

Gambaran Identitas Diri Dan Kecemasan Sosial Remaja

Eka Wisanti^{1*}, Vella Yovinna T.², Reka Apriliani³

¹Universitas Hang Tuah, Pekanbaru, Riau, Indonesia

²Universitas Hang Tuah, Pekanbaru, Riau, Indonesia

³Universitas Hang Tuah, Pekanbaru, Riau, Indonesia

*Email Korespondensi: ekawisanti@htp.ac.id

Kata Kunci: Identitas Diri, Kecemasan Sosial, Remaja.	Abstrak Indonesia. Remaja membutuhkan perhatian khusus terkait tumbuh kembang untuk menangani masalah-masalah kesehatan baik fisiologis maupun psikologis. Pembentukan identitas diri remaja memiliki masalah terhadap tantangan perkembangan yang cenderung mengalami krisis dalam pembentukan identitas diri yang berbeda dari setiap remaja. Hal ini juga sama dengan masalah kecemasan sosial pada remaja yang dapat terjadi karena setiap remaja cenderung mengalami kecemasan, akan tetapi tingkat kecemasan sosial setiap remaja berbeda. Tujuan penelitian ini mengidentifikasi gambaran karakteristik responden dan gambaran identitas diri remaja serta kecemasan sosial remaja. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang menggunakan desain deskriptif analisis dan teknik sampling <i>consecutive sampling</i> dengan populasi di SMP Negeri 1 Pekanbaru dan sampel sebanyak 207 orang.
Keywords: Self-Identity, Social Anxiety, Adolescents.	Analisis yang digunakan ialah analisis univariat variabel identitas diri remaja dan kecemasan sosial remaja. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden memiliki identitas diri dengan kategori tinggi yaitu sebesar (67,1%) dan kecemasan sosial berada pada kategori sangat tinggi (32,9%). Diharapkan bagi pihak sekolah dapat memberikan bimbingan untuk mengontrol kecemasan sosial serta program konseling agar menimalisir kecemasan sosial remaja.
Info Artikel Tanggal dikirim: 07-09-2024	
Tanggal direvisi: 16-09-2024	<i>The Description of Self-Identity and Social Anxiety among Adolescents</i>
Tanggal diterima: 24-09-2024	
DOI Artikel:	
Halaman: 72-87	Abstrak Bahasa Inggris. <i>Adolescents need special attention related to growth and development to help them deal with both physiological and psychological health problems. The development of adolescent self-identity is accompanied by some problems related to developmental challenges as adolescents tend to experience a crisis in the process and it is different for each adolescent. The problem of social anxiety in adolescents can also occur because every adolescent tends to experience anxiety, but the level of social anxiety of each adolescent is different. The purpose of this study was to identify the characteristics of respondents and the description of adolescent self-identity and adolescent social anxiety. This study is a quantitative study that uses a descriptive analysis design and consecutive sampling technique with a population of SMP Negeri 1 Pekanbaru and a sample of 207 people. The analysis used was the univariate analysis of adolescent self-identity variables and adolescent social anxiety. The results showed that the majority of respondents had a high self-identity category (67.1%) and social anxiety was in the very high category (32.9%). It is expected that schools can provide guidance to control social anxiety and counseling programs to minimize adolescent social anxiety.</i>

Pendahuluan

Remaja merupakan individu yang mengalami perubahan dari masa kanak-kanak menuju dewasa (Khodijah, 2019). *World Health Organization* (WHO) remaja mengelompokkan remaja meliputi remaja awal dengan usia 10-14 tahun dan remaja akhir dengan usia 15-19 tahun. Berdasarkan data dari *United Nations Children's Fund* (UNICEF) dari tahun 2021 terjadinya peningkatan jumlah remaja berkisaran umur 15-19 tahun yaitu sekitar 46 juta jiwa dengan kisaran 49%. Sedangkan di Indonesia menurut Badan Pusat Statistik Indonesia terjadinya peningkatan jumlah remaja dari tahun 2019 sampai dengan 2020 dengan kisaran proporsi remaja sebanyak 22312.6 orang. Kota Pekanbaru ikut mengalami peningkatan jumlah remaja dari tahun 2019-2021 berkisar 64,92 juta jiwa diantaranya laki-laki sebanyak 50,91% pada perempuan 49,51%. Berdasarkan hasil dari data tersebut dapat dilihat pada tahun 2019-2021 mengalami penambahan jumlah remaja.

Remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa pada masa ini terjadinya perubahan tumbuh dan kembang (Hidayati, 2016). Pertumbuhan merupakan perubahan yang terjadi pada remaja yang bersifat fisik dan dapat diukur. Karakteristik umum yang terjadi pada pertumbuhan remaja seperti berat badan, ukuran dan bentuk anggota badan (Umami, 2019). Perkembangan remaja merupakan proses tahapan tingkat yang lebih sempurna pada diri remaja dan tidak dapat diukur. Karakteristik umum yang terjadi pada perkembangan remaja seperti perkembangan kognitif, perkembangan fisik, perkembangan psikologis (Hastuti, Dewi & Suryani, 2017). Tumbuh dan kembang ini dipengaruhi oleh perubahan hormonal yang sedang terjadi pada remaja. Remaja harus mengembangkan kemampuan psikologis berupa pencapaian identitas diri. Pencapaian identitas diri tersebut berupa ciri khas pada masing-masing remaja tersebut. Mencegah terjadinya kebingungan peran yang akan berdampak pada konsep identitas diri remaja remaja. Identitas diri merupakan proses interaksi antara individu dan lingkungan. Lingkungan adalah tempat terjadinya perkembangan seorang remaja yang termasuk kedalam faktor terpenting dalam pembentukan identitas diri yang tinggi (Muttaqin & Endang, 2016). Perkembangan identitas diri seorang remaja sangatlah penting untuk menetapkan langkah yang kuat atau sebagai pembentuk diri individu yang bertanggung jawab dan berkarakter. Pembentukan identitas diri remaja dapat dibentuk dengan adanya kesempatan,

harapan dan kebebasan yang dimiliki seseorang remaja. Hal tersebut menjadikan remaja mencapai identitas diri yang baik dan dapat memberikan penjelasan tentang diri remaja itu sendiri menyangkut konsep diri, pekerjaan, perannya di masyarakat (Muttaqin & Endang, 2016). Pembentukan identitas diri diperlukan oleh seorang remaja agar dapat menjalankan kehidupannya. Remaja yang memiliki pemahaman buruk mengenai dirinya akan lebih memiliki kemungkinan hidup yang tidak pasti dan tidak mampu menyadari keunggulan yang ada pada dirinya. Hal itu akan membuat remaja menjadi individu yang tidak percaya diri dan tidak bangga pada dirinya sendiri. Identitas diri diperlukan remaja untuk menentukan peran sosial remaja di masyarakat (Muttaqin & Endang, 2016).

Berkaitan dengan pembentukan identitas diri remaja hal tersebut dipengaruhi oleh kecemasan sosial yang terjadi pada diri remaja. Kecemasan sosial merupakan fobia sosial yang terjadi pada remaja pada saat berinteraksi dengan lingkungannya. Tingkat kecemasan sosial menunjukkan reaksi-reaksi seperti penarikan diri dan ketegangan dalam situasi sosial. Ketegangan ini memicu terjadinya reaksi-reaksi fisik saat berada di lingkungan sosial (Lestari, 2012). Reaksi-reaksi fisik yang ditimbulkan seperti efek pada pemikiran, efek pada perilaku, efek pada tubuh, efek pada emosi atau perasaan (Paratiwi, Mirza & Akmal, 2018). Penyebab dari kecemasan sosial seperti perasaan takut akan rasa malu dan penilaian negatif yang timbul (Pibadi, 2019). Penilaian negatif dapat timbul pada diri remaja ketika remaja tidak melakukan hal yang sama dengan orang lain. Penilaian negatif tersebut menyebabkan perasaan tidak mampu, malu, dan depresi (Kholifah, 2016). Berdasarkan data dari Vriends, Pfaltz, Novianti dan Hadiyono (2013) tentang kecemasan sosial di Indonesia sebanyak 15,8 % remaja mengalami kecemasan sosial. Selain itu hasil dari Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 terdapat 6,1 % kecemasan sosial yang terjadi di Indonesia. Penelitian terkait kecemasan sosial oleh Damayanti, Sampelan dan Kundra (2017) pada SMPN 1 Likupang Timur menunjukkan bahwa murid mengalami kecemasan sosial berat 16,7 %. Penelitian yang lainnya dilakukan Solihah (2017) pada SMA Negeri 12 Surabaya siswa dan siswi menunjukkan mengalami kecemasan kuat dengan hasil sebanyak 68,44%. Berdasarkan hasil penelitian dari Solihah (2017) mengatakan bahwa 4,9 % siswa menunjukkan tingkat kecemasan siswa yang tinggi. Remaja

yang mengalami kecemasan sosial akan sulit menyerap materi dan menghindari pembelajaran sehingga terdapat nilai belajar dan prestasi yang rendah.

Berdasarkan kuesioner yang telah disusun peneliti menemukan hasil berdasarkan kuesioner yang ditemukan 6 dari sepuluh mayoritas remaja mengatakan tidak percaya diri karena wajah kusam dan terkadang berminyak. 6 dari 10 remaja mengikuti trend takut ketinggalan zaman dengan jumlah sering sekali 25,6%. Hasil ini menunjukkan bahwa siswa dan siswi di SMP Negeri 1 Pekanbaru mengalami kecemasan sosial dan identitas diri yang kurang bagus.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif analisis. Deskriptif analisis adalah metode yang berfungsi untuk mendeskripsikan atau memberi gambaran terhadap objek yang diteliti melalui data atau sampel yang telah terkumpul. Tujuan penelitian deskriptif ini adalah untuk membuat deskripsi, gambaran, atau lukisan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta, sifat-sifat serta hubungan antar fenomena yang diselidiki (Sugiyono, 2019). Jumlah populasi pada penelitian ini dengan menggunakan metode *consecutive sampling* yaitu sebanyak 207 siswa dari SMP Negeri 1 Pekanbaru. Penelitian dilakukan pada bulan Agustus sampai September 2022.

Hasil Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan pada murid remaja yang bersekolah di SMP Negeri 1 Pekanbaru. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada tanggal 6-8 September dengan jumlah responden sebanyak 207 orang siswa dan siswi SMP Negeri 1 Pekanbaru. Berikut adalah hasil dari penelitian:

Karakteristik Responden

Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Responden (n=207)

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-Laki	82	39,6
Perempuan	125	60,4
Total	207	100

Berdasarkan tabel diatas diperoleh bahwa rata-rata jenis kelamin responden di SMP Negeri 1 Pekanbaru dari kelas VII dan VIII. Jumlah perempuan 125 orang (39,6%) lebih

banyak dari pada laki-laki 82 orang (60,4%).

Kategori Remaja

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia (n=207)

Karakteristik Responden	Mean	SD	Min	Max	Range
Usia	12,68	0,917	11	16	5

Berdasarkan tabel Distribusi Frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia remaja di SMP Negeri 1 Pekanbaru kelas VII dan VIII. Mengisi Kuesioner gambaran identitas diri dan kecemasan sosial remaja. Standar 0,917 hal ini menentukan bahwa usia responden tidak bervariasi terlihat dari usia minimal 11 tahun dan maksimal 16 tahun.

Kategori Identitas Diri

Distribusi Frekuensi Identitas Diri Responden (n=207)

Kategori Identitas diri	Frekuensi	Persentase(%)
Tinggi	139	67,1
Sedang	64	30,9
Rendah	4	1,9
Total	207	100

Berdasarkan tabel hasil dari olahan kategori remaja di SMP Negeri 1 Pekanbaru memiliki identitas diri yang tinggi 139 orang sebanyak (67,1%), 64 orang (30,9%), dan 4 orang rendah 4 orang (1,9%).

Kategori Kecemasan Sosial

Distribusi Frekuensi Kategori Kecemasan Sosial pada Responden

Kategori Kecemasan Sosial	Frekuensi	Persentase(%)
Sangat rendah	8	3,9
Rendah	27	13,0
Sedang	49	23,7
Tinggi	55	26,6
Sangat tinggi	68	32,9
Total	207	100

Berdasarkan tabel kategori Kecemasan sosial yaitu Sangat rendah 8(3,9%), Rendah 27(13,0%), Sedang 49(23,7%), Tinggi 55(26,6%), Sangat tinggi 68(32,9%) dengan jumlah responden 207 orang siswa dan siswi SMP Negeri 1 Pekanbaru.

Pembahasan

Usia

Pada aspek usia, hasil penelitian rata-rata usia responden berada pada rentan 12- 13 tahun dengan minimal usia responden 11 tahun dan maksimal 16 tahun. Menurut WHO 2018 Usia ini remaja termasuk pada kategori remaja awal. Karakteristik remaja awal menurut WHO (2018) seperti pertumbuhan dan perkembangan sekunder, primer, pembentukan fisik. Serta tingkah laku yang cenderung negatif dan hubungan komunikasi kepada orang tua dan teman sebaya tergantung pada suasana hati. Remaja awal memiliki aspek-aspek tumbuh dan kembang yang akan memengaruhi identitas diri dan kecemasan sosial (Wulandari, 2014).

Kecemasan sosial ini dapat terlihat jelas pada kuesioner kecemasan sosial remaja yang diisi oleh remaja di SMP Negeri 1 Pekanbaru seperti pernyataan. Pernyataan tersebut seperti kekhawatiran yang dimiliki remaja ini dapat berkembang menjadi pemikiran akan di evaluasi negatif oleh teman atau orang lain. Sama halnya dengan penelitian yang dilakukan Pratiwi, Mirza dan Akmal, (2019) kecemasan sosial remaja adalah sebagai gangguan pikiran dan perasaan dikucilkan oleh teman dan persepsi perasaan negatif.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Pratiwi, Mirza dan Akmal, (2019) yang menjelaskan remaja usia yang telah memasuki usia 12 tahun mengalami kecemasan sosial. Dapat disimpulkan bahwa dari pernyataan kuesioner yang diisi oleh remaja di SMP Negeri

1 Pekanbaru kelas VII dan VIII remaja yang memiliki usia mulai dari 11 hingga 12 tahun memiliki gambaran identitas diri yang baik dan gambaran kecemasan sosial.

Jenis Kelamin

Pada aspek jenis kelamin, Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti responden yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 125 orang dan laki-laki sebanyak 82 orang. Perempuan dan laki-laki memiliki pertumbuhan yang berbeda seperti pertumbuhan primer dan sekunder (WHO, 2018). Menurut Santrok, (2011) remaja perempuan memiliki pertumbuhan primer dan sekunder. Pertumbuhan primer pada wanita seperti haid sedangkan pertumbuhan sekunder pada wanita seperti payudara membesar, pinggul melebar, dan tumbuhnya rambut kemaluan diketiak, pertumbuhan tulang-tulang seperti badan menjadi tinggi. Sedangkan pertumbuhan primer pada laki-laki seperti mimpi basah. Pertumbuhan sekunder ditandai dengan perubahan suara, adanya jakun yang menonjol, tumbuh kumis, pertumbuhan tulang-tulang, testis membesar, pertumbuhan tinggi badan mencapai tingkat maksimum setiap tahunnya, tumbuh rambut-rambut halus diwajah kumis, jenggot, tumbuh bulu ketiak, rambut-rambut diwajah bertambah tebal dan gelap. Pertumbuhan primer dan sekunder yang dimiliki oleh remaja perempuan memberikan kesulitan dalam melakukan pekerjaan, hubungan sosial dalam berinteraksi sehingga mengakibatkan kecemasan sosial yang berlebihan. Hasil penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh peneliti pada karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin perempuan sebanyak 125 orang memiliki identitas diri yang yang bagus dan kecemasan sosial dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kurniawati dan Suraya (2019) mengatakan bahwa perempuan remaja cenderung lebih memiliki kecemasan sosial di bandingkan laki-laki karena berat badan yang berlebihan sehingga malu akan dengan teman sebaya.

Dapat disimpulkan bahwa dari beberapa peneliti dan berdasarkan hasil pengisian kuesioner yang diisi oleh remaja di SMP Negeri 1 Pekanbaru bahwa remaja perempuan memiliki kecemasan sosial remaja yang berat dibandingkan laki-laki. Pernyataan kecemasan sosial ini sama halnya dengan pernyataan yang ada pada kuesioner kecemasan sosial yang diisi sejujurnya oleh murid SMP Negeri 1 Pekanbaru seperti saya merasa malu bahkan dengan teman sebaya.

Gambaran Identitas Diri

Adapun aspek gambaran identitas diri yang merupakan kesadaran individu untuk menempatkan diri dan memberikan arti pada dirinya dengan tepat didalam konteks kehidupan yang akan datang menjadi sebuah kesatuan gambaran diri yang utuh dan berkesinambungan untuk menemukan jati dirinya (Cintiawati dan Nai'mah, 2015). Berdasarkan hasil penelitian gambaran tingkat identitas diri remaja di SMP Negeri 1 Pekanbaru dengan kondisi bagus yaitu 67,1 % kategori tinggi. Hal ini dapat terlihat dari prestasi yang didapatkan seperti dalam bidang olah raga yakni juara 1 lomba basket Dharma Yudha Cup antar SMP se-kota Pekanbaru, selain prestasi kegiatan yang bersifat positif yang dilakukan secara rutin seperti sholat asar berjamaah, dan kegiatan membaca buku di perpustakaan. Sehingga siswa dan siswi SMP Negeri 1 Pekanbaru memiliki lingkungan yang positif.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif diperoleh gambaran aspek genetik sifat pada murid SMP Negeri 1 Pekanbaru. Dalam menjalani hidup saya kurang bisa berpikir positif mayoritas murid SMP Negeri 1 Pekanbaru menjawab sesuai sebanyak 69 orang (33,3%), sangat sesuai 36 orang (17,4%). Hal ini terjadi karena pengaruh keluarga terhadap identitas diri seperti orang tua yaitu tokoh yang berpengaruh dalam proses pencarian identitas pada remaja. Dalam studi-studi yang mengaitkan perkembangan identitas dengan gaya pengasuhan (Purwanti, 2013). Seperti pada kuesioner identitas diri yaitu disiplin merupakan hasil didikan orang tua mayoritas murid SMP Negeri 1 menjawab tidak sesuai 3,4 % dan kurang sesuai 1,9 % . Hal ini berarti murid memiliki suatu sifat yang diajarkan oleh orang tuanya diantaranya memberikan arahan yang baik kepada anak agar lebih berfikir positif dan mengajarkan anak untuk disiplin serta memberikan perhatian kepada anak (Purwanti, 2013).

Penelitian ini sama halnya yang ada pada kuesioner identitas diri remaja seperti saya merasa orang tua kurang perhatian terhadap saya mayoritas murid SMP Negeri 1 Pekanbaru menjawab sesuai 38 orang sebanyak 18,4 % dan sangat sesuai 23 orang 11,1 % . Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Santrock, 2013) mengatakan bahwa peran orang tua merupakan salah satu aspek terpenting agar remaja mengatasi masalah, stress sehingga remaja lebih berfikir positif.

Peneliti dapat menyimpulkan murid yang mempunyai identitas diri yang positif memandang dirinya berharga, memiliki kemampuan untuk mandiri dan mampu menyesuaikan diri dilingkungan. Murid yang mandiri dapat mengatur, menerima dirinya dan memperoleh kebebasan emosional dengan cara yang lebih matang dan berusaha mengembangkan emosional dengan cara menggabungkan diri dengan teman sebaya. Hal ini dapat dilihat pada kuesioner yang dibagikan oleh peneliti yang diisi oleh murid SMP Negeri 1 Pekanbaru. Hasil tersebut dapat dilihat bahwa remaja mampu menempatkan diri kearah yang positif, menentukan cita-cita dan dapat menentukan masa yang akan datang dengan pasti.

Gambaran Kecemasan Sosial

Pada aspek gambaran kecemasan sosial, didapatkan hasil penelitian yang dilakukan di SMP Negeri 1 Pekanbaru tingkat kecemasan sosial dengan kategori sangat sangat tinggi (32,9%). Faktor yang memengaruhi kecemasan sosial pada murid SMP Negeri 1 Pekanbaru sama halnya dengan kuesioner yang diisi murid seperti ketakutan akan evaluasi negatif, penghindaran sosial dan perasaan tertekan dilingkungan sosial baru yang berhubungan dengan orang baru atau asing, penghindaran sosial dan perasaan tertekan secara umum dengan orang yang dikenal. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh faktor yang memengaruhi kecemasan sosial menurut Durand dalam Prawoto (2010) ada tiga faktor yang memengaruhi kecemasan sosial. Faktor tersebut seperti individu yang mewarisi turun biologis keseleruhan terhadap kecemasan sosial atau kecendrungan secara biologis mengalami kehambatan secara sosial, keadaan stress yaitu seseorang dalam keadaan panik yang tidak terduga pada keadaan sosial yang selanjutnya akan menjadikan seorang individu dalam keadaan cemas ketika pada situasi sosial yang sama atau mirip, seseorang individu yang mengalami sebuah trauma sosial yang menimbulkan kecemasan sosial lalu berkembang dan tidak terkondisi didalam situasi sosial.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif pada penelitian ini diperoleh gambaran aspek genetik sifat pada murid SMP Negeri 1 Pekanbaru. Aspek-aspek kecemasan sosial seperti pada ketakutan yang akan dievaluasi negatif seperti pada pernyataan kuesioner identitas diri remaja saya khawatir terhadap apa yang orang lain pikirkan tentang saya mayoritas murid SMP Negeri 1 Pekanbaru menjawab sering sekali 51 orang sebanyak 24,6 %, sering 55 orang sebanyak 26,6% . Dapat disimpulkan bahwa dari aspek tersebut remaja di SMP Negeri 1 Pekanbaru

memiliki khawatiran yang besar akan penilaian orang lain dan sulitnya mengendalikan diri terhadap pemikiran yang kurang positif tentang dan persepsi negatif. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Kholifah (2018) kecemasan sosial yang terdapat pada remaja merupakan hal penting untuk diperhatikan karena hal ini berkaitan dengan berbagai masalah yang terjadi pada remaja seperti perkembangan fungsi sosial dan persepsi negatif tentang diri remaja tersebut.

Aspek selanjutnya yaitu penghindaran sosial dan perasaan tertekan yang berhubungan dengan orang baru atau asing dapat di lihat dari kuesioner identitas diri remaja. saya merasa malu dengan orang yang tidak saya kenal sebagian murid menjawab sering sekali 50 orang atau sebanyak 24,2 %, sekali 50 orang atau sebanyak 21,7 %. Saya merasa gugup ketika bertemu orang baru mayoritas remaja di SMP Negeri 1 Pekanbaru menjawab sering sekali 42 orang atau sebanyak 20,3% , sekali 58 orang atau sebanyak 28,0 %. Dapat disimpulkan bahwa remaja di SMP Negeri 1 Pekanbaru memiliki ketakutan dan kekhawatiran yang berkaitan dengan orang baru , teman maupun sekelompok orang.

Aspek yang terakhir yaitu penghindaran sosial dan perasaan tertekan secara umum dengan orang yang dikenal. Pernyataan tersebut terdapat pada kuesioner yang di isi oleh murid SMP Negeri 1 Pekanbaru. Pernyataannya yaitu sulit bagiku untuk meminta orang lain melakukan sesuatu dengan saya remaja menjawab sering sekali 38 orang atau sebanyak 18,4 %, sekali 44 orang atau sebanyak 21,3 %. Dapat disimpulkan bahwa remaja di SMP Negeri 1 Pekanbaru memiliki penghindaran sosial terhadap orang yang dikenal. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Sitompul, (2021) seorang remaja yang memiliki kecemasan sosial akan beraksi ketika dirinya berada pada situasi sosial yang memiliki rasa takut karena merasa dirinya sedang diawasi.

Simpulan

Penelitian kuantitatif menggunakan desain deskriptif analisis di SMP Negeri 1 Pekanbaru menggunakan alat ukur kuesioner Identitas diri dari Purwanti, (2013) dan kecemasan sosial dari Salma, 2018 . Penelitian ini yang dilakukan di SMP Negeri 1 Pekanbaru sebanyak 207 responden dengan mayoritas kelas VII dan VIII. Mayoritas remaja berusia 11- 16 tahun

dengan jenis kelamin laki-laki 82 orang dan perempuan 125 orang. Hasil penelitian yang dilakukan pada kelas VII dan VIII mayoritas remaja memiliki identitas diri tinggi sebanyak 139 orang (67,1%) , sedang 64 orang (30,9%) dan rendah 4 orang (1,9%). Hasil penelitian pada kecemasan sosial remaja mayoritas remaja cenderung memiliki kecemasan sosial sangat tinggi 58 orang (32,9%), tinggi 55 orang (26,6%), sedang 49 orang (23,7%), rendah 27 orang (13,0%), 8 orang (3,9%). Hasil penelitian tersebut menunjukkan murid SMP Negeri 1 Pekanbaru kelas VII dan VIII memiliki identitas diri yang bagus dan memiliki kecemasan sosial yang tinggi.

Ucapan Terimakasih

Kami ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dan kontribusi dalam penyelesaian penelitian ini. Pertama-tama, kami menyampaikan apresiasi yang mendalam kepada pembimbing, yang telah memberikan bimbingan dan arahan yang sangat berharga selama proses penelitian ini

Daftar Pustaka

- Arnami, K., & Astutik,W. (2021). Masalah psikososial pada remaja. *Jurnal Ilmiah Keris Husada*,5(2).<http://ojs.akperkerishusada.ac.id/index.php/akperkeris/article/view/53/45>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorder*. Washington : American Psychiatry Association.
- Ali, M & Asrori, M. (2012). *Psikologi remaja*. Jakarta : Bumi Aksara
- Afiryanti, & Jannah, Sari. (2022). Identifikasi permasalahan kecemasan sosial dan penanganannya pada remaja di Panti Asuhan. *Jurnal Bulletin of courseling and Psychotherap* 4 (1). <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i2.177>
- Azizah. (2013). Kebahagiaan dan permasalahan diusia remaja. *Jurnal Konseling Religi* 4(2).<http://dx.doi.org/10.21043/kr.v4i2.1008>
- Badan Pusat Statistik. (2019). *Statistik Indonesia tahun 2019*. Jakarta Pusat : Badan Pusat Statistik
- Badan Pusat Statistik. (2020). *Statistik Indonesia tahun 2020*. Jakarta Pusat: Badan Pusat Statistik
- Badan Pusat Statistik. (2021). *Statistik Indonesia tahun 2021*. Jakarta Pusat: Badan Pusat

Statistik

- Befadal, I. (2021). Self kontrol menekan perilaku social anxiety pada remaja. *Jurnal bimbingan dan konseling islam* 10(4). <https://10.20414/altazkiah.v10i2.4296>
- Cintiawati, & N., Nai'mah, T. (2015). Identitas diri pada remaja dari keluarga berbeda agama studi fenomenologi pada remaja dari keluarga dengan latar belakang agama yang berbeda. *Jurnal Sainteks, Vol 11, No.* <http://dx.doi.org/10.305995/santeks.v21i2.1549>
- Damayanti, P., Sampelan, G.M., & Kundre., M., R. (2017). Hubungan timbulnya acne vulgaris dengan tingkat kecemasan sosial pada remaja. *jurnal Keperawatan* 5 (1). <http://doi.org/10.35790/jkp.v5i1.14892>
- Diananda, A. (2018). Psikologi remaja dan permasalahannya. *Jurnal Istighna* , 1(1). <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>
- Dharma, K, K. (2011). Metodologi penelitian keperawatan: panduan melaksana menerapkan hasil penelitian. Jakarta: Transinfo Media.
- Davison, G. C., Neale, J.M & Kring, A. N. (2014). Psikologi Abnormal Edisi ke-9. Jakarta: Rajawali Pers
- Ekajaya, S. (2019). Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan sosial pada narapidana menjelang bebas di lembaga permasyarakatan kelas II A Muaro Padang. *Jurnal Psychf* ,1(165), 93-102. <http://doi.org/1035134/jpsy165.v12i1.55>
- Friedman, N.M. (2010). Keperawatan keluarga : teori dan praktek edisi 3. Jakarta: EGC
- Gainau, B, M. (2021). perkembangan remaja dan problematikanya. Yogyakarta: PT kanisius
- Hastuti, Y, R., Dewi, S, T & Suryani, S. (2017). Hubungan citra tubuh dengan kejadian depresi pada remaja di smk muhammadiyah cewas klaten. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat* 6(2). <https://doi.org/10.31596/jcu.v6i2.195>
- Hidayati, B,K., & Farid, M. (2016). Konsep diri adversity dan penyesuaian diri pada remaja. *Jurnal Psikologi Indonesia* 5(2) 137-144. <https://doi.org/10.30996/persona.v5i02.730>
- Hidayat, A. (2019). Metode penelitian keperawatan dan teknis analisis data. Jakarta: Selemba Medika
- Hayati, S., A. & Tohari, S. (2022). Cognitive behaviorial disorder (CBT) dalam menurunkan social anxiety disorder (SAD) pada remaja. *Bulletin of counseling and psychotherapy*

- 4(2),153-159. <http://doi.org/10.51214/bocp.v4i12.163>
- Husni.,A.,M. (2013). Identitas diri ditinjau dari kelekatan remaja pada orang tua di SMKN 4 Yogyakarta. *Jurnal Spirits* 3 (2). <https://doi.org/10.30738/sprits.v3i2i.985>
- Hasanah,U. (2013). Pembentukan Identitas Diri dan Gambaran diri (*self body image*) pada Remaja putri bertato di Samarinda. *Jurnal Psikoborneo*, 1(2). <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v1i2.3290>
- Huriati. (2016). Krisis Identitas diri pada remaja identity crisis of adolescences. *Jurnal wawasan keislaman*, 10(1).<https://doi.org/10.24252/.v10i1i.1851>
- Hofmann, S. T & Dibartolo, P. M. 2014. *Social Anxiety : Clinical, Development, and Social Perspectives Third Edition*. United Kingdom : Academic Press
- Jamitko, A. (2016). Sence of pleaace social anxiety bagi mahasiswa baru pendatang. *Jurnal Bimbingan Dan Konsling*, vol,3 No 2. <https://doi.org/10.2404/kons.v3i2.563>
- Khodijah. (2020). Perkembangan jiwa keagamaan pada remaja. *Jurnal Al-Taujih*, vol 5 no 2.<https://doi.org/10.15548/atj.v6i1>
- Kemenkes RI (2018). Masalah kesehatan yang sering dialami oleh remaja. Dinkes 2010. Agustus1.2018./https://dinkes.jambiprov.90.id/read/artikel_kesehatan/4_masalah_kesehatan_Remaja_Indonesia
- Kemenkes RI (2018). Apa itu social anxiety?. Mei 30, 2022. <http://aido.id/health-articels/apa-itu-social-anxiety-ketahui-ciri-cirinya/detail>
- Kholifah, N. (2016). Peran teman sebaya dan kecemasan sosial pada remaja. *Jurnal Psikologi*, Vol 3 No 2.<https://jurnal.yudhurta.ac.id/v2/index.php/ILMU-PSIKOLOGI/article/view/841>
- Kuriniawati & Suraya. (2019). Gambaran kecemasan remaja perempuan dengan berlebihan. *Jurnal Psikologi Udayana* 6 (2). <http://dx.doi.org/10.24843/JPU.2019.v06.i02.p07>
- Lestari.,S., E. (2012). Hubungan kecemasan sosial dan kematangan emosi dengan kematangan seksual remaja SMP di Kabupaten Bantul Yogyakarta. *Jurnal Psikopedagogia*, vol,1 No,1.<http://dx.doi.org/10.12928/psikopedagogia.v1i1.2568>
- La Greca, A.M ., Lopez . N., & Olivares (2011). Efficay of there treatment protocols for adolescents with social anxiety di sorder. *Jurnal Of Anxiety Disorder*,

- 1(5).<https://www.gramedia.com/best-seller/social-anxiety-disorder/>
- La Greca, A.M., & Stone, W.L. (1993). Social anxiety scale for children-revised facto structure and countcurent validity. *Journal of clinical child psychology* 22(1), 17-27.
<https://psycnet.apa.org/record/1993-39763-001>
- Mukholil. (2019). Kecemasan sosial proses belajar. *Jurnal Ekspone*, Vol,8 No,1.
<https://jurnal.umko.ac.id/index.php/ekspone/aericle/dwonload/135/144>.
- Muttaqin, D., & Endang, E. (2016). Pembentukan identitas diri remaja di Yogyakarta. *Jurnal Psikologi*, vol 43,No. <http://10.22146/jpsi.12338>
- Mash, E., & Wolfe, D. (2012). *Abnormal child psychology. Cengange Learning*
- Nainggolan. (2011). Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan sosial pada pengguna napza. *Jurnal Sosio Konsep Psychology*, 16(2).
<https://doi.org/10.33007/ska.v16i2.800>
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Octavia, A, S (2020). *Motivasi belajar dalam perkembangan remaja*. Yogyakarta : CV Budi Utama
- Pratiwi, D., Mirza,R., & Akmal, E, M. (2019). Kecemasan sosial di tinjau dari harga diri pada remaja status sosial ekonomi rendah. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, vol,9 No,1.
<http://dx.doi.org/10.30829/al-irsyad.v9i1,6734>
- Pibadi, A, R. (2019). Hubungan antara citra diri negatif dengan putri perkotaan. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 8(8).<https://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/view/3838>
- Purwanti, F. (2013). Identitas diri pada siswa kelas IX SMA Negeri 2 Pemalang. *Jurnal Psikologi* 2(2). <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/dcp>
- Prawoto & Yulius., B. (2010). Hubungan antara konsep diri dengan kecemasan sosial remaja kelas XI SMA Kristen 2 Surakarta.
- Rany. (2017). Konsep diri remaja dan peran konseling. *Jurnal Penelitian Guru di Indinesia*, vol 2 no 2.<http://dx.doi.org/10.29210/02233jpgi0005>
- Repi, A ., & Novita., M. (2018). *Aku remaja yang positif*. Jakarta: Pt Gramedia.
- Riset Kesehatan Dasar. (2018). Badan penelitian dan pengembangan Kesehatan Kementrian. egsaugm 2020. November 27. 2022. <https://egsa.geo.ugm.ac.id/2020/11/27/darurat->

kesehatan-mental-bagi-remaja/

Ramadhanu, A, C., Sunarya, Y., & Nurhuda (2019). Faktor-faktor memengaruhi identitas diri. *Journal of Innovative Counseling*, 3(1).

https://journal.umtas.ac.id/index.php/innvative_counseling/article/view/380

Santrock J. W. (2011). Masa perkembangan anak. Jakarta : Selemba Humanika.

Santrock, J. W. (2013). Remaja (jilid 2) (Edisi 11). Jakarta : Erlangga.

Sastroasmoro, Sudigo, Ismael & Sofyan. (2018). Dasar-dasar metodologi penelitian klinis Edisi ke-5. Jakarta : Sagung Seto.

Sari, K. W., Jannah, N., & Afriyanti, V. (2022). Identifikasi permasalahan pada remaja di panti asuhan. *Jurnal bulletin conseling and psycotherapy* 4(1).

<https://doi.org/10.51214/bocp.v4i2.177>

Septihartini, H., & Rachmah, N. E. (2016). Pengaruh Identitas diri terhadap kenakalan remaja di kawasan makam putat jaya surabaya. *Jurnal psikologi humanistik* 4(2).

<https://univ45sby.ac.id/ejournal/index.php/humanistik/article/view/139>

Sitompul, I. K. (2021). Implementasi teknik bimbingan konseling dalam mengatasi kecemasan sosial remaja. *Jurnal golden age* 5(2). <https://doi.org/10.15294/ijgcv10i1.40149>

Solihah, I, F. (2017). Pengaruh tingkat kecemasan siswa terhadap prestasi belajar sejarah siswa kelas X IPS 2 SMAN 12 Surabaya. *Jurnal Pendidikan Sejarah*, 5(3). <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/avatara/article/view/21777/19967>

Salma, N. (2019). Hubungan antara kelekatan orang tua dan kecemasan sosial pada remaja. Skripsi dipublikasikan

Soekanto, S. (2014). Sosiologi suatu pengantar. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.

Sugiyono. (2019). *Metode Peneitian Kuantitatif*. Bandung : Cv Alfabeta

Suarya, S., & Kurniawati, W. (2019). Gambaran kecemasan remaja perempuan dengan berat badan berlebihan. *Jurnal psikologi*, Vol 6 no 2 <http://doi.org/10.24843/JPU.2019.v06.i02.p07>.

Umami, I. (2019). *Psikologi remaja*. Yogyakarta: IDEA Press

UNICEF. (2021). Profil remaja. Unicef 2021. Mei 2021 <https://www.unicef.org/indonesia/media/9546/file/profil%20Remaja.pdf>

Jumlah remaja didunia . (2021) . Profil Remaja. Unicef, hlm 1-2.

Vriends, N., Pfaltz, Novianti, P., & Hadiyono., J. (2013). Taijin Kyofusho and social anxiety and their clinical relevance in Indonesia and Switzerland. *Jurnal frontiers in psychology*,3(4). <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2013.00003/full>

Wulandarari, A. (2014) . Karakteristik pertumbuhan dan perkembangan remaja dan implikasinya terhadap masalah kesehatan dan keperawatannya. *Jurnal keperawatatan anak* 2(1). <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKA/article/download/3954/3671>

World Health Organization. (2018). Kategori remaja. Ilmu sosial 2018. November 15. 2018 <https://muamala.net/kategori-umur-menurut-who/>