

**ABSTRAK**  
**GAMBARAN GANGGUAN KECEMASAN PADA SISWA KELAS III**  
**SEKOLAH MENENGAH UMUM TARUNA BAKTI BANDUNG TAHUN**  
**AJARAN 2008 / 2009 MENJELANG UJIAN NASIONAL 2009**

Bayu Indrayana, 2009; Pembimbing : dr. Jan Piter T. Sihombing, Sp.KJ., M.Kes.

Kecemasan merupakan rasa gelisah atau kekhawatiran yang tidak diketahui asalnya atau tidak realistis dan bersifat tidak menyenangkan terhadap suatu persepsi ancaman yang dianggap membahayakan dirinya. Adanya kenaikan pada standar nilai kelulusan ujian nasional 2009 menjadi faktor resiko terjadinya gangguan kecemasan pada siswa yang akan menghadapi ujian nasional pada tahun ini terutama pada siswa kelas III Sekolah Menengah Umum Taruna Bakti Bandung.

Tujuan Penelitian adalah untuk mengetahui persentase tingkat kecemasan dan faktor – faktor yang dapat menyebabkan kecemasan pada siswa kelas III Sekolah Menengah Umum Taruna Bakti Bandung tahun ajaran 2008 / 2009 menjelang ujian nasional 2009.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif observasional dengan teknik pengambilan data menggunakan survei dan wawancara. Sebanyak 80 orang siswa diwawancarai menggunakan *Hamilton Rating Scale for Anxiety* (HARS) dan diberikan juga kuesioner. Data yang diukur adalah tingkat kecemasan dan faktor resiko timbulnya gangguan kecemasan. Analisis data menggunakan analisis univariat.

Hasil yang didapatkan dari HARS yaitu siswa tanpa kecemasan sebanyak 41 orang (51,25%), dengan kecemasan ringan sebanyak 34 orang (42,5%), dengan kecemasan sedang sebanyak 5 orang (6,25%), dan tidak ditemukan siswa dengan kecemasan berat dan berat sekali. Sedangkan hasil penelitian dari kuesioner didapatkan nilai tinggi pada faktor responden yang selalu dipuji – puji ditengah keluarga sebanyak 29 orang (36,25%), responden yang sangat bergantung pada orang lain yang lebih kuat sebanyak 28 orang (35%), responden yang perfeksionis sebanyak 37 orang (46,25%), responden yang merasa kurang percaya diri sebanyak 40 orang (50%), responden yang tidak sabar sebanyak 48 orang (60%), dan responden yang tidak dapat menggunakan waktu dengan baik sebanyak 40 orang (50%).

Kesimpulan dari penelitian ini adalah angka kecemasan pada siswa kelas III Sekolah Menengah Umum Taruna Bakti Bandung tahun ajaran 2008 / 2009 cukup tinggi dengan tingkat kecemasan mayoritas berada pada siswa dengan kecemasan ringan dan faktor resiko yang memungkinkan terjadinya kecemasan pada setiap siswa adalah faktor yang berasal dari keluarga dan karakteristik individu.

Kata Kunci : tingkat kecemasan, faktor resiko

**ABSTRACT**  
**THE ILLUSTRATION OF ANXIETY DISORDER OF THE 3<sup>RD</sup> GRADE  
TARUNA BAKTI SENIOR HIGH SCHOOL STUDENTS IN PERIOD 2008-  
2009 IN APPROACH TO 2009 NATIONAL EXAM**

Bayu Indrayana, 2009. 1<sup>st</sup> Supervisor : dr. Jan Piter T. Sihombing, Sp.KJ., M.Kes.

*Anxiety is an anxious feeling which cause cannot be identified. It is an unrealistic, unhappy feeling to a threatening perception, which is considered to be a risk to one self. The increasing of passing grade in 2009 national exam was the main factor to the anxiety disorder among students facing the 2009 national exam especially for the third grade Taruna Bakti Bandung senior high school students.*

*The purpose of this research was to comprehend the percentage of anxiety and what factors which could be the cause of anxiety of the third grade Taruna Bakti Senior High School students in period 2008/2009 in approach to 2009 national exam.*

*This research used a descriptive, observational method with data accumulated by survey and interview. Eighty students were interviewed using Hamilton Rating Scale for Anxiety (HARS) and questionnaire as well. What was measured here was the anxiety level and risk factor causing anxiety disorder. This research used univariat analysis.*

*The HARS showed that there were 41 students without anxiousness (51,25%), 34 students with minor anxiousness (42,5%), and 5 students with sufficient anxiousness (6,25%). All results showed no students with deep anxiousness. The questionnaire also showed result related to parental factor: there were 29 students given pride frequently by their family (36,25%); and related to individual factor: there were 28 students frequently depending on others who have more power (35%), 37 perfectionist students (46,25%), 40 non-self confident students (50%), 48 impatient students (60%), and 40 students who could not spending time wisely (50%).*

*The conclusion of this research was that the anxiety level of the third grade Taruna Bakti senior high school Bandung students in period 2008/2009 was high with major anxiety level referred to students with minor anxiousness and risk factor which possibly caused the anxiousness to every student was both parental and individual characteristic factor.*

*Keyword : anxiety level, risk factor*

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>JUDUL</b> .....	i
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	ii
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	iii
<b>ABSTRAK</b> .....	iv
<b>ABSTRACT</b> .....	v
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vi
<b>DAFTAR ISI</b> .....	viii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xiv
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xvi
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xvii

### **BAB I PENDAHULUAN**

1.1	Latar Belakang .....	1
1.2	Identifikasi Masalah .....	2
1.3	Maksud dan Tujuan .....	2
1.3.1	Maksud Penelitian .....	2
1.3.2	Tujuan Penelitian .....	3
1.4	Manfaat Karya Tulis Ilmiah .....	3
1.5	Kerangka Pemikiran .....	3
1.6	Metodologi .....	4
1.7	Lokasi dan Waktu Penelitian .....	5

### **BAB II TINJAUAN PUSTAKA**

2.1	Definisi Kecemasan ( <i>Anxietas / Anxiety</i> ) .....	6
2.2	Penyebab Kecemasan .....	7
2.2.1	Teori Psikologis .....	7
2.2.1.a	Teori Psikodinamik .....	7

2.2.1.b	Teori Psikoanalitik .....	8
2.2.1.c	Teori Perilaku .....	9
2.2.1.d	Teori Interpersonal .....	10
2.2.1.e	Teori Keluarga .....	10
2.2.1.f	Teori Eksistensial .....	11
2.2.1.g	Kecemasan Sebagai Akibat Kurangnya Kendali .....	11
2.2.2	Teori Biologis .....	11
2.2.2.a	Sistem Saraf Otonom .....	12
2.2.2.b	Neurotransmitter .....	12
2.2.2.b.1	Norepinefrin .....	12
2.2.2.b.2	Serotonin .....	13
2.2.2.b.3	<i>Gamma – Aminobutyric Acid (GABA)</i> .....	13
2.2.2.b.4	Aplysia .....	13
2.2.2.c	Penelitian Pencitraan Otak .....	14
2.2.2.d	Biokimiawi .....	14
2.2.2.e	Genetika .....	15
2.2.2.f	Pertimbangan Neuroanatomis .....	15
2.2.2.f.1	Sistem Limbik .....	15
2.2.2.f.2	Korteks Serebral .....	15
2.3	Mekanisme Terjadinya Kecemasan .....	16
2.4	Macam Kecemasan .....	16
2.5	Tingkat Kecemasan .....	19
2.6	Tanda dan Gejala Gangguan Kecemasan .....	20
2.7	Klasifikasi Kecemasan menurut <i>Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder IV (DSM – IV)</i> .....	21
2.7.1	Gangguan Panik dan Agorafobia .....	21
2.7.2	Agorafobia tanpa Riwayat Gangguan Panik .....	27
2.7.3	Fobia Spesifik dan Fobia Sosial .....	29
2.7.4	Gangguan Obsesif – Kompulsif ( <i>Obsessive – Compulsive Disorder</i> ) .....	34
2.7.5	Gangguan Stress Pascatraumatik dan Gangguan Stress Akut .....	40

2.7.6	Gangguan Kecemasan Umum ( <i>Generalized Anxiety Disorder</i> )..	46
2.7.7	Gangguan Kecemasan Karena Kondisi Medis Umum .....	49
2.7.8	Gangguan Kecemasan Akibat Zat .....	51
2.7.9	Gangguan Kecemasan yang Tidak Ditentukan .....	53
2.8	Psikologi Perkembangan Masa Remaja .....	55
2.9	Tugas – Tugas Perkembangan Masa Remaja .....	56
2.10	Sekolah Menengah Atas (SMA) .....	57
2.11	Standar Nilai Kelulusan Ujian Nasional 2009 .....	57

### **BAB III BAHAN DAN METODE PENELITIAN**

3.1	Metode Penelitian .....	59
3.2	Subyek Penelitian .....	59
3.3	Instrumen Penelitian .....	59
3.4	Pengumpulan Data .....	59
3.5	Cara Kerja Penelitian .....	59
3.6	Analisis Data .....	60
3.7	Teknik Penyajian dan Pengolahan Data .....	60

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

4.1	Hasil Penelitian .....	61
4.1.1	Data Umum Responden .....	61
4.1.1.a	Jenis Kelamin Responden .....	61
4.1.1.b	Umur Responden .....	62
4.1.2	Tingkat Kecemasan Responden .....	63
4.1.3	Kuisisioner.....	64
4.1.3.a	Distribusi responden yang salah satu atau kedua orang tuanya telah meninggal .....	65
4.1.3.b	Distribusi responden yang kedua orang tuanya telah bercerai .....	65
4.1.3.c	Distribusi responden yang merasa nyaman berada di tengah – tengah keluarganya .....	66

4.1.3.d	Distribusi responden yang selalu di puji – puji di tengah keluarganya .....	66
4.1.3.e	Distribusi responden yang merasa peraturan di rumah terlalu keras baginya .....	67
4.1.3.f	Distribusi responden yang mudah lari dari masalah .....	67
4.1.3.g	Distribusi responden yang selalu merasa sebagai seorang yang perfeksionis .....	68
4.1.3.h	Distribusi responden yang perlu bergantung pada orang lain yang lebih kuat .....	68
4.1.3.i	Distribusi responden yang merasa kurang percaya diri .....	69
4.1.3.j	Distribusi responden yang tidak sabar .....	69
4.1.3.k	Distribusi responden yang jarang berpikiran positif .....	69
4.1.3.l	Distribusi responden yang sering minum kopi .....	70
4.1.3.m	Distribusi responden yang sering minum minuman beralkohol .....	70
4.1.3.n	Distribusi responden yang bisa menerima hasil dari apa yang dilakukannya .....	71
4.1.3.o	Distribusi responden yang merasa orang lain tidak mau bergaul dengannya .....	71
4.1.3.p	Distribusi responden yang tidak bisa menggunakan waktu dengan baik .....	72
4.1.3.q	Distribusi responden yang merasa tidak disukai oleh teman – temannya .....	72
4.1.3.r	Distribusi responden yang merasa kesulitan memahami materi – materi sekolah .....	73
4.1.3.s	Distribusi responden yang merasa takut pendapat yang diutarakannya tidak diterima .....	73
4.1.3.t	Distribusi responden yang merasa teman – temannya selalu mengkritiknya .....	74
4.2	Pembahasan .....	75
4.2.1	Data Umum Responden .....	75

4.2.1.a	Jenis Kelamin Responden .....	75
4.2.1.b	Umur Responden .....	75
4.2.2	Tingkat Kecemasan Responden .....	75
4.2.3	Kuisisioner .....	76
4.2.3.a	Distribusi responden yang salah satu atau kedua orang tuanya telah meninggal .....	76
4.2.3.b	Distribusi responden yang kedua orang tuanya telah bercerai .....	76
4.2.3.c	Distribusi responden yang merasa nyaman berada di tengah – tengah keluarganya .....	76
4.2.3.d	Distribusi responden yang selalu di puji – puji di tengah keluarganya .....	77
4.2.3.e	Distribusi responden yang merasa peraturan di rumah terlalu keras baginya .....	77
4.2.3.f	Distribusi responden yang mudah lari dari masalah .....	78
4.2.3.g	Distribusi responden yang selalu merasa sebagai seorang yang perfeksionis .....	78
4.2.3.h	Distribusi responden yang perlu bergantung pada orang lain yang lebih kuat .....	79
4.2.3.i	Distribusi responden yang merasa kurang percaya diri .....	79
4.2.3.j	Distribusi responden yang tidak sabar .....	79
4.2.3.k	Distribusi responden yang jarang berpikiran positif .....	80
4.2.3.l	Distribusi responden yang sering meminum kopi .....	80
4.2.3.m	Distribusi responden yang sering meminum minuman beralkohol .....	80
4.2.3.n	Distribusi responden yang bisa menerima hasil dari apa yang dilakukannya .....	81
4.2.3.o	Distribusi responden yang merasa orang lain tidak mau bergaul dengannya .....	81
4.2.3.p	Distribusi responden yang tidak bisa menggunakan waktu dengan baik .....	81

4.2.3.q	Distribusi responden yang merasa tidak disukai oleh teman – temannya .....	82
4.2.3.r	Distribusi responden yang merasa kesulitan memahami materi – materi sekolah .....	82
4.2.3.s	Distribusi responden yang merasa takut pendapat yang diutarakannya tidak diterima .....	82
4.2.3.t	Distribusi responden yang merasa teman – temannya selalu mengkritiknya .....	83

## **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

5.1	Kesimpulan .....	84
5.2	Saran .....	84

<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	86
-----------------------------	----

<b>LAMPIRAN</b> .....	88
-----------------------	----

<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	93
----------------------------	----



## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1.	Kriteria Diagnostik untuk Serangan Panik .....	24
Tabel 2.2.	Kriteria untuk Agorafobia .....	25
Tabel 2.3.	Kriteria Diagnostik untuk Gangguan Panik Tanpa Agorafobia .....	26
Tabel 2.4.	Kriteria Diagnostik untuk Gangguan Panik dengan Agorafobia .....	27
Tabel 2.5.	Kriteria Diagnostik untuk Agorafobia Tanpa Riwayat Gangguan Panik .....	28
Tabel 2.6.	Kriteria Diagnostik untuk Fobia Spesifik .....	31
Tabel 2.7.	Kriteria Diagnostik untuk Fobia Sosial .....	32
Tabel 2.8.	Kriteria Diagnostik Gangguan Obsesif – Kompulsif .....	39
Tabel 2.9.	Kriteria Diagnostik untuk Gangguan Stres Paskatraumatik .....	42
Tabel 2.10.	Kriteria Diagnostik untuk Gangguan Stres Akut .....	44
Tabel 2.11.	Kriteria Diagnostik untuk Gangguan Kecemasan Umum .....	48
Tabel 2.12.	Gangguan yang Berhubungan dengan Kecemasan .....	49
Tabel 2.13.	Kriteria Diagnostik untuk Gangguan Kecemasan karena Kondisi Medis Umum .....	50
Tabel 2.14.	Kriteria Diagnostik untuk Gangguan Kecemasan Akibat Zat .....	52
Tabel 2.15.	Kriteria Diagnostik untuk Gangguan Kecemasan yang Tidak Ditentukan .....	54
Tabel 4.1.	Distribusi responden yang salah satu atau kedua orang tuanya telah meninggal .....	65
Tabel 4.2.	Distribusi responden yang kedua orang tuanya telah bercerai .....	65
Tabel 4.3.	Distribusi responden yang merasa nyaman berada di tengah – tengah keluarganya .....	66
Tabel 4.4.	Distribusi responden yang selalu di puji – puji di tengah keluarganya .....	66
Tabel 4.5.	Distribusi responden yang merasa peraturan di rumah terlalu keras baginya .....	67
Tabel 4.6.	Distribusi responden yang mudah lari dari masalah .....	67

Tabel 4.7.	Distribusi responden yang selalu merasa sebagai seorang yang perfeksionis .....	68
Tabel 4.8.	Distribusi responden yang perlu bergantung pada orang lain yang lebih kuat .....	68
Tabel 4.9.	Distribusi responden yang merasa kurang percaya diri .....	69
Tabel 4.10.	Distribusi responden yang tidak sabar .....	69
Tabel 4.11.	Distribusi responden yang jarang berpikiran positif .....	69
Tabel 4.12.	Distribusi responden yang sering meminum kopi .....	70
Tabel 4.13.	Distribusi responden yang sering meminum minuman beralkohol .....	70
Tabel 4.14.	Distribusi responden yang bisa menerima hasil dari apa yang dilakukannya .....	71
Tabel 4.15.	Distribusi responden yang merasa orang lain tidak mau bergaul dengannya .....	71
Tabel 4.16.	Distribusi responden yang tidak bisa menggunakan waktu dengan baik .....	72
Tabel 4.17.	Distribusi responden yang merasa tidak disukai oleh teman – temannya .....	72
Tabel 4.18.	Distribusi responden yang merasa kesulitan memahami materi – materi sekolah .....	73
Tabel 4.19.	Distribusi responden yang merasa takut pendapat yang diutarakannya tidak diterima .....	73
Tabel 4.20.	Distribusi responden yang merasa teman – temannya selalu mengkritiknya .....	74

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1.	Mekanisme Timbulnya Cemas .....	16
Gambar 2.2.	Locus sereleus dan struktur sistem limbik dapat berpengaruh terhadap terjadinya serangan panik .....	21
Gambar 2.3.	PET Scan pada orang dengan OCD memperlihatkan aktifitas yang berlebihan dari korteks frontalis, ganglia basalis, dan thalamus dibandingkan dengan gambaran PET Scan pada orang tanpa OCD ..	35
Gambar 2.4.	Pandangan 3 dimensi dari otak menjelaskan lokasi dari korteks frontalis orbital dan ganglia basalis yang terlibat dalam terjadinya gangguan obsesif – kompulsif. Diantara struktur ganglia basalis, terdapat nukleus caudatus yang menyaring impuls yang kuat yang berawal dari korteks frontalis orbital, jadi impuls yang paling kuat adalah yang mencapai thalamus. Mungkin di salah satu bagian ini atau keduanya, aktif pada orang dengan OCD .....	36
Gambar 2.5.	PET Scan menunjukkan penurunan aktifitas metabolisme pada nukleus caudatus (rCd) dan thalamus (Thal) pada pasien OCD setelah mendapat <i>behavior therapy</i> .....	37
Gambar 4.1.	Diagram Distribusi Jenis Kelamin .....	61
Gambar 4.2.	Diagram Persentase Jenis Kelamin .....	62
Gambar 4.3.	Diagram Distribusi Umur Responden .....	62
Gambar 4.4.	Diagram Persentase Umur Responden .....	63
Gambar 4.5.	Diagram Tingkat Kecemasan Responden .....	63
Gambar 4.6.	Diagram Persentase Tingkat Kecemasan Responden .....	64

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. <i>Hamilton Rating Scale for Anxiety (HARS)</i> .....	88
Lampiran 2. Kuisisioner .....	92