

ARTIKEL PENELITIAN

Fungsi Keluarga Dan *Self-Esteem* Berhubungan Dengan Simtom Kecemasan Pada Siswa SMA Tingkat Akhir

Vivia Maharani¹, Nurhasanah², Nanda Sari Nuralita³, Des Suryani⁴

¹Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Jalan Gedung Arca Nomor 53 Medan, Sumatera Utara, 20217

^{2,3}Bagian Psikiatri, Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Jalan Gedung Arca Nomor 53 Medan, Sumatera Utara, 20217

⁵Bagian Histologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Jalan Gedung Arca Nomor 53 Medan, Sumatera Utara, 20217

Email Korespondensi : viviamaharani273@gmail.com
nurhasanah@umsu.ac.id
nandasarinuralita@umsu.ac.id
dessuryani@umsu.ac.id

Abstrak : Kecemasan merupakan suatu perasaan gelisah dan tidak bahagia yang kerap kali muncul pada diri seseorang ketika menghadapi suatu situasi yang tidak menyenangkan. Simtom kecemasan sering terjadi pada remaja seiring pertumbuhan seperti, merasa gelisah, cemas, jantung berdebar, tremor, berkeringat, mual, karena terlalu khawatir terhadap berbagai hal, termasuk prestasi sekolah, hubungan sosial, atau ketidakpastian tentang masa depan. Faktor internal *self-esteem* dan faktor eksternal fungsi keluarga adalah dua faktor yang dapat menyebabkan kecemasan. Penelitian ini menganalisis hubungan fungsi keluarga dan *self-esteem* dengan simtom kecemasan pada siswa SMA tingkat akhir dengan penelitian analitik desain *cross-sectional* melalui kuesioner *Zung-Self Anxiety Rating Scale (ZSAS)*, *Family APGAR*, dan *Coopersmith Self Esteem Inventory (CSEI)* pada sampel 164 siswa. Data penelitian ini menggunakan uji univariat dan bivariat uji *Spearman*. Uji normalitas didapatkan nilai signifikan $<0,001$ ($p<0,05$). Hasil uji korelasi *Spearman* diperoleh $p=<0,001$ ($p<0,05$) dan koefisien korelasi $-0,629$ serta hubungan antara *self-esteem* dengan simtom kecemasan diperoleh $p=<0,001$ ($p<0,05$) dan koefisien korelasi $-0,548$. Terdapat hubungan fungsi keluarga dengan simtom kecemasan, yaitu jika fungsi keluarga meningkat maka kecemasan akan menurun. Selain itu, terdapat juga hubungan *self-esteem* dengan simtom kecemasan, yaitu jika *self-esteem* meningkat maka kecemasan akan menurun pada siswa SMA tingkat akhir.

Kata Kunci : Fungsi keluarga, kecemasan, *self-esteem*

PENDAHULUAN

Keluarga adalah pendidikan pertama pada suatu individu.¹ Pada sebuah keluarga, tentu saja ada fungsi-fungsi yang harus

dilakukan dengan baik. Cara pengasuhan anak dan jenis hubungan di antara anggota keluarga dapat tercermin dalam fungsi

keluarga yang mengukur bagaimana sebuah keluarga berfungsi sebagai satu kesatuan serta mengkaji para anggota berinteraksi satu sama lain.² Fungsi keluarga sangat berguna untuk pembentukan sifat anak karena terdapat pola asuh yang diajarkan keluarga pada anak yang akan mempengaruhi pembentukan nilai-nilai karakter anak, dari pola asuh inilah suatu keluarga menjalankan fungsinya.³ Pada usia anak-anak hingga remaja, sangat mudah untuk menerima berbagai rangsangan dari luar untuk membantu perkembangan fisik dan mental anak-anak.⁴

Hal ini tentunya membutuhkan perhatian besar dari keluarga dalam membantu anak-anak untuk berkembang secara optimal sejak dini.⁵ Perkembangan sosial, prestasi akademik, pembentukan identitas, nilai diri, emosional dan psikologis, dan kesehatan mental adalah semua aspek yang dapat dipengaruhi oleh fungsi keluarga. Jika fungsi keluarga ini berjalan dengan baik, tentu saja dampak yang ditimbulkan akan memberikan sisi positif bagi seorang anak, yang akan membantu perkembangannya.⁶ Pada penelitian sebelumnya oleh Noer (2021) ditemukan bahwa tingkat kecemasan remaja dan dukungan keluarga saling berkaitan. Kedua variabel tersebut memiliki hubungan negatif, yang berarti bahwa tingkat kecemasan menurun seiring dengan semakin banyaknya dukungan keluarga.⁷

Selain fungsi keluarga tentu saja dalam proses perkembangan seorang anak memiliki faktor internal yang dapat memiliki peran tersendiri dalam membentuk karakter yang dimiliki. Faktor tersebut dapat dibentuk dengan

menanamkan *self-esteem* yang merupakan aspek terpenting yang harus dimiliki seorang remaja. *Self-esteem* adalah pandangan seseorang tentang diri sendiri, termasuk evaluasi dan perasaan terhadap nilai dan kualitas pribadi seorang individu.⁸ *Self-esteem* mencakup sejauh mana seseorang merasa berharga, kompeten, dan layak mendapatkan hal-hal baik dalam hidup. *Self-esteem* dapat berhubungan dengan berbagai hal mulai dari pembentukan kesehatan emosional, interaksi sosial, prestasi akademik, pengambilan keputusan, pengembangan identitas diri, kesehatan fisik, dan kemampuan dalam menghadapi tekanan.⁹ Terbentuknya *self-esteem* yang baik pada diri seseorang akan sangat membantu dalam kesehatan, terutama kesehatan mental seorang remaja.¹⁰ Pada hasil analisis data milik Andi (2021) didapatkan hubungan antara *self-esteem* dengan kecemasan. *Self-esteem* memengaruhi interaksi, prestasi, dan hal lain yang ada pada kehidupan remaja diukur melalui perilaku individu yang bersangkutan.¹¹

Fase remaja adalah perubahan pertumbuhan antara masa anak menuju ke masa dewasa yang meliputi berbagai hal, dimulai dengan perubahan pada tubuh hingga dengan pikiran. Kehidupan intelektual, emosional, dan sosial merupakan beberapa perubahan psikologis yang terjadi pada remaja.¹² Remaja sebagai bibit penerus bangsa tentu saja perlu mendapat perhatian dalam segala aspek kehidupan termasuk masalah kesehatan dan salah satunya kesehatan mental.¹³

Kecemasan merupakan salah satu bentuk kegelisahan, dan perasaan tidak senang lainnya yang umum timbul pada diri

individu saat menjalani situasi yang penuh tekanan.¹⁴ Dalam dunia Pendidikan kecemasan merupakan hal yang wajar terjadi sebagai pengingat diri terhadap tanda bahaya yang akan datang. Namun bila rasa cemas dialami secara menerus, tidak rasional, dan meningkat intensitasnya sehingga mengganggu kegiatan sehari-hari, ini biasa dikenal dengan gangguan kecemasan.¹⁵ Pada remaja, kecemasan merupakan perasaan yang umum terjadi seiring pertumbuhan dan perkembangan seseorang. Dalam beberapa kasus, remaja mungkin merasa beberapa gejala seperti gelisah, cemas, atau terlalu khawatir terhadap berbagai hal, termasuk prestasi sekolah, hubungan sosial, atau ketidakpastian tentang masa depan.¹⁶

Hasil penelitian menunjukkan terdapat satu dari tujuh remaja mengalami gangguan jiwa, menurut publikasi United Nations Children's Fund (UNICEF) pada tahun 2019 ada 166 juta remaja di seluruh dunia, terdiri dari 77 juta perempuan dan 89 juta laki-laki. Hasil data ini 40% mengalami gangguan kecemasan dan depresi, yang diikuti oleh gangguan lainnya.¹⁷ Penelitian di Indonesia pada tahun 2021, hampir 28% remaja usia akhir rentang usia 15-19 tahun mengatakan mengalami gejala kecemasan. Masalah kesehatan mental paling umum terjadi adalah kecemasan pada peringkat tertinggi 26% dengan beberapa penyebab yaitu *self-esteem* 27%, keluarga 64%, dan sekolah 39%.¹⁸

Data menunjukkan lebih dari 50% remaja SMA mengalami gangguan kesehatan mental, padahal pada masa remaja menjaga kesehatan mental sangat penting untuk menjalani kehidupan yang

berkelanjutan.¹⁹ Sekolah SMA 3 Negeri Mandau di Provinsi Riau memiliki sebuah Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R) serta Bimbingan Konseling (BK) yang menjadi wadah bagi para remaja SMA yang ingin berbagi cerita dan meminta solusi terhadap masalah yang sedang dialami. Disana terdapat siswa yang mengalami kecemasan. Penjelasan latar belakang tersebut membuat saya sebagai peneliti tertarik untuk mencari hubungan fungsi keluarga dan *self-esteem* dengan simtom kecemasan pada siswa SMA tingkat akhir.

METODE

Penelitian menggunakan kategori penelitian analitik dengan desain *cross-sectional*. Pada penelitian ini menggunakan metode yang dikerjakan untuk menganalisis hubungan fungsi keluarga dan *self-esteem* dengan simtom kecemasan pada siswa SMA tingkat akhir melalui penggunaan kuesioner instrumen penelitian. Penelitian menggunakan *systematic random sampling* dengan Teknik peneliti menentukan sampel secara acak bersistem dengan pengambilan sampel sesuai nomor absen yang genap pada siswa tingkat akhir di SMA Negeri 3 Mandau. Penelitian ini menggunakan sampel minimal 54 siswa. Pengambilan data diambil melalui penyebaran kuesioner kepada sampel penelitian. Tahap awal, responden akan diminta untuk mengisi kuesioner *Zung-Self Anxiety Rating Scale* (ZSAS) yang mengevaluasi tingkat kecemasan, kemudian diikuti dengan pemberian kuesioner *Family APGAR Score* untuk menilai fungsi keluarga, lalu dilanjutkan dengan kuesioner *Coopersmith*

Self Esteem Inventory (CSEI) untuk menilai tingkat *self-esteem*. Penelitian ini akan dilakukan uji univariat untuk mengetahui distribusi frekuensi, nilai minimal, nilai maksimal, nilai median, nilai mean, dan standar deviasi dari sampel. Setelah dilakukan uji univariat maka data dengan skala numerik (rasio/interval) dilakukan uji normalitas data terlebih dahulu dengan uji *kolmogorov smirnov*. Setelah mendapatkan hasil normalitas, jika data terdistribusi normal ($\alpha > 0,05$) maka akan dilakukan uji korelasi dengan menggunakan *Pearson*, namun jika data terdistribusi tidak normal maka akan dilakukan uji korelasi dengan *Spearman*. Data dikatakan memiliki hubungan apabila *P-value* $< 0,05$.

HASIL

Berdasarkan temuan penelitian, jenis kelamin merupakan salah satu ciri demografi sampel. Tujuan analisis ini adalah untuk memeriksa sampel dengan menganalisis setiap komponen. Hasil distribusi frekuensi sampel berdasarkan jenis kelamin ditunjukkan pada tabel di bawah ini.

Tabel 1. Hasil Distribusi Frekuensi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Laki-Laki	71	43%
Perempuan	93	57%
Total	164	100%

Pada tabel 1 terdapat distribusi frekuensi berdasarkan jenis kelamin, didapatkan bahwa dari sampel penelitian didominasi oleh siswa berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 93 sampel (57%), sedangkan untuk siswa berjenis

kelamin laki-laki dengan jumlah 71 sampel (43%).

Tabel 2. Statistika Deskriptif Fungsi Keluarga

Karakteristik	Mean \pm SD	Median (Min-Max)
Fungsi Keluarga	6.42 \pm 2.289	6 (1-10)

Dari tabel 2 di atas, diketahui hasil statistik deskriptif fungsi keluarga dari siswa SMA tingkat akhir menunjukkan nilai rata-rata 6,42 dengan nilai standar deviasi sebesar 2,289 menunjukkan adanya variasi skor fungsi keluarga di antara responden. Nilai median 6 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki skor di sekitar angka tersebut dengan nilai minimum 1 dan maksimum 10.

Tabel 3. Statistika Deskriptif Self-Esteem

Karakteristik	Mean \pm SD	Median (Min-Max)
<i>Self-Esteem</i>	105.53 \pm 17.12	106 (65 - 150)

Dari tabel 4.3 di atas, didapatkan hasil statistik deskriptif *self-esteem* dari siswa SMA tingkat akhir memiliki rata-rata 105,53 dengan nilai standar deviasi 17,12 menunjukkan adanya variasi skor *self-esteem* di antara responden. Nilai median 106 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki skor di sekitar angka tersebut dengan nilai minimum 65 dan maksimum 150.

Tabel 4. Statistika Deskriptif Kecemasan

Karakteristik	Mean \pm SD	Median (Min-Max)
Kecemasan	46.91 \pm 11.53	48 (22-76)

Dari tabel 4 di atas, diketahui hasil statistik deskriptif simtom kecemasan dari siswa SMA tingkat akhir memiliki rata-rata 46,91 dengan standar deviasi 11,53 yang menunjukkan adanya variasi skor simtom kecemasan di antara responden. Nilai median 48 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki skor sekitar angka dengan nilai minimum 22 dan maksimum 76.

Tabel 5 Hubungan Antara Fungsi Keluarga Dengan Simtom Kecemasan

Karakteristik	Simtom Kecemasan	
	p-value	r
Fungsi Keluarga	<0.001* ψ	-0.629

Keterangan : * P -value < 0.05, ψ = Uji Spearman

Berdasarkan tabel 5 hasil analisis uji korelasi *spearman* antara fungsi keluarga dengan simtom kecemasan diperoleh nilai $p = <0.001$ yang di mana nilai tersebut <0.05. Dari hasil nilai tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa H1 diterima dan H0 ditolak, yang berarti adanya hubungan yang signifikan antara fungsi keluarga dengan simtom kecemasan. Pada uji *spearman* ini, didapatkan koefisien korelasi sebesar -0.629 yang menunjukkan adanya hubungan negatif yang bermakna jika fungsi keluarga baik maka simtom kecemasan akan berkurang.

Tabel 6 Hubungan Antara Self-Esteem Dengan

Karakteristik	Simtom Kecemasan	
	p-value	r
Self-Esteem	<0.001* ψ	-0.548

Simtom Kecemasan

Keterangan : * p -value < 0.05, ψ = Uji Spearman

Berdasarkan tabel 6 hasil analisis uji korelasi *spearman* antara *self-esteem* dengan simtom kecemasan diperoleh nilai p

= <0.001 (<0.05). Dari hasil tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa H1 diterima dan H0 ditolak, yang berarti adanya hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dengan simtom kecemasan. Pada uji *spearman* ini, didapatkan koefisien korelasi sebesar -0.548 yang menunjukkan adanya hubungan negatif yang bermakna jika *self-esteem* baik maka simtom kecemasan akan berkurang.

DISKUSI

Berdasarkan hasil penelitian dalam mengevaluasi karakteristik demografi sampel yang berjumlah 164 siswa SMA tingkat akhir, didapatkan perempuan mendominasi sampel sebesar 93 sampel (57%) dan laki-laki 71 sampel (43%). Hasil penelitian ini mendapatkan dukungan dari penelitian Sugiharno *et al* (2022) yang memiliki mayoritas perempuan sebagai sampel dan menyatakan bahwa baik jenis kelamin laki-laki maupun perempuan mengalami tingkat kecemasan, namun strategi koping yang digunakan oleh keduanya berbeda sehingga dapat mempengaruhi tinggi ataupun rendahnya suatu kecemasan.²⁰

Berdasarkan analisis univariat fungsi keluarga siswa SMA tingkat akhir memiliki nilai median sebesar 6 dengan nilai maksimum 10 dan nilai minimum 1. Hal ini sejalan dengan penelitian Merry (2019), beberapa faktor yang mempengaruhi fungsi keluarga yakni keluarga dengan tingkat pengetahuan yang baik dalam memahami masalah pendidikan dan komunikasi keluarga yang selalu terjaga.²¹ Faktor tersebut akan membantu siswa dalam menghadapi tantangan, sehingga siswa sangat membutuhkan dukungan keluarga untuk mendapatkan informasi dan hal-hal

yang dibutuhkan selama menjalani kehidupannya.²² Kesesuaian ini juga ditemukan dalam penelitian Binti (2022) yang memiliki persentase tertinggi sebesar 65%, yang menunjukkan fungsi keluarga yang sedang. Fungsi keluarga tersebut terjadi karena adanya interaksi yang baik antara siswa dan keluarga, sehingga dapat diartikan sebagai kehadiran dan ketersediaan orang tua yang selalu ada dan dapat diandalkan oleh anak-anaknya atau sering dikenal dengan sebutan dukungan keluarga.²³ Perhatian, kepedulian, dan dukungan emosional merupakan contoh dukungan keluarga. Selain itu, dukungan keluarga juga dapat dibagikan melalui dukungan penghargaan, yaitu seperti dukungan yang diberikan melalui ungkapan perasaan bangga.²⁴ Anak-anak dapat merasakan dampak positif, penegasan, atau bantuan dari fungsi keluarga yang menunjukkan bahwa lingkungan keluarga mendukung dan akan membuat segalanya lebih mudah, terutama di masa-masa sulit.²⁵

Hasil analisis univariat dari *self-esteem* siswa SMA tingkat akhir memiliki nilai rata-rata 105,53 dan nilai standar deviasi sebesar 17,12. Hal ini sesuai dengan penelitian Shintya (2024) mengenai tingkat *self-esteem* pada remaja sma/smk.²⁶ *Self-esteem* pada remaja dapat meningkat dan menurun tergantung dari seberapa sering seseorang mencapai tujuan, menilai gambaran dan perbandingan sosial. Gambaran evaluatif menentukan bagaimana individu mengevaluasi dirinya dari sudut pandang orang lain.^{27,28} *Self-esteem* adalah salah satu komponen paling penting yang memengaruhi perilaku seseorang, hal ini dapat memengaruhi cara siswa berpikir, membuat keputusan, dan

cita kehidupan.²⁷ *Self-esteem* siswa yang baik dapat menimbulkan rasa cukup dengan kepribadian, kemampuan yang dimiliki, menerima dan memberikan penghargaan positif terhadap dirinya, serta merasa penting.⁸ Studi ini sesuai pada penelitian Nadila (2022) yang mengatakan bahwa pencapaian akademik akan meningkatkan *self-esteem* siswa sehingga memiliki kemungkinan besar dalam memikirkan masa depannya, seperti memiliki keberanian untuk menetapkan tujuan jangka panjang dan juga mampu mengungkapkan harapan untuk kedepannya.²⁹ Salah satu hal yang memengaruhi siswa selama proses pembelajaran adalah *self-esteem* yang dimiliki. Siswa dengan *self-esteem* yang kuat mampu menahan diri untuk tidak bertindak di luar kendali yang dapat merugikan cita-citanya.³⁰

Hasil analisis univariat dari simtom kecemasan siswa SMA tingkat akhir memiliki nilai median 48 dengan nilai maksimum sebesar 76 dan nilai minimum 22. Hal ini sejalan dengan penelitian Upik *et al* (2020) mengenai proses ujian akhir yang dikaitkan dengan dukungan sosial pada tingkat kecemasan. Penyebab siswa mengalami simtom kecemasan adalah karena terdapat beberapa faktor seperti saat ingin menghadapi ujian sekolah, sebab hal tersebut merupakan suatu keadaan yang tidak menyenangkan bagi siswa SMA baik itu saat persiapan ujian sampai dengan proses pelaksanaannya. Peristiwa ini bisa terjadi karena persiapan yang kurang maksimal, perasaan takut gagal, dan memikirkan hal yang tidak rasional lainnya.³¹ Hasil penelitian sesuai dengan milik Rosalia *et al* (2021) yang menyatakan

banyak siswa SMA yang mengalami kecemasan saat menghadapi ujian matematika, siswa mengaku bahwa dirinya merasakan beberapa simtom kecemasan seperti tangan dingin, gemetar, jantung berdebar, gelisah dan mulas.³² Faktor internal dan eksternal memiliki dampak terhadap munculnya simtom kecemasan pada siswa yang harus diketahui agar siswa dapat menangani simtom yang dialami saat menghadapi ujian. Faktor internal dapat terjadi dari dalam diri dan eksternal berasal dari luar diri, seperti *self-esteem* dan dukungan sosial baik itu dukungan keluarga maupun pertemanan.³¹ Siswa yang mengalami kecemasan ringan, biasanya hanya muncul sebentar dan merupakan suatu hal yang biasa terjadi akibat beberapa situasi yang mungkin mengancam, hal ini juga dapat mengingatkan siswa untuk lebih berhati-hati dalam menghadapi tantangan tertentu.³³ Namun, jika kecemasan yang dialami siswa terlalu banyak akan berdampak negatif pada kehidupan akademik siswa dan dapat menyebabkan motivasi rendah, strategi belajar yang buruk, kesulitan berkonsentrasi, evaluasi diri yang buruk, serta persepsi kesehatan yang buruk.³² Kecemasan yang dialami siswa SMA dapat dipengaruhi oleh beberapa hal juga seperti tentang karir akademik dan takut mengecewakan keluarga. Siswa sering merasa khawatir jika setelah bertahun-tahun menempuh pendidikan SMA hasil yang didapatkan tidak sesuai dengan keinginannya.¹⁵

Pada penelitian ini, hasil uji *Spearman* didapatkan nilai p sebesar $<0,001$ yang dapat disimpulkan bahwa ada korelasi antara fungsi keluarga dengan

simtom kecemasan pada siswa SMA tingkat akhir dengan koefisien korelasi -0,629, hal ini menandakan adanya hubungan negatif yang berarti semakin tinggi skor fungsi keluarga, maka simtom kecemasan siswa SMA tingkat akhir akan semakin menurun dengan kekuatan korelasi kuat. Sesuai dengan penelitian Aulia (2021) yang memaparkan bahwa fungsi keluarga memiliki peran untuk memenuhi kebutuhan dasar dan koping setiap anggota keluarga, salah satunya dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan.³⁴ Seseorang tumbuh dan berkembang dalam keluarganya, kesuksesan didasarkan pada sifat-sifat individu yang menggunakan norma-norma keluarga sebagai standar perilaku. Ada unsur-unsur internal dan eksternal yang memengaruhi cara keluarga berfungsi. Pendidikan, emosi, tahap perkembangan, dan spiritualitas adalah contoh pengaruh internal, sedangkan status sosial ekonomi, latar belakang budaya, dan metode dukungan keluarga adalah contoh faktor eksternal.²² Kesesuaian penelitian juga ditemukan oleh Qania *et al* (2024) dalam penelitiannya yang mengatakan bahwa keluarga dianggap berperan penting dalam membantu siswa menghadapi tantangan dengan membantu mengurangi kecemasan dan meningkatkan semangat hidup, serta memperkuat komitmen untuk terus berusaha dalam mengatasi hambatan yang ada.³⁵ Sesuai pada penelitian Revaldo *et al* (2024) yang mengatakan fungsi keluarga sangat penting untuk perkembangan psikososial remaja, sehingga dapat digunakan sebagai referensi untuk menganalisis hubungannya dengan tingkat kecemasan.³⁶ Fungsi keluarga dapat berupa dukungan emosional, seperti pemberian

semangat, perhatian, dukungan instrumental dengan memberi fasilitas, dukungan informasional dengan memberi nasehat yang positif dan juga dukungan penghargaan dengan memberi *support* yang baik. Dukungan emosional tersebut akan membuat siswa merasa diberi perhatian, sehingga saat terjadi kecemasan siswa tidak mudah putus asa dan justru dapat mengatasinya.³⁵ Sesuai dengan hasil penelitian Devinda (2020) menyebutkan bahwa, seseorang yang memiliki fungsi keluarga yang tinggi akan merasa positif dalam hidup, lebih percaya diri, harga diri lebih tinggi, dan menurunnya rasa cemas.³⁷ Keseluruhan hasil penelitian yang telah dilakukan secara garis besar menyebutkan bahwa hubungan fungsi keluarga dengan simptom kecemasan pada siswa SMA sangat penting karena dapat membentuk karakter siswa menjadi lebih optimistis tentang kehidupan saat ini dan di masa depan.³⁸ Hasil uji *Spearman* didapatkan nilai p sebesar $<0,001$ yang dapat disimpulkan bahwa ada korelasi antara *self-esteem* dengan simptom kecemasan pada siswa SMA tingkat akhir dengan koefisien korelasi -0.523 , hal ini menggambarkan adanya hubungan negatif yang berarti semakin tinggi skor *self-esteem*, maka simptom kecemasan siswa SMA tingkat akhir akan semakin menurun dengan kekuatan korelasi kuat. Sejalan dengan hasil milik Vellian *et al* (2023) yang mengatakan terdapat hubungan yang kuat antara *self-esteem* dengan tingkat kecemasan pada remaja yaitu ketika seorang remaja yang memiliki *self-esteem* yang besar akan diikuti dengan menurunnya tingkat kecemasan. Seseorang yang mempunyai *self-esteem* yang tinggi

akan merasa yakin terhadap dirinya sendiri dan dapat menangani situasi dengan benar, dengan demikian akan mengurangi kemungkinan simptom kecemasan muncul. Namun, ketika seseorang mempunyai *self-esteem* yang kurang biasanya sering mengevaluasi diri secara negatif yang dapat menimbulkan perasaan sedih, kecewa dan ketakutan sehingga berujung pada timbulnya simptom kecemasan di dalam dirinya.³⁹ Penelitian ini sejalan dengan penelitian Ulfa (2023) yang mengatakan, terdapat korelasi antara *self-esteem* dan kecemasan berbicara di depan umum. Siswa dalam menjalani pendidikannya sangat berkaitan dengan kemampuan dalam bersosial, sehingga diperlukan *self-esteem* yang tinggi agar mampu mengatur kecemasan saat berbicara di depan orang banyak. Namun jika *self-esteem* siswa menurun, akan menciptakan kecemasan yang tidak dapat diatasi saat berbicara di depan orang banyak.⁴⁰ Penelitian Andi (2019) juga menyebutkan terdapat hubungan yang kuat antara *self-esteem* dengan kecemasan, jika *self-esteem* yang dimiliki semakin tinggi, akan semakin menurunkan kecemasan yang dialami dan begitu pun sebaliknya.¹¹ Ketika seseorang memiliki *self-esteem* rendah, dirinya akan merasakan sedih yang berlebihan saat gagal, melebih-lebihkan situasi, saat berinteraksi dengan orang lain akan merasa canggung dan malu, sehingga tanpa disadari akan membentuk simptom kecemasan di dalam diri ketika menghadapi situasi sulit nantinya.²⁸ Penelitian lain yang dilakukan oleh Natasya (2024) juga menunjukkan terdapat korelasi antara *self-esteem* pelajar SMA dengan simptom kecemasan. Penelitian tersebut,

mengatakan *self-esteem* adalah persepsi orang secara pribadi tentang dirinya yang dihasilkan dari pemahaman tentang bagaimana dirinya menilai diri sendiri dan orang lain yang dapat menghasilkan nilai positif dan negatif. Ketika penilaian tentang diri sendiri dominan bernilai positif, maka *self-esteem* akan tinggi dan simtom kecemasan yang dialami dapat menurun.⁴¹ Selain itu, ada sejumlah faktor lain yang berhubungan dengan gejala kecemasan pada siswa. Menurut penelitian Gravelia *et al.* (2024), variabel media sosial memiliki peran besar, terutama di dunia modern di mana terdapat banyak tekanan untuk menjadi sempurna, perbandingan sosial yang berlebihan, dan *cyberbullying* dapat membuat remaja merasa lebih cemas.^{42,43} Selanjutnya, terdapat korelasi antara kondisi kesehatan fisik dan gejala kecemasan. Misalnya, penelitian oleh Siska *et al.* (2023) menemukan hubungan antara obesitas dan gejala kecemasan, dan Vory *et al.* (2023) menemukan korelasi signifikan antara kecemasan dan status gizi.^{44,45}

KESIMPULAN

Karakteristik hasil responden berdasarkan jenis kelamin memiliki sampel perempuan lebih banyak dengan 93 sampel (53%). Frekuensi berdasarkan fungsi keluarga siswa SMA tingkat akhir memiliki nilai rata-rata sebesar 6,42 dengan standar deviasi 2,289, dan nilai median 6 serta rentang nilai dari 1 hingga 10. Frekuensi berdasarkan *self-esteem* siswa SMA tingkat akhir memiliki nilai rata-rata 105,53 dengan standar deviasi 17,12, dan nilai median 106 serta rentang nilai 65 hingga 150. Frekuensi berdasarkan kecemasan siswa SMA tingkat akhir didapatkan nilai

rata-rata 46,91 dengan standar deviasi 11,53, dan nilai median 48 serta rentang nilai 22 hingga 76. Terdapat hubungan antara fungsi keluarga dengan simtom kecemasan pada siswa SMA tingkat akhir dengan kekuatan korelasi yang kuat. Terdapat hubungan antara *self-esteem* dengan simtom kecemasan pada siswa SMA tingkat akhir dengan kekuatan korelasi yang kuat.

DAFTAR PUSTAKA

1. Hasbelita T. Hubungan Antara Keberfungsian Keluarga Dengan Kenakalan Remaja Pada Siswa SMA Di Pekanbaru. Published online 2019.
2. Kawengian S, Tucunan AA, Korompis GE. Penerapan Fungsi Keluarga Di Sulawesi Utara. *J KESMAS*. 2021;10(7):48-59.
3. Agusriani, Torro S. Pengaruh Fungsi Keluarga Terhadap Karakter Siswa di UPT Sekolah Menengah Atas Negeri 23 Bone. *Pinisi J Sociol Educ Rev*. 2023;3(2):59-66.
4. Ayuningsih NS, Hudasaksana B, Afiani SC, Loviana LF, Mahardika IK. Pertumbuhan dan Perkembangan Remaja Ditinjau dari Sikap Kepatuhan Terhadap Orang Tua. *J Pendidik Tambusai*. 2023;7(3):27177-27179.
5. Ramdani C, Miftahudin U, Latif A. Peran Keluarga Dalam Pendidikan Karakter. *Banun J Pendidik Islam Anak Usia Dini*. 2023;2(1):12-20.
6. Valencia C, Soetikno N. Pengaruh Fungsi Keluarga terhadap Self-Esteem Remaja yang Memiliki Keluarga Bercerai pada Masa Anak.

- J Pendidik Tambusai*. 2022;6(2):13191-13201.
<https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/4541>
7. Mia NA zam zam, Novianti E. Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Remaja yang Mengalami Bullying The Effect of Family Support on Anxiety Levels in Teenagers Experience Bullying. *J Ilm Kesehat Masy*. 2021;13:16-21.
 8. Nopirda Y, Oktivianto O, Dhevi Nr. Hubungan Self Esteem Dan Orientasi Masa Depan Bidang Pendidikan Pada Siswa Kelas Xi Di Palembang. *J Pendidik Glas*. 2020;4(2):107-116.
 doi:10.32529/glasser.v4i2.721
 9. Ariyanti V, Purwoko B. Faktor – Faktor yang Memengaruhi Self-Esteem Remaja: Literature Review. *Ter J Bimbing dan Konseling*. 2023;6(3):362-368.
 doi:10.26539/terapeutik.631389
 10. Amalia M, Sahara ER, Rizqina DL, Zuhro' Fitriana AQ. Efektivitas Self Esteem Dengan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (Rebt) Pada Kesehatan Mental Remaja Yatim Di Desa Pulkan, Bali. *J Ekon Dan Bisnis*. 2023;3(2):289-294.
 doi:10.47233/jebbs.v3i2.825
 11. Tajuddin A, Haenidar. Hubungan antara Harga Diri dengan Kecemasan Sosial pada Remaja Akhir. *J Psikol Univ Indones Timur*. 2019;1(1):56-65.
<https://jurnal.uit.ac.id/JPS/article/download/166/106>
 12. Hayati F, Gustina G. Hubungan Pengetahuan dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Menghadapi Menarche di SMP Negeri 13 Kota Jambi. *J Akad Baiturrahim Jambi*. 2020;9(2):149.
 doi:10.36565/jab.v9i2.159
 13. Rahayu PP, Irsyadiyah AU. Psikoedukasi Tentang Kesehatan Mental Dan Psikopatologi Pada Masyarakat. *J Pengabdian Masy*. 2022;2(2):73-81.
 doi:10.31004/abdira.v2i2.135
 14. Muysaroh H. Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap dalam menghadapi Pandemi Covid 19. *LP2M UNUGHA Cilacap*. Published online 2020:3.
<http://repository.unugha.ac.id/id/eprint/858>
 15. Mariah W, Yusmami Y, Pohan RA. Analisis Tingkat Kecemasan Karir Siswa. *Cons Berk Kaji Konseling dan Ilmu Keagamaan*. 2020;7(2):60.
 doi:10.37064/consilium.v7i2.8164
 16. Muslimahayati M, Rahmy HA. Depresi dan Kecemasan Remaja Ditinjau dari Perspektif Kesehatan dan Islam. *DEMOS J Demogr Ethnogr Soc Transform*. 2021;1(1):35-44.
 doi:10.30631/demos.v1i1.1017
 17. UNICEF. Profil Remaja 2021. *Unicef*. 2021;917(2016):1-2.
[https://www.unicef.org/indonesia/media/9546/file/Profil Remaja.pdf](https://www.unicef.org/indonesia/media/9546/file/Profil%20Remaja.pdf)
 18. Indonesia National Adolescent Mental Health Survei. National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) Laporan Penelitian. *Ment Health (Lond)*. Published online 2022:xviii.

- <https://qcmhr.org/outputs/reports/12-i-namhs-report-bahasa-indonesia>
19. Suswati WSE, Yuhbaba ZN, Budiman ME. Kesehatan Mental Pada Remaja Di Lingkungan Sekolah Menengah Atas Wilayah Urban Dan Rural Kabupaten Jember. *J Keperawatan Jiwa Persat Perawat Nas Indones*. 2023;11(3):537-544.
 20. Sugiharno RT, Susanto WHA, Ardiansa A, Wospakrik F, Ester E. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa dalam Menghadapi Praktik Klinik Keperawatan. *J Keperawatan Silampari*. 2022;6(1):717-724. doi:10.31539/jks.v6i1.4698
 21. Ulfah M. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kecemasan Remaja Putri Usia Pubertas dalam Menghadapi Menarche di SMP Muhammadiyah 5 Yogyakarta. *Skripsi*. Published online 2019. <http://digilib.unisayogya.ac.id/id/eprint/1130>
 22. Utami DS. Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Pada Remaja Putri Terhadap Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Smp Negeri 1 Cimalaka. *Jiksa (Jurnal Ilmu Keperawatan Sebel April*. 2022;4(1):48-56. <https://ejournal.unsap.ac.id/index.php/jiksa/article/view/141>
 23. Awalia BF. Pengaruh dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan menghadapi masa depan pada siswa smk di kota blitar. Published online 2022. <http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/40457>
 24. Syazuana, D., Fithria, & Hartaty N. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Pada Siswa Menjelang Ujian Akhir Semester. *J Ilm Mhs Fak Keperawatan*. 2022;V(4):128-132.
 25. Mariatun M, Munir A, Metia C. Hubungan Self Efficacy dan Dukungan Keluarga dengan Kecemasan Siswa pada Pelajaran Matematika Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Sinabang. *Tabularasa J Ilm Magister Psikol*. 2020;2(1):1-7. doi:10.31289/tabularasa.v2i1.281
 26. Nabilla S, Fitri NH, Psikologi PS, Batam U. Tingkat Self-Esteem Pada Remaja Sma / Smk. *J Ilm Zo Psikol*. Published online 2024:124-132.
 27. Andhika Anggawira, Dwike Nur Kholiza, Herio Rizki Dewinda. Hubungan antara Self Esteem dengan Social Anxiety pada Remaja Berstatus Sosial Ekonomi Rendah. *Psyche 165 J*. 2022;15(2):68-73. doi:10.35134/jpsy165.v15i2.152
 28. Fitra NA, Rahayu Z SP, Desmita D, Irman I. Hubungan Self-Esteem dan Body Image pada Remaja Putri di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA). *Istinarah Ris Keagamaan, Sos dan Budaya*. 2021;3(2):84. doi:10.31958/istinarah.v3i2.4534
 29. Nadila. *Hubungan Self Esteem Dan Self Efficacy Dengan Orientasi Masa Depan Remaja Akhir Di Desa Kedondong*.; 2022.
 30. Magfiroh L, Pratiwi TI. Hubungan Self-Esteem Dan Dukungan Keluarga Dengan Motivasi Berprestasi Pada Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 30 Surabaya. *J BK UNESA*. 2020;11(3):303-311.

31. Pebriyani U, Sandayanti V, Pramesti W, Safira N. The Social Support with Student Anxiety Level in Facing the National Final Examination. *Juni*. 2020;11(1):78-85. doi:10.35816/jiskh.v10i2.221
32. Hakim RN, Adirakasiwi AG. Analisis Tingkat Kecemasan Matematis Siswa Sma. *J Pembelajaran Mat Inov*. 2021;4(4):809-816. doi:10.22460/jpmi.v4i4.809-816
33. Ruhansih DS. Efektivitas Strategi Bimbingan Teistik Untuk Pengembangan Religiusitas Remaja (Penelitian Kuasi Eksperimen Terhadap Peserta Didik Kelas X SMA Nugraha Bandung Tahun Ajaran 2014/2015). *QUANTA J Kaji Bimbing dan Konseling dalam Pendidikan*. 2017;1(1):1-10. doi:10.22460/q.v1i1p1-10.497
34. Safira AM, Studi P, Dokter P, Kedokteran F, Surakarta UM. Keluarga Terhadap Tingkat Kecemasan Remaja Di Era Pandemi Covid-19. Published online 2021. <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/89849>
35. Nabila Q, Anggraeni R, Susanti Y. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa dalam Penyusunan Skripsi. *Heal Financ J*. 2024;1(1):32-42.
36. Arisgo R, Rahman A. Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kecemasan Pada Remaja Awal Di SMP Negeri 22 Krui Pesisir Barat Tahun 2024. 2024;4:1510-1517.
37. Sekarina DP, Indriana Y. Hubungan Antara Dukungan Sosial Orangtua Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Siswa Kelas Xii Smk Yudya Karya Magelang. *J EMPATI*. 2020;7(1):381-386. doi:10.14710/empati.2018.20254
38. Putri A, Rahayu MNM. Hubungan Dukungan Sosial Orangtua dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Masuk Universitas pada Siswa Sekolah Menengah Atas Tingkat Akhir dalam Situasi Covid-19. *Bull Couns Psychother*. 2022;4(2):365-372. doi:10.51214/bocp.v4i2.266
39. Hasanah PNVRN, Faozi BF, Fitriani. Hubungan Harga Diri dengan Kecemasan Sosial pada Remaja. *J Ilmu Keperawatan Sebel April*. 2023;5(1):47-54. <https://ejournal.unsap.ac.id/index.php/jiksa/article/view/886/408>
40. Nur Aini U. Hubungan Self Esteem Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Mahasiswa Bpi Iain Ponorogo. *Naskah Publ*. 2023;13(1):104-116.
41. Kinanti NP. Self-Esteem Pelajar Sma Swasta Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Medan 2024. Published online 2024.
42. Nur Cahya M, Ningsih W, Lestari A. Dampak Media Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Remaja: Tinjauan Pengaruh Penggunaan Media Sosial pada Kecemasan dan Depresi Remaja. *J Sos Teknol*. 2023;3(8):704-706. doi:10.59188/journalsostech.v3i8.917
43. Gustika R, Firta W, Suci Mantauv C,

- Fahrozi M, Kurnia Sandi D. Journal of Social and Economics Research. *J Sos dan Ekon.* 2021;3(2)(1):123-138.
44. Damaiyanti S, Suri Si, Octavia D. Hubungan Obesitas Dengan Kecemasan Sosial Pada Siswa Sma Negeri Kota Bukittinggi. *J Ners.* 2022;7(1):27-31.
doi:10.31004/jn.v7i1.8343
45. Vory V, Fitria Y, Triawanti T, Fadhilah S, Audhah N Al. Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Perilaku Makan Dan Status Gizi. *Homeostasis.* 2023;6(2):515.
doi:10.20527/ht.v6i2.10014