



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 5 Tahun 2024 Page 1510-1517

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kecemasan Pada Remaja Awal Di SMP Negeri 22 Krui Pesisir Barat Tahun 2024

Rovaldo Arisgo^{1✉}, Aulia Rahman², Amalia³

Program Studi Keperawatan, Universitas Mitra Indonesia

Email: arisgorovaldo@gmail.com^{1✉}

Abstrak

Masa remaja sering kali memunculkan rasa ingin bisa bebas dan mandiri, lepas dari pengaruh orang tua, sementara disisi lain dirinya tetap memerlukan bantuan, dukungan, arahan dan perlindungan dari orang tuanya. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara dukungan sosial: keluarga dengan kecemasan remaja awal di SMP Negeri 22 Krui, Pesisir Barat tahun 2024. Desain penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif non eksperimental dengan rancangan deskriptif korelasi dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa di SMP Negeri 22 Krui, Pesisir Barat tahun 2024 berjumlah 140 siswa. Teknik penentuan sampel yang akan digunakan adalah quota sampling. Dari hasil penelitian, sebagian besar responden memiliki tingkat kecemasan berat/panik yaitu sebesar 55,4%. Sedangkan Analisis bivariate analisis dukungan sosial: keluarga adanya hubungan yang kuat antara rendahnya dukungan keluarga dengan meningkatnya kecemasan pada remaja, sesuai dengan penelitian terdahulu. Penelitian diharapkan agar dapat melakukan diseminasi hasil penelitian ke berbagai sekolah dan masyarakat agar kesadaran akan pentingnya dukungan keluarga dalam mengurangi kecemasan remaja

Kata Kunci: *Hubungan Antara Dukungan Sosial: Keluarga, kecemasan, remaja awal*

Abstract

Adolescence often gives rise to a desire to be free and independent, free from the influence of parents, while on the other hand they still need help, support, direction and protection from their parents. This study aims to analyze the relationship between social support: family and early adolescent anxiety at SMP Negeri 22 Krui, Pesisir Barat in 2024. This research design will use non-experimental quantitative research with descriptive correlation design with a cross sectional approach. The population of this study were all students at SMP Negeri 22 Krui, Pesisir Barat in 2024 totaling 140 students. the sampling technique that will be used is quota sampling. From the results of the study, most respondents had a high level of anxiety/panic, which was 55.4%. Meanwhile, the bivariate analysis of social support: family showed a strong relationship between low family support and increased anxiety in adolescents, in accordance with previous studies. The study is expected to be able to disseminate the results of the study to various schools and communities so that awareness of the importance of family support in reducing adolescent anxiety

Keyword: *Relationship Between Social Support: Family, anxiety, early adolescence*

PENDAHULUAN

Gangguan kesehatan mental pada remaja masih menjadi masalah kesehatan yang umum terjadi di dunia salah satunya yaitu kecemasan. Menurut WHO (2019) angka kejadian kecemasan pada remaja mencapai 20% dari seluruh populasi penduduk di dunia (WHO, 2019). Gangguan kecemasan pada remaja di Indonesia mencapai 47,7% dari seluruh populasi penduduk di Indonesia (Kemenkes, 2021). Dampak dari kecemasan itu sendiri ada berbagai hal, seperti apabila tingkat kecemasan yang dimiliki oleh siswa termasuk tinggi, dapat membuatnya memiliki teman yang sedikit; gangguan fungsi sosial; kemampuan bermasyarakat mengalami hambatan; dan timbulnya persepsi yang negatif mengenai dirinya sendiri (Festa & Ginsburg, 2011). Dinas Kesehatan Provinsi Lampung tahun 2023 memiliki prevalensi penduduk yang mengalami gangguan jiwa mencapai 0,8%, sedangkan Jumlah penderita gangguan emosional 3,7%, penderita ganggaun kecemasan sekitar 3,1% dan penderita depresi sebesar 2%.

Dukungan sosial didapatkan individu salah satunya berasal dari keluarga. Dukungan sosial keluarga merupakan sumber emosional, informasional, dan pendampingan dari keluarga untuk menghadapi setiap permasalahan dan krisis yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari (Pajarsari & Wilani, 2020). Dukungan keluarga sangatlah penting bagi perkembangan remaja. Keluarga yang baik akan memiliki pengaruh positif dalam perkembangan remaja. Begitu sebaliknya, keluarga yang memiliki kebiasaan buruk akan memiliki pengaruh yang negatif pula karena pada dasarnya keluarga dapat memberi arahan ataupun masukan yang bersifat membangun (Putri, 2024).

Berdasarkan data prasurvey yang peneliti lakukan di SMPN 22 Krui terhadap 140 siswa pada tanggal 5 Juni 2024, didapatkan data bahwa sebanyak 78 siswa merasa cemas. Wawancara juga dilakukan kepada 10 siswa SMP Negeri 22 Krui. Dalam sebulan terakhir 3 siswa mengaku merasa cemas dan takut dimarahi oleh orang tuanya karena beberapa mata pelajaran mendapatkan nilai di bawah standar kelulusan. 5 Siswa lain mengatakan tidak peduli dengan hasil ujian karena orang tua sering tidak peduli dengan prestasi mereka. 2 siswa lain mengatakan beberapa anak laki-laki suka marah-marah dan sering memicu perkelahian. Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial: keluarga dengan kecemasan remaja awal di SMP Negeri 22 Krui, Pesisir Barat Tahun 2024

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik sampling yang digunakan adalah quota sampling. Subjek penelitian ini adalah siswa SMP Negeri 22 Krui kelas VII, VIII, IX dengan jumlah 56 orang dan dilakukan di SMP Negeri 22 Krui pada tanggal 11 Juni 2024. Instrument dalam Penelitian ini adalah lembar kuisioner HARS dan lembar kuisioner dukungan sosial:keluarga. Penelitian ini menggunakan uji *chi-square* dengan tingkat signifikansi 0,05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa responden remaja berusia 13 tahun 22 orang (39,3%), jenis kelamin Perempuan 34 orang (60,7), pekerjaan orang tua swasta 36 orang (64,3%), pendidikan orang tua SD 17 orang, SMP 17 orang (30,4%).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden

No	Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
1	Usia		
	11 tahun	13	23,2
	12 tahun	8	14,3
	13 tahun	22	39,3
	14 tahun	11	19,6
	15 tahun	2	3,6
2	Jenis Kelamin		
	Perempuan	34	60,7
	Laki-laki	22	39,3

3	Pekerjaan Orang Tua		
	Buruh	13	23,2
	Swasta	36	64,3
	PNS/TNI/POLRI	7	12,5
4	Pendidikan Orang Tua		
	Tidak Sekolah	5	8,9
	SD	17	30,4
	SMP	17	30,4
	SMA	11	19,6
	PT	6	10,7

Berdasarkan hasil penelitian Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden berusia 13-14 tahun dengan persentase masing-masing 39,3% dan 19,6%. Hal ini sesuai dengan penelitian Sarwono dan Meinarno (2018) yang menyebutkan usia remaja awal berkisar antara 13-15 tahun. Oleh karena itu, responden dengan rentang usia 13-14 tahun diharapkan dapat mewakili karakteristik remaja awal. Selanjutnya, jumlah responden perempuan (60,7%) lebih dominan dibandingkan laki-laki (39,3%). Hal ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang menyebutkan perempuan cenderung lebih banyak berpartisipasi dalam penelitian dibandingkan laki-laki (Frankel et al., 2017).

Hasil penelitian mengungkapkan pendidikan orang tua responden mayoritas hanya sampai SD dan SMP (30,4%). Hal ini sejalan dengan data Pendidikan Untuk Semua yang menyebutkan rata-rata pendidikan masyarakat Indonesia berada di bawah SMA (UNESCO, 2021). Rendahnya pendidikan orangtua berpotensi menyebabkan terbatasnya sumber daya ekonomi dan informasi yang dapat didukung bagi anak-anak mereka (OECD, 2018). Kondisi ini berisiko meningkatkan tingkat kecemasan remaja.

Selain itu, Hasil penelitian juga menunjukkan sebagian besar pekerjaan orang tua responden adalah swasta (64,3%). Hal ini sesuai dengan data BPS yang menyebutkan bahwa pekerjaan mayoritas penduduk Indonesia adalah sektor informal seperti pedagang dan pekerja (BPS, 2020). Pekerjaan swasta cenderung tidak menjamin jangka karir dan pendapatan yang tidak stabil (Nursisto & Putri, 2020). Kondisi ini berpotensi berpengaruh terhadap tingkat kecemasan remaja.

Distribusi Frekuensi Dukungan Sosial : Keluarga Pada Remaja Awal di SMP Negeri 22 Krui, Pesisir Barat Tahun 2024

Berdasarkan tabel 2 diatas menunjukkan bahwa dari 56 responden didapatkan bahwa

dukungan rendah yaitu sebanyak 8 responden (14,3%), dukungan sedang yaitu sebanyak 45 responden (80,4%), dan dukungan tinggi yaitu sebanyak 3 responden (5,4%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Dukungan Sosial : Keluarga Pada Remaja Awal di SMP Negeri 22 Krui, Pesisir Barat Tahun 2024

Dukungan	Frekuensi	Persentase(%)
Rendah	8	14,3
Sedang	45	80,4
Tinggi	3	5,4
Total	56	100

Berdasarkan hasil pada Tabel 2 sebagian besar responden memiliki tingkat dukungan sosial keluarga yang sedang, yaitu sebesar 80,4%. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan keluarga tetap menjadi sumber dukungan utama bagi remaja (Tulbure et al., 2022). Dukungan terbagi menjadi 4 aspek yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif.

Dengan demikian, hasil penelitian sejalan dengan peran penting dukungan keluarga bagi perkembangan psikososial remaja awal sehingga dapat dijadikan acuan dalam menganalisis hubungannya terhadap tingkat kecemasan. Hal ini konsisten dengan penelitian yang menyebutkan dukungan keluarga berperan mengurangi dampak stresor pada kesehatan mental remaja (Ernst et al., 2020). Hubungan ini mendukung temuan bahwa keluarga merupakan basis pengembangan kemampuan mengatasi masalah sosial-emosional remaja (Reppermund et al., 2022).

Dengan demikian, analisis ini memberikan pemahaman bahwa dukungan keluarga merupakan faktor protektif penting yang berperan dalam mengurangi dampak stres pada perkembangan kecemasan remaja.

Distribusi Frekuensi Kecemasan Pada Remaja Awal di SMP Negeri 22 Krui, Pesisir Barat Tahun 2024

Berdasarkan tabel 3 diatas menunjukkan bahwa dari 56 responden didapatkan bahwa kecemasan sedang yaitu sebanyak 5 responden (8,9%), kecemasan berat yaitu sebanyak 20 responden (35,7%), dan kecemasan berat sekali/ panik yaitu sebanyak 31 responden (55,4%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kecemasan Pada Remaja Awal di SMP Negeri 22 Krui, Pesisir Barat Tahun 2024

Kecemasan	Frekuensi	Persentase (%)

Sedang	5	8,9
Berat	20	35,7
Berat Sekali/ Panik	31	55,4
Total	56	100

Berdasarkan hasil pada Tabel 3 sebagian besar responden memiliki tingkat kecemasan berat/panik yaitu sebesar 55,4%. Temuan ini konsisten dengan penelitian James et al. (2018) yang menyatakan prevalensi gangguan kecemasan pada remaja awal mencapai 33,7%. Remaja awal merupakan masa transisi dimana terjadi perubahan fisik, kognitif, sosial dan emosional yang signifikan (Steinberg, 2014). Perubahan ini menimbulkan kabut dan tantangan baru yang berpotensi meningkatkan kecemasan. Sementara itu, hanya 8,9% responden yang kecemasannya ringan.

Hasil penelitian sejalan dengan prevalensi gangguan kecemasan yang cukup tinggi pada masa remaja awal. Temuan ini dapat digunakan untuk menganalisis faktor-faktor yang berkontribusi pada peningkatan kecemasan. Perubahan biologis pada otak remaja awal yang meningkatkan reaktivitas emosional dan pencarian penghargaan juga berkorelasi dengan puncak timbulnya gangguan kecemasan selama periode ini (Sharda et al., 2021).

Dukungan keluarga yang lebih rendah dan kesulitan sosial ekonomi yang dihadapi sampel ini berdasarkan analisis sebelumnya menunjukkan risiko lingkungan kumulatif memperbesar kerentanan remaja pada dasarnya.

Analisis Bivariat

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa hasil uji statistik *chi-square* diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$ artinya terdapat hubungan yang signifikan antara Hubungan Dukungan Sosial : Keluarga Dengan Kecemasan Remaja Awal di SMP Negeri 22 Krui, Pesisir Barat.

Tabel 4. Hubungan Dukungan Sosial : Keluarga Dengan Kecemasan Remaja Awal di SMP Negeri 22 Krui, Pesisir Barat

Dukungan Sosial	Kecemasan								Total	P Value	CI 95%
	Ringan	Sedang		Berat		Berat Sekali					
	N	%	N	%	N	%	N	%			

Rendah	0	0,2	0	0,9	0	3,0	10	5,9	10	10,0%	0,000	0,74- 0,98
Sedang	0	0,8	4	3,9	17	13,4	23	25,9	44	44,0%		
Tinggi	1	0,0	1	0,2	0	0,6	0	1,2	2	2,0%		
Total	1	1,0	5	5,0	17	17,0	33	33,0	56	56,0%		

Berdasarkan Uji *chi-square* menunjukkan hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan dengan nilai p (0,000) lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$). Dari hasil krosstabulasi, dukungan keluarga yang didapatkan semakin rendah, tingkat kecemasan semakin tinggi. Responden dengan dukungan rendah sebagian besar memiliki kecemasan berat sekali (80%). Sementara itu, responden dengan dukungan sedang dan tinggi cenderung memiliki kecemasan sedang dan berat.

Penelitian yang dilakukan yang dilakukan oleh Nurrohmatulloh (2016) mengemukakan adanya hubungan positif diantara dukungan sosial orangtua dengan orientasi masa depan anak. Hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan penyesuaian juga ditemukan dalam penelitian Maharani dan Andayani (2003) menyatakan bahwa remaja awal di panti asuhan seringkali menghadapi permasalahan yang berkaitan dengan perubahan keadaan fisik, kognitif, dan sosio- emosionalnya. Temuan ini konsisten dengan penelitian sebelumnya. Secara keseluruhan, penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara dukungan orangtua dengan kecemasan pada remaja di negara berkembang.

Dengan demikian, analisis dukungan sosial: keluarga adanya hubungan yang kuat antara rendahnya dukungan keluarga dengan meningkatnya kecemasan pada remaja, sesuai dengan penelitian terdahulu.

SIMPULAN

Kesimpulan dari Penelitian ini adalah Hasil uji statistic *chi-square* diperoleh artinya terdapat hubungan yang signifikan antara Hubungan Dukungan Sosial: Keluarga Dengan Kecemasan Remaja Awal di SMP Negeri 22 Krui, Pesisir Barat dengan nilai $p\ value = 0,000$. Saran penelitian diharapkan agar dapat melakukan diseminasi hasil penelitian ke berbagai sekolah dan masyarakat agar kesadaran akan pentingnya dukungan keluarga dalam mengurangi kecemasan remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, F. (2022). *Peran Dukungan Sosial Keluarga dalam Proses Penerimaan Diri pada Remaja Korban Kekerasan Seksual. Al Huwiyah: Journal of Woman and Children Studies, 2*(2).
- Daulay, W., Nasution, M. L., & Purba, J. M. (2023). *Pola Komunikasi Keluarga: Studi Kasus Pada Remaja dengan Kategori Resiko dan Gangguan Masalah Kesehatan Jiwa. Content: Journal of Communication Studies, 1*(01), 34–41.
- Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. (2023). *Profil Kesehatan Provinsi Lampung*.
- Kemenkes, RI. (2023). *Survey Kesehatan Indonesia*. Jakarta
- Nevid, Jeffrey S., Spencer Rathus, & Beverly Greene. (2018). *Psikologi Abnormal di Dunia yang Terus Berubah*. Jakarta: Erlangga
- Nugroho, Y. A. (2020). *Hubungan Dukungan Sosial Keluarga dengan Psychological Well-Being pada Narapidana Anak di Lapas Klas 1 Kutoarjo. Jurnal Basicedu, 4*(1), 36–43.
- Putri, K. G. (2024). *Hubungan Antara Toxic parents Terhadap Kondisi Kesehatan Mental Remaja. Journal of Islamic Guidance and Counseling, 1*(2).
- Sukma, F. M., & Panjaitan, R. U. (2019). *Dukungan sosial dan hubungannya dengan tingkat depresi pada narapidana anak. Jurnal Keperawatan Jiwa, 6*(2), 83–90.
- Wahyudi, H., Setiawan, C. T., Bajak, C. M. A., Kusuma, M. D. S., Jaftoran, E. A., Anies, Wardani, I. Y., & Afifah, N. P. (2022). *Dukungan Sosial dengan Stres, Kecemasan dan Depresi Remaja SMA dimasa Pandemi Covid-19. Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa, 5*(2), 395–404.
- World Health Organization (WHO). (2023). *Global Status Report Health 2023*.