

GAMBARAN KECEMASAN PADA REMAJA SMK X DI KABUPATEN INDRAMAYU

Timothy Leonardo¹, Ninawati², Untung Subroto³

¹Program Sarjana Psikologi, Universitas Tarumanagara

² Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara

Email: ninawati@fpsi.untar.ac.id (corresponding author)

³Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara

Email: untungs@fpsi.untar.ac.id

ABSTRAK

Kecemasan merupakan keadaan emosional yang bersifat kondisional ditandai dengan meningkatnya ketegangan dan ketakutan yang disertai dengan peningkatan aktivitas otonomi sistem saraf. Spielberger (1972) mengategorikan kecemasan menjadi dua dimensi, yaitu *state anxiety* (kecemasan situasional) dan *trait anxiety* (kecemasan bawaan). Pada dasarnya kecemasan merupakan hal yang wajar dialami oleh setiap individu, termasuk pada remaja akhir. Remaja merupakan fase perkembangan yang dilalui individu dengan disertai adanya perubahan pada aspek psikologis dan psikis. Perubahan yang dialami remaja dapat memicu adanya gejala kecemasan (Grant, 2013). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kecemasan pada siswa SMK X di Kabupaten Indramayu. Penelitian ini dilakukan pada 144 siswa kelas 12 SMK X yang terdiri dari 101 (70,1%) siswa perempuan dan 43 (29,9%) siswa laki-laki. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif. Variabel kecemasan pada penelitian ini diukur menggunakan *State Trait Anxiety Inventory* (STAI) yang disusun oleh Spielberger (1972) dan diadaptasi oleh Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara. Hasil penelitian ini menunjukkan kecemasan subyek berada pada tingkatan sedang. Penelitian ini juga menunjukkan adanya hasil uji beda pada variabel kecemasan, dimensi *state anxiety*, dan dimensi *trait anxiety* dengan jenis kelamin, urutan kelahiran, dan jumlah saudara subyek. Berdasarkan hasil uji beda tersebut, dapat diketahui perbedaan yang signifikan hanya dimensi *trait anxiety* dengan jenis kelamin dengan nilai signifikansi $p = 0,041$. Sedangkan pada uji beda lainnya, tidak terdapat perbedaan yang signifikan.

Kata Kunci: Kecemasan, *State Anxiety*, *Trait Anxiety*, Siswa SMK

ABSTRACT

Anxiety is a conditional emotional state characterized by mounting tension and fear, accompanied by increased activity of the nervous system. Spielberger (1972) categorizes anxiety into two dimensions: state anxiety (situational anxiety) and trait anxiety (congenital anxiety). Basically, anxiety is a natural thing experienced by every individual, including late adolescents. Adolescence is a developmental phase experienced by individuals, accompanied by changes in psychological and psychosocial aspects. Changes experienced by adolescents can trigger anxiety symptoms (Grant, 2013). This also happened to students of SMK X in Indramayu Regency. This study aims to determine the description of anxiety in SMK X students in Indramayu Regency. This research was conducted on 144 grade 12 students at SMK X, consisting of 101 (70.1%) female students and 43 (29.9%) male students. The descriptive research method was used in this study. The anxiety variable in this study was measured using the State Trait Anxiety Inventory (STAI), compiled by Spielberger (1972) and adapted by the Faculty of Psychology, University of Tarumanagara. The results of this study indicate that the subject's anxiety is at a moderate level. This study also demonstrates that test results for various anxiety, state anxiety, and trait anxiety differ depending on the subject's gender, birth order, and number of siblings. Based on the results of the different tests, it can be seen that there is a significant difference only between the trait anxiety and gender, with a significance value of $p = 0.041$. Whereas in other different tests, there was no significant difference between anxiety with gender, state anxiety with gender, anxiety with birth order, state anxiety with birth order, trait anxiety with birth order, anxiety with number of siblings, state anxiety with number of siblings, and trait anxiety with number of siblings.

Keywords: *Anxiety, State Anxiety, Trait Anxiety, Vocational Students*

1. PENDAHULUAN

Latar Belakang

King (2020) mendefinisikan remaja sebagai masa transisi dalam rentang kehidupan manusia yang menghubungkan masa kanak-kanak dengan masa dewasa, dimulai sekitar usia 10-12 dan berakhir pada usia 18-21 tahun. Menurut Erikson (dalam King, 2020) pada fase remaja individu berada di tahap kelima yaitu *identity versus identity confusion*. Pada tahap perkembangan tersebut remaja sedang mengalami proses pencarian jati diri. Hal tersebut membuat pada fase remaja merupakan masa krusial yang dialami oleh individu. Pernyataan tersebut didukung oleh pendapat dari Oguzturk et al. (2012) yang memaparkan bahwa remaja merupakan fase krusial yang dihadapi oleh individu dengan disertai terbentuknya kepribadian, munculnya peluang, dan keinginan untuk bebas. Hal tersebut menyebabkan pada fase remaja timbul gangguan kecemasan. Selain itu, munculnya kecemasan pada remaja disebabkan karena individu mengalami pubertas. Hal tersebut sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Grant (2013) kecemasan akan meningkat pada saat individu mengalami pubertas. Menurut Adler (dalam Feist & Feist, 2017) kecemasan juga dipengaruhi oleh urutan lahir dalam keluarga. Perhatian dari orang tua beralih pada anggota keluarga yang baru sehingga anak pertama merasa tidak nyaman. Kondisi tersebut membuat anak pertama lebih cemas dibanding anggota keluarga yang lain.

WHO (2022) juga melaporkan bahwa gangguan kecemasan merupakan gangguan mental yang prevalensinya tertinggi, yaitu 31% dari jumlah orang yang hidup dengan gangguan mental. Freud (dalam Feist & Feist, 2017) mendefinisikan kecemasan sebagai perasaan, afektif, kondisi yang tidak menyenangkan dan disertai peringatan dari fisik terhadap bahaya yang akan datang. Kecemasan menurut Spielberger (1972) dibagi menjadi dua dimensi, yaitu *state anxiety* dan *trait anxiety*. *State anxiety* merupakan kecemasan ketika individu dihadapkan dengan situasi yang menimbulkan rasa tegang, takut, bahkan mengancam, sedangkan *trait anxiety* merupakan kecemasan yang berkaitan dengan kepribadian individu (Spielberger, 1972).

Kecemasan baik secara situasional maupun bawaan atau kepribadian umumnya dirasakan pada masing-masing individu dalam setiap fase perkembangan yang dialaminya. Salah satu tahapan perkembangan yang mengalami kecemasan adalah remaja. Pendapat yang sejalan juga dikemukakan oleh Garcia dan O'Neil (2020) bahwa kecemasan merupakan permasalahan mental yang paling umum terjadi pada individu dengan tahapan perkembangan remaja. Pada fase remaja, individu juga membutuhkan ilmu pengetahuan dan juga ilmu sosial sebagai bekal untuk kehidupan yang dijalani maupun kehidupan yang akan datang. Ilmu tersebut dapat diperoleh individu pada satuan pendidikan. Hal tersebut didukung oleh Uslu dan Gizir (2017) yang berpendapat bahwa sekolah, guru, teman sebaya, dan keluarga digunakan sebagai domain sosial utama yang memiliki peran sebagai pendukung remaja dalam proses perkembangan. Menurut Jaworska dan MacQueen (2015) masa remaja ini biasanya bertepatan dengan perubahan sosial dan lingkungan sekolah, seperti ketika individu pada masa remaja cenderung lebih banyak menghabiskan waktu bersama teman sebayanya daripada dengan orang tuanya. Hal tersebut berarti bahwa pada fase remaja, sekolah tidak hanya sebagai tempat untuk memperoleh pendidikan tetapi juga sebagai perolehan pengalaman sosial.

Pada masing-masing tahapan perkembangan, tingkatan pendidikan yang ditempuh individu juga berbeda. Berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 23 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional, terdapat tiga jenjang pendidikan formal di Indonesia, yaitu (1) pendidikan dasar berupa Sekolah Dasar (SD) dan Sekolah Menengah Pertama (SMP); (2) Pendidikan menengah berupa Sekolah Menengah Atas (SMA) dan Sekolah Menengah Kejuruan (SMK); (3) Pendidikan tinggi berupa universitas, sekolah tinggi, institut. Sesuai yang diatur dalam Peraturan

Pemerintah Republik Indonesia Nomor 29 Tahun 1990 tentang pendidikan menengah, perbedaan antara SMA dan SMK adalah pada SMA mengutamakan penyiapan siswa untuk melanjutkan pendidikan pada jenjang pendidikan tinggi. Sedangkan pada SMK, siswa dipersiapkan untuk memasuki lapangan kerja serta sikap profesional.

Lokasi SMA/SMK di Indonesia tersebar di berbagai wilayah namun penyebarannya tidak merata. Penyebaran SMA dan SMK yang tidak merata juga terjadi pada Provinsi Jawa Barat salah satunya pada Kabupaten Indramayu, khususnya pada daerah pedesaan. Tercatat pada profil kecamatan, Kecamatan Lelea, Kabupaten Indramayu hanya terdapat satu sekolah pada tingkat pendidikan menengah yaitu SMK X. SMK X yang terletak di Desa Tamansari, Kecamatan Lelea menjadi lokasi penelitian yang dilakukan. Pemilihan lokasi penelitian ini dilatarbelakangi karena peneliti mengikuti program Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM) desa oleh Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan yang berlokasi di Desa Tamansari, Kecamatan Lelea, Kabupaten Indramayu, Provinsi Jawa Barat.

Kecemasan remaja yang telah dibahas sebelumnya juga dialami oleh remaja yang bersekolah pada lokasi penelitian yaitu SMK X. Berdasarkan hasil *personal interview* dengan guru Bimbingan Konseling (BK), mengatakan bahwa sebagian besar siswa SMK X merasa cemas ketika akan melakukan ujian (Nita, komunikasi personal, 25 Juli 2022). Pernyataan tersebut selaras dengan yang disampaikan oleh salah satu siswa SMK X yang menceritakan bahwa merasa takut dan khawatir saat akan menjalani ujian mata pelajaran yang tidak terlalu dipahami (Sophi, komunikasi personal, 27 Juli 2022). Hal tersebut dikarenakan terdapat berbagai hambatan dari pihak sekolah, yaitu fasilitas ruang kelas yang belum memadai, pembagian jadwal pelajaran yang tidak sesuai dengan jadwal praktek siswa, dan tidak meratanya materi pelajaran yang diberikan di setiap kelas (Nita, komunikasi personal, 25 Juli 2022).

Tidak hanya pada saat ujian tertulis, siswa juga mengalami perasaan cemas saat akan menghadapi ujian praktikum sebagai syarat kelulusan. Hal tersebut diperkuat oleh *personal interview* salah satu siswa SMK X yang mengatakan merasa gelisah dan takut pada saat akan menghadapi uji kompetensi keahlian karena hasil uji tersebut salah satu syarat yang menentukan kelulusan (Hafif, komunikasi personal, 27 Juli 2022). Perasaan cemas yang dialami membuat sebagian besar siswa belajar hingga malam hari di sekolah dengan harapan dapat berhasil melalui uji kompetensi jurusan keahlian yang menjadi penentu kelulusan (Nita, komunikasi personal, 27 Juli 2022). Sumber kecemasan lain yang dialami oleh siswa SMK X berdasarkan pemaparan guru BK juga berasal dari faktor kondisi ekonomi. Terdapat sebagian besar siswa SMK X yang bersekolah sambil bekerja. Hal tersebut dilakukan siswa karena adanya perasaan takut dan khawatir tidak dapat melanjutkan pendidikannya, sehingga pendapatan hasil kerja digunakan untuk biaya sekolah (Nita, komunikasi personal, 25 Juli 2022).

Munculnya fenomena kecemasan di SMK X tidak hanya dalam permasalahan pendidikan. Salah satu siswa yang bersekolah di SMK X tersebut juga mengungkapkan sering merasa takut gagal dalam melakukan hal apapun. (Komunikasi Personal, Maya, 11 Januari 2023). Hal tersebut juga dirasakan oleh Wulan (Komunikasi Personal, 12 Januari 2023) yang mengatakan bahwa selalu merasa kurang puas dengan dirinya yang mengakibatkan sering merasa gagal setiap melakukan sesuatu. Kemungkinan nasib sial yang akan dialami pada masa yang akan datang juga dapat menimbulkan kecemasan pada siswa. Perasaan cemas tersebut diperkuat melalui *personal interview* dengan siswa SMK X yang mengungkapkan bahwa merasa khawatir akan nasib buruk yang akan menimpanya di masa yang akan datang (Komunikasi Personal, Sukendi, 12 Januari 2023).

Berdasarkan penjelasan di atas, kecemasan merupakan permasalahan yang rentan di kalangan siswa pada usia remaja di SMK X. Menurut Slameto (2013) kecemasan yang dialami siswa perlu <https://doi.org/10.24912/jurnalarkhe.xxx>

dihilangkan, karena kecemasan memberikan dampak negatif terhadap hasil belajar siswa. Pendapat tersebut juga selaras dengan pendapat yang dikemukakan oleh Nova et al. (2021) bahwa kecemasan yang berlebihan pada siswa dapat mempengaruhi siswa dalam belajar menjadi kurang maksimal. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk melihat gambaran kecemasan bersifat situasional maupun bersifat bawaan pada siswa SMK X di Kabupaten Indramayu yang dapat dijadikan sumber acuan terkait kecemasan siswa SMK X.

Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah dibahas di latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran kecemasan pada siswa di SMK X di Kabupaten Indramayu?

2. METODE PENELITIAN

Partisipan

Partisipan pada penelitian ini merupakan siswa kelas 12 SMK X yang berasal dari jurusan teknik otomasi industri, tata busana, dan multimedia. Berdasarkan data yang diperoleh, terdapat 144 partisipan yang terdiri dari 101 (70,1%) siswa perempuan dan 43 (29,9%) siswa laki-laki. Gambaran partisipan dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Gambaran partisipan berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Perempuan	101	70,1
Laki-laki	43	29,9
N	144	100

Gambaran partisipan berdasarkan urutan kelahiran dalam keluarga pada penelitian ini terbagi menjadi dua kategori, yaitu anak pertama sebanyak 71 siswa (49,3%) dan bukan anak pertama sebanyak 73 siswa (50,7%). Gambaran partisipan berdasarkan urutan dalam keluarga dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Gambaran partisipan berdasarkan urutan kelahiran dalam keluarga

Urutan Anak dalam Keluarga	Frekuensi	Persentase (%)
Anak Pertama	71	49,3
Bukan Anak Pertama	73	50,7
N	144	100

Gambaran partisipan berdasarkan jumlah saudara dalam keluarga pada penelitian ini terbagi menjadi dua kategori, yaitu anak tunggal berjumlah 57 siswa (39,6%) dan bukan anak tunggal berjumlah 87 siswa (60,4%). Gambaran partisipan berdasarkan jumlah saudara dalam keluarga dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Gambaran partisipan berdasarkan jumlah saudara dalam keluarga

Jumlah Saudara dalam Keluarga	Frekuensi	Persentase (%)
Anak Tunggal	57	39,6

Bukan Anak Tunggal	87	60,4
N	144	100

Jenis Penelitian

Pada penelitian ini, jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif deskriptif. Hal tersebut dikarenakan peneliti hanya menggunakan satu variabel, yaitu kecemasan yang diukur dengan menggunakan alat ukur kecemasan.

Alat Ukur

Pada penelitian ini alat ukur yang digunakan untuk mengukur kecemasan adalah *State Trait Anxiety Inventory* (STAI) milik Spielberger yang telah diadaptasi oleh Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara. Alat ukur STAI memiliki total 40 butir pernyataan yang terbagi menjadi dua bagian dimensi kecemasan yaitu *State Anxiety* dan *Trait Anxiety*. Masing-masing dari dimensi kecemasan tersebut terdiri dari 20 butir pernyataan dengan skala likert 1-4 sebagai pilihan jawabannya.

Setting Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan cara mengumpulkan siswa kelas 12 SMK X Kabupaten Indramayu di setiap kelasnya untuk dibagikan kuesioner alat ukur kecemasan. Selanjutnya data tersebut diolah menggunakan *Statistical Product and Service Solutions* (SPSS) versi 25. Peneliti melakukan beberapa pengujian pada data yang memungkinkan dilakukan uji statistika, yaitu uji deskriptif, uji normalitas, dan uji beda.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data, didapatkan gambaran kecemasan siswa SMK X secara keseluruhan cenderung rendah. Hal tersebut dilihat dari skor *empirical mean* sebesar 2,39 lebih kecil dibandingkan skor *hypothetical mean* sebesar 2,5. Untuk penjelasan yang lebih rinci dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 4. Gambaran data variabel kecemasan

Dimensi Kecemasan	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
<i>State Anxiety</i>	144	1,25	3,40	2,32	0,45
<i>Trait Anxiety</i>	144	1,20	3,65	2,45	0,44
<i>Anxiety</i>	144	1,40	3,40	2,39	0,41

Berdasarkan data penelitian yang diperoleh, kategori dari masing-masing dimensi dapat dilihat bahwa frekuensi dimensi *state anxiety* dengan kategori rendah sebanyak 33 siswa (22,9%). Frekuensi dimensi *state anxiety* dengan kategori sedang sebanyak 97 siswa (67,4%). Frekuensi dimensi *state anxiety* dengan kategori tinggi sebanyak 14 siswa (9,7%). Frekuensi dimensi *trait anxiety* dengan kategori rendah sebanyak 20 siswa (13,9%). Frekuensi dimensi *trait anxiety* dengan kategori sedang sebanyak 105 siswa (72,9%). Frekuensi dimensi *trait anxiety* dengan kategori tinggi sebanyak 19 siswa (13,2%). Selanjutnya, dilihat dari variabel kecemasan, frekuensi subyek dengan kategori kecemasan rendah sebanyak 23 siswa (16%) dan subyek dengan kategori kecemasan sedang sebanyak 105 siswa (72,9%). Subyek dengan kategori kecemasan tinggi memiliki frekuensi sebanyak 16 siswa (11,1%). Untuk penjelasan lebih detailnya dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 5. Gambaran data kecemasan berdasarkan kategori kecemasan

Kategori	Dimensi		<i>Anxiety</i>
	<i>State Anxiety</i>	<i>Trait Anxiety</i>	
Rendah	33	20	23
Sedang	97	105	105
Tinggi	14	19	16
N	144	144	144

Berdasarkan temuan oleh peneliti, nilai signifikansi pada dimensi *state anxiety* sebesar $0,216 > 0,05$, maka dapat diartikan tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada dimensi *state anxiety* antara subyek perempuan dengan subyek laki-laki. Pada dimensi *trait anxiety*, nilai $F = 0,43$ dan $p = 0,836 > 0,05$, maka menggunakan *equal variances not assumed*. Nilai $p = 0,041 < 0,05$, maka dapat dikatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada dimensi *trait anxiety* antara subyek perempuan dengan subyek laki-laki. Selanjutnya, nilai signifikansi pada variabel kecemasan sebesar $0,079 > 0,05$. Hal tersebut dapat dikatakan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara subyek perempuan dengan subyek laki-laki. Data selengkapnya dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 6. Gambaran kecemasan berdasarkan jenis kelamin

Variabel/Dimensi	Sig.	Mean		Std. Deviation	
		Perempuan	Laki-laki	Perempuan	Laki-laki
<i>State Anxiety</i>	0,216	2,357	2,250	0,435	0,485
<i>Trait Anxiety</i>	0,041	2,506	2,336	0,435	0,457
<i>Anxiety</i>	0,079	2,431	2,293	0,405	0,436

Temuan lain yang didapati peneliti adalah gambaran kecemasan berdasarkan urutan keluarga. Berdasarkan data yang diperoleh pada penelitian ini, nilai signifikansi pada dimensi *state anxiety* sebesar $0,673 > 0,05$. Data tersebut dapat diartikan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan *state anxiety* antara subyek anak tunggal dengan subyek bukan anak tunggal. Selanjutnya, nilai signifikansi pada dimensi *trait anxiety* sebesar $0,494 > 0,05$. Hal tersebut dapat dikatakan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara *trait anxiety* pada subyek anak tunggal dengan *trait anxiety* pada subyek bukan anak tunggal. Nilai signifikansi pada variabel kecemasan sebesar $0,557 > 0,05$, maka dari itu dapat dikatakan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kecemasan pada subyek anak tunggal dengan kecemasan pada subyek bukan anak tunggal. Untuk penjelasan lebih detail dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 7. Gambaran kecemasan berdasarkan urutan kelahiran dalam keluarga

Variabel/Dimensi	Sig.	Mean		Std. Deviation	
		Anak Tunggal	Bukan Anak Tunggal	Anak Tunggal	Bukan Anak Tunggal
<i>State Anxiety</i>	0,673	2,305	2,338	0,452	0,453
<i>Trait Anxiety</i>	0,494	2,424	2,476	0,459	0,441

<i>Anxiety</i>	0,557	2,364	2,407	0,436	0,408
----------------	-------	-------	-------	-------	-------

Berdasarkan data yang diperoleh pada penelitian ini, nilai signifikansi pada dimensi *state anxiety* sebesar $0,673 > 0,05$. Data tersebut dapat diartikan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan *state anxiety* antara subyek anak tunggal dengan subyek bukan anak tunggal. Selanjutnya, nilai signifikansi pada dimensi *trait anxiety* sebesar $0,494 > 0,05$. Hal tersebut dapat dikatakan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara *trait anxiety* pada subyek anak tunggal dengan *trait anxiety* pada subyek bukan anak tunggal. Nilai signifikansi pada variabel kecemasan sebesar $0,557 > 0,05$, maka dari itu dapat dikatakan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kecemasan pada subyek anak tunggal dengan kecemasan pada subyek bukan anak tunggal. Untuk penjelasan lebih detail dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 8. Gambaran kecemasan berdasarkan jumlah saudara dalam keluarga

Variabel/Dimensi	Sig.	Mean		Std. Deviation	
		Anak Tunggal	Bukan Anak Tunggal	Anak Tunggal	Bukan Anak Tunggal
<i>State Anxiety</i>	0,673	2,305	2,338	0,452	0,453
<i>Trait Anxiety</i>	0,494	2,424	2,476	0,459	0,441
<i>Anxiety</i>	0,557	2,364	2,407	0,436	0,408

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis data, dapat disimpulkan bahwa kecemasan pada subyek penelitian ini cenderung rendah. Selain itu, peneliti juga menemukan perbedaan yang signifikan pada dimensi *trait anxiety* antara subyek perempuan dengan subyek laki-laki. Untuk hasil yang lainnya tidak terdapat perbedaan yang signifikan.

Hasil uji beda antara kecemasan secara keseluruhan dan dimensi *state anxiety* dengan jenis kelamin menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan secara signifikan. Hasil tersebut dapat diartikan kecemasan secara keseluruhan dan *state anxiety* pada subyek perempuan dan subyek laki-laki tidak memiliki perbedaan. Hal tersebut tidak sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Annu (2020) bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kecemasan subyek berjenis kelamin perempuan dengan kecemasan subyek berjenis kelamin laki-laki. Perbedaan hasil penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Annu (2020) tersebut disebabkan oleh perbedaan usia pada subyek penelitian ini yaitu 15-19 tahun dengan usia subyek penelitian yang dilakukan oleh Annu (2020) yaitu 25-45 tahun. Sedangkan untuk hasil uji beda antara dimensi *trait anxiety* dengan jenis kelamin menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan. Berdasarkan nilai *mean trait anxiety* antara subyek perempuan dan subyek laki-laki, dapat dilihat *mean* subyek perempuan lebih tinggi dibandingkan *mean* subyek laki-laki. Hal tersebut dapat diartikan bahwa subyek perempuan memiliki *trait anxiety* lebih tinggi dibandingkan subyek laki-laki. Hasil tersebut selaras dengan temuan penelitian yang dilakukan oleh Burton dan Nkwo (2022) menunjukkan tingkat *trait anxiety* pada subyek perempuan dengan laki-laki menunjukkan adanya perbedaan, bahwa tingkat *trait anxiety* perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Menurut Hantsoo dan Epperson (2017) kecemasan pada perempuan sering dipicu karena terjadinya fluktuasi hormon, pubertas, pra menstruasi, kehamilan, dan transisi *menopause*.

Hasil uji beda antara kecemasan, baik dimensi *state anxiety* maupun *trait anxiety* dengan urutan kelahiran menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara subyek anak pertama dan subyek bukan anak pertama. Hal tersebut berbanding terbalik dengan teori yang dikemukakan oleh Adler (dalam Feist & Feist, 2017) bahwa anak sulung atau anak pertama memiliki sifat negatif berupa kecemasan yang tinggi. Adanya perbedaan hasil penelitian ini dengan teori urutan kelahiran yang dikemukakan oleh Adler (dalam Feist & Feist, 2017) disebabkan oleh pemikiran siswa yang belum terlalu matang mengenai masa depan dan umumnya setelah lulus, siswa SMK X cenderung langsung mengikuti saudara atau kakak kelas untuk bekerja di luar kota.

Hasil uji beda terhadap kecemasan secara keseluruhan dan berdasarkan dimensi *state anxiety*, dan *trait anxiety* dengan jumlah saudara menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan. Hasil penelitian tersebut tidak selaras dengan temuan penelitian yang dilakukan oleh Agustina (2010) yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat kecemasan antara anak tunggal dengan anak yang memiliki saudara kandung. Bahkan berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Stocker et al. (2020) kecemasan pada individu yang memiliki saudara kandung baru akan muncul ketika adanya konflik dengan saudara kandung dan adanya sikap pilih kasih orang tua. Perbedaan yang dihasilkan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Agustina (2010) disebabkan karena adanya perbedaan kondisi lingkungan tempat tinggal subyek penelitian. Pada penelitian yang dilakukan oleh peneliti subyek yang merupakan anak tunggal rata-rata bertempat tinggal secara bersamaan dengan saudara atau kakek neneknya. Adanya lingkungan tempat tinggal yang memungkinkan subyek untuk berinteraksi dengan orang lain secara terus menerus, memunculkan kemungkinan akan memicu konflik antar saudara atau anggota rumah lainnya. Serta dengan adanya nenek dan kakek yang tinggal dalam satu rumah, juga dapat memunculkan kemungkinan sikap pilih kasih yang diterapkan, sehingga hal tersebut dapat memicu munculnya kecemasan.

Keterbatasan penelitian ini adalah ketidakseimbangan antara subyek perempuan dengan subyek laki-laki. Hal tersebut dikarenakan pada pengambilan data di lokasi penelitian, peneliti hanya diizinkan untuk mengambil di jurusan teknik otomasi industri, multimedia, dan tata busana. Mayoritas siswa pada jurusan tersebut merupakan siswa perempuan. Selain itu, pada lokasi penelitian hanya terdapat satu SMK di desa tersebut. Peneliti diberikan waktu pengambilan data oleh pihak sekolah pada saat jam istirahat. Adanya ketentuan waktu oleh pihak sekolah membuat banyak siswa yang berada di luar ruang kelas.

Saran dari peneliti untuk peneliti selanjutnya, diharapkan untuk melakukan penelitian yang lebih mendalam terkait kecemasan siswa SMK dengan menggunakan variabel kecemasan yang lebih spesifik yaitu, kecemasan belajar atau kecemasan memasuki dunia kerja. Selain itu, peneliti selanjutnya juga harus memperhatikan perbandingan subyek berjenis kelamin perempuan dengan subyek berjenis kelamin laki-laki agar lebih seimbang. Dan peneliti selanjutnya juga diharapkan memperhatikan waktu untuk melakukan proses pengambilan data.

Ucapan Terima Kasih (Acknowledgement)

Terlaksananya penelitian ini dengan baik karena adanya bimbingan, saran, serta dukungan dari para ahli. Peneliti memberikan ucapan terima kasih kepada pihak SMK X di Kabupaten Indramayu, yang telah memberikan izin dan membantu dalam proses pengambilan data penelitian untuk skripsi ini. Selain itu, peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada siswa SMK X yang telah bersedia terlibat secara sukarela dalam penelitian ini.

REFERENSI

- Agustina, Y. M A. (2010). Perbedaan kecemasan antara anak tunggal dengan anak yang memiliki saudara kandung di Universitas Sebelas Maret Surakarta [Skripsi dipublikasikan]. Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Annu, S. (2020). A comparative study of anxiety in male and female student. *The International Journal of Indian Psychology*, 8(3). Doi: 10.25215/0803.205
- Burton, L., Nkwo, C. Gender. (2022). Differences in the relationship between State and trait anxiety and empathy. *Current Psychology*, (41), 8368–8373. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03716-5>
- Feist, J., & Feist, G. J. (2017). *Theory of personality* (9th ed). McGraw-Hill.
- Garcia, I., & O’Niel, J. (2020). Anxiety in adolescents. *Journal for Nurse Practitioners*, 9(1). 49-53. <https://doi.org/10.1016/j.nurpra.2020.08.021>
- Grant, D. (2013). Anxiety in adolescence. *Handbook of Adolescent Health Psychology*. DOI: 10.1007/978-1-4614-6633-8_32
- Greenberger, D., & Padesky, C. A. (2016). *Mind over mood* (2nd ed.). The Guilford Press.
- Hantsoo, L., & Epperson, N. C. (2017). Anxiety disorders among woman: A female lifespan approach. *Focus Psychiatry*, 15(2), 162-172. doi: 10.1176/appi.focus.20160042
- Jaworska, N., & MacQueen, G. (2015). Adolescence as a unique developmental period. *Journal of Psychiatry & Neuroscience*, 40(5), 291–293. <https://doi.org/10.1503/jpn.150268>
- Kementerian Pendidikan, Riset, Teknologi, dan Budaya. (2022). Konsep pembelajaran di sekolah menengah kejuruan. *Kemdikbud*. <http://smk.kemdikbud.go.id/konten/1869/konsep-pembelajaran-di-sekolah-menengah-kejuruan>
- King, L. A. (2020). *The science of psychology: An appreciative view* (5th ed.). McGraw-Hill.
- Naru, W. N., Nainggolan, E. E., & Muslikah, E. D. (2021). Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja Antara Siswa SMA dan Siswa SMK Surabaya [Skripsi dipublikasikan]. Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. <http://repository.untag-sby.ac.id/10650/>
- Nolen-Hoeksema, Susan (2014). *Abnormal psychology*. McGraw-Hill.
- Nova, P., Gani, R. A., & Julianti, R. R. (2021). Tingkat kecemasan siswa kelas VII SMP Negeri 2 Telagasari dalam pembelajaran pendidikan jasmani menghadapi pertemuan tatap muka di sekolah pada masa pandemi covid 19. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 7(5), 292–300. <https://doi.org/10.5281/zenodo.5541025>
- Oğuztürk, Ö., Bülbül, S. H., Özen, N. E., Ekici, M., Örnek, K., Ünlü, E., & Yüksel, S. (2012). State and trait anxiety levels of adolescents in a changing society, Kirikkale City, Turkey. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, 19(2), 235–241. doi:10.1007/s10880-011-9276-x
- Pemerintah Indonesia. (2003). *Undang-undang Republik Indonesia nomor 23 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional*. Kementerian Pendidikan, Budaya, Riset, dan Teknologi
- Pemerintah Indonesia. (2003). *Undang-undang Republik Indonesia nomor 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional*. Kementerian Pendidikan, Budaya, Riset, dan Teknologi
- Prawitasari, J. (2012). *Psikologi terapan*. Erlangga
- Rauf, K., & Jabeen, T. (2020). Examining birth order and gender differences in the prevalence of anxiety disorder in adolescents. *British Journal of Psychology*, 8(3), 29-46. P-ISSN: 2055-0863; e-ISSN: 2055-0871. diakses dari: <https://www.eajournals.org/wp-content/uploads/Examining-Birth-Order-and-Gender-Differences-in-the-Prevalence-of-Anxiety-Disorders-in-Adolescents.pdf>
- Slameto. (2013). *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Rineka Cipta.

- Spielberger, C. D. (1972). Anxiety as an emotional state. *Anxiety*, 23–49. doi:10.1016/b978-0-12-657401-2.50009-5
- Stocker, C. M., Gilligan, M., Klopach, E. T., Conger, K. J., Lanthier, R. P., Neppl, T. K., O'Neal, C. W., & Wickrama, K. A. S. (2020). Sibling relationships in older adulthood: Links with loneliness and well-being. *Journal of family psychology: JFP: journal of the Division of Family Psychology of the American Psychological Association (Division 43)*, 34(2), 175–185.
- Uslu, F., & Gizir, S. (2017). School belonging of adolescents: The role of teacher student relationships, peer relationships and family involvement. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 17(1), 21-40. Doi: 10.12738/estp.2017.1.0104
- World Health Organization. (2022). *World mental health report*. World Health Organization.