

**ABSTRAK**  
**GAMBARAN KECEMASAN PADA SISWA DAN SISWI KELAS XII IPA/IPS**  
**SMA SANTA MARIA 2 ANGKATAN 2009**

Mery Sihombing, 2009.

Pembimbing : Pieter Togap Sihombing,dr.,SpKJ.,M.kes

Setiap manusia pasti pernah mengalami cemas dalam hidupnya. Kecemasan adalah perasaan sangat tidak nyaman, berupa ketidakpastian tentang sesuatu yang belum terjadi, diikuti oleh adanya sensasi tubuh. Adanya peningkatan standar kelulusan UN dari tahun ke tahun menjadi salah satu faktor yang dapat menimbulkan kecemasan pada siswa dan siswi kelas XII IPA/IPS SMA Santa Maria 2 angkatan 2009.

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui persentase dan faktor-faktor pencetus kecemasan pada siswa dan siswi kelas XII IPA/IPS SMA Santa Maria 2 angkatan 2009.

Penelitian ini termasuk penelitian deskriptif observasional dengan teknik pengambilan data melalui survei dan wawancara. Sebanyak 92 orang siswa diwawancarai menggunakan *Hamilton Rating Scale For Anxiety (HARS)* juga diberikan pula kuisioner. Data yang diukur adalah tingkat kecemasan dan faktor penyebab gangguan kecemasan. Analisis data dilakukan analisis univariat.

Hasil penelitian dari kuisioner didapatkan nilai tinggi pada faktor UN dimana standar kelulusan yang terus meningkat setiap tahun. Didapatkan juga hasil HARS yaitu, siswa tanpa kecemasan 17 orang (19%), kecemasan ringan 47 orang (51%), kecemasan sedang 16 orang (17%), kecemasan berat 12 orang (13%) dan tidak ditemukan siswa dengan kecemasan berat sekali.

Kesimpulan dari penelitian ini ialah angka kecemasan pada siswa dan siswi kelas XII IPA/IPS SMA Santa Maria 2 angkatan 2009 cukup tinggi dengan faktor yang memungkinkan untuk terjadinya kecemasan tersebut adalah faktor UN dimana standar kelulusan yang terus meningkat setiap tahun.

Kata Kunci : kecemasan, faktor penyebab

**ABSTRACT**  
**ILLUSTRATION OF ANXIETY IN SENIOR HIGH SCHOOL NATURAL  
SCIENCE/SOCIAL SCIENCE SAINT MARY 2 CLASS OF 2009**

Mery Sihombing, 2010.

Tutor : Pieter Togap Sihombing,dr.,SpKJ.,M.kes

*Anxiety was an uncomfortable feeling. It took form of an uncertainty of something that had not happen, followed by physical responses from the body. Existence of improvement of standard pass of National Test (UN) from year to year become one of the factor able to generate anxiety student of XII natural science /social science SMA Santa Maria 2 class of 2009.*

*The purpose of this research was to understand the percentage and factors that trigger anxiety student of XII natural science /social science SMA Santa Maria 2 class of 2009.*

*This research was descriptional observational research with the data taken from survey and interview. Ninety two students were interviewed using Hamilton Rating Scale for Anxiety (HARS), and questionnaire. The data which was measured were the stage of anxiety and factors triggering anxiety disorders. Data analysis was done univariant.*

*The result of this research showed high value to National Test (UN) factor where standard pass of National Test (UN) is increasing from year to year. Beside this, HARS test showed there were students without anxiety for 17 people (19%), students with mild anxiety for 47 people (51%), students with moderate anxiety for 16 people (17%), and students with severe anxiety for 12 people (13 %), and no student with very severe anxiety disorder.*

*The conclusion of this research was the value of anxiety illusion on student of XII natural science /social science SMA Santa Maria 2 class of 2009 was quite high with the factors that caused it were increasing of standard pass of National Test (UN) from year to year .*

*Keyword: anxiety , triggering factor*

## DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN .....	ii
SURAT PERNYATAAN .....	iii
ABSTRAK.....	iv
<i>ABSTRACT</i> .....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR TABEL .....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
 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.....	2
1.4 Manfaat Karya Tulis Ilmiah.....	2
1.4.1 Manfaat Akademis.....	2
1.4.2 Manfaat Praktis.....	3
1.5 Kerangka Pemikiran .....	3
1.6 Metodologi.....	4
1.7 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	4
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Definisi Kecemasan ( <i>Anxiety</i> ) .....	5
2.2 Patogenesis Kecemasan .....	6
2.2.1 Kecemasan Fisiologis .....	6
2.2.2 Kecemasan Patologis.....	6
2.2.2.1 Teori Psikologi.....	6
2.2.2.1.1 Teori Psikoanalisa.....	6
2.2.2.1.2 Teori Perilaku .....	7
2.2.2.1.3 Teori Eksistensial.....	8
2.2.2.2 Teori Biologis .....	8
2.2.2.2.1 Sistem Saraf Otonom.....	8
2.2.2.2.2 Neurotransmitter .....	9
2.2.2.3. Teori Psikoneuroendokrinologi .....	10
2.2.2.3.1 Anatomi dan Fisiologi Psikoneuroendokrinologi .....	10
2.2.2.3.2 Ansietas Menurut Psikoneuroendokrinologi.....	12
2.2.2.4. Teori Logoterapi .....	13
2.3 Kriteria Diagnosis Gangguan Kecemasan Umum.....	14

2.4	Klasifikasi Kecemasan.....	15
2.4.1	Menurut Spielberger .....	15
2.4.2	Menurut <i>Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder IV</i> (DSM-IV) .....	15
2.4.2.1	Gangguan Kecemasan karena Kondisi Medis Umum.....	15
2.4.2.2	Gangguan Kecemasan Akibat Zat .....	17
2.4.2.3	Gangguan Kecemasan yang Tidak Ditentukan.....	19
2.4.2.4	Gangguan Panik dan Agorafobia.....	20
2.4.2.4.1	Gangguan Panik.....	20
2.4.2.4.2	Agorafobia .....	21
2.4.2.5	Gangguan Obsesif-Kompulsif .....	23
2.4.2.6	Fobia Spesifik dan Fobia Sosial .....	26
2.4.2.6.1	Fobia Spesifik .....	26
2.4.2.6.2	Fobia Sosial .....	28
2.4.2.7	Gangguan Stres Paska-trauma dan Gangguan Stres Akut .....	30
2.4.2.8	Gangguan Kecemasan Umum .....	36
2.5	Remaja .....	38
2.5.1	Pengertian Remaja .....	38
2.5.2	Psikologi Perkembangan Remaja .....	39
2.5.3	Tugas Perkembangan Masa Remaja.....	40
2.6	Kurikulum Berbasis Kompetensi (KBK) .....	41
2.6.1	Landasan Kurikulum Berbasis Kompetensi Kompetensi .....	41
2.6.2	Pengertian Kompetensi dan Kurikulum Berbasis Kompetensi ....	42
2.7	Ujian Nasional (UN).....	43
2.7.1	Keputusan Mengenai UN .....	43
2.7.2	Kriteria Lulus dari Satuan Pendidikan.....	43

### BAB III BAHAN DAN METODE PENELITIAN

3.1	Bahan Penelitian .....	45
3.1.1	Subjek Penelitian .....	45
3.1.2	Instrumen Penelitian .....	45
3.2	Metode Penelitian .....	45
3.2.1	Desain Penelitian .....	45
3.2.2	Pengumpulan Data.....	46
3.2.3	Aspek Etik Penelitian .....	47

### BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1	Data Umum Responden.....	48
4.1.1	Jenis Kelamin Responden.....	48
4.1.2	Usia Responden .....	49
4.1.3	Jurusan Responden .....	50
4.2	Tingkat Kecemasan Responden.....	51
4.3	Kuisisioner.....	52
4.3.1	Distribusi responden yang nyaman di tengah-tengah keluarganya ..	52
4.3.2	Distribusi responden yang merasa bebas mengemukakan pendapat di dalam keluarganya .....	53

4.3.3 Distribusi responden yang merasa keluarganya memaksakan kehendak .....	55
4.3.4 Distribusi responden yang merasa mudah menceritakan masalah yang dihadapi kepada orang tuanya .....	56
4.3.5 Distribusi responden yang merasa kurang perhatian keluarganya ..	57
4.3.6 Distribusi responden yang termasuk orang yang memendam masalahnya sendiri .....	58
4.3.7 Distribusi responden yang tidak berani menghadapi masalahnya ..	59
4.3.8 Distribusi responden yang sulit mengambil keputusan .....	60
4.3.9 Distribusi responden yang mampu menyelesaikan masalahnya .....	61
4.3.10 Distribusi responden yang merasa masuk SMA Santa Maria 2 adalah keinginannya sendiri .....	62
4.3.11 Distribusi responden yang sulit bersosialisasi dengan temannya ..	64
4.3.12 Distribusi responden yang mempunyai sahabat untuk berbagi suka dan duka .....	65
4.3.13 Distribusi responden yang berada dalam komunitas pergaulan yang baik .....	66
4.3.14 Distribusi responden yang mempunyai kelompok belajar tetap .....	67
4.3.15 Distribusi responden yang belajar setiap hari menjelang UN .....	68
4.3.16 Distribusi responden yang sulit berkonsentrasi dalam belajar menjelang UN .....	69
4.3.17 Distribusi responden yang menambah jam belajarnya menjelang UN .....	71
4.3.18 Distribusi responden yang mengikuti bimbel .....	72
4.3.19 Distribusi responden yang kesehatannya kurang baik .....	73
4.3.20 Distribusi responden yang sulit tidur .....	74
4.3.21 Distribusi responden yang mengkonsumsi amphetamine (obat penenang), kokain, dan obat terlarang lainnya .....	75
4.3.22 Distribusi responden yang rutin berolah raga .....	76
4.3.23 Distribusi responden yang menyediakan waktu untuk refreshing ..	77
4.3.24 Distribusi responden yang percaya bahwa Tuhan turut campur tangan dalam menentukan masa depan seseorang .....	79
4.3.25 Distribusi responden yang menyediakan waktu untuk ibadah .....	80

## BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan .....	82
5.2 Saran .....	82

DAFTAR PUSTAKA .....	84
----------------------	----

LAMPIRAN .....	85
----------------	----

## DAFTAR TABEL

Tabel 4.1. Distribusi responden yang nyaman di tengah-tengah keluarganya .....	52
Tabel 4.2. Distribusi responden yang merasa bebas mengemukakan pendapat di dalam keluarganya .....	54
Tabel 4.3. Distribusi responden yang merasa keluarganya memaksakan kehendak .....	55
Tabel 4.4. Distribusi responden yang merasa mudah menceritakan masalah yang dihadapi kepada orang tuanya .....	56
Tabel 4.5. Distribusi responden yang merasa kurang perhatian keluarganya .....	57
Tabel 4.6. Distribusi responden yang termasuk orang yang memendam masalahnya sendiri .....	58
Tabel 4.7. Distribusi responden yang tidak berani menghadapi masalah.....	59
Tabel 4.8. Distribusi responden yang sulit mengambil keputusan .....	60
Tabel 4.9. Distribusi responden yang mampu menyelesaikan masalah .....	60
Tabel 4.10. Distribusi responden yang merasa masuk SMA Santa Maria 2 adalah keinginannya sendiri.....	62
Tabel 4.11. Distribusi responden yang sulit bersosialisasi dengan temannya.....	64
Tabel 4.12. Distribusi responden yang mempunyai sahabat untuk berbagi suka dan duka.....	65
Tabel 4.13. Distribusi responden yang berada dalam komunitas pergaulan yang baik.....	66
Tabel 4.14. Distribusi responden yang mempunyai kelompok belajar tetap.....	67
Tabel 4.15. Distribusi responden yang setiap hari menjelang UN .....	68
Tabel 4.16. Distribusi responden yang sulit berkonsentrasi dalam belajar menjelang UN.....	70
Tabel 4.17. Distribusi responden yang menambah jam belajarnya menjelang UN.....	71

Tabel 4.18. Distribusi responden yang mengikuti bimbel.....	72
Tabel 4.19. Distribusi responden yang kesehatannya kurang baik.....	73
Tabel 4.20. Distribusi responden yang sulit tidur.....	74
Tabel 4.21. Distribusi responden yang mengonsumsi amphetamine (obat penenang), kokain, dan obat terlarang lainnya.....	75
Tabel 4.22. Distribusi responden yang rutin berolah raga.....	77
Tabel 4.23. Distribusi responden yang menyediakan waktu untuk refreshing.....	78
Tabel 4.24. Distribusi responden yang percaya bahwa Tuhan turut campur tangan dalam menentukan masa depan seseorang.....	79
Tabel 4.25. Distribusi responden yang menyediakan waktu untuk ibadah .....	80

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Regio yang penting pada otak yang berkaitan dengan kecemasan.....	12
Diagram 3.1 Tahapan Pengambilan Data .....	47
Grafik 4.1 Distribusi Jenis Kelamin .....	48
Grafik 4.2 Distribusi Usia Responden .....	49
Grafik 4.3 Jurusan Responden.....	50
Grafik 4.4 Tingkat Kecemasan Responden .....	51



## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Komisi Etik Penelitian .....	85
Lampiran 2. Hamilton Rating Scale For Anxiety (HARS).....	86
Lampiran 3. Kuesioner .....	90
Lampiran 4. Riwayat Hidup .....	92