui oleh:

Dekan

  
Dr. Elfrianto Nisatun, S.Pd., M.Pd.

Ketua Program Studi

  
Dra. Jamila, M.Pd

## SURAT PERNYATAAN

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Atikah Siregar  
PM : 1402080149  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Skripsi : Analisis Pola Asuh Keluarga terhadap Gangguan Kecemasan pada Siswa kelas X SMA Swasta Bandung Tahun Pembelajaran 2017/2018

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

Penelitian yang saya lakukan dengan judul di atas belum pernah diteliti di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Penelitian ini akan saya lakukan sendiri tanpa ada bantuan dari pihak manapun dengan kata lain penelitian ini tidak saya tempahkan (dibuat) oleh orang lain dan juga tidak tergolong *Plagiat*.

Apabila point 1 dan 2 di atas saya langgar maka saya bersedia untuk dilakukan pembatalan terhadap penelitian tersebut dan saya bersedia mengulang kembali mengajukan judul penelitian yang baru dengan catatan mengulang seminar kembali.

Demikian surat pernyataan ini saya perbuat tanpa ada paksaan dari pihak manapun juga, dan dapat dipergunakan sebagaimana mesinya.

Medan, Januari 2018

Hormat saya

Yang membuat pernyataan,

  
**Atikah Siregar**

Diketahui oleh Ketua Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling

  
**Dra. Jamila, M.Pd**

MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. 061-6622400 Ext. 22, 23, 30  
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: [fkip@umsu.ac.id](mailto:fkip@umsu.ac.id)



BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

- idi  
i
- : Atikah Siregar
  - : 1402080149
  - : Bimbingan dan Konseling
  - : Analisis Pola Asuh Keluarga Terhadap Gangguan Kecemasan Pada Siswa Kelas X SMA Swasta Bandung Tahun Pembelajaran 2017/2018

	Materi Bimbingan Skripsi	Paraf	Keterangan
2018	Kata Pengantar - daftar Pustaka Harus menggunakan Halaman, Kemudian adanya kata - kata yang tidak tepat. Perbaiki Bab V		
18	Perbaiki Pengetikan pada Bab V		
2018	ACC Untuk Sidang SKRIPSI		

Cetua Program Studi  
Bimbingan dan Konseling

Dra. Jamila, M.Pd

Medan, Maret 2018  
Dosen Pembimbing Skripsi

Drs. Zaharuddin Nur, MM

## ABSTRAK

**Atikah Siregar. NPM: 1402080149 ,” Analisis Pola Asuh Orang Tua Terhadap Gangguan Kecemasan Siswa Kelas X Sma Swasta Bandung Tahun Pembelajaran 2017/2018”. Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Medan 2018**

Pola asuh orang tua merupakan interaksi anak dengan orang tua mendidik, membimbing, dan mendisiplinkan serta melindungi anak untuk mencapai kedewasaan sesuai dengan norma-norma yang ada dalam masyarakat. Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa anak-anak ke masa dewasa. Pada masa ini, remaja mengalami perkembangan mencapai kematangan fisik, mental, sosial, dan emosional. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi apakah ada hubungan antara pola asuh orang tua dengan gangguan kecemasan siswa di SMA swasta Bandung. Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif penelitian memiliki hasil Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 8 responden 1 diantara nya memiliki gangguan kecemasan ringan dan 1 diantara nya memiliki gangguan kecemasan tingkat sedang, dan 5 diantara nya memiliki gangguan kecemasan tinggi.

Salah satu faktor yang dapat membentuk konsep diri remaja adalah lingkungan keluarga, yaitu pola pengasuhan orang tua. Pola asuh merupakan cara orang tua membesarkan anak dengan memenuhi kebutuhan anak, memberi perlindungan, mendidik anak, serta mempengaruhi tingkah laku anak dalam kehidupan sehari-hari).

## KATA PENGANTAR



*Assalamu'alaikum Wr.Wb*

segala puji dan syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT karena berkat rahmat dan karunia – Nya penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah dalam bentuk skripsi yang diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan strata (S1) di universitas muhammadiyah sumatera utara. shalawat beriring salam penulis curahkan sepenuhnya kepada junjungan Nabi Besar Muhammad SAW yang telah membimbing umat manusia dari zaman kebodohan menuju zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan.

Berkat usaha dan do'a akhir nya skripsi ini dapat terselesaikan walaupun masih ada sedikit kekurangan – kekurangan. penulis menyadari bahwa proses penyelesaian skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dalam hal isi maupun pemakaian bahasa, sehingga penulis memohon kritikan yang membangun untuk penulisan selanjutnya. Dengan pengetahuan dan pengalaman yang sangat terbatas akhir nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “analisis pola asuh orang tua terhadap gangguan kecemasan siswa kelas X SMA SWASTA BANDUNG tahun pembelajaran 2017/2018”. berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca serta dapat menambah ilmu pengetahuan bagi penulis sendiri.

Penulis menyadari bahwa proses penyelesaian skripsi ini bukan hanya bersandar pada kemampuan penulis tetapi tidak terlepas dari bantuan semua pihak yang telah diberikan

kepada penulis. dengan penuh kerendahan hati dan kesadaran diri untuk itu penulis sudah sepiantanya memberikan penghargaan dan ucapan terimakasih terutama kepada kedua orang tua penulis **Sahrudin Siregar dan Hafsah Nasution** yang telah membesarkan penulis dengan kasih sayang, memotivasi dan dengan doa kedua orang tua yang tiada henti – henti nya serta berkorban untuk penulis baik secara moril dan materil. dan berkat jerih payah orang tua yang telah mendidik penulis dari kecil sehingga penulis dapat menyelesaikan pendidikan sampai tahap penyusunan skripsi ini.

Serta penulis juga mengucapkan terimakasih yang tidak terhingga dan penghargaan kepada bapak **Drs. Zaharuddin Nur, MM** yang telah sabar, tekun, tulus, dan ikhlas meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing serta member motivasi, arahan, juga saran- saran yang sangat berharga kepada penulis selama proses penyusunan skripsi.

selanjutnya penulis ucapkan terima kasih kepada pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, untuk itu penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. Agussani, M.AP Selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
2. Bapak Dr. Elfrianto S.Pd, M.Pd Selaku Dekan Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.



3. Ibunda Dra. Jamila, M.Pd Selaku Ketua Program Studi Pendidikan Bimbingan Dan Konseling Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
4. Bapak Drs. Zaharuddin Nur, MM Sekertaris Program Studi Pendidikan Bimbingan Dan Konseling Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara ,Sekaligus Dosen Penasehat Akademik Yang Telah Memberikan Arahan Dan Bimbingan Kepada Penulis Selama Masa Perkuliahan Berlangsung.
5. Seluruh Staff Pengajar Dan Staff Biro Fakultas Program Studi Bimbingan Dan Konseling Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Yang Telah Memberikan Pembelajaran Dan Pengarahan Kepada Penulis
6. Bapak Genting Siregar,S.Pd.,M.M Selaku Kepala Sekolah SMA SWASTA BANDUNG Bandar Khalifah,Serta Para Dewan Guru Dan Staff Yang Telah Memberikan Kesempatan,Waktu ,Dan Peluang Untuk Penulis Melaksanakan Penelitian Hingga Selesai.
7. Abangda Hendra Pramana S.Sos.,S.H Dan Kak Dewi Sariban Siregar S.Psi Yang Telah Memberikan Dukungan Dan Motivasi Yang Tiada Henti Nya
8. Terapis Terapis Balai Autis Cahaya Ananda Yang Telah Mendukung Saya Dalam Menulis Skripsi Ini
9. Kakak Saya Muny Yang Selalu Menyemangati Saya Dalam Berbagai Hal

10. Abangda Khairul Azmi Nasution Yang Dengan Sabar Dan Tabah Membimbing Dan Menemani Serta Memberikan Dukungan Kepada Saya Selama Masa Penulisan Skripsi Ini
11. Uwak Saya Hj. Poniah Thaib Yang Dengan Sabar Mendengarkan Keluh Kesah Saya
12. Kakak Dan Abang Saya Tercinta Siti Kholilah Siregar Dan Mara Malim Harahap Serta Seluruh Anggota Keluarga Yang Sudah Membantu Saya Dalam Segala Hal
13. Teman terbaik saya rizky oktavia yang juga sama sama berjuang dalam penulisan skripsi.
14. Untuk Teman Teman Saya Di Kelas Bimbingan Dan Konseling B Pagi 2014 Dan Semua Stanbuk Bimbingan Dan Konseling.

Akhir kata peneliti Sebelum dan sesudahnya peneliti mengucapkan terimakasih.

Peneliti,       Maret 2018

Atikah Siregar

## DAFTAR ISI

### BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah .....	6
E. Tujuan Penelitian .....	6
F. Manfaat Penelitian .....	6

### BAB II LANDASAN TEORITIS

#### A. Kerangka Teoritis

1.0 Pengertian Pola Asuh Keluarga .....	8
1.2 Definisi Pola Asuh Keluarga .....	9
1.2. Jenis Jenis Pola Asuh Keluarga .....	9
a. Ciri Ciri Pola Asuh Keluarga Otoriter.....	9
b. Ciri Ciri Pola Asuh Keluarga Demokratis.....	10
c. Ciri Ciri Pola Asuh Keluarga Permisif.....	12
1.3 Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Pola Asuh Keluarga .....	13
a. Pendidikan Orang Tua .....	13
b. Lingkungan.....	14
c. Budaya .....	14
1.4 Karakteristik Anak Berdasarkan Jenis Pola Asuh Keluarga.....	15
a. Pola Asuh Keluarga Otoriter .....	15
b. Pola Asuh Keluarga Demokratis .....	15
c. Pola Asuh Keluarga Permisif .....	15

2.0 Kecemasan	
2.2 Pengertian Kecemasan .....	16
2.2 Tipe Tipe Gangguan Kecemasan.....	20
1. Fobia.....	20
a. Fobia Spesifik.....	21
b. Fobia Sosial.....	21
2. Obsesif Kompulsif.....	22
3. Post Traumatik-Stress Disorder (Ptds/ Gangguan Stress Pasca Trauma).....	24
4. Gad (Generalized Anxiety Disease: Gangguan Kecemasan Tergeneralisasikan).....	25
5. Gangguan Panik .....	26
6. Kecemasan Obyektif .....	26
7. Kecemasan Neurotis.....	27
8. Kecemasan Moral.....	27
2.3 Mengatasi Gangguan Kecemasan	
1. Pendekatan Pendekatan Psikodinamika.....	28
2. Pendekatan Pendekatan Humanistik .....	28
3. Pendekatan Pendekatan Biologis .....	29
4. Pendekatan Pendekatan Belajar .....	29
a. Pemaparan Gradual .....	30
b. Rekontruksi Pikiran.....	30
c. Flooding.....	30
d. Terapi Kognitif.....	31

e. Terapi Kognitif Behavioral.....	31
2.4. Tingkat Kecemasan	
a. Kecemasan Ringan.....	32
b. Kecemasan Sedang .....	32
c. Kecemasan Berat .....	32
2.5 Sumber Kecemasan .....	34
2.6 Indikator Kecemasan .....	35
1. Gejala Somatik.....	35
2. Gejala Psikologis.....	35
2.7 Kerangka Konseptual.....	38
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>41</b>
<b>A. Lokasi Dan Waktu Penelitian .....</b>	<b>41</b>
1. Lokasi Penelitian.....	41
2. Waktu Penelitian.....	41
<b>B. Subjek Dan Objek Penelitian .....</b>	<b>42</b>
1. Subjek Penelitian .....	42
2. Objek Penelitian.....	42
<b>C. Definisi Operasional Variabel.....</b>	<b>43</b>
<b>D. Pendekatan Dan Jenis Penelitian.....</b>	<b>44</b>
<b>E. Instrumen Penelitian .....</b>	<b>45</b>
1. Observasi .....	45
2. Wawancara .....	45
<b>F. Teknik Analisis Data .....</b>	<b>45</b>
a. Reduksi Data.....	46

b. Penyajian Data .....	46
c. Penarikan Kesimpulan.....	46

#### **BAB IV**

##### **PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN**

A. Deskripsi Hasil Penelitian .....	47
B. Kecendrungan Variabel Penelitian .....	47
C. Pengujian Hipotesis .....	51
1. Observasi .....	51
2. Wawancara .....	55
D. Pembahasan dan diskusi hasil penelitian	
a. Pola asuh orang tua di SMA SWASTA BANDUNG .....	63
b. Gangguan Kecemasan.....	64
c. Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Gangguan Kecemasan Di Sma Swasta Bandung .....	66
E. Keterbatasan penelitian.....	67

#### **BAB V**

##### **KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan .....	69
B. Saran .....	70

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>71</b>
-----------------------------	-----------

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 3.1 waktu penelitian .....	41
Tabel 3.2 subjek penelitian .....	42
Tabel 3.3 objek penelitian .....	43

## **DAFTAR SKEMA**

Tabel 1.1 kerangka konseptual .....	40
-------------------------------------	----



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Pada hakikatnya pendidikan merupakan kunci sukses dalam meraih kehidupan yang efektif dalam diri seseorang untuk mengembangkan aspek-aspek sosial, ekonomi, dan moral. Pendidikan menurut Undang-Undang RI Nomor 20 Tahun 2003 adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran sehingga peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan masyarakat, bangsa, dan negara. Maka pendidikan ini mengembangkan potensi yang dimiliki baik dalam bidang afeksi, kognitif, psikomotorik seseorang guna mendewasakan dirinya sehingga memiliki kekuatan dalam hal keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan masyarakat, bangsa dan negara.

Pendidikan mempunyai peranan yang sangat penting dalam pembangunan manusia Indonesia seutuhnya. Oleh karenanya pendidikan sangat perlu untuk dikembangkan dari berbagai ilmu pengetahuan, karena pendidikan yang berkualitas dapat meningkatkan kecerdasan suatu bangsa. Pendidikan merupakan bagian penting dari proses pembangunan nasional yang ikut meningkatkan pertumbuhan ekonomi suatu negara.

Pendidikan juga merupakan investasi dalam pengembangan sumber daya manusia dimana peningkatan kecakapan dan kemampuan diyakini sebagai faktor pendukung upaya manusia dalam mengarungi kehidupan. Tujuan pendidikan berdasarkan atas Pancasila mempunyai tujuan untuk meningkatkan ketakwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa, kecerdasan, keterampilan, mempertinggi budi pekerti, memperkuat kepribadian agar dapat membangun diri sendiri serta bersama-sama bertanggung jawab atas pembangunan bangsa.

Mutu pendidikan perlu diperhatikan untuk mencapai tujuan pendidikan, sedangkan mutu sendiri dapat dilihat dari keberhasilan yang diraih oleh seorang siswa selama mengikuti kegiatan belajar mengajar. Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa anak-anak ke masa dewasa. Pada masa ini, remaja mengalami perkembangan mencapai kematangan fisik, mental, sosial, dan emosional. Umumnya, masa ini berlangsung sekitar umur tiga belas tahun sampai umur delapan belas tahun, yaitu masa anak duduk dibangku sekolah menengah.

Menurut Asrori (2011: 42)

“Masa ini biasanya dirasakan sebagai masa sulit, baik bagi remaja sendiri maupun bagi keluarga atau lingkungannya. Remaja memiliki energi yang besar, emosi berkobar-kobar, sedangkan pengendalian diri belum sempurna. Remaja juga sering mengalami perasaan tidak aman, tidak tenang, dan khawatir”.

Menurut Edwards (2006:112).

“Pola asuh keluarga merupakan interaksi anak dengan orang tua mendidik, membimbing, dan mendisiplinkan serta melindungi anak untuk mencapai kedewasaan sesuai dengan norma-norma yang ada dalam masyarakat. Pada dasarnya pola asuh dapat diartikan seluruh cara perlakuan orang tua yang diterapkan pada anak. Banyak ahli mengatakan pengasuhan anak adalah bagian penting dan mendasar, menyiapkan anak untuk menjadi masyarakat yang baik.

Terlihat bahwa pengasuhan anak menunjuk kepada pendidikan umum yang diterapkan”.

Menurut Kartono (2013:66),

Keluarga harus dapat memberikan pola asuh yang tepat sesuai dengan perkembangan anaknya, agar anak dapat menerima pola asuh yang diberikan kepadanya dengan baik sehingga dapat memotivasi belajarnya. Keluarga merupakan lembaga pertama dalam kehidupan anak, tempat ia belajar dan menyatakan diri sebagai makhluk sosial. Dalam keluarga umumnya anak ada dalam hubungan interaksi yang intim. Keluarga memberikan dasar pembentukan tingkah laku, watak, moral dan pendidikan anak.

Apabila pola asuh keluarga baik, atau tinggi maka semakin baik pula dan meningkat pula kecerdasan emosional siswa. Untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa, maka pola asuh yang sebaiknya diterapkan oleh orangtua yaitu pola asuh demokratis karena pola asuh demokratis menyesuaikan dengan perkembangan anak sehingga hal tersebut mengacu pada kecerdasan emosional anak.

Menurut Freud (2005:28),

“mengatakan bahwa kecemasan adalah fungsi ego untuk memperingatkan individu tentang kemungkinan datangnya suatu bahaya sehingga dapat disiapkan reaksi adaptif yang sesuai. Kecemasan berfungsi sebagai mekanisme yang melindungi ego karena kecemasan memberi sinyal kepada kita bahwa ada bahaya dan kalau tidak dilakukan tindakan yang tepat maka bahaya itu akan meningkat sampai ego dikalahkan”

Di lihat dari pendekatan belajar pengertian kecemasan menurut (Semiun, 2006: 87). adalah suatu respons ketakutan yang terkondisi secara klasik dan gangguan-gangguan kecemasan terjadi bila respons ketakutan itu diasosiasikan dengan suatu stimulus yang seharusnya tidak menimbulkan kecemasan.

Berdasarkan hasil survei awal yang di peroleh dari BK, siswa/ siswi kelas X yang berjumlah 45 siswa di Sekolah Menengah Atas (SMA) Perguruan Bandung Tembung, didapatkan beberapa siswa yang tercatat berkelakuan tidak baik seperti sering berkelahi, marah yang disebabkan oleh gangguan kecemasan siswa tidak dapat berinteraksi dengan teman teman nya dikarenakan siswa tidak percaya diri,tidak dapat mengatasi permasalahan dalam diri nya dan tidak dapat bersosialisi dengan baik.

Siswa yang mengalami gangguan kecemasan pada umum nya mengalami insomnia (susah tidur),memiliki emosi yang tidak terkontrol seperti marah,memberontak atau bahkan menangis. Kemudian siswa mengalami “demam panggung” atau cemas ketika menghadapi sesuatu,siswa mengalami kepanikan ketika di hadapkan dengan sesuatu seperti bertugas di keramaian.bahkan beberapa siswa diantara nya mengalami *self doubt* atau meragukan diri sendiri. . Dilain masalah ada beberapa siswa pada saat menghadapi lingkungan baru atau dalam ekstrakurikuler baru siswa cenderung takut dan penyendiri. Namun ada beberapa siswa yang mendapatkan dukungan atau pola asuh yang baik dari orang tua nya baik dari segi komunikasi serta dukungan orang tua.

Berdasarkan uraian latar belakang pemikiran di atas, peneliti mendorong untuk mengkaji lebih dalam mengenai kecemasan dan gangguan emosi siswa serta mengangkatnya sebagai skripsi dengan judul: **“Analisis Pola Asuh Keluarga Terhadap Gangguan Kecemasan Pada Siswa Kelas X SMA Swasta Bandung Tahun Pembelajaran 2017 / 2018”**.

## **B. Identifikasi Masalah**

Setelah menganalisa latar belakang permasalahan di atas, maka dapat dikemukakan beberapa permasalahan yang menjadi identifikasi masalah sebagai berikut:

1. Siswa mengalami insomnia (susah tidur)
2. Siswa memiliki emosi yang tidak terkontrol seperti marah, memberontak atau bahkan menangis
3. siswa mengalami “demam panggung” atau cemas ketika menghadapi sesuatu atau berdiri di hadapan orang banyak
4. siswa mengalami kepanikan ketika di hadapkan dengan sesuatu seperti bertugas di keramaia
5. siswa diantara nya mengalami *self doubt* atau meragukan diri sendiri
6. siswa pada saat menghadapi lingkungan baru atau dalam ekstrakurikuler baru siswa cenderung takut dan penyendiri

## **C. Batasan Masalah**

Setelah masalah diidentifikasi maka perlu adanya pembatas masalah yang diteliti, dengan perhitungan keterbatasan kemampuan penelitian. Maka yang menjadi batasan masalah adalah “Analisis Pola Asuh Keluarga Terhadap Gangguan Kecemasan Pada Siswa Kelas X SMA Bandung Tahun Pembelajaran 2017/2018”.

#### **D. Rumusan Masalah**

Sesuai dengan batasan masalah yang dikemukakan di atas, maka dapat dikemukakan rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “Bagaimana Analisis Pola Asuh Keluarga Terhadap Gangguan Kecemasan Pada Siswa Kelas X SMA Bandung Tahun Pembelajaran 2017/2018?”.

#### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian adalah rumusan kalimat yang menunjukkan adanya sesuatu hal yang diperoleh setelah penelitian selesai. Sesuai dengan rumusan masalah di atas maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui analisis pola asuh keluarga terhadap gangguan kecemasan Siswa Kelas X SMA Bandung Tahun Pembelajaran 2017/2018

#### **F. Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian merupakan hasil dari suatu penelitian yang dilaksanakan, baik bagi peneliti maupun orang lain serta dalam rangka pengembangan ilmu. Setiap penelitian dapat memberikan manfaat yang diharapkan dari hasil penelitian ini adalah:

##### **1. Manfaat secara teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi jurusan bimbingan dan konseling, mahasiswa dalam menambah ilmu pengetahuan dan pengembangan studi tentang bimbingan konselin

## 2. Manfaat secara praktis

- a. Sebagai bahan masukan bagi guru dalam mengembangkan program bimbingan dan konseling
- b. Sebagai bahan masukan dan pengetahuan bagi orang tua siswa agar dapat memberikan bimbingan dan arahan agar remaja tidak mengalami gangguan kecemasan
- c. Bagi calon konselor dapat memperluas wawasan pengetahuan penelitian di dalam hal gangguan kecemasan

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORITIS**

#### **A. Kerangka Teoritis**

##### **1. Pengertian pola asuh keluarga**

###### **1.1. Definisi Pola Asuh keluarga**

Pola asuh terdiri dari dua kata yaitu pola dan asuh. Menurut kamus bahasa Indonesia, “pola” berarti model, sistem, cara kerja, dan bentuk yang tepat. Sedangkan kata “asuh” dapat berarti menjaga (merawat dan mendidik) atau membimbing.

Menurut Gunarsa, (2002:54).

“Pola asuh keluarga merupakan interaksi antara anak dan orang tua selama mengadakan kegiatan pengasuhan.” Keluarga mempunyai peran yang sangat penting dalam menjaga, mengajar, mendidik serta memberi contoh bimbingan kepada anak-anak untuk mengetahui, mengenal, mengerti dan akhirnya dapat menerapkan tingkah laku yang sesuai dengan nilai-nilai dan norma-norma yang ada dalam masyarakat. Pola asuh yang ditanamkan tiap keluarga berbeda dengan keluarga lainnya. Hal ini tergantung dari pandangan pada diri tiap keluarga”

Masing-masing pola asuh keluarga yang ada, akan memberikan pengaruh yang berbeda terhadap pembentukan kepribadian dan perilaku anak. Menurut Abu Bakar M. Luddin, (2010:31) keluarga merupakan satuan persekutuan hidup yang paling mendasar dan merupakan pangkal kehidupan masyarakat. Di dalam keluarga lah setiap warga masyarakat memulai kehidupannya dan dipersiapkan untuk menjadi manusia yang lebih baik lagi.



Anak meniru bagaimana keluarga tersebut bersikap, bertutur kata, mengekspresikan harapan, tuntutan dan kritikan satu sama lain, menanggapi, dan memecahkan masalah, serta mengungkapkan perasaan dan emosinya

## **1.2. Jenis-jenis Pola Asuh keluarga**

Pola asuhan keluarga Menurut Aisyah (2010:22) menyatakan bahwa “Ada tiga kecenderungan pola asuh keluarga yaitu: (1) pola asuh otoriter; (2) pola asuh demokratis; dan (3) pola asuh permisif”.

### **a. Ciri-Ciri Pola Asuh Keluarga Otoriter**

Dalam pola asuh ini keluarga menerapkan seperangkat peraturan kepada anaknya secara ketat dan sepihak, cenderung menggunakan pendekatan yang bersifat diktator, menonjolkan wibawa, menghendaki ketaatan mutlak. Pola asuh otoriter adalah bentuk pola asuh yang menekankan pada pengawasan keluarga atau kontrol yang ditujukan pada anak untuk mendapatkan ketaatan dan kepatuhan. Pola asuh otoriter adalah pengasuhan yang kaku, diktator, dan memaksa anak untuk selalu mengikuti keluarga tanpa banyak alasan anak harus tunduk dan patuh terhadap kemauan keluarga. Apapun yang dilakukan oleh anak ditentukan oleh keluarga.

Menurut Suharsono (2009:55),

“pola asuh otoriter akan menghasilkan karakteristik anak yang penakut, pendiam, tertutup, tidak berinisiatif, gemar menentang, suka melanggar norma, berkepribadian lemah, cemas, dan menarik diri. Pola asuh ini akan menghasilkan anak dengan tingkah laku pasif dan

cenderung menarik diri. Sikap orang tua yang keras akan menghambat inisiatif anak. Namun di sisi lain anak yang diasuh dengan pola asuh otoriter cenderung memiliki kompetensi dan tanggung jawab seperti orang dewasa.”

Menurut Sulistyono (2007:120), Keluarga yang menerapkan pola asuh otoriter mempunyai ciri antara lain: kaku, tegas, suka menghukum, kurang ada kasih sayang serta simpatik. Orang tua memaksa anak-anak untuk patuh pada nilai-nilai mereka, serta mencoba membentuk tingkah laku sesuai dengan tingkah lakunya serta cenderung mengekang keinginan anak.

Orang tua tidak mendorong serta memberi kesempatan kepada anak untuk mandiri dan jarang memberi pujian. Hak anak dibatasi tetapi dituntut tanggung jawab seperti anak dewasa. Orang tua yang otoriter cenderung memberi hukuman terutama hukuman fisik. Orang tua yang otoriter amat berkuasa terhadap anak, memegang kekuasaan tertinggi serta mengharuskan anak patuh pada perintah-perintahnya. Dengan berbagai cara, segala tingkah laku anak dikontrol dengan ketat.

Sutari Imam Barnadib (2006:44), mengatakan bahwa orang tua yang otoriter tidak memberikan hak anaknya untuk mengemukakan pendapat serta mengutarakan perasaan-perasaannya, untuk memunculkan perilaku agresif.

Berdasarkan teori yang disampaikan terlihat bahwa semakin dihadang kebutuhan seseorang untuk mencapai tujuan akan menjadikan prakondisi agresif semakin tertekan dan mengakumulasi sehingga muncul perilaku agresif.

#### **b. Ciri – ciri Pola Asuh Keluarga Demokratis**

Menurut Mohammad Surya (2007:67) pola asuh demokratis adalah sikap orang tua dengan kontrolnya mengikat, bersikap responsif terhadap kebutuhan anak, mendorong anaknya untuk menyatakan pendapat atau

pertanyaan, memberikan penjelasan tentang dampak perbuatan yang baik atau buruk.

Menurut Sofyan (2013:56)

Dari hasil penelitiannya menemukan bahwa teknik-teknik asuhan orang tua demokratis yang menumbuhkan keyakinan dan kepercayaan diri maupun mendorong tindakan-tindakan mandiri membuat keputusan sendiri akan berakibat munculnya tingkah laku mandiri yang bertanggung jawab.

Pola asuhan ini, anak akan mampu mengembangkan kontrol terhadap perilakunya sendiri dengan hal-hal yang dapat diterima oleh masyarakat. Hal ini akan mendorong anak untuk mampu berdiri sendiri, bertanggung jawab dan yakin terhadap diri sendiri. Daya kreativitasnya berkembang dengan baik karena orang tua selalu merangsang anaknya untuk mampu berinisiatif. Pola asuh demokratis ditandai dengan adanya sikap terbuka antara orang tua dengan anaknya. Mereka membuat aturan-aturan yang disetujui bersama.

Anak diberi kebebasan untuk mengemukakan pendapat, perasaan dan keinginannya serta belajar untuk dapat menanggapi pendapat orang lain. Orang tua bersikap sebagai pemberi pendapat dan pertimbangan terhadap aktivitas anak. Secara bertahap orang tua memberikan tanggung jawab bagi anak-anaknya terhadap segala sesuatu yang diperbuatnya sampai mereka menjadi dewasa. Mereka selalu berdialog dengan anak-anaknya, saling memberi dan menerima, selalu mendengarkan keluhan-keluhan dan pendapat anak-anaknya.

Pada pola asuh ini orang tua terlihat tegas tetapi hangat dan penuh pengertian dan anak diakui keberadaannya oleh orang tua, anak dilibatkan dalam pengambilan keputusan mengungkapkan hal-hal yang tidak disukainya maupun mengekspresikan hal-hal yang disukainya dalam interaksi dengan masing-masing anggota keluarga. Hal ini tentu saja akan mempunyai pengaruh yang lebih baik dalam perkembangan jiwa anak. Dengan demikian, adalah logis bahwa pola asuh demokratis tidak memberi dampak terhadap munculnya perilaku agresi pada anak nantinya.

**c. Ciri- ciri Pola Asuh Keluarga Permisif**

Menurut Sofyan (2013:56) pola asuh orang tua dengan permisif merupakan sikap orang tua meningkat namun kontrolnya rendah, memberikan kebebasan terhadap anak untuk mengatakan dorongan keinginannya. Tipe orang tua yang mempunyai pola asuh permisif cenderung selalu memberikan kebebasan pada anak tanpa memberikan kontrol sama sekali dan kurang tegas dalam menerapkan peraturan-peraturan yang ada. Anak sedikit sekali dituntut untuk suatu tanggung jawab, tetapi mempunyai hak yang sama seperti orang dewasa. Anak diberi kebebasan untuk mengatur dirinya sendiri dan orang tua tidak banyak mengatur anaknya.

Menurut Septriati (2012:58)

Dalam pola asuh permisif orang tua serba membolehkan anak berbuat apa saja. Orang tua memiliki kehangatan, dan menerima apa adanya. Kehangatan cenderung memanjakan, ingin dituruti keinginannya. Sedangkan menerima apa adanya cenderung memberikan kebebasan kepada anak untuk berbuat apa saja. Pola asuh ini dapat menyebabkan anak agresif, tidak patuh pada orang tua dan kurang mampu mengontrol diri.

Sehingga dengan pola asuh permisif anak yang diberikan kesempatan sebeb-bebasnya untuk berbuat dan memenuhi keinginannya akan menjadikan anak tersebut tidak terkendali, tidak patuh, dan tingkah laku agresif diluar lingkungan keluarga. Anak-anak terlihat lebih agresif karena pada manusia semakin direndahkan martabatnya dengan tidak menggubris seluruh perbuatannya maka dia akan mencari perhatian dengan cara menampilkan perbuatan yang negatif yang langsung dapat mencemarkan nama baik keluarganya.

### **1.3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pola asuh Keluarga**

Menurut Edwards (2006:93) adapun faktor yang mempengaruhi pola asuh keluarga adalah :

#### **a. Pendidikan orang tua**

Pendidikan dan pengalaman orang tua dalam perawatan anak akan mempengaruhi persiapan mereka menjalankan pengasuhan. Ada beberapa cara yang dapat dilakukan untuk menjadi lebih siap dalam menjalankan peran pengasuhan antara lain : terlibat aktif dalam setiap pendidikan anak, mengamati segala sesuatu dengan berorientasi pada masalah anak, selalu berupaya menyediakan waktu untuk anak-anak dan menilai perkembangan fungsi keluarga dan kepercayaan anak.

Hasil riset dari Sir Godfrey Thomson menunjukkan bahwa pendidikan diartikan sebagai pengaruh lingkungan atas individu untuk menghasilkan perubahan-perubahan yang tetap atau permanen di dalam kebiasaan tingkah laku, pikiran dan sikap. Orang tua yang sudah mempunyai pengalaman sebelumnya dalam mengasuh anak akan lebih siap menjalankan peran asuh, selain itu orang tua akan lebih mampu mengamati tanda-tanda pertumbuhan dan perkembangan yang normal.

b. Lingkungan

Lingkungan banyak mempengaruhi perkembangan anak, maka tidak mustahil jika lingkungan juga ikut serta mewarnai pola-pola pengasuhan yang diberikan orang tua terhadap anaknya.

c. Budaya

Sering kali orang tua mengikuti cara-cara yang dilakukan oleh masyarakat dalam mengasuh anak, kebiasaan-kebiasaan masyarakat disekitarnya dalam mengasuh anak. Karena pola-pola tersebut dianggap berhasil dalam mendidik anak kearah kematangan. Orang tua mengharapkan kelak anaknya dapat diterima dimasyarakat dengan baik, oleh karena itu kebudayaan atau kebiasaan masyarakat dalam mengasuh anak juga mempengaruhi setiap orang tua dalam memberikan pola asuh terhadap anaknya.

#### **1.4. Karakteristik Anak Berdasarkan Jenis Pola Asuh Keluarga**

Karakteristik anak berdasarkan jenis pola asuh orang tua yang diterapkan oleh orang tua menurut Yusuf (2013:58) yaitu :

a. Pola Asuh Keluarga Otoriter

Pola Asuh Otoriter ini dapat mengakibatkan anak menjadi penakut, pencemas, menarik diri dari pergaulan, kurang adaptif, mudah curiga pada orang lain dan mudah stres. Selain itu, orang tua seperti ini juga akan membuat anak tidak percaya diri, pendiam, tertutup, tidak berinisiatif, gemar menentang, suka melanggar norma, kepribadian lemah dan seringkali menarik diri dari lingkungan sosialnya, bersikap menunggu dan tidak dapat merencanakan sesuatu dengan baik.

b. Pola Asuh Keluarga Demokratis

Literatur yang ada telah mendokumentasikan bahwa pola asuh demokratis secara signifikan terkait dengan hasil perkembangan yang positif antara anak-anak. Dari hasil penelitian menemukan bahwa teknik-teknik asuhan orang tua yang demokratis akan menumbuhkan keyakinan dan kepercayaan diri maupun mendorong tindakan-tindakan mandiri membuat keputusan sendiri akan berakibat munculnya tingkah laku mandiri yang bertanggung jawab.

c. Pola Asuh Keluarga Permisif

Pola asuh permisif ini dapat mengakibatkan anak agresif, tidak patuh pada orang tua, merasa berkuasa dan kurang mengontrol diri. Karakter

anak dengan pola asuh orang tua demikian menjadi anak impulsif, manja, kurang mandiri, mau menang sendiri, kurang percaya diri dan kurang matang sosial. Dalam referensi lain disebutkan bahwa anak yang diasuh orang tuanya dengan metode semacam ini nantinya bisa berkembang menjadi anak yang kurang perhatian, merasa tidak berarti, rendah diri, nakal, memiliki kemampuan sosialisasi yang buruk, kontrol diri buruk, salah bergaul, kurang menghargai orang lain dan agresif.

## **2. Kecemasan**

### **2.1. Pengertian kecemasan**

Kecemasan adalah hal yang wajar dan alami terjadi dalam kehidupan manusia. Apa pun, dimanapun dan kapan pun pasti terjadi dan selalu menyertai hati manusia. Orang yang tidak mempunyai rasa cemas akan digolongkan abnormal, sebab tidak memiliki atau kehilangan rasa yang telah dianugerahkan Allah. Kecemasan adalah suatu karakteristik kepribadian dalam menjawab ke situasi tertentu dengan suatu sindrom/gejala respon stres/tekanan. Kemudian kondisi kecemasan adalah suatu fungsi dari situasi yang membangkitkan/menstimulir kepada kecemasan dan kepribadian individu yang cenderung tertekan dan ketakutan yang tidak nyata, suatu perasaan terancam sebagai tanggapan terhadap sesuatu yang sebenarnya tidak mengancam

Namun, apabila kecemasan tidak terkontrol akan membahayakan jiwa dan menghambat kesuksesan.



Menurut (Darmanto 2003:37), Cemas berasal dari bahasa latin *anxius* dan dalam bahasa Jerman *anGst* kemudian menjadi *anxiety* yang berarti kecemasan, merupakan suatu kata yang digunakan oleh Freud untuk menggambarkan suatu efek negatif dan keterangsangan”

Menurut (Hawari, 2008:35). kecemasan adalah perasaan campuran berisikan ketakutan dan keprihatinan mengenai masa-masa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut.

Menurut supratman (2004:66),Kecemasan adalahketakutan/keprihatinan, tegang, atau rasa gelisah yang berasal dari antisipasi bahaya, sumber yang sebagian besar tidak dikenali atau yang tak dikenal.

Dalam arti tradisional, menurut dicky husein (2004:33). istilah kecemasan menunjuk kepada keadaan emosi yang menentang atau tidak menyenangkan yang meliputiinterpretasi subyektif dan *arousal* atau rangsangan fisiologis. supraja (2008:44) menyebutkan bahwa kecemasan adalah perasaan tidak menyenangkan, yang ditandai dengan istilah-istilah seperti kekhawatiran, keprihatinan, dan rasa takut yang kadang-kadang dialami dalam tingkatan yang berbeda-beda.

Rose(2005:44) Kecemasan merupakan keadaan dimana seseorang mengalami perasaan gelisah atau cemas dan aktivitas sistem saraf otonom dalam merespon sesuatu ancaman yang tidak jelas dan tidak spesifik

Menurut (Hidayati, 2008:68).“Kecemasan merupakan suatu keadaan *aprehensi* atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa suatu yang buruk akan segera terjadi. Banyak yang dapat menimbulkan kecemasan, misalnya, ujian, kesehatan, relasi sosial, karier, relasi internasional dan kondisi lingkungan adalah beberapa hal yang menjadi sumber kekhawatiran”

Begitu pula menurut Ahmad Fauzi (2007:46),“bahwa kecemasan adalah rasa takut yang tak jelas sasarannya dan juga tidak jelas alasannya Kecemasanadalah gangguan alam perasaan (*affective*) yang ditandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas Reality TestingAbility/RTA,masih

baik), kepribadian masih tetap utuh (tidak mengalami keretakan kepribadian, perilaku dapat terganggu tetapi masih dalam batas-batas normal”

Anak-anak dengan gangguan kecemasan biasanya menanggapi hal-hal tertentu atau situasi dengan rasa takut dan ketakutan, serta dengan tanda-tanda fisik dari kecemasan (kegugupan), seperti denyut jantung yang cepat dan berkeringat.

Menurut (Gunarso, 2003: 27).

Kecemasan/anxieties adalah rasa khawatir, takut yang tidak jelas sebabnya. Kecemasan merupakan kekuatan yang besar untuk menggerakkan tingkah laku baik tingkah laku normal maupun tingkah laku yang menyimpang, yang terganggu dan kedua-duanya merupakan pernyataan, penampilan, penjelmaan, dari pertahanan terhadap kecemasan.

Menurut (sarwono, 2011: 45),

“Kecemasan adalah kondisi kejiwaan yang penuh dengan kekhawatiran dan ketakutan akan apa yang mungkin terjadi, baik berkaitan dengan permasalahan yang terbatas maupun hal-hal yang aneh. Deskripsi umum akan kecemasan yaitu “perasaan tertekan dan tidak tenang serta berpikiran kacau dengan disertai banyak penyesalan.”

Hal ini sangat berpengaruh pada tubuh, hingga tubuh dirasa menggigil, menimbulkan banyak keringat, jantung berdegup cepat, lambung terasa mual, tubuh terasa lemas, kemampuan berproduktivitas berkurang hingga banyak manusia yang melarikan diri ke alam imajinasi sebagai bentuk terapi sementara

Menurut (Samiun, 2006: 87)

“Di lihat dari pendekatan belajar pengertian kecemasan adalah suatu respons ketakutan yang terkondisi secara klasik dan gangguan-gangguan kecemasan terjadi bila respons ketakutan itu diasosiasikan dengan suatu stimulus yang seharusnya tidak menimbulkan kecemasan”

Menurut Dr. Horny (2010:28),

“rasa cemas yang ada pada diri anak kecil disebabkan oleh tidak adanya kehangatan keluarga, atau karena pendidikan yang salah, atau dikarenakan suasana kompetitif yang ada dalam suatu lingkungan masyarakat. Semua itu menyebabkan rasa minder yang akhirnya membuatnya merasa lemah saat berhadapan dengan orang lain.”

Menurut data *National Institute of Mental Health* (2005)

Dalam *Journal of Psychology*, di Amerika Serikat terdapat 40 juta orang mengalami gangguan kecemasan pada usia 18 tahun sampai pada usia lanjut. Ahli psikoanalisa beranggapan bahwa penyebab kecemasan neurotik dengan memasukkan persepsi diri sendiri, dimana individu beranggapan bahwa dirinya dalam ketidakberdayaan, tidak mampu mengatasi masalah, rasa takut akan perpisahan, terabaikan dan sebagai bentuk penolakan dari orang yang dicintainya. Perasaan-perasaan tersebut terletak dalam pikiran bawah sadar yang tidak disadari oleh individu.

Begitu pula menurut Ahmad Fauzi (2007:46),

“bahwa kecemasan adalah rasa takut yang tak jelas sasarannya dan juga tidak jelas alasannya. Kecemasan adalah gangguan alam perasaan (*affective*) yang ditandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas (*Reality Testing Ability/RTA*, masih baik), kepribadian masih tetap utuh (tidak mengalami keretakan kepribadian /*splitting of personality*), perilaku dapat terganggu tetapi masih dalam batas-batas normal”

Dari beberapa pendapat para ahli di atas maka yang dimaksud dengan gangguan kecemasan adalah pengalaman perasaan yang menyakitkan serta tidak menyenangkan. Ia timbul dari reaksi ketegangan-ketegangan dalam atau intern dari tubuh, ketegangan ini akibat suatu dorongan dari dalam atau dari luar dan dikuasai oleh susunan urat saraf yang otonom. Misalnya, apabila seseorang menghadapi keadaan yang berbahaya dan menakutkan, maka jantungnya akan bergerak lebih cepat, nafasnya menjadi sesak, mulutnya menjadi kering dan telapak tangannya berkeringat, reaksi semacam inilah yang kemudian menimbulkan reaksi kecemasan yang bisa saja disebabkan oleh

pengalaman pengalaman masa lalu nya atau dengan kata lain kecemasan menghadapi ujian adalah suatu keadaan emosional yang berefek pada kondisi psikologis seperti adanya perasaan takut, tegang, khawatir, gelisah, dan keadaan yang tidak menyenangkan pada seorang individu dalam menghadapi ujian.

## **2.2. Tipe-Tipe Gangguan Kecemasan**

Anxiety disorder memiliki beberapa pembagian yang lebih spesifik. diantaranya:

### **1. Fobia**

Fobia adalah ketakutan yang berlebihan yang disebabkan oleh benda, binatang ataupun peristiwa tertentu. sifatnya biasanya tidak rasional, dan timbul akibat peristiwa traumatik yang pernah dialami individu. Fobia juga merupakan penolakan berdasar ketakutan terhadap benda atau situasi yang dihadapi, yang sebetulnya tidak berbahaya dan penderita mengakui bahwa ketakutan itu tidak ada dasarnya.

Fobia simpel: sumber binatang, ketinggian, tempat tertutup, darah. Yang menderita kebanyakan wanita, dimulai semenjak kecil. Agorafobia: kata Yunani, agora=tempat berkumpul, pasar. Sekelompok ketakutan yang berpusat pada tempat-tempat publik: takut berbelanja, takut kerumunan, takut bepergian. Banyak wanita yang menderita ini dimulai pada masa remaja dan permulaan dewasa. Simtom: ketegangan, pusing, kompulsi,

merenung, depresi, ketakutan menjadi gila. 90% dari suatu sampel: takut tempat tinggi, tempat tertutup, elevator. Fobia dibedakan menjadi dua jenis, yaitu:

**a. Fobia Spesifik**

Ketakutan berlebih yang disebabkan oleh benda, atau peristiwa traumatik tertentu, misalnya: ketakutan terhadap kucing (ailurphobia), ketakutan terhadap ketinggian (acrofobia), ketakutan terhadap tempat tertutup (agorafobia), fobia terhadap kancing baju, dan banyak fobia lainnya

**b. Fobia Sosial**

Ketakutan berlebih pada kerumunan atau tempat umum. ketakutan ini disebabkan akibat adanya pengalaman yang traumatik bagi individu pada saat ada dalam kerumunan atau tempat umum. misalnya dipermalukan didepan umum, ataupun suatu kejadian yang mengancam dirinya pada saat diluar rumah.

**Penyebab:**

Teori Psikoanalitik: pertahanan melawan kecemasan hasil dorongan id yang direpres. Kecemasan: pindahan impuls id yang ditakuti ke objek/situasi, yang mempunyai hubungan simbolik dengan hal tersebut, Menghindari konflik yang direpres. Cara ego untuk menghadapi masalah yang sesungguhnya konflik pada masa kanak-

kanak yang direpres. Teori Behavioral: hasil belajar kondisioning kfasik, kondisioning operan, modeling.

## **2. Obsesif Kompulsif**

Seperti contoh Kasus dibawah ini:

X adalah seorang remaja madya yang saat ini sedang sekolah disuatu SMA Negeri. Sudah beberapa hari ini ia mempunyai kebiasaan aneh yang tidak bisa ia hentikan. Kebiasannya adalah mencuci tangannya lebih dari 10x dalam satu hari. Teman-temannya juga heran mengapa ia berperilaku seperti itu. Ketika ia berkonsultasi kepada psikolog sekolahnya ia baru tahu apa yang terjadi padanya. Psikolog menanyainya apa yang menyebabkannya seperti itu, lalu X mulai menceritakan kejadian apa yang sebenarnya ia lakukan. X adalah kakak dari A. Saat kecil keduanya pernah bertengkar, X tanpa sengaja mengambil gunting dan menorehkannya ke lengan adiknya,A. akibatnya lengan A terluka dan menyebabkannya cacat. peristiwa ini membuatnya bersalah dan ia terus menerus memikirkan kesalahannya ini (obsesif), dan tiap kali ia mengingatnya ia akan mencuci tangannya berulang-ulang.

Berdasarkan cerita diatas, kita bisa melihat bahwa obsesif adalah pemikiran yang berulang dan terus-menerus. Sedangkan kompulsif adalah pelaksanaan dari pemikirannya tersebut. Perilaku ini merupakan ritual pembebasan dari dosa pada orang tersebut. dengan mencuci tangan ia

berharap bisa membersihkan dari dosa yang telah ia perbuat. obsesif kompulsif ini biasanya cenderung pada perilaku bersih-bersih. Perilaku seperti ini sebenarnya banyak terjadi pada lingkungan kita tetapi, kita kadang malah menganggap perilaku ini wajar.

**Obsesi:** pikiran yang berkali-kali datang yang mengganggu - tampak tidak rasional - tidak dapat dikontrol → mengganggu hidup. dapat berbentuk keragu-raguan yang ekstrim, penanguhan tidak dapat membuat keputusan. pasien tidak dapat mengambil kesimpulan.

**Kompulsi:** impuls yang tidak dapat ditolak mengulangi tingkah laku ritualistik berkali-kali. Kompulsi sering berhubungan dengan kebersihan dan keteraturan. Penderita merasa apa yang dilakukannya asing.

**Penyebab:**

**Psikoanalitik:** fiksasi masa anal. Adler: anak terhalang mengembangkan kompetensinya → rendah diri → secara tidak sadar mengembangkan ritual yang kompulsif untuk membuat daerah yang dapat dikontrol dan merasa mampu → membuat orang tersebut merasa menguasai cara menguasai sesuatu.

**Teori Belajar:** Kondisioning operan. Tingkah laku yang dipelajari yang dikuatkan akibat-akibatnya. Terapi sama dengan fobia dan GAD.

### **3. Post Traumatik-Stress Disorder (PTSD/ Gangguan Stress Pasca Trauma)**

PTSD merupakan kecemasan akibat peristiwa traumatik yang biasanya dialami oleh veteran perang atau orang-orang yang mengalami bencana alam. PTSD biasanya muncul beberapa tahun setelah kejadian dan biasanya diawali dengan ASD, jika lebih dari 6 bulan maka orang tersebut dapat mengembangkan PTSD.

**Simtom dan diagnosis:** Akibat kejadian traumatik atau bencana yang tingkatnya sangat buruk: perkosaan, peperangan, bencana alam, ancaman yang serius terhadap orang yang sangat dicintai, melihat orang lain disakiti atau dibunuh. Akan berakibat tidak dapat konsentrasi, mengingat, tidak dapat santai, impulsif, mudah terkejut, gangguan tidur, cemas, depresi, mati rasa; hal-hal yang menyenangkan tidak menarik lagi, ada perasaan asing terhadap orang-lain dan yang lampau. Kalau trauma dialami bersama orang lain, dan yang lain mati: ada rasa bersalah, sering terjadi mimpi buruk atau gangguan tidur.

Gangguan pasca trauma dapat akut, kronis atau lambat, trauma akibat orang, perang, serangan fisik atau penganiayaan berlangsung lebih lama daripada trauma setelah bencana alam. Simtom memburuk jika dihadapkan kepada situasi yang mirip. Dapat terjadi pada anak dan orang dewasa. Simtom pada anak: mimpi tentang monster atau perubahan tingkah laku. Riwayat psikopatologi pada keluarga memegang peranan penting



**Perlakuan:** Dapat melalui terapi kelompok. Dengan cara ini penderita mendapatkan support dari teman-temannya.

#### 4. GAD (Generalized Anxiety Disease: Gangguan Kecemasan Tergeneralisasikan)

**Tanda-tanda:** kecemasan kronis terus menerus mencakup situasi hidup (cemas akan terjadi kecelakaan, kesulitan finansial). Ada keluhan somatik: berpeluh, merasa panas, jantung berdetak keras, perut tidak enak, diare, sering buang air kecil, dingin, tangan basah, mulut kering, tenggorokan terasa tersumbat, sesak nafas, hiperaktivitas sistem saraf otonomik. Merasa ada gangguan otot: ketegangan atau rasa sakit pada otot terutama pada leher dan bahu, pelupuk mata berkedip terus, bergetar, mudah lelah, tidak mampu untuk santai, mudah terkejut, gelisah, sering berkeluh. Cemas akan terjadinya bahaya, cemas kehilangan kontrol, cemas akan mendapatkan serangan jantung, cemas akan mati. Sering penderita tidak sabar, mudah marah, tidak dapat tidur, tidak dapat konsentrasi.

**Penyebab:** Psikoanalitik: konflik antara impuls id dan ego yang tidak disadari. Impuls itu seksual atau agresif → ingin keluar, dihalangi → tidak disadari → cemas. Teori belajar: kondisioning klasik dari rangsang luar. Kognitif behavioral: memfokus kontrol dan ketidakberdayaan.

**Terapi:** psikomatis sama dengan fobia.

## 5. Gangguan Panik

**Tanda-tanda:** sekonyong-sekonyong\sesak nafas, detak jantung keras, sakit di dada, merasa tercekik, pusing, berpeluh, bergetar, ketakutan yang sangat akan teror, ketakutan akan ada hukuman.

**Depersonalisasi dan derealisasi:** perasaan ada di luar badan, merasa dunia tidak nyata, ketakutan kehilangan kontrol, ketakutan menjadi gila, takut akan mati. Terjadinya: sering, sekali seminggu atau lebih sering. Beberapa menit. Dihubungkan dengan situasi khusus, misalnya mengendarai mobil. Laki-laki 0,7 %, wanita 1%. 4 kali serangan panik dalam 4 minggu, Satu serangan diikuti ketakutan terjadinya serangan lagi paling sedikit 1 bulan. Serangan panik dapat diikuti agorafobia, 80% penderita panik juga menderita gangguan kecemasan yang lain. Sering juga ada depresi. Sering penyebabnya gangguan fisiologis, misalnya gangguan jantung. Penderita panik sering merasa bahwa penyakitnya parah → menyebabkan panik.

## 6. Kecemasan obyektif (realistis)

Kecemasan obyektif/realistis adalah kecemasan Akan bahaya-bahaya dari luar. Seperti ada nyaseseseorang yang mengancam untuk mencelakainya.pengalaman bahaya dan timbul nya kecemasan mungkin dari sifat pembawaan nya dalam arti kata bahwa seseorang mewarisi kecendrungan

untuk menjadi takut kalau ia berada di dekat benda-benda yang ada di lingkungannya yang memberikan ia memori menakutkan.

### **7. Kecemasan Neurotis**

Kecemasan neurosis adalah kecemasan bila instink-instink tidak dapat dikendalikan dan menyebabkan orang berbuat sesuatu yang dapat dihukum.

### **8. Kecemasan Moral**

Kecemasan moral adalah kecemasan yang timbul dari kata hati terhadap perasaan berdosa apabila melakukan dan sebaliknya berpikir melakukan sesuatu yang bertentangan dengan norma-norma moral. Berdasarkan macam-macam kecemasan di atas dapat disimpulkan bahwa ada beberapa macam kecemasan yaitu: kecemasan obyektif, kecemasan neurotis, dan kecemasan moral.

### **2.3. Mengatasi Gangguan kecemasan**

Pendekatan-pendekatan psikologis berbeda satu sama lain dalam teknik dan tujuan penanganan kecemasan. Tetapi pada dasarnya berbagai teknik tersebut sama-sama mendorong klien/ siswa untuk menghadapi dan tidak menghindari sumber-sumber kecemasan mereka.

Dalam menangani gangguan kecemasan dapat melalui beberapa pendekatan:

### **1. Pendekatan-Pendekatan Psikodinamika**

Dari perspektif psikodinamika, kecemasan merefleksikan energi yang dilekatkan kepada konflik-konflik tak sadar dan usaha ego untuk membiarkannya tetap teredresi. Psikoanalisis tradisional menyadari bahwa kecemasan klien merupakan simbolisasi dari konflik dalam diri mereka. Dengan adanya simbolisasi ini ego dapat dibebaskan dari menghabiskan energi untuk melakukan redresi. Dengan demikian ego dapat memberi perhatian lebih terhadap tugas-tugas yang lebih kreatif dan memberi peningkatan. Begitu juga dengan yang modern, akan tetapi yang modern lebih menjajaki sumber kecemasan yang berasal dari keadaan hubungan sekarang daripada hubungan masa lampau. Selain itu mereka mendorong klien untuk mengembangkan tingkah laku yang lebih adaptif.

### **2. Pendekatan-Pendekatan Humanistik**

Para tokoh humanistik percaya bahwa kecemasan itu berasal dari redresi sosial diri kita yang sesungguhnya. Kecemasan terjadi bila ketidaksadaran antara inner self seseorang yang sesungguhnya dan kedok sosialnya mendekat ke taraf kesadaran. Oleh sebab itu terapis-terapis

humanistik bertujuan membantu orang untuk memahami dan mengekspresikan bakat-bakat serta perasaan-perasaan mereka yang sesungguhnya. Sebagai akibatnya, klien menjadi bebas untuk menemukan dan menerima diri mereka yang sesungguhnya dan tidak bereaksi dengan kecemasan bila perasaan-perasaan mereka yang sesungguhnya dan kebutuhan-kebutuhan mereka mulai muncul ke permukaan

### **3. Pendekatan-Pendekatan Biologis**

Pendekatan ini biasanya menggunakan variasi obat-obatan untuk mengobati gangguan kecemasan. Diantaranya golongan benzodiazepine, Valium dan Xanax (alprazolam). Meskipun benzodiazepine mempunyai efek menenangkan, tetapi dapat mengakibatkan depensi fisik. Obat antidepresi mempunyai efek antikecemasan dan antipanik selain juga mempunyai efek antidepresi.

### **4. Pendekatan-Pendekatan Belajar**

Efektifitas penanganan kecemasan dengan pendekatan belajar telah banyak dibenarkan oleh beberapa riset. Inti dari pendekatan belajar adalah usaha untuk membantu individu menjadi lebih efektif dalam menghadapi situasi yang menjadi penyebab munculnya kecemasan tersebut. Ada beberapa macam model terapi dalam pendekatan belajar, diantaranya:

**a. Pemaparan Gradual**

Metode ini membantu mengatasi fobia ataupun kecemasan melalui pendekatan setapak demi setapak dari pemaparan aktual terhadap stimulus fobik. Efektifitas terapi pemaparan sudah sangat terbukti, membuat terapi ini sebagai terapi pilihan untuk menangani fobia spesifik. Pemaparan gradual juga banyak dipakai pada penanganan agorafobia. Terapi bersifat bertahap menghadapkan individu yang agorafobik kepada situasi stimulus yang makin menakutkan, sasaran akhirnya adalah kesuksesan individu ketika dihadapkan pada tahap terakhir yang merupakan tahap terberat tanpa ada perasaan tidak nyaman dan tanpa suatu dorongan untuk menghindar. Keuntungan dari pemaparan gradual adalah hasilnya yang dapat bertahan lama.

Cara Menanggulangi ataupun cara membantu memperkecil kecemasan:

**b. Rekonstruksi Pikiran**

Yaitu membantu individu untuk berpikir secara logis apa yang terjadi sebenarnya. biasanya digunakan pada seorang psikolog terhadap penderita fobia

**c. Flooding**

Yaitu individu dibantu dengan memberikan stimulus yang paling membuatnya takut dan dikondisikan sedemikian rupa serta memaksa individu yang menderita anxiety untuk menghadapinya sendiri.

**d. Terapi Kognitif**

Terapi yang dilakukan adalah melalui pendekatan terapi perilaku rasional-emotif, terapi kognitif menunjukkan kepada individu dengan fobia sosial bahwa kebutuhan-kebutuhan irrasional untuk penerimaan-penerimaan sosial dan perfeksionisme melahirkan kecemasan yang tidak perlu dalam interaksi sosial. Kunci terapeutik adalah menghilangkan kebutuhan berlebih dalam penerimaan sosial. Terapi kognitif berusaha mengoreksi keyakinan-keyakinan yang disfungsi. Misalnya, orang dengan fobia sosial mungkin berpikir bahwa tidak ada seorangpun dalam suatu pesta yang ingin bercakap-cakap dengannya dan bahwa mereka akhirnya akan kesepian dan terisolasi sepanjang sisa hidup mereka. Terapi kognitif membantu mereka untuk mengenali cacat-cacat logis dalam pikiran mereka dan membantu mereka untuk melihat situasi secara rasional. Salah satu contoh teknik kognitif adalah restrukturisasi kognitif, suatu proses dimana terapis membantu klien mencari pikiran-pikiran dan mencari alternatif rasional sehingga mereka bisa belajar menghadapi situasi pembangkit kecemasan.

**e. Terapi Kognitif Behavioral (CBT)**

Terapi ini memadukan teknik-teknik behavioral seperti pemaparan dan teknik-teknik kognitif seperti restrukturisasi kognitif. Beberapa gangguan kecemasan yang mungkin dapat dikaji dengan penggunaan CBT antara lain : fobia sosial, gangguan stres pasca trauma, gangguan kecemasan menyeluruh, gangguan obsesif kompulsif dan gangguan panik. Pada fobia sosial, terapis membantu membimbing mereka selama percobaan pada pemaparan dan secara bertahap

menarik dukungan langsung sehingga klien mampu menghadapi sendiri situasi tersebut.

#### **2.4. Tingkat Kecemasan**

Menurut Hawari (2008:69), tingkat kecemasan dibagi menjadi beberapa tingkatan yaitu kecemasan ringan, sedang dan berat.

##### **a. Kecemasan Ringan (*mild anxiety*)**

Berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari dan menyebabkan seseorang menjadi waspada dan meningkatkan lahan persepsinya. Kemampuan melihat dan mendengar menjadi meningkat serta cemas ringan dapat memotivasi belajar dan menghasilkan kreatifitas.

##### **b. Kecemasan Sedang (*moderate anxiety*)**

Memungkinkan seseorang untuk memusatkan pada hal yang penting dan mengesampingkan yang lain, sehingga seseorang mengalami perhatian yang selektif namun dapat melakukan sesuatu yang lebih terarah.

##### **c. Kecemasan Berat (*severe anxiety*)**

Sangat membatasi lahan persepsi seseorang. Seseorang cenderung untuk memusatkan pada sesuatu yang terinci, spesifik dan tidak dapat berpikir tentang hal lain. Semua perilaku ditujukan untuk mengurangi



ketegangan. Orang tersebut memerlukan banyak pengarahannya sehingga dapat memusatkan pada suatu objek lain. Cameron menyatakan bahwa kecemasan dapat terjadi dalam berbagai intensitas, yaitu :

a. *Chronic Anxiety Reaction*

Kecemasan ini terjadi dalam intensitas yang rendah, individu tidak mengetahui dari mana atau apa penyebab kecemasannya. Hal ini berlangsung secara terus menerus atau pada suatu jangka waktu yang cukup lama.

b. *Anxiety Reaction*

Kecemasan ini terjadi dalam intensitas yang akut dan disertai oleh perubahan pada alat-alat tubuh seperti adanya gangguan pada alat pernafasan, cardio vascular dan gastrointestinal

c. *Panic Reaction*

menurut Kecemasan ini terjadi dalam intensitas yang merupakan keadaan serangan kecemasan yang maksimal. Ketegangan yang dirasakan individu begitu kuatnya sehingga dapat bertindak agresif, maka kadang-kadang ada keinginan untuk bunuh diri Kesadaran akan dirinya begitu menurun sehingga tidak memperhatikan lagi kepentingan dirinya sendiri. Reaksi panik dapat pula menyerupai manifestasi psikotik dimana ego mengalami disintegrasi, yang disertai delusi dan halusinasi

## 2.5. Sumber Kecemasan

Menurut (Gunarsa & Gunarsa, 2007).

“Kecemasan dapat terjadi kapan saja dan disebabkan oleh apa saja yang mengancam. Kecemasan dapat ditimbulkan oleh bahaya dari luar, juga bahaya dari dalam diri dan pada umumnya ancaman itu samar-samar (tidak jelas) bahaya dari dalam timbul bila ada sesuatu hal yang tidak dapat diterimanya, seperti pikiran, perasaan, keinginan dan dorongan .

Menurut Bunder Keinhholz dan Arbaryatiningsih, 2007).

“kecemasan dapat dibagi menurut sumber sebabnya, yaitu : Kecemasan yang berasal dari lingkungan, disebut kecemasan obyektif yaitu kecemasan yang disebabkan oleh lingkungan dan tidak perlu pengobatan, karena merupakan salah satu faktor "penjagaan diri" Kecemasan dalam tubuh disebut kecemasan vital, yaitu kecemasan yang berasal dari dalam tubuh dan berfungsi sebagai mekanisme pertahanan yang melindungi individu. Kecemasan akan kesadaran yang disebut dengan Kecemasan hati nurani, yaitu individu punya kesadaran akan moralitas yang akan melindungi individu terhadap perbuatan-perbuatan yang bersifat amoral.”

Kecemasan dalam tubuh yang disebut kecemasan neurotik yaitu kecemasan yang berasal dari dalam tubuh dan tidak bisa dihindari sehingga kecemasan bersembunyi dalam kecemasan lainnya, seperti fobia, gangguan obsesif kompulsif, konfersi dan gangguan fisiologis lain. Kecemasan bukan gejala menenturan disebut kecemasan psikotik, adalah kecemasan merupakan gejala biasa bukan gejala menenturan yang kadang-kadang merupakan manifestasi, gejala depresi.

Kecemasan dapat dirasakan begitu hebat, sehingga penderita tidak bisa berbuat apa-apa. Menurut Kartini Kartono Kecemasan Psikotik adalah kecemasan karma merasa terancam hidupnya, dan kacau balau, ditambah dengan kebingungan yang hebat disebabkan oleh depersonalisasi dan

disorganisasi psikis. Kecemasan takut pada masyarakat atau kecemasan social, yaitu terjadi karena individu takut akan pendapat umum tentang dirinya.

## **2.6. Indikator Kecemasan**

Widosari,(2010:60) berpendapat bahwa terdapat keluhan dan gejala umum dalam kecemasan dibagi menjadi gejala somatik dan psikologis yaitu:

1. Gejala somatik terdiri dari :
  - a. Keringat berlebih.
  - b. Ketegangan pada otot skelet yaitu seperti : sakit kepala, kontraksi pada bagian belakang leher atau dada, suara bergetar, nyeri punggung.
  - c. Sindrom hiperventilasi yaitu seperti : sesak nafas, pusing, parestesi.
  - d. Gangguan fungsi gastrointestinal yaitu seperti tidak nafsu makan, mual, diare, dan konstipasi.
  - e. Iritabilitas kardiovaskuler seperti : hipertensi
2. Gejala psikologis terdiri dari beberapa macam :
  - a. Gangguan mood seperti : sensitif, cepat marah, dan mudah sedih.
  - b. Kesulitan tidur seperti : insomnia, dan mimpi buruk
  - c. Kelelahan atau mudah capek.
  - d. Kehilangan motivasi dan minat.
  - e. Perasaan-perasaan yang tidak nyata.

- f. Sangat sensitif terhadap suara seperti : merasa tak tahan terhadap suara-suara yang sebelumnya biasa saja.
- g. Berpikiran kosong seperti : Tidak mampu berkonsentrasi, mudah lupa
- h. Kikuk, canggung, koordinasi buruk.
- i. Tidak bisa membuat keputusan seperti : tidak bisa menentukan pilihan bahkan untuk hal-hal kecil.
- j. Gelisah, resah, tidak bisa diam.
- k. Kehilangan kepercayaan diri.
- l. Kecenderungan untuk melakukan segala sesuatu berulang-ulang.
- m. Keraguan dan ketakutan yang mengganggu.
- n. Terus menerus memeriksa segala sesuatu yang telah dilakukan

Berdasarkan paparan diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat dua gejala umum alam kecemasan, yaitu gejala somatik yaitu gejala fisik yang tampak pada individu yang sedang mengalami kecemasan, dan gejala psikologis yang dirasakan oleh individu yang mengalami kecemasan.

Sulistyaningsih (2010:35) mengemukakan bahwa ada tiga komponen utama reaksi kecemasan, yaitu

- a. Reaksi subyektif (kognitif), berupa khawatir, bimbang
- b. tingkah laku yang tampak (overt behavior), misalnya badan gemetar.

- c. Reaksi fisiologis internal, yaitu meningkatnya denyut jantung atau keluar keringat dingin .

Menurut andrianto (2010:122-123) Keadaan subyektif suatu kecemasan mungkin jelas nyata, atau mungkin disembunyikan oleh fisik atau keluhan psikologis lain.

Menurut andrianto gejala dan tanda kecemasan itu ada tiga, yaitu :

1. Aspek psikologis dibagi menjadi beberapa indikator
  - a. *Apprehension* (keprihatinan/kecemasan pada masa depan
  - b. keraguan ketakutan dan antisipasi kemalanga
  - c. Perasaan panic
  - d. *Hipervigilan* (kecenderungan untuk bereaksi berlebihan terhadap stress yang tidak begitu berat
  - e. Lekas marah
  - f. Lela
  - g. *Insomnia* (kesulitan untuk tidur
  - h. Kecenderungan mengalami kecelakaan (tidak fokus saat berkendara
  - i. *Derealisasi* (dunia tampak aneh) dan *depersonalisasi*(merasa dirinya sendiri tidak nyata)
  - j. Kesulitan dalam memusatkan pikiran
2. Aspek somatik dibagi menjadi beberapa indikator, yaitu :
  - a. Sakit kepala
  - b. Pusing dan berkunang-kunang

- c. Jantung berdebar dan dada sakit
  - d. Gangguan perut dan diare
  - e. Sering buang air kecil
  - f. Bengkak di kerongkongan
  - g. Tensi bergerak atau kegelisahan
  - h. Nafas pendek-pedek
  - i. *Paresthasias* (perasaan-perasaan kulit yang abnormal seperti gatal-gatal, menusuk-nusuk atau seperti terbakar)
3. Aspek fisik dibagi menjadi beberapa indicator, yaitu :
- a. *Diaphoresis* (keluar keringat banyak)
  - b. Kulit dingin dan lembab
  - c. Urat nadi cepat dan arrhythmias (hilangnya irama/ irama tidak teratur)
  - d. Muka menjadi merah dan muka pucat
  - e. *Hyperreflexia* (refleks yang berlebihan)
  - f. Menggigil, mudah terkejut dan gelisah

### **2.7.Kerangka Konseptual**

Pola asuh orang tua berhubungan erat dengan perkembangan emosional remaja yang juga dapat menyebabkan gangguan kecemasan salah satu yaitu gangguan kecemasan sosial oleh sebab itu peran keluarga atau orang tua sangat

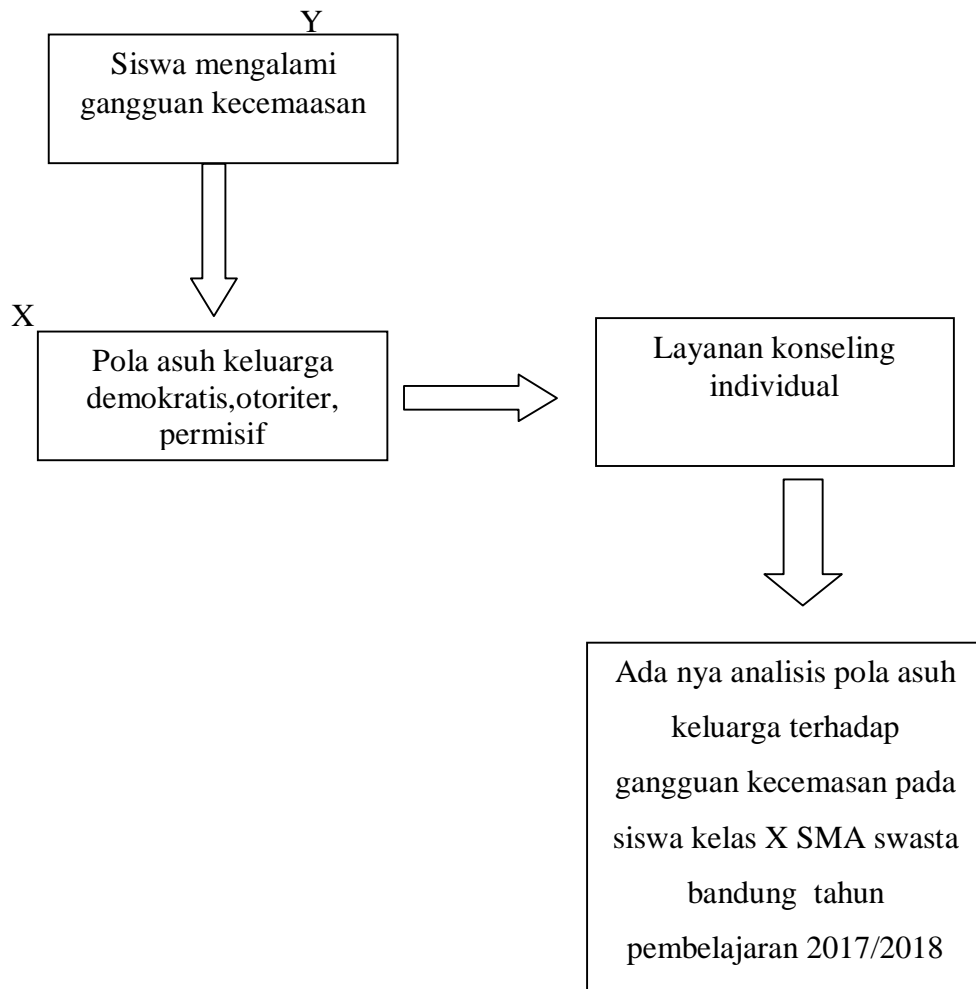
dibutuhkan kemudian anak menciptakan keakraban dan kehangatan, orang tua sebagai tempat pemupukan kepercayaan diri yang menimbulkan adanya perasaan aman, sebagai tempat melatih kemandirian remaja dalam membuat keputusan dan melakukan tindakan.

Hubungan orang tua dengan anak turut menentukan persiapan remaja dalam menjalankan perubahan peran sosial. Keberhasilan remaja dalam memenuhi tugas perkembangan mereka tidak terlepas dari bagaimana orang tua menampilkan, mengarahkan tugas-tugas perkembangan remaja kepada anak-anaknya.

Remaja sebagai anggota keluarga dengan perannya sebagai anak memiliki hubungan yang dekat dengan orang tua. Jika pola asuh keluarga tidak mendukung dalam arti kata orang tua yang memiliki sistem pola asuh otoriter maka anak akan cenderung ketakutan dalam menghadapi apapun apalagi kurangnya dukungan orang tua sehingga menyebabkan anak merasa bahwa segala sesuatu yang dihadapi oleh dirinya salah dan di hadapkan dengan ketakutan.

Apalagi ketika dihadapkan dengan lingkungan baru anak yang mengalami gangguan kecemasan akan cenderung menutup diri bahkan tidak ingin memulai sosialisasi dengan teman-temannya disekolah. Untuk itu konselor memberikan layanan konseling individual untuk dapat membantu siswa mengatasi permasalahan yang dialaminya

Skema 1.1  
Kerangka Konseptual





## BAB III

### METODELOGI PENELITIAN

#### 3.1. Lokasi dan Waktu Penelitian

##### 1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan SMA BANDUNG, Jl.Pengabdian No.72 Bandar Setia Tembung, Kecamatan Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang, Provinsi Sumatra Utara.

##### 2. Waktu Penelitian

Rencana penelitian ini Dimulai sejak bulan Oktober 2017 sampai pada bulan Januari 2018.

Tabel 3.1  
Jadwal Rencana Kegiatan

No	Jenis Kegiatan	Bulan/ Minggu												
		Oktober			November			Desember			Januari			
1	Pengajuan Judul	■												
2	ACC Judul		■											
3	Pembuatan Proposal			■	■	■								
4	Bimbingan Proposal					■	■	■						
5	ACC Proposal							■						
6	Seminar Proposal								■	■	■			

### 3.2. Subjek dan Objek Penelitian

#### 1. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini kualitatif. Populasi adalah jumlah keseluruhan objek penelitian yang menjadi sumber data.

Menurut Suharmi Arikunto (2013: 172) mengatakan “Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan penelitian populasi”.

Adapun yang menjadi subjek di dalam penelitian ini adalah siswa kelas X dan guru bimbingan dan konseling SMA BANDUNG, Jl.Pengabdian No.72 Bandar Setia Tembung, Kecamatan Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang, Provinsi Sumatra Utara.

**Tabel 3.2**

No	Kelas	Jumlah Siswa
1	X	45
<b>Jumlah</b>		<b>45</b>

#### 2. Objek Penelitian

Menurut Suharsimi Arikunto (2013:174) mengatakan bahwa “Purposive sample adalah bagian atau waktu populasi yang diteliti”. Objek dalam penelitian adalah

siswa kelas X SMA BANDUNG Tembung yang memiliki masalah dalam gangguan kecemasan sosial

**Tabel 3.3**

No	Kelas	Subjek	Objek
1	X	45	8
<b>Jumlah</b>		<b>45</b>	<b>8</b>

#### **A. Definisi Operasional Variabel**

Variabel dalam penelitian ini adalah pola asuh keluarga untuk mengurangi gangguan kecemasan. Adapun definisi dari pola asuh orang tua merupakan interaksi anak dengan orang tua mendidik, membimbing, dan mendisiplinkan serta melindungi anak untuk mencapai kedewasaan sesuai dengan norma-norma yang ada dalam masyarakat. Pembahasan masalah klien di dalam layanan ini bersifat mendalam, menyentuh hal-hal yang penting tentang diri klien (bahkan sangat penting yang boleh jadi menyangkut rahasia pribadi klien), bersifat meluas, meliputi berbagai sisi yang menyangkut masalah klien, namun juga bersifat spesifik menuju arah pengentasan masalah.

Gangguan kecemasan yaitu Kecemasan adalah kondisi kejiwaan yang penuh dengan kekhawatiran dan ketakutan akan apa yang mungkin terjadi, baik berkaitan dengan permasalahan yang terbatas maupun hal-hal yang aneh. Deskripsi umum akan kecemasan yaitu “perasaan tertekan dan tidak

tenang serta berpikiran kacau dengan disertai banyak penyesalan yang juga dapat berdampak pada sosial seorang klien

Dalam penelitian ini penulis menggunakan layanan informasi Layanan informasi bertujuan untuk membekali individu dengan berbagai pengetahuan dan pemahaman tentang berbagai hal yang berguna untuk mengenal diri, merencanakan, dan mengembangkan pola kehidupan sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat. Pemahaman yang diperoleh melalui layanan informasi, digunakan sebagai bahan acuan dalam meningkatkan kegiatan dan prestasi belajar, mengembangkan cita-cita, menyelenggarakan kehidupan sehari-hari dalam mengambil sebuah keputusan.

## **B. Pendekatan dan Jenis Penelitian**

Berdasarkan pendekatannya penelitian ini menggunakan pendekatan deduktif kualitatif. Data yang dikumpulkan adalah berupa penjelasan kata-kata atau gambar bukan penjelasan dengan menggunakan angka-angka. Suharsimi Arikunto (2013: 22) “Sumber data penelitian kualitatif adalah tampilan yang berupa kata-kata lisan atau tertulis yang dicermati oleh penulis dan benda-benda yang diamati sampai detailnya agar dapat ditangkap makna yang tersirat dalam dokumen atau bendanya”.

Karena data yang diperoleh berupa kata-kata atau tindakan, maka jenis penelitian yang penulis gunakan adalah jenis penelitian deskriptif, yakni

jenis penelitian yang hanya menggambarkan, meringkas berbagai kondisi, situasi atau berbagai variabel.

### **3. Instrumen Penelitian**

Untuk memperoleh data yang sesuai dengan penelitian ini digunakan alat atau disebut juga dengan instrumen penelitian. Alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi dan wawancara

#### **1. Observasi**

Menurut Bimo Walgito (2010: 63) “Observasi merupakan suatu penelitian yang dijalankan secara sistematis dan sengaja diadakan dengan menggunakan alat indra atau bantuan benda perekam atas kejadian yang langsung dapat di tangkap pada waktu kejadian langsung”.

#### **2. Wawancara**

Menurut Munandir (2001: 380) menyatakan bahwa “ Wawancara merupakan suatu teknik untuk mengumpulkan data tentang diri pribadi, tentang pribadi siswa pada latar sekolah dengan maksud mengenal dan memahami siswa”.Yang diwawancarai dalam penelitian ini adalah siswa kelas X yang memiliki masalah gangguan kecemasan .

#### **A. Teknik Analisis Data**

Analisis data dipakai untuk memberikan arti data-data yang telah dikumpulkan. Analisis data merupakan proses mengatur urutan data,

mengorganisasikan dalam suatu pola dan ukuran untuk dijadikan sesuatu kesimpulan.

Menurut Sugiono (2009: 246) menyatakan bahwa” Aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas sehingga datanya sudah jenuh. Aktivitas dalam analisis data yaitu reduksi data, penyajian data dan kesimpulan / verifikasi”.

Lebih lanjut dijelaskan sebagai berikut:

**a. Reduksi Data**

Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya.

Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya dan mencarinya bila di perlukan.

**b. Penyajian Data**

Dengan penyajian data maka akan memudahkan untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang dipahami tersebut.

**a. Penarikan Kesimpulan**

Kesimpulan dalam penelitian kualitatif mungkin dapat menjawab rumusan masalah yang dirumuskan sejak awal, tetapi mungkin juga tidak. Hal karena masalah dan rumusan masalah

dalam penelitian kualitatif bersifat sementara dan akan berkembang setelah penelitian di lapangan.

Data yang diperoleh dari hasil wawancara dianalisis dengan cara mencatat yang menghasilkan catatan lapangan, dengan hal ini di berikan kode agar sumber datanya tetap ditelusuri. Sehingga diperoleh gambaran secara lengkap bagaimana penerapan layanan konseling individual untuk mengatasi gangguan kecemasan pada siswa kelas X SMA BANDUNG

## **PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN**

### **A. Deskripsi Hasil Penelitian**

Pada bab ini akan dibahas mengenai hasil penelitian dan pembahasannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Analisis Pola Asuh Orang Tua Terhadap Gangguan Kecemasan Pada Siswa Kelas X SMA Bandung. Penelitian ini menggunakan metode observasi dan wawancara sebagai instrumen penelitian dan langsung mengadakan observasi di keluarga siswa kelas X SMA Bandung untuk mengetahui pola asuh orang tua yang diterapkan kepada anak mereka.

Lokasi penelitian untuk observasi dan wawancara dilakukan di rumah siswa masing-masing untuk mendapat hasil dan data yang benar/lebih akurat. Kemudian dari hasil observasi dan wawancara peneliti menemukan bahwa orang tua responden menetapkan pola asuh yang berbeda-beda terhadap anak mereka. Pelaksanaan Penelitian.

### **B. Kecenderungan Variabel Penelitian**

Pada penelitian kualitatif peneliti dituntut dapat menggali data berdasarkan apa yang diucapkan, dirasakan, dan dilakukan oleh sumber data. Pada penelitian kualitatif peneliti bukan sebagaimana seharusnya apa yang dipikirkan oleh peneliti tetapi berdasarkan sebagaimana adanya yang terjadi di lapangan, yang dialami, dirasakan, dan dipikirkan oleh sumber data, melakukan penelitian melalui



pendekatan deskriptif maka peneliti harus memaparkan, menjelaskan, menggambarkan data yang telah diperoleh oleh peneliti melalui wawancara mendalam yang dilakukan dengan para informan.

Menyatakan ketika pola asuh yang diterapkan kepada anak merupakan pola asuh yang benar tentu akan membentuk perilaku dan kepribadian yang baik bagi anak, sedangkan bila orang tua salah dalam menetapkan pola asuh maka akan berdampak tidak baik bagi perkembangan moral anak, karena akan mengakibatkan anak berperilaku menyimpang yang mengarah pada kenakalan anak dan kepribadian yang tidak baik ketika masa remajanya.

Ada beberapa kecemasan yang dimiliki oleh remaja, kecemasan komunikasi, kecemasan belajar, kecemasan dalam menghadapi masa depan dll yang biasanya muncul ketika sedang berinteraksi dengan orang lain. Kecemasan ini dalam realitasnya merupakan perilaku yang cukup normal, namun apabila kecemasan tersebut sudah mengarah ke sifat patologis (keadaan sakit; abnormal) maka individu tersebut akan menerapkan perilaku yang tidak seharusnya, seperti selalu berusaha untuk tidak berkomunikasi atau menghindari komunikasi yang seharusnya dilakukan dengan orang lain. Ketika gugup (*nervous*), individu mungkin menunjukkan secara terbuka indikasi-indikasi dari *inner arousal* mereka (misalnya gemetar, gelisah), menghindari individu lain, dan gangguan pada perilaku-perilaku lain yang terus-menerus (misalnya tidak lancar berbicara, kesulitan konsentrasi).

Sehingga berakibat, kecemasan adalah suatu kekurangan dalam hubungan sosial, karena individu yang gugup (*nervous*) dan terhambat mungkin menjadi

kurang efektif secara sosial. Dari hasil observasi dan wawancara beberapa orang tua menerapkan pola asuh yang berbeda beda dikarenakan menurut mereka pola asuh itu tergantung dari urutan anak mereka. misalnya anak paling besar harus dididik dengan cara pola asuh otoriter, pola asuh otoriter sendiri mengandung arti cenderung membatasi perilaku kasih sayang, sentuhan, dan kelekatan emosi orangtua - anak sehingga antara orang tua dan anak seakan memiliki dinding pembatas yang memisahkan “si otoriter” (orang tua) dengan “si patuh” (anak). contohnya Apabila anak tidak mau melakukan apa yang dikatakan oleh orang tua, maka orang tua tipe ini tidak segan menghukum anak.

Orang tua tipe ini juga tidak mengenal kompromi dan dalam berkomunikasi biasanya bersifat satu arah. Misalnya anaknya tidak boleh bermain diluar tanpa alasan, anak laki-laki tidak boleh bermain dengan anak perempuan, melarang segala sesuatunya, anak dilarang bertanya tentang lawan jenisnya. Dalam hal ini tidak mengenal kompromi. Anak suka atau tidak suka, mau atau tidak mau harus memenuhi target yang ditetapkan orang tua. Anak adalah obyek yang harus dibentuk orang tua yang merasa lebih tahu mana yang terbaik untuk anak-anaknya. beberapa orang tua menuturkan bahwa anak paling besar harus dididik dengan pola asuh otoriter agar dapat memberikan contoh yang baik terhadap adik adiknya nanti. dan mereka percaya jika anak yang pertama berhasil maka adik adiknya juga akan berhasil.

Bahwa tanpa disadari orang tua anak akan merasa cemas ketika menghadapi sesuatu dengan pola asuh yang seperti ini dapat dilihat juga dari observasi dan

wawancara ini bahwa masih terdapat orang tua yang menerapkan dua pola asuh dengan anak nya yaitu permisif dan demokratis alasan nya adalah bahwa menurut mereka akan lebih baik jika memberikan kebebasan dengan anak mereka tetapi tetap membimbing nya. pola asuh seperti ini tidak menimbulkan kecemasan berlebihan terhadap anak nya , akan tetapi anak tersebut dapat mengatasi kecemasan nya.

Kegagalan remaja untuk menguasai keterampilan sosialnya dalam berkomunikasi akan menimbulkan perasaan sulit untuk melakukan interaksi sosial yang menyebabkan kecemasan komunikasi dan menimbulkan rasa rendah diri, dikucilkan dari pergaulan, cenderung berperilaku anormatif misalnya, asosial ataupun anti-sosial. Bahkan lebih ekstrem bisa menyebabkan terjadinya gangguan jiwa, kenakalan remaja, tindakan kriminal, perilaku menyimpang, dan sebagainya . Salah satu faktor yang paling mempengaruhi perkembangan pola pikir seorang remaja sehingga menimbulkan perilaku yang tidak wajar seperti kecemasan komunikasi adalah peranan orang tua dalam memberikan pola asuh, maka peneliti ingin meneliti mengenai hubungan antara pola asuh orang tua terhadap kecemasan komunikasi remaja.

### **C. Pengujian Hipotesis**

Adapun pengujian hipotesis menggunakan observasi dan wawancara dengan masing masing orang tua dan siswa yang langsung diadakan di rumah siswa.

#### **1. Observasi**

Pada penelitian ini peneliti menggunakan metode observasi partisipan yaitu Observasi Partisipasi Yaitu observasi yang melibatkan peneliti atau observer secara langsung dalam kegiatan pengamatan di lapangan. Jadi, peneliti bertindak sebagai observer, artinya peneliti merupakan bagian dari kelompok yang ditelitinya peneliti sebagai Observasi Biasa Pada observasi biasa, pengamat merupakan orang yang sepenuhnya melakukan pengamatan (complete observer). Ia tidak memiliki keterlibatan apapun dengan pelaku yang menjadi objek penelitian.

##### **1. Orang Tua Nurul**

Nurul adalah anak paling besar dan memiliki 2 orang adik. Pola asuh yang diterapkan orang tua nurul yaitu pola asuh demokratis orang tua nurul membebaskan nurul dalam berbagai hal tetapi tetap mengontrol nurul. Kemudian menurut orang tua nurul jika anak terlalu di keang maka anak tersebut menjadi nakal dan bandal. Tetapi ayah nurul memberitahukan kepada nurul bahwa apa yg dilakukan nya harus berhasil jika tidak ayah nya akan merasa kecewa dan marah. Oleh sebab itu nurul terlihat gugup ketika

menghadapi suatu kompetisi bahkan sebelum menghadapinya nurul mengalami gejala fisik seperti demam.

#### 2. Orang Tua Rizky

Rizki anak ke 3 dari 5 bersaudara. Orang tua rizki termasuk pola asuh yang permisif yaitu orang tuanya membiarkan apapun yang ingin dilakukan anaknya. Menurut nya terlalu memantau anak membuat nya pusing kerana akan berhujung dengan pertengkaran. Orang tua rizki selalu memukul rizki apabila rizki tidak patuh. Apalagi nilai nya turun ibu nya akan memarahi rizki

#### 3. Orang Tua Nena

Nena adalah anak terakhir dan ia mempunyai seorang abang. Abang nya tidak berhasil atau lebih tepatnya tidak seperti apa yang diharapkan oleh kedua orang tuanya. Sehingga orang tua nena memaksa nena untuk mengikuti keinginan orang tuanya. Pola asuh yang diterapkan orang tua nena adalah pola asuh otoriter. Ketika nena gagal bahkan mengatakan tidak maka nena akan dimarahi . ketika nena maju kedepan untuk mengerjakan soal yang disuruh oleh guru nya maka nena akan cemas bahkan berkeringat

#### 4. Orang Tua Edwin

Edwin adalah anak ke 2 dari 3 bersaudara. Orang tua edwin menerapkan pola asuh otoriter. Orang tua erwin menerapkan pola asuh otoriter dikarenakan orang tuanya ingin edwin sukses. Menurut edwin orang tuanya

selalu menekan dan memaksa sehingga erwin merasa tidak nyaman dan cemas ketika mengikuti ujian.

#### 5. Orang Tua Yaya

Yaya anak satu satu nya dikeluarga. Sehingga menurut orang tua nya yaya harus menjadi anak yang baik serta berhasil, ketika yaya tidak belajar dirumah maka orang tua nya akan mengoyak buku pelajaran yaya dan tidak memberikan yaya uang jajan. Oleh sebab itu ketika pembagian hasil rapot yaya terkadang menyendiri dan tidak keluar kamar

#### 6. Orang Tua Dicky

Dicky adalah anak paling besar di keluarga nya sehingga menurut orang tua dicky,dicky harus menjadi orang yang sukses. Orang tua dicky tidak tahu pola asuh seperti apa yang diterapkan nya hanya saja menurut nya jika anak nya gagal ayah nya memarahi dan menyalahkkan dicky hanya bermain main dan bandal hingga sulit di atur. Menurut orang tua dicky ini tidak akan berpengaruh dengan kecemasan dicky. Tetapi terkadang dicky bercerita kepada teman nya dan teman nya menyampaikan kepada ibu nya bahwa ketika dia sampai di sekolah dicky merasa dirinya ketakutan,sakit perut,gemetaran dan gelisah.

#### 7. Orang Tua Keke

Keke adalah anak terakhir dari 3 bersaudara. Orang tua keke menerapkan pola asuh otoriter kepada semua anak nya. Suka atau tidak keke harus mengikutinya. Menurut orang tua keke kecemasan dengan pola asuh orang

tua tidak ada masalah nya. Menurut nya pola asuh yang diterapkan untuk anak anak nya sudah benar dan tepat. Tetapi terkadang orang tua keke menyadari ketika dia mendaftarkan anak nya dalam suatu kompetisi salah satu anak nya takut bahkan menangis sebelum menghadapi kompetisi tersebut. Namun menurut orang tua nya hal seperti itu tidak perlu ,orang tua keke bahkan memarahi keke.

#### 8. Orang Tua Tika

Tika adalah anak terakhir dari 2 bersaudara, pola asuh yang di terapkan oleh orang tua tika adalah penggabungan pola asuh yaitu ibu nya adalah pola asuh otoriter dan permisif. Sedangkan ayah nya menerapkan pola asuh demokratis, sehingga tika lebih sering bertukar pendapat dengan Ayah nya. Tika lebih suka berbicara dengan ayah nya dibanding dengan ibu nya , menurut ibu nya tika tidak perlu terlalu dimanjakan karena ketika besar nanti dia akan menjadi seseorang yang tergantung pada orang tua nya. ketika ibu nya menyuruh hal hal tertentu yang dilakukan tika. Ibu nya menyuruh nya dengan kata kata “cepat lah kau,kerja seperti itu aja ga bisa kau” ketika tika membuat kesalahan ibu nya mengucapkan kata kata kasar .

Sedangkan ayah tika jarang berada dirumah untuk memantau anak nya . teman teman tika di sekolah mengatakan ke pada ayah nya bahwa tika tidak ingin bergaul dan cenderung menutup diri dan takut.

## 2. Wawancara

Wawancara dilakukan kepada murid- murid yang ada disekolah SMA SWASTA BANDUNG kelas X bagaimana pendapat mereka tentang pola asuh yang di terapkan oleh orang tua mereka di rumah dan apa dampaknya bagi kehidupan mereka sehari-hari. Sebelum wawancara di mulai konselor telah menjelaskan tentang pola asuh demokratis, otoriter, permisif kepada siswa yang akan di wawancarai. sehingga pada wawancara siswa sudah mengetahuinya

### 1. Nurul

Peneliti : baiklah nurul, dari 3 pola asuh yang ibu jelaskan tersebut pola asuh seperti apa yang diterapkan oleh orang tua kamu dirumah?

Nurul : pola asuh orang tua saya bu di rumah saya rasa demokratis ya bu.

Peneliti : apa alasan kamu mengatakan bahwa pola asuh yang diterapkan orang tua kamu demokratis?

Nurul : iya bu karena orang tua saya mengarahkan saya , membimbing saya dengan baik.

Peneliti : lalu adakah kecemasan yang kamu alami ketika disekolah?

Nurul : ada bu, saya takut ketika di suruh maju kedepan untuk menjawab soal bu, tangan dan kaki saya basah bu bahkan tak jarang saya takut dan menangis. Ketika ditanya teman kenapa menangis ? saya hanya menjawab tidak apa apa"

Peneliti : apakah orang tua kamu marah saat kamu marah ?



Nurul : iya bu, ayah saya marah marah dan mengatakan saya tidak mau belajar. Jadi saya merasa ketakutan jika saya mengatakan saya gagal.

## 2. Rizky

Peneliti : baiklah rizky, dari 3 pola asuh yang ibu jelaskan tersebut pola asuh seperti apa yang diterapkan oleh orang tua kamu dirumah?

Rizky :saya rasa bu orang tua saya menggunakan pola asuh permisif, karena orang tua saya tidak peduli dengan saya bu, hanya marah marah saja.

Peneliti : mengapa demikian ?

Rizky : iya bu ,nantikan kalau saya bagi rapot ibu saya mengatakan ah udahlah malas aku. Yaudah buk saya ambil sendiri saja.

Peneliti : pernahkah kamu dipukul oleh orang tua mu ?

Rizky : pernah bu, waktu itu saya mengerjakan tugas sekolah terus ibu saya marah marah karena kata nya saya membuat rumah berserakan. Dipukul nya saya bu. Sejak itu saya ga mau belajar buk

Peneliti : adakah gangguan kecemasan yang kamu alami dalam kehidupan sehari hari dengan pola asuh orang tua mu ?

Rizky : ada buk saya takut ketika berhadapan dengan orang tua saya , padahal dia itu adalah orang tua saya tempat saya berkeluh kesah,tapi dia memarahi saya, saya tidak bisa menyesuaikan diri

dengan lingkungan baru buk, saya kalau di panggil guru dan ditanya guru saja saya sudah tidak dapat berkonsentrasi buk.

### 3. Nena

Peneliti : baiklah nena, dari 3 pola asuh yang ibu jelaskan tersebut pola asuh seperti apa yang diterapkan oleh orang tua kamu dirumah?

Nena :pola asuh yang diterapkan oleh orang tua saya adalah pola asuh otoriter buk

Peneliti : kenapa kamu mengatakan pola asuh yang diterapkan oleh orang tua mu adalah pola asuh otoriter ?

Nena :iya buk karena saya harus menuruti semua keinginan orang tua saya. Saya ingin menjadi seniman tapi ibu saya menyuruh saya menjadi guru biologi. Saya saja tidak suka pelajaran biologi buk.

Peneliti : apakah kamu sudah mengatakan pada ayah atau ibu kamu bahwa kamu tidak tertarik dalam biologi ?

Nena : sudah bu tapi kata orang tua saya, saya tidak boleh menjadi seniman padahal saya suka menyanyi bu menggambar dan melukis buk.

Peneliti :berarti apapun kehendak orang tua kamu harus kamu lakukan ya, apakah kamu merasa tertekan ? dan adakah gangguan kecemasan yang kamu alami?

Nena : ada bu, saya sangat tertekan. Terlebih lagi ketika pelajaran

biologi saya merasa ketakutan dan tidak nyaman bu. Ketika saya menyanyi dirumah orang tua saya marah dan memukul saya. Padahal menurut saya itu tidak salah. Saya merasa cemas bahkan gelisah saat proses belajar dan mengajar bu.

4. Edwin

Peneliti : baiklah edwin, dari 3 pola asuh yang ibujelaskan tersebut pola asuh seperti apa yang diterapkan oleh orang tua kamu dirumah?

Edwin : otoriter bu.

Peneliti : mengapa demikian ?

Edwin : iya bu apapun yang saya lakukan selalu salah bagi orang tua saya bu, menurut orang tua saya saya adalah anak yang nakal dan bandal. Saya selalu dipukul bu padahal saya merasa saya tidak salah bu.

Peneliti : lalu apakah kamu mengalami gangguan kecemasan ?

Edwin : iya bu, ketika saya ujian saya cenderung sulit berkonsentrasi bu, padahal saya sudah menghafal dan sudah sangat siap untuk mengikuti ujian . yang saya pikirkan saat ujian saya takut jika saya gagal orang tua saya akan menyalahkan saya lagi . bahkan saya jadi sering cabut bu .

## 5. Yaya

Peneliti : baiklah yaya, dari 3 pola asuh yang ibu jelaskan tersebut pola asuh seperti apa yang diterapkan oleh orang tua kamu dirumah?

Yaya : pola asuh yang diterapkan oleh orang tua saya adalah pola asuh otoriter buk.

Peneliti : mengapa kamu mengatakan bahwa orang tua kamu menerapkan pola asuh otoriter ?

Yaya : iya bu, orang tua saya selalu menekan saya untuk jadi juara dan ketika saya tidak belajar di rumah orang tua saya marah dan tidak jarang orang tua saya mengoyak buku pelajaran saya buk.

Peneliti : kenapa begitu ?

Yaya : iya buk kata nya supaya saya belajar terus buk, padahal saya menjadi ketakutan saat belajar buk daya ingaty saya menurun karena ketakutan buk.

Peneliti : lalu adakah gangguan kecemasan yang kamu alami ?

Yaya : ada buk, saya saat belajar sulit berkonstrasi dan merasa mual saat belajar buk,kepala saya pusing. Apalagi ketika berada dirumah saya takut dan tidak berani keluar kamar.

## 6. Dicky

Peneliti : baiklah yaya, dari 3 pola asuh yang ibu jelaskan tersebut pola asuh seperti apa yang diterapkan oleh orang tua kamu dirumah?

dicky : saya rasa buk pola asuh yang diterapkan oleh orang tua saya pola asuh otoriter ya buk.

Peneliti:kenapa begitu ?

Dicky : iya lah buk, ayah saya suka marah marah,memukul saya setiap kali dia mengarahkan saya.

Peneliti : contoh nya ?

Dicky : setiap saya ingin meminjam kereta buk ayah saya marah marah dikira nya saya mau pergi jauh jauh. Padahal saya mau membeli buku buk.

Peneliti : lalu adakah gangguan kecemasan yang kamu alami ?

Dicky : iya buk saya jadi takut untuk mengatakan yang sebenarnya saya takut di pukulin buk dan takut berada dirumah.

## 7. Keke

Peneliti : baiklah yaya, dari 3 pola asuh yang ibu jelaskan tersebut pola asuh seperti apa yang diterapkan oleh orang tua kamu dirumah?

Keke : otoriter buk

Peneliti : kenapa kamu sangat yakin orang tua kamu menerapkan pola

asuh otoriter ?

Keke : iya bu, saya harus menjadi seperti yang diinginkan ibu saya. Saya tidak boleh memilih jalan saya sendiri.

Peneliti : contohnya ?

Keke : saya tidak ingin mengikuti kompetisi bu tetapi ibu saya mengharuskan saya mengikuti kompetisi tersebut. Padahal saya sama sekali tidak berminat bahkan saya menangis bu tapi ibu saya hanya memarahi saya, bukan malah menenangkan saya bu

Peneliti: adakah gangguan kecemasan yang kamu alami ?

Keke : ada bu, saya menjadi takut dalam menghadapi apapun terlebih lagi semua yang mengontrol orang tua saya bu. Saya sulit dalam belajar, saya cemas menghadapi hal-hal yang akan datang bahkan frustrasi bu.

#### 8. Tika

Peneliti: baiklah tika, dari 3 pola asuh yang ibu jelaskan tersebut pola asuh seperti apa yang diterapkan oleh orang tua kamu di rumah?

Tika : menurut saya pola asuh yang diterapkan orang tua saya ada dua bu otoriter dan permisif.

Peneliti : mengapa demikian nak ? alasan nya kamu mengatakan bahwa pola asuh orang tua kamu otoriter dan permisif?

Tika : iya bu, ibu saya selalu memarahi saya di rumah, saya merasa tidak dihargai dan tidak dianggap bu, kalau ayah saya selalu mendukung saya

buk.

Peneliti : jadi menurut kamu ibu mu otoriter begitu nak ?

Tika : iya buk

Peneliti : bisakah kamu menjelaskan bagaimana ibu mu terhadap mu dirumah ?

Tika : dia terkadang baik bu,terkadang juga suka memarahi saya buk, ayah saya jarang pulang karena bekerja buk. Ketika saya disuruh mengerjakan tugas rumah dan saya terlambat sedikit pulang ibu saya menuduh saya yang tidak tidak. Seperti bermain dan malas. Padahal menurut saya alangkah lebih baik dia menanyakan saya dari mana terlebih dulu buk.

Peneliti : lalu dari pola asuh tersebut apakah kamu mengalami gangguan kecemasan nak ?

Tika : iya buk saya merasa takut ketika berbicara dengan ibu saya,bahkan saya takut keluar rumah dan saya takut ketika saya menyampaikan sesuatu kepada ibu saya. Bahkan terkadang saya melakukan hal menyimpang seperti cabut buk.

#### **D. Pembahasan Dan Diskusi Hasil Penelitian.**

##### **a. Pola Asuh Orang Tua di SMA SWASTA BANDUNG**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 8 siswa subjek yang diteliti , sebanyak 5 siswa memiliki pola asuh orang tua yang otoriter, kemudian sebanyak 1 siswa memiliki pola asuh orang tua yang demokratis, dan 1 siswa mempunyai pola asuh orang tua yang permisif.

Hal ini dapat diketahui dari hasil wawancara dan observasi , ternyata dari 8 responden 5 orang diantaranya memiliki pola asuh orang tua yang otoriter. Hal ini dapat dilihat dari observasi dan wawancara tentang bagaimana pola asuh orang tua mereka dalam kehidupan sehari-hari yaitu orang tua yang mengontrol semua tindakan yang sampel lakukan, dan ada juga jawaban dari responden yang menyatakan bahwa orang tua juga memaksa responden untuk menjadi patuh dengan aturan yang berlaku dan memberi hukuman jika melakukan kesalahan.

Menurut Aisyah (2010:45), orang tua yang menerapkan pola asuh otoriter mempunyai ciri antara lain: kaku, tegas, suka menghukum, kurang ada kasih sayang serta simpatik. Orang tua memaksa anak-anak untuk patuh pada nilai-nilai mereka, serta mencoba membentuk langkah laku sesuai dengan tingkah lakunya serta cenderung mengekang keinginan anak. Orang tua tidak mendorong serta memberi kesempatan kepada anak untuk mandiri dan jarang memberi pujian. Hak anak dibatasi tetapi dituntut tanggung jawab seperti anak dewasa. Orang tua yang otoriter cenderung memberi hukuman terutama hukuman fisik. Orang tua yang otoriter amat berkuasa terhadap anak, memegang kekuasaan



tertinggi serta mengharuskan anak patuh pada perintah-perintahnya. Dengan berbagai cara, segala tingkah laku anak dikontrol dengan ketat.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Aisyah, St. (2010:66) dimana setiap pola asuh memberi kontribusi terhadap perilaku. Kontribusi yang diberikan dapat negatif maupun positif. Oleh karena itu, pada masing-masing tipe pola asuh terdapat sisi kekuatannya dan sisi kelemahannya. Berkaitan dengan hal ini maka orang tua harus semakin menyadari posisinya dan menerapkan pola asuh yang paling tidak merangsang potensi agresif pada anak-anak asuhnya. Disadari bahwa hampir tidak ada orang tua yang mempraktikkan pola asuh secara murni pada salah satu tipe. Kecenderungan-kecenderungan pada tipe pola asuh tertentu nampaknya lebih banyak digunakan oleh orang tua. Atau bahkan orang tua mempraktikkan pola asuh secara elektrik, artinya melakukan pengasuhan kepada anaknya secara situasional.

Kesimpulannya, sesuai dengan hasil penelitian dimana didapatkan mayoritas responden memilih pola asuh orang tua yang otoriter. Hal ini disebabkan karena sebagian besar responden merasa orang tua mereka mendidik dengan cara mengontrol semua tindakan yang dilakukan, mengikuti aturan yang berlaku di rumah, dan menghukum responden jika melakukan kesalahan.

**b. Gangguan Kecemasan.**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 8 responden 1 diantaranya memiliki gangguan kecemasan ringan dan 1 diantaranya memiliki gangguan

kecemasan tingkat sedang, dan 5 diantaranya memiliki gangguan kecemasan tinggi.

Salah satu faktor yang dapat membentuk konsep diri remaja adalah lingkungan keluarga, yaitu pola pengasuhan orang tua. Pola asuh merupakan cara orang tua membesarkan anak dengan memenuhi kebutuhan anak, memberi perlindungan, mendidik anak, serta mempengaruhi tingkah laku anak dalam kehidupan sehari-hari).

Dari hasil observasi dan wawancara dapat diketahui bahwa Pola asuh yang diterapkan orang tua dengan cara mendukung kegiatan remaja, menetapkan peraturan yang disertai penjelasan, memberikan kepercayaan agar remaja bertanggung jawab, menyediakan waktu untuk berkomunikasi, memberikan perkataan positif seperti : "kamu pasti bisa", "kamu berharga", akan membuat remaja lebih dewasa, percaya diri dan berhasil mencapai cita-citanya. Hal itu terjadi karena dukungan yang diberikan orang tua kepadanya hingga ia tidak putus asa mencoba di kesempatan lain .Dengan pengasuhan orang tua yang mendukung kegiatan remaja akan membantu remaja dalam membentuk konsep diri yang positif.

Berbeda dengan pola asuh orang tua otoriter berdasar hasil observasi dan wawancara ada 5 siswa yang mengalami gangguan kecemasan tingkat tinggi dikarenakan pola asuh otoriter dimana yang mengendalikan kegiatan remaja atau pun sebaliknya memberi kebebasan yang berlebihan, akan dipersepsi siswa bahwa orang tua kurang menghargai kebutuhannya sehingga remaja menjadi

seorang yang tidak mandiri, penakut, kurang percaya diri, tidak dapat mengendalikan diri. Hal ini terjadi pada remaja yang diperlakukan keras oleh orang tuanya. Ia seringkali dikatakan "bodoh", dikendalikan secara ketat kegiatannya, dan diberikan hukuman fisik apabila melanggar keinginan orang tua. Akibat dari perlakuan orang tua tersebut, maka ia tidak percaya diri ketika ada di lingkungannya karena menganggap dirinya rendah, dan saat mengalami masalah, emosinya akan merugikan seperti memukul orang lain, menghancurkan fasilitas sekitar. Remaja demikian melihat masalah sebagai sesuatu yang negatif sehingga reaksi yang ditampilkan adalah hal-hal yang negatif. Peristiwa tersebut terjadi akibat pengasuhan yang diberikan orang tua, sehingga remaja sulit menghadapi masalah dengan cara positif dan yang terbentuk adalah konsep diri menjadi negatif.

Beberapa orang tua menganggap bahwa anak merupakan hak milik mereka, sehingga anak diperlakukan sesuai dengan keinginan orang tua. Orang tua mengatur, menguasai dan mendidik anak menurut cara yang mereka anggap benar dengan cara

**c. Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Gangguan Kecemasan Siswa Kelas X SMA Swasta Bandung**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 8 siswa subjek yang diteliti , sebanyak 5 siswa memiliki pola asuh orang tua yang otoriter, kemudian sebanyak 1 siswa memiliki pola asuh orang tua yang demokratis, dan 1 siswa mempunyai pola asuh orang tua yang permisif.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 8 responden 1 diantara nya memiliki gangguan kecemasan ringan dan 1 diantara nya memiliki gangguan kecemasan tingkat sedang, dan 5 diantara nya memiliki gangguan kecemasan tinggi.

Hasil penelitian yang dilakukan Fadhilah Ika (2010) dengan judul pola asuh orang tua dengan kecerdasan emosional pada usia prasekolah ditemukan bahwa anak yang mempunyai kecerdasan tinggi sebanyak 52,9%.

Menurut Grahacendikia (2013), Tingkat EQ yang dimiliki anak dipengaruhi oleh faktor lingkungan, terutama oleh keluarga, yaitu peran dan keterlibatan orang tua yang tercermin di dalam pelaksanaan pola asuh. Keluarga sebagai satuan unit sosial terkecil merupakan lingkungan pendidikan yang paling utama dan pertama, dalam arti keluarga merupakan lingkungan yang paling bertanggung jawab dalam mengembangkankematangan emosi anak-anaknya. Kecerdasan emosi adalah bekal terpenting dalam mempersiapkan anak menyongsong masa depan, karena dengan kecerdasan emosi, seseorang akan dapat berhasil dalam menghadapi segala macam tantangan, termasuk tantangan untuk berhasil secara akademis

Melihat adanya hubungan antara pola asuh orang tua dengan kecerdasan emosional anak. Hal ini sesuai dengan Sunarti (2012:88) bahwa gaya pengasuhan merupakan pola perilaku orang tua yang paling menonjol atau yang paling dominan dalam menagani anaknya sehari-hari. Pola orang tua dalam mendisiplinkan anak, dalam menanamkan nilai-nilai hidup dan dalam mengelola emosi. Selain itu faktor resiko yang mempengaruhi kegagalan anak disekolah ternyata bukan terletak pada kemampuan kognitif anak, tetapi terletak pada masalah psikososial anak, aspek emosi-sosial yang menentukan keberhasilan anak

Kesimpulannya, setiap anak memiliki orang tua dengan pola asuh yang berbeda-beda, karena orang tua terlalu sibuk bekerja serta lingkungan tempat tinggal juga tidak mendukung penerapan pola asuh terhadap perkembangan sosial-emosi anak.

Keterbatasan penelitian Pada penelitian terdapat keterbatasan diantaranya pada saat observasi rumah siswa yang jauh jauh dan terkadang sulit untuk mengatur waktu dengan orang tua siswa di rumah.

### **E. Keterbatasan penelitian**

Adapun keterbatasan dalam penelitian adalah ketika melakukan observasi dan wawancara dimana orang tua murid sulit dijumpai dan menurut mereka tidak perlu adanya kunjungan rumah. Kemudian orang tua masih enggan dan sungkan saat akan memulai observasi. Keterbatasan selama meneliti di sekolah SMA SWASTA BANDUNG tidak ditemukan dikarenakan siswa sangat aktif dan berpartisipasi ketika melakukan kegiatan observasi.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian mengenai “Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Perkembangan Emosional Remaja di Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 14 Medan Tahun 2015” maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Mayoritas responden (8 siswa : 5) mempunyai pola asuh orang tua yang otoriter.
2. Mayoritas responden (8 siswa : 5) mempunyai gangguan kecemasan tingkat tinggi
3. Hasil wawancara dan observasi menunjukkan adanya analisis pola asuh keluarga terhadap gangguan kecemasan siswa kelas X SMA SWASTA BANDUNG hal ini disebabkan karenapola asuh otoriter yang membuat siswa merasa tertekan ,mengalami gangguan kecemasan tingkat tinggi seperti gangguan psikis,gangguan fisik dan lain lain

#### **B. Saran**

##### **1. Bagi siswa kelas X SMA SWASTA BANDUNG**

Peneliti mengharapkan siswa /siswi kelas X SMA BANDUNG mampu membuka diri kepada orang tua dan mau mendengarkan nasehat orang tua

**2. Kepada Orang Tua**

Diharapkan kepada orang tua untuk memberikan pola asuhan yang lebih baik lagi dan mau terbuka kepada anak

**3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian tentang faktor-faktor yang mempengaruhi gangguan kecemasan siswa dan juga untuk melakukan observasi lanjut setelah diberikan kuisioner.



## DAFTAR PUSTAKA

- Abu Bakar.(2010)Dasar-Dasar Konseling, Bandung: Cita pustaka MediaPerintis.
- Aisyah, St. (2010). *Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Tingkat Agresivitas Anak*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Ali & Asrori. (2011). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik. Edisi 7*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Andrianto.(2010). *Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Tingkat Agresivitas Anak*. Jakarta: Bumi Aksara
- Arikunto, Suharsimi.( 2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. RinekaCipta, Jakarta.
- Ahmad.(2007).dasar dasar psikologi.Depok:Gema Insani
- Bimo.(2010) metode penelitian.jakarta :rineka cipta
- Darmanto,(2003).gangguan kecemasan. Jakarta: Bumi Aksara.
- Djaali, H. (2013). *Psikologi Pendidikan. Edisi 7*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Dr horny.(2010).*mengatasi gangguan kecemasan*.Bandung:RinekaCipta
- Edwars.(2006). The healthy of family “kesehatan keluarga”.,edisi terjemahan. Jakarta:balai pustaka.
- Gunarso, Singgih.(2003)*Psikologi Perawatan*, Jakarta: Gunung Mulia.
- Hawari.(2008).psikolgi kesehatan mental.Depok:gema insani
- Kartono, K. (2013). *Patologi Sosial II: Kenakalan Remaja. Edisi 11*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.
- Musfir(2005).*Konseling Terapi*, Jakarta: Gema Insani Press
- Munandir.(2010) metode penelitian.Jakarta :rineka cipta
- Mohammad surya.( 2007).Membina keluarga.Semarang:Anekailmu.

- Rose.(2005).*anxiety disorder “gangguan kecemasan”*.edisi terjemahan  
Jakarta:Balai Pustaka
- SamiunOFM, Yustinus. *Teori Kepribadian & Terapi Psikoanalitik Freud*,  
Yogyakarta: Kanisius, 2006
- Sarwono,W. sarlito.(2011).*psikologi remaja* Jakarta: wali press
- Septriati.(2012).*jenis jenis pola asuh keluarga dan penerapan nya*.  
Jakarta Timur:Pustaka zahra
- Sumato.(2014).*psikologi perkembangan fungsi dan teori* .yogyakarta:center  
*academic publishing service*.
- Suliswati, S.Kp, M.Kes, dkk, *Konsep Dasar Keperawatan Kesehatan Jiwa*,  
Jakarta: Encourage Creativity, 2005.
- Sulistyaningsih.(2010). *Dr mengatasi gangguan kecemasan*. Bandung:RinekaCipta
- Sunarti.(2012). *jenis jenis pola asuh keluarga dan penerapan nya*.  
Jakarta Timur:Pustaka zahra
- Sugiono.(2009).metode penulisan yang benar. Jakarta Timur:Pustaka zahra
- Syamsul.(2005).*psikologi remaja dan kebutuhan emosional remaja*. Edisi Revisi.  
Jakarta:.Raja Grafindo Persada.
- Sofyan.(2013).*jenis jenis pola asuh keluarga dan penerapan nya*.  
Jakarta Timur:Pustaka zahra
- Mardatillah, A. (2014). *Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kecerdasan Emosional Anak Prasekolah (3-6 Tahun) Di Tk Budi Utama Jorong Seberang Parit Koto Tengah Batu Hampa Kecamatan Akabiluru Kabupaten Lima Puluh Kota Tahun 2014. Jurnal. FK-UMSB.*
- Widayati.(2008).*hubungan pola asuh orang tua terhadap kemampuan sosialisasi pada anak pra sekolah.sodirman.vol.5 No.8*
- Sofyan s willis.(2013).*konseling keluarga*.Bandung :Aflabeta.
- Fadhilah.(2010).*pola asuh orang tua dengan kecerdasan emosional pada usia pra Sekolah.jurnal. vol. 4. No. 11. 2 januari 2010.*

Graha cendikia.(2013). *Penyebab anak menderita axienty disorder di masyarakat kampung sidorame,jawa tengah*. Jurnal. Vol. 5. No.8, 17 november 2013.

Yusuf.(2013).*ciri ciri keluarga bahagia.*,Jakarta:Bina Kasih

Ziedonis, Douglas.(2005).*Tobacco Use And Cessation In Psychiatric Disorders: National Institute Of Mental Health Report.*:Vol 10, No 12, 1 Desember 2008.

## **LAMPIRAN**

- Lampiran 1 Riwayat Hidup
- Lampiran 2 Form K-1,K-2,K-3.
- Lampiran 3 Berita Acara Bimbingan Proposal Skripsi.
- Lampiran 4 Berita Acara Bimbingan Proposal
- Lampiran 5 Surat Permohonan Ujian Skripsi
- Lampiran 6 Surat Permohonan Proposal
- Lampiran 7 Surat Izin Riset
- Lampiran 8 Surat Telah Selesai Melakukan Riset
- Lampiran 9 Surat Keterangan Plagiat
- Lampiran 10 Lembar Pengesahan Skripsi