

**HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN TINGKAT KECEMASAN
PADA REMAJA DI SMA NEGERI 5 PADANG TAHUN 2024**

SKRIPSI



Oleh :

INDAH NOVIA HENDRA

NIM : 203310698

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
KEMENKES POLTEKKES PADANG
TAHUN 2024**

**HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN TINGKAT KECEMASAN
PADA REMAJA DI SMA NEGERI 5 PADANG TAHUN 2024**

SKRIPSI

*Diajukan Pada Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan
Kemenkes Poltekkes Padang Sebagai Persyaratan Dalam
Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan
Keperawatan*



Oleh :

INDAH NOVIA HENDRA

NIM : 203310698

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
KEMENKES POLTEKKES PADANG
TAHUN 2024**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan Kepuasan Diri Dengan Tingkat Kecemasan Pada
Korona Di SMA Negeri 5 Padang
Nama : Rizki Nurca Hendra
NIM : 201310039

Sebagai acuan dalam ditanya oleh pembimbing skripsi untuk dilaksanakan oleh dosen
Tim Pengas Program Studi Sarjana Tarbiyah Kependidikan Universitas Pendidikan
Padang

Padang, 21 Mei 2024

Korona Nurca Hendra

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping


Na. H. Thawati, S.Pd, S.T, M.Pd
NIP. 19630716 198003 2 002


N. S. Yanti, M.Pd
NIP. 19640714 198803 1 002

Ketua Program Studi Sarjana Tarbiyah Kependidikan


N. S. Yanti, M.Pd, Sp. KM
NIP. 19800823 200212 2 002

PERNYATAAN PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan Kepentingan Diri Dengan Tingkat Komitmen Pada
Remaja TK SMA Negeri 3 Padang

Nama : Aditya Novita Gusniya

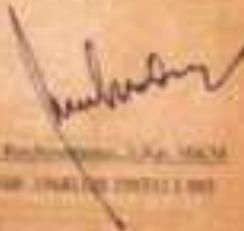
NIM : 2011110008

Melalui ini telah diproses, ditinjau dan disetujui/ditandatangani Dewan Pengantar
Pengerjaan Studi Sarjana Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Padang.

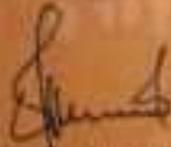
Padang, 21 Mei 2023

Dewan Pengajar

Ketua


S. Purnamasari, S.Pd, M.Pd
NIP. 196401031987111001

Anggota



Harahap Lutfi, S.Pd, M.Pd, S.Pd.P
NIP. 197808191980071001

Anggota



Dr. H. Timbulan, Sp.S, S.Pd, M.Pd
NIP. 196007191960071001

Anggota



Dr. Setiawan, S.Pd
NIP. 196007191960071001

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertanda tangan di bawah ini saya

Nama	: Indah Novia Hendra
Nim	: 203310098
Tanggal Lahir	: 08 November 2001
Tahun Masuk	: 2020
Nama Pembimbing Akademik	: Ns. Zulia Amuly Iida, M.Kep
Nama Pembimbing Utama	: Ns. Hj. Tiasawati, S.Kep., S.ST, M.Kes
Nama Pembimbing Pendamping	: Ns. Suhaimi, M.Kep

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi saya, yang berjudul **Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Tingkat Kesemasan Pada Remaja Di SMA Negeri 5 Padang**. Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, Desember 2023

Mahasiswa



Indah Novia Hendra

Nim. 203310098

KEMENKES POLTEKKES PADANG

Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan

Skripsi, Maret 2024

Indah Novia Hendra

Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Tingkat Kecemasan Pada Remaja Di SMA Negeri 5 Padang

Isi : xiv + 62 Halaman + 9 tabel + 14 lampiran

ABSTRAK

Kecemasan digambarkan sebagai perasaan distress psikologis yang sering terjadi pada masa kanak-kanak dan remaja. Pada remaja seringkali timbul permasalahan fisik yang berhubungan dengan ketidakpuasan terhadap keadaan fisik yang dimiliki yang biasanya tidak sesuai dengan fisik ideal yang diinginkan. Rasa cemas pada remaja seringkali juga disebabkan karena ketidakpercayaan diri terhadap kemampuan dan kurangnya penyesuaian diri terhadap suasana atau lingkungan yang baru. Kecemasan pada remaja dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya yaitu kepercayaan diri. Remaja yang kurang memiliki rasa percaya diri dapat berbahaya bagi kesehatan mental remaja karena remaja cenderung menganggap dirinya gagal atau merasa putus asa. Sikap negatif ini dapat menimbulkan perasaan cemas dan depresi pada remaja.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kepercayaan diri dengan tingkat kecemasan pada remaja di Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Padang.

Desain dalam penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif koreasional dengan rancangan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini yaitu 431 orang dengan sampel sebanyak 79 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan *probability sampling* dengan teknik *proportionate simple random sampling*. Pengumpulan data menggunakan angket dalam bentuk kuesioner. Analisa data menggunakan uji *chi-square*.

Hasil penelitian menunjukkan lebih dari separuh remaja mengalami kecemasan (60,8%) dan memiliki kepercayaan diri yang rendah (54,4%). Terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan tingkat kecemasan di Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Padang Tahun 2024 dengan nilai *p*-value lebih kecil dari nilai α ($0,000 < 0,05$).

Berdasarkan hasil penelitian diharapkan dapat memberikan masukan bagi pihak sekolah dengan memberikan edukasi pada remaja untuk meningkatkan rasa kepercayaan dan pengembangan diri siswanya agar semakin baik sehingga dapat meminimalkan rasa cemas yang dimiliki oleh remaja.

Kata kunci : Kecemasan, Kepercayaan Diri, Remaja

Daftar pustaka : 73 (2014-2023)

MINISTRY OF HEALTH PADANG HEALTH POLYTECHNIC

Undergraduate Program in Applied Nursing

Skripsi, Maret 2024

Indah Novia Hendra

The Relationship between Self-Confidence and Anxiety Level in Adolescents at State Senior High School 5 Padang

Contents : xiv + 62 pages, 9 tables, 14 attachments

ABSTRACT

Anxiety is described as a feeling of psychological distress that often occurs in childhood and adolescence. In adolescents, physical problems often arise related to dissatisfaction with the physical condition they have which is usually not in accordance with the desired ideal physique. Anxiety in adolescents is often also caused by lack of confidence in abilities and lack of adjustment to a new atmosphere or environment. Anxiety in adolescents can be influenced by several factors, one of which is self-confidence. Teens who lack self-confidence can be harmful to teens' mental health because teens tend to perceive themselves as failures or feel hopeless. This negative attitude can cause feelings of anxiety and depression in adolescents.

This study aims to determine the relationship between self-confidence and anxiety levels in adolescents at State Senior High School 5 Padang.

The design in this study used quantitative correlational research with a cross sectional design. The population in this study was 431 people with a sample of 79 people. Sampling is carried out using probability sampling with proportionate simple random sampling techniques. Data collection using questionnaires in the form of questionnaires. Data analysis using chi-square test.

The results showed more than half of the teens experienced anxiety (60.8%) and had low self-confidence (54.4%). There is a significant relationship between self-confidence and anxiety level at State Senior High School 5 Padang in 2024 with a p-value smaller than α value ($0.000 < 0.05$).

Based on the results of the study, it is expected to provide input for the school by providing education to adolescents to increase the sense of confidence and self-development of their students to be better so as to minimize the anxiety possessed by adolescents

Keywords : Anxiety, Self-confidence, Adolescents

Bibliography : 73 (2014-2023)

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul **“Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Tingkat Kecemasan Pada Remaja Di SMA Negeri 5 Padang Tahun 2024”** dengan baik dan tepat waktu. Selama penyusunan skripsi ini, peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari peran dan dukungan serta bimbingan dari Ibu Ns. Tisnawati, S.Kep., S.ST, M.Kes selaku pembimbing utama dan bapak Ns. Suhaimi, M.Kep selaku pembimbing pendamping yang telah banyak memberikan bimbingan, arahan, petunjuk dan nasehat selama penyusunan skripsi ini. Selain itu, pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan terimakasih yang setulus-tulusnya kepada :

- 1) Bapak Azwarman, S.Pd, MM selaku Kepala Sekolah SMA Negeri 5 Padang
- 2) Ibu Imelda Fatmadewi, S.Hum selaku Wakil Ketua Kurikulum SMA Negeri 5 Padang
- 3) Ibu Renidayati, S. Kp, M. Kep, Sp. Jiwa selaku Direktur Kemenkes Poltekkes Padang.
- 4) Bapak Tasman, SKp., M. Kep, Sp.Kom selaku Ketua Jurusan Keperawatan Kemenkes Poltekkes Padang.
- 5) Ibu Ns. Nova Yanti, M. Kep, Sp. Kep MB selaku Ketua Prodi Keperawatan Padang Kemenkes Poltekkes Padang.
- 6) Ibu Ns. Zolla Amely Ilda, M.Kep selaku pembimbing akademik di Kemenkes Poltekkes Padang.
- 7) Bapak dan Ibu dosen pengajar beserta seluruh staf Jurusan Keperawatan Kemenkes Poltekkes Padang yang telah memberikan pengetahuan dan pengalaman selama perkuliahan.
- 8) Kepada kedua orang tua tercinta papa Hendra (Alm) dan mama Neliyarti yang telah memberikan dukungan, dorongan, semangat dan doa serta kasih sayang dalam proses penyusunan skripsi ini.

- 9) Selanjutnya kepada teman-teman prodi Sarjana Terapan Keperawatan Kemenkes Poltekkes Padang yang telah banyak membantu dan memberikan masukan serta memotivasi kepada peneliti dalam proses penyusunan skripsi ini.

Peneliti menyadari sepenuhnya dalam proses penyusunan skripsi ini terdapat keterbatasan pengetahuan dan pengalaman peneliti dalam penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan kritik beserta saran yang membangun dari semua pihak guna menyempurnakan skripsi ini. Akhir kata peneliti mengucapkan terima kasih, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Padang, April 2024

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN	iii
PERNYATAAN PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR BAGAN	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	10
C. Tujuan Penelitian	10
1. Tujuan Umum.....	10
2. Tujuan Khusus.....	10
D. Manfaat Penelitian	11
1. Manfaat Teoritis.....	11
2. Manfaat Praktis.....	11
E. Ruang Lingkup	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	13
A. Konsep Kecemasan.....	13
1. Pengertian Kecemasan	13
2. Tanda Dan Gejala Kecemasan	14
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan	14
4. Tingkatan Kecemasan.....	18
5. Alat Ukur Tingkat Kecemasan.....	18

B. Konsep Kepercayaan Diri (<i>Self-Confidence</i>)	19
1. Pengertian Kepercayaan Diri	19
2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri.....	20
3. Ciri-Ciri Individu Yang Memiliki Kepercayaan Diri	22
4. Ciri-Ciri Individu Yang Kurang Memiliki Kepercayaan Diri	23
5. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri.....	24
6. Alat Ukur Kepercayaan Diri	25
C. Konsep Remaja.....	25
1. Pengertian Remaja	25
2. Karakteristik Remaja	26
3. Faktor-Faktor Masa Remaja.....	28
4. Tugas Perkembangan Remaja.....	30
D. Hubungan Penerimaan Dan Kepercayaan Diri Dengan Tingkat kecemasan	31
E. Kerangka Teori	32
F. Kerangka Konsep.....	33
G. Definisi Operasional	34
H. Hipotesis	34
BAB III METODE PENELITIAN.....	35
A. Jenis Penelitian	35
B. Waktu Dan Tempat Penelitian	35
C. Populasi Dan Sampel	35
D. Jenis Dan Teknik Pengumpulan Data	39
E. Instrumen Penelitian	39
F. Prosedur Penelitian	41
G. Pengolahan Data	42
H. Analisis Data.....	44
I. Etika Penelitian.....	44
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	46
A. Hasil Penelitian.....	46
B. Pembahasan	49

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	61
A. Kesimpulan	61
B. Saran	61
DAFTAR PUSTAKA	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Definisi Operasional	34
Tabel 3.1 Daftar Jumlah Siswa SMAN 5 Padang.....	36
Tabel 3.2 Jumlah Sampel Setiap Kelas	37
Tabel 3.3 Blue Print Kuesioner Kepercayaan Diri.....	40
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur	46
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	46
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Kecemasan	47
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kepercayaan Diri	47
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kepercayaan Diri Dan..... Tingkat Kecemasan	48

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori	32
Bagan 2.2 Kerangka Konsep.....	33

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Ganchart
- Lampiran 2 : Surat Kesedian Dan Persetujuan Menjadi Pembimbing 1 Skripsi
- Lampiran 3 : Surat Kesedian Dan Persetujuan Menjadi Pembimbing 2 Skripsi
- Lampiran 4 : Lembar Konsultasi Pembimbing 1
- Lampiran 5 : Lembar Konsultasi Pembimbing II
- Lampiran 6 : Surat Izin Pengambilan Data (Poltekkes, DPMPTSP Sumbar, Dinas Pendidikan Sumbar, SMAN 5 Padang)
- Lampiran 7 : Surat Izin Penelitian (Poltekkes, Dinas Pendidikan Sumbar, SMAN 5 Padang)
- Lampiran 8 : Surat Keterangan Selesai Melakukan Penelitian
- Lampiran 9 : Kisi-Kisi Kuesioner
- Lampiran 10 : Surat Persetujuan Responden (*Informed Consent*)
- Lampiran 11 : Kuesioner
- Lampiran 12 : Master Table
- Lampiran 13 : *Output* SPSS
- Lampiran 14 : Hasil Plagiasi Turnitin
- Lampiran 15 : Dokumentasi

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kecemasan merupakan perasaan takut yang dimiliki oleh setiap orang dan merupakan suatu reaksi yang sesuai pada situasi tertentu. Perasaan tersebut merupakan suatu respon yang sangat khas terhadap berbagai keadaan atau situasi yang penuh tekanan. Kecemasan pada umumnya ditandai dengan merasa sangat khawatir, sakit kepala, sakit perut, berkeringat, detak jantung berdebar kencang, cenderung menghindari situasi tertentu, kesulitan berkonsentrasi, mengalami kesulitan tidur, bersikap keras pada diri sendiri, cenderung mengalami harga diri rendah, dan bertindak agresif. (Signs & Disorders, n.d.)

Kecemasan juga digambarkan sebagai perasaan distress psikologis. Perasaan cemas, ketakutan, kegelisahan dan khawatir merupakan respon normal terhadap kejadian yang mengancam. Kecemasan merupakan bagian respon terhadap stres dan dalam rentang sehat, dan tanda bagi seseorang untuk melindungi diri dari situasi yang berbahaya. Kecemasan terbagi menjadi empat skala yaitu ringan, sedang, berat dan panik (Kurniati et al., 2015). Menurut Stuart dan Laraia (2005) faktor terjadinya kecemasan terdiri dari faktor biologis (kondisi patologis fisik seperti penyakit kronis yang pernah dialami dan faktor genetik), faktor psikologis (pandangan psikoanalitik, pandangan interpersonal, pandangan perilaku), dan faktor sosial budaya (ekonomi dan latar belakang pendidikan) (Yusuf et al., 2015)

Gangguan kecemasan sering terjadi pada masa kanak-kanak dan remaja karena pada masa ini pertumbuhan fisik berlangsung secara cepat, dan prosesnya berjalan terus hingga sampai mencapai titik tertentu. Perubahan yang berlangsung cepat dan tiba-tiba mengakibatkan terjadinya perubahan lain pada

segi sosial dan kejiwaan. Remaja semakin peka dan sikapnya berubah-ubah, serta memiliki emosi yang tidak stabil (Masdudi, 2015). Faktanya, beberapa orang berpendapat bahwa gangguan kecemasan dapat mempengaruhi 1 dari 8 anak. *The National Institute Of Mental Health* (NIMH) memperkirakan 25,1% remaja berusia antara 13 dan 18 tahun akan mengalami gangguan kecemasan, dan 5,9% akan mengalami gangguan kecemasan berat. Anak laki-laki dan perempuan sama-sama terkena dampaknya di masa kanak-kanak, dan setelah pubertas, anak perempuan tampaknya lebih sering terkena penyakit ini dibandingkan anak laki-laki. (American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 2020)

Di Indonesia, kecemasan merupakan masalah gangguan mental yang paling lazim (26.7%) di kalangan remaja usia 10-17 tahun yang terbagi atas remaja laki-laki (25.4%) dan remaja perempuan (28.2%) (Johns Blommborg Hopkins, 2022). Sedangkan di Sumatera Barat pada tahun 2018, prevelensi masalah gangguan mental emosional yang salah satunya yaitu gangguan kecemasan pada usia ≥ 15 tahun terdapat 13,01% (Rikesdas, 2018) dan di kota Padang pada tahun 2018, terdapat 14,20 % usia ≥ 15 tahun yang mengalami gangguan mental emosional (Dinkes Sumbar, 2018)

Masa remaja atau *adolesan* merupakan masa peralihan antara masa anak dengan dewasa (Masdudi, 2015). Dalam (UNICEF, 2021b) menyebutkan bahwa remaja yaitu mereka yang berusia antara 10-19 tahun. Sedangkan Kementerian Kesehatan membagi periode remaja menjadi tiga bagian, yaitu masa remaja awal (10-13 tahun), masa remaja menengah (14-16 tahun), dan masa remaja akhir (17-19 tahun) (Widiawati & Selvi, 2022). Badan Statistik Amerika Serikat menjelaskan jumlah penduduk dunia pada Januari 2018 mencapai 7,53 miliar jiwa dimana 603 juta jiwa dari total populasi tersebut merupakan remaja usia 15-19 tahun (Amerika serikat & Statistik, 2020). Di Indonesia dari 270 juta jiwa populasi terdapat 48% remaja perempuan dan 52% remaja laki-laki. Dari jumlah

populasi tersebut 49% diantaranya merupakan remaja usia 15-19 tahun (UNICEF, 2021a).

Masa remaja adalah masa pancaroba, masa pencarian identitas diri (*ego-identity*), dimana karena peranannya sebagai masa transisi antara masa anak dan dewasa, maka pada masa ini terjadi berbagai gejolak atau kemelut. Gejolak atau kemelut ini berkenaan dengan segi afektif, sosial, intelektual, juga moral. Hal itu terjadi terutama karena adanya perubahan-perubahan baik fisik maupun psikis yang sangat cepat yang mengganggu kestabilan kepribadian anak (Masdudi, 2015)

Perubahan fisik tersebut adalah tanda awal seseorang memasuki masa dewasa yang dikenal dengan istilah pubertas. Pubertas adalah masa ketika seorang anak mengalami perubahan fisik, psikis, dan pematangan fungsi seksual (Juhari et al., 2019). Perubahan fisik yang terjadi pada remaja dapat terlihat pada tubuh mereka. Perubahan fisik yang terjadi secara cepat, baik perubahan internal seperti sistem sirkulasi, perencanaan, dan sistem respirasi maupun perubahan eksternal seperti tinggi badan, berat badan, dan proporsi tubuh sangat berpengaruh terhadap konsep diri remaja (Sunardi, 2017). Pada usia remaja, fokus individu terhadap fisik lebih menonjol dari periode kehidupan yang lain (Azizah et al., 2016)

Permasalahan akibat perubahan fisik banyak dirasakan oleh remaja. Pada remaja permasalahan fisik yang terjadi berhubungan dengan ketidakpuasan atau keprihatinannya terhadap keadaan fisik yang dimiliki yang biasanya tidak sesuai dengan fisik ideal yang diinginkan. Mereka juga sering membandingkan fisiknya dengan fisik orang lain ataupun idola-idola mereka. Pertumbuhan proporsi tubuh pada masa remaja tidak selalu sesuai dengan harapan remaja. Perkembangan atau pertumbuhan anggota badan remaja terkadang lebih cepat daripada perkembangan badan. Akibatnya sebagian remaja mempunyai proporsi tubuh yang tidak seimbang. Hal ini akan menimbulkan kegusaran batin yang mendalam karena pada

masa remaja ini penampilan diri sangat penting. Sebab penampilan diri dinilai merupakan salah satu syarat yang penting dalam pergaulan remaja. Bila remaja menilai badannya telah memenuhi persyaratan, sebagaimana yang diharapkan oleh lingkungan sosialnya, maka hal ini akan berakibat positif terhadap penilaian dirinya (Sit, 2015).

Faktanya, di Indonesia lebih dari separuh (62,2%) remaja usia 13-22 tahun mengaku pernah menjadi korban *body shaming* selama hidupnya terutama pada perempuan. Hampir separuh perempuan (47,0%) mengalami *body shaming* dengan alasan utama tubuh yang dianggap terlalu berisi, (36,4%) karena kulit yang berjerawat, (28,1%) karena bentuk wajah yang tembem. Namun masalah utamanya adalah lebih kepada kulit yang berjerawat (42,6%) (ZAP Beauty Index, 2020).

Anak laki-laki dan anak perempuan cenderung menjadi lebih gemuk pada masa remaja. Remaja perempuan merasakan ketidakpuasan pada dua atau lebih dari bagian tubuhnya, khususnya pada bagian pinggul, pantat, perut dan paha. Ketidakpuasan akan diri ini sangat erat kaitannya dengan distres emosi atau cemas, pikiran yang berlebihan tentang penampilan, depresi, rendahnya harga diri, merokok, dan perilaku makan yang berlebihan atau diet yang berlebihan. Keadaan fisik pada masa remaja dipandang sebagai suatu hal yang penting, namun ketika keadaan fisik tidak sesuai dengan harapannya (ketidaksesuaian antara *body image* dengan *self picture*) dapat menimbulkan rasa tidak puas dan kurang percaya diri (Sit, 2015).

Ketidakpercayaan diri terhadap penampilan menjadi hal yang umum dialami saat ini terutama bagi perempuan. Hal tersebut biasanya terjadi bila seseorang memiliki ekspektasi atau impian terhadap dirinya sendiri, namun terkendala oleh kondisi yang menjadi masalah bagi mereka untuk dapat mencapai *goals*-nya dalam berpenampilan. Hasil survey menunjukkan bahwa perempuan Indonesia

paling merasa *insecure* dengan kondisi kulit wajah mereka (50,1%). Ternyata, selain kulit wajah, perempuan Indonesia juga menaruh perhatian khusus pada kondisi badan mereka, seperti ukuran atau berat badan (44,9%) yang mereka miliki saat ini. Selain itu terdapat 27,6% perempuan merasa *insecure* dengan gigi yang mereka miliki saat ini. Selain itu, bagian hidung (20,9%), pipi (11,2%), bibir (9,1%), dan mata (9,1%) berada di urutan selanjutnya yang membuat mereka merasa *insecure* (ZAP Beauty Index, 2023).

Secara umum kecemasan pada remaja dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya yaitu kepercayaan diri (Afifah, 2021). Remaja yang kurang memiliki rasa percaya diri dapat berbahaya bagi kesehatan mental remaja karena ketika dihadapkan pada satu atau lebih peristiwa negatif, remaja cenderung menganggap dirinya gagal atau merasa putus asa. Sikap negatif ini yang dapat menimbulkan perasaan depresi dan kecemasan pada remaja (Bernard & Ph, 2020). Remaja yang kurang percaya diri akan merasa ragu, takut salah, pesimis, putus asa terhadap hubungan dengan orang lain, menghindari orang lain, tidak mampu merumuskan keinginan, dan merasa tertekan. Kondisi diatas, dapat menyebabkan perilaku tidak ingin berkomunikasi dengan orang lain, menghindari orang lain, lebih menyukai berdiam diri sendiri, dan kegiatan sehari-hari terabaikan (Stuart & Laraia, 2005) dalam (Kesehatan et al., 2019).

Kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Lauster menggambarkan bahwa orang yang mempunyai kepercayaan diri memiliki ciri-ciri tidak mementingkan diri sendiri (toleransi), tidak membutuhkan dorongan orang lain, optimis dan gembira (Tanjung & Amelia, 2017). Percaya diri adalah bagaimana seseorang mengakui kemampuannya untuk melakukan sesuatu serta

menanggulangi suatu masalah dengan baik. Percaya diri tidak datang secara tiba-tiba, tetapi harus dibentuk dan berkaitan dengan kepribadian seseorang. Percaya diri adalah keyakinan seseorang terhadap sesuatu yang menurut pribadinya mampu dan bisa untuk dilakukan (Alfika Mamalango, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Puspitasari et al., 2022) mengenai studi kasus rasa kurang percaya diri siswa dan upaya menumbuhkan rasa percaya diri didapatkan hasil wawancara guru yang diperoleh permasalahan siswa merasa takut jika pendapatnya tidak dihargai atau tidak diterima oleh temannya. Dari pembicaraan dengan guru kelas mengungkapkan siswa yang memiliki permasalahan tersebut lebih terlihat diam, sering menghela nafas panjang jika namanya terpanggil, prestasi menurun dan terlihat lebih ketakutan. Disebabkan karena siswa tersebut merasa bahwa dirinya tidak mampu dibanding teman-temannya. Dari hasil pengakuan siswa tersebut mereka sudah belajar dengan baik di rumah tetapi tidak yakin dengan dirinya sendiri sehingga mengakibatkan tidak percaya diri jika ditanya atau disuruh mengungkapkan pendapat, mereka takut jika jawaban atau pendapat mereka salah akan menjadi bahan tertawa teman-temannya. Dari hasil wawancara guru juga mengacu pada permasalahan pertama kurangnya sikap konformis (menyesuaikan diri) disebabkan tekanan dari teman atau merasa dirinya tidak diterima dikelompok siswa dan merasa takut jika pendapatnya tidak dihargai atau tidak diterima oleh temannya disaat teman-temannya ramai dan antusias menjawab kuis siswa tersebut hanya diam dan malu akibatnya siswa tersebut kesulitan masuk di dalam pergaulan di lingkungan sekolah dan merasa minder dalam melakukan sesuatu salah satunya dia hanya mengambil sikap pasif ketika berada dikelas dan lebih parahnya siswa tersebut menghindar dengan teman-temannya karena hanya berteman dan percaya kepada 1 atau 2 temannya.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Kristanto et al., 2014) mengenai hubungan kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menyusun

proposal skripsi didapatkan hasil bahwa dari 90 responden, kepercayaan diri sebagian besar mahasiswa berkategori agak tinggi (39 mahasiswa/ 43,3%) sedangkan sebagian besar mahasiswa menghadapi kecemasan pada kategori sedang (37 mahasiswa/ 41,1%). Dari hasil koefisien korelasi antara kepercayaan diri dengan kecemasan dalam menyusun proposal skripsi sebesar $r_{xy} = -0.274^{**}$ dan $p = 0,001 < 0,01$ sehingga dapat disimpulkan adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara kepercayaan diri dan kecemasan dalam menyusun proposal skripsi mahasiswa. Dengan kata lain, semakin tinggi kepercayaan diri mahasiswa akan diikuti makin rendahnya kecemasan mahasiswa dalam menyusun proposal skripsi.

Remaja usia 15-19 tahun merupakan usia remaja yang masuk dalam kategori masa sekolah yang rata-rata menempati bangku SMA/SMK. Menurut (Pusat Penilaian Pendidikan Balitbang Kemendikbud, 2019) siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) cenderung lebih sering merasakan emosi positif dan jarang mengalami emosi negatif. Namun sebaliknya siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) cenderung lebih jarang mengalami emosi positif tetapi lebih sering mengalami emosi negatif. Emosi positif yang dimaksud yaitu ceria, bergembira, bangga, penuh semangat, dan bahagia. Sedangkan emosi negatif yaitu sedih, khawatir, sengsara dan cemas.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Rahayuningrum & Sary, 2019) mengenai studi tingkat kecemasan remaja terhadap *no-mobile phone (nomophobia)* di SMA negeri kota Padang didapatkan hasil bahwa dari 75 responden, lebih dari separuh (53%) remaja mengalami tingkat kecemasan sedang, 13% mengalami kecemasan ringan dan 34% mengalami kecemasan berat.

Di kota Padang jumlah penduduk usia 16-18 tahun dalam kategori siswa yang duduk di Sekolah Menengah sebesar 43.526 orang (4,77%) dengan rincian laki-

laki sebesar 22.558 orang (51,83%) lebih besar daripada perempuan sebesar 20.968 orang (48,17%), sehingga kepadatan usia 16-18 tahun sebesar 62,63 orang per km² (*Profil Pendidikan Kota Padang, 2021*). Berdasarkan data (Dispendikbud Sumbar, 2023) dari jumlah SMA di Kota Padang, didapatkan populasi remaja usia 16-18 tahun ketiga terbanyak salah satunya yaitu SMAN 5 Padang dengan jumlah 1.167 siswa. SMAN 5 Padang juga merupakan sekolah yang memiliki aksesibilitas yang tinggi bagi peneliti sehingga penelitian dapat berjalan efektif dan efisien. Berdasarkan informasi tersebut, maka tidak menutup kemungkinan juga adanya masalah kesehatan mental pada remaja SMAN 5 Padang, seperti kecemasan.

Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Padang adalah sekolah pendidikan negeri yang berada di bawah naungan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Sekolah ini menggunakan kurikulum 13 bahasa dan budaya pada kelas XII dan kurikulum merdeka pada kelas X dan kelas XI. Pada tahun ajaran 2023/2024 siswa SMAN 5 Padang berjumlah 1.167 siswa, yang mana terdiri dari 431 siswa kelas X, 352 siswa kelas XI, dan 384 siswa kelas XII MIPA maupun IPS. Dalam kurikulum merdeka setiap kelas memakai istilah fase dimana fase menunjukkan tingkat kompetensi setiap siswa terhadap suatu pembelajaran sehingga siswa dapat memiliki waktu yang memadai dalam menguasai kompetensi dan siswa dapat belajar sesuai dengan tingkat pencapaian (*Teaching at the Right Level*), kebutuhan, kecepatan, dan gaya belajar siswa (Kemdikbud, 2022). Fase terdiri dari fase pondasi, fase A hingga fase F. Untuk kelas X dalam kurikulum merdeka fase yang digunakan yaitu fase E.

Siswa kelas X merupakan siswa yang memasuki jenjang pendidikan SMA setelah lulus dari SMP dimana siswa tersebut akan menghadapi situasi sekolah secara menyeluruh, baik dari lingkungan sekolah, guru, teman, ujian atau ulangan dan mata pelajaran serta lingkungan dan suasana yang baru dimana lingkungan ini memiliki karakteristik yang berbeda dengan lingkungan yang

ditemui sebelumnya. Siswa dituntut agar mampu beradaptasi dengan lingkungan dan kondisi yang ada dalam kehidupan sekitar. Tidak semua siswa dapat menyesuaikan dirinya dengan suasana baru dengan lancar. Keberhasilan proses penyesuaian diri siswa akan melibatkan respon mental yang sangat dipengaruhi dengan adanya masalah kecemasan, stress dan kejenuhan (Fatah et al., 2021). Hal ini sesuai dengan hasil penelitian (Nursyamsiyah & Fatah, 2022) mengenai penyesuaian diri siswa SMA terhadap pembelajaran dimasa adaptasi kebiasaan baru didapatkan hasil bahwa sebagian besar siswa memiliki penyesuaian diri yang baik (61.7%). Siswa yang memiliki penyesuaian diri yang baik sekali sebanyak 37,2 %. Hanya bagian kecil siswa yang memiliki penyesuaian diri yang cukup (1,1%).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 12 Oktober 2023, peneliti melakukan observasi dan wawancara dengan 10 siswa kelas X SMAN 5 Padang didapatkan data yang berkaitan dengan tingkat kecemasan dimana 7 orang siswa (70%) mengatakan bahwa sering merasa cemas terutama ketika di awal masuk sekolah. Hal ini terjadi saat para siswa bertemu teman baru, guru-guru baru, maupun aturan sekolah yang baru yang harus ditaati dengan baik. Para siswa tersebut mengatakan takut akan dinilai negatif atau ditolak oleh teman sebayanya dalam kelompok pergaulannya. Terdapat 4 orang siswa (40%) mengatakan bahwa mereka pernah di ejek oleh teman sebayanya karena penampilan atau proporsi tubuh mereka yang gemuk, pendek, terlalu kurus, ataupun berjerawat dan mereka juga suka membanding-bandingkan dirinya dengan idola maupun teman sebayanya. Sedangkan 6 orang siswa (60%) mengatakan bahwa ia takut akan di ejek oleh teman-temannya jika jawaban atau pendapatnya salah, di marahi oleh orang tuanya, dan merasa malu jika memiliki nilai yang rendah atau tidak memuaskan.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi dengan 10 siswa kelas X SMAN 5 Padang didapatkan juga data yang berkaitan dengan kepercayaan diri dimana 6

orang siswa (60 %) merasa tidak percaya diri dan malu saat dirinya diminta untuk mengerjakan tugas atau tampil di depan kelas karena merasa kemampuan dirinya lebih rendah dibandingkan teman sekelasnya dan tidak memiliki penampilan yang menarik. Hal ini juga terlihat saat proses pembelajaran terjadi dimana ketika diminta oleh gurunya untuk menjawab soal yang diberikan atau tampil di depan kelas sebagian besar siswa tidak mau melakukannya dan lebih memilih berdiam diri di tempat duduknya. Sedangkan 4 orang siswa (40 %) merasa percaya diri dengan penampilan serta kemampuan yang dimiliki sehingga selalu mengikutsertakan dirinya dalam berbagai kesempatan yang ada baik akademis maupun non akademis.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, peneliti sudah melaksanakan penelitian tentang “Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Tingkat Kecemasan Pada Remaja Di SMA Negeri 5 Padang”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang masalah di atas, dapat dirumuskan masalah penelitian ini sebagai berikut yaitu: “Apakah terdapat hubungan kepercayaan diri dengan tingkat kecemasan pada remaja di SMA Negeri 5 Padang Tahun 2024?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kepercayaan diri dengan tingkat kecemasan pada remaja di sekolah menengah atas negeri 5 Padang tahun 2024

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui distribusi frekuensi kepercayaan diri pada remaja di sekolah menengah atas negeri 5 Padang tahun 2024

- b. Diketahui distribusi frekuensi tingkat kecemasan pada remaja di sekolah menengah atas negeri 5 Padang tahun 2024
- c. Diketahui hubungan kepercayaan diri dengan tingkat kecemasan pada remaja di sekolah menengah atas negeri 5 Padang tahun 2024

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat bermanfaat dalam pengembangan kajian dibidang ilmu keperawatan, khususnya dalam keperawatan jiwa yang menerangkan teori tentang kepercayaan diri dan kecemasan pada remaja di sekolah menengah atas negeri 5 Padang tahun 2024

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini dilakukan untuk meningkatkan wawasan dan pengalaman bagi peneliti dalam melakukan penelitian tentang kepercayaan diri dan tingkat kecemasan serta hubungan kepercayaan diri dengan tingkat kecemasan pada remaja. Sehingga, penelitian ini dapat menjadi masukan bagi sekolah dalam mengetahui dan mengenal permasalahan pada remaja dan juga dapat menjadi masukan bagi instansi keperawatan karena sebagai tenaga kesehatan perlu untuk memperhatikan dan mengatasi permasalahan yang terjadi pada remaja.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat memberikan masukan bagi kepala sekolah, guru, staf, dan siswa untuk lebih mengetahui adanya hubungan kepercayaan diri dengan tingkat kecemasan pada remaja. Sehingga peneliti dapat merumuskan dan mengatasi masalah yang ada dengan memberikan edukasi kepada sekolah terkait kepercayaan diri dan tingkat kecemasan serta hubungan kepercayaan diri dengan tingkat kecemasan pada remaja.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai acuan dan masukan serta evaluasi untuk penelitian selanjutnya agar dapat lebih bermanfaat bagi kemajuan ilmu keperawatan jiwa.

E. Ruang Lingkup

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan kepercayaan diri dengan tingkat kecemasan pada remaja di SMA Negeri 5 Padang tahun 2024 dengan variabel independen kepercayaan diri dan variabel dependen tingkat kecemasan.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Kecemasan

1. Pengertian Kecemasan

Kecemasan adalah suatu perasaan tidak santai yang samar-samar karena ketidaknyamanan atau rasa takut yang disertai suatu respons (penyebab tidak spesifik atau tidak diketahui oleh individu). Perasaan takut dan tidak menentu sebagai sinyal yang menyadarkan bahwa peringatan tentang bahaya akan datang dan memperkuat individu mengambil tindakan menghadapi ancaman. Kejadian dalam hidup seperti menghadapi tuntutan, persaingan, serta bencana dapat membawa dampak terhadap kesehatan fisik dan psikologis. Salah satu contoh dampak psikologis adalah timbulnya kecemasan atau *ansietas* (Yusuf et al., 2015)

Freud menjelaskan bahwa segala sesuatu yang mengancam ego dapat mengakibatkan kecemasan. Ada tiga tipe kecemasan yaitu, kecemasan nyata dan objektif (*reality/ objective anxiety*), kecemasan neurotik, dan kecemasan moral. Kecemasan nyata disebabkan oleh bahaya yang ada secara fisik di dunia nyata. Kecemasan neurotik disebabkan oleh masa kecil karena terjadinya konflik antara kenyataan dan harapan. Kecemasan neurotik juga disebabkan kebutuhan psikoseksual pada tahap perkembangannya tidak terpenuhi. Kecemasan moral disebabkan oleh konflik antara *id* dan *superego*. Menurut Freud, kecemasan neurotik dan kecemasan moral adalah dua kecemasan yang biasanya dapat berdampak pada gangguan psikologis yang lebih lanjut (Rusydi, 2015)

2. Tanda Dan Gejala Kecemasan

- a. Cemas, khawatir, firasat buruk, takut akan pikirannya sendiri serta mudah tersinggung
- b. Pasien merasa tegang, tidak tenang, gelisah dan mudah terkejut
- c. Pasien mengatakan takut bila sendiri, atau pada keramaian dan banyak orang
- d. Mengalami gangguan pola tidur dan disertai mimpi yang menegangkan
- e. Gangguan konsentrasi dan daya ingat
- f. Adanya keluhan somatik, mis rasa sakit pada otot dan tulang belakang, pendengaran yang berdenging atau berdebar-debar, sesak napas, mengalami gangguan pencernaan berkemih atau sakit kepala (Erita et al., 2019)

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan

Faktor Predisposisi

Menurut Stuart dan Laraia (1998) dalam (Yusuf et al., 2015) terdapat beberapa teori yang dapat menjelaskan penyebab *ansietas*, di antaranya sebagai berikut.

a. Faktor biologis.

Otak mengandung reseptor khusus untuk benzodiazepine. Reseptor ini membantu mengatur *ansietas*. Penghambat GABA juga berperan utama dalam mekanisme biologis berhubungan dengan *ansietas* sebagaimana halnya dengan endorfin. *Ansietas* mungkin disertai dengan gangguan fisik dan selanjutnya menurunkan kapasitas seseorang untuk mengatasi stresor.

b. Faktor psikologis

- 1) Pandangan psikoanalitik. *Ansietas* adalah konflik emosional yang terjadi antara antara dua elemen kepribadian *id* dan *superego*. *Id* mewakili dorongan insting dan impuls primitif, sedangkan *superego* mencerminkan hati nurani seseorang dan dikendalikan oleh norma-norma budaya seseorang. Ego berfungsi menengahi tuntutan dari dua

elemen yang bertentangan dan fungsi ansietas adalah mengingatkan ego bahwa ada bahaya.

- 2) Pandangan interpersonal. *Ansietas* timbul dari perasaan takut terhadap tidak adanya penerimaan dan penolakan interpersonal. *Ansietas* berhubungan dengan perkembangan trauma, seperti perpisahan dan kehilangan, yang menimbulkan kelemahan spesifik. Orang yang mengalami harga diri rendah terutama mudah mengalami perkembangan *ansietas* yang berat.
 - 3) Pandangan perilaku. *Ansietas* merupakan produk frustrasi yaitu segala sesuatu yang mengganggu kemampuan seseorang untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Pakar perilaku menganggap sebagai dorongan belajar berdasarkan keinginan dari dalam untuk menghindari kepedihan. Individu yang terbiasa dengan kehidupan dini dihadapkan pada ketakutan berlebihan lebih sering menunjukkan *ansietas* dalam kehidupan selanjutnya.
- c. Sosial budaya
- Ansietas* merupakan hal yang biasa ditemui dalam keluarga. Ada tumpang tindih dalam gangguan *ansietas* dan antara gangguan *ansietas* dengan depresi. Faktor ekonomi dan latar belakang pendidikan berpengaruh terhadap terjadinya *ansietas*.

Faktor Presipitasi

Dalam (Purwanto, 2015) menjelaskan faktor pencetus dapat berasal dari sumber internal atau eksternal. Stresor pencetus dapat diklasifikasikan dalam dua jenis:

- a. Ancaman terhadap integritas seseorang meliputi ketidakmampuan fisiologis yang akan terjadi atau menurunkan kapasitas untuk melakukan aktivitas hidup sehari-hari. Pada ancaman ini, stresor yang berasal dari sumber eksternal adalah faktor-faktor yang dapat menyebabkan gangguan fisik (misal; infeksi virus, polusi udara). Sedangkan yang menjadi sumber

internalnya adalah kegagalan mekanisme fisiologi tubuh (misal; sistem jantung, sistem imun, pengaturan suhu dan perubahan fisiologi selama kehamilan).

- b. Ancaman terhadap sistem diri seseorang dapat membahayakan identitas, harga diri dan fungsi sosial yang terintegrasi seseorang. Ancaman yang berasal dari sumber eksternal yaitu kehilangan orang yang berarti (meninggal, perceraian, pindah kerja) dan ancaman yang berasal dari sumber internal berupa gangguan hubungan interpersonal di rumah, tempat kerja, atau menerima peran baru.

Menurut Habibullah, dkk (2019) dalam (Afifah, 2021) menyebutkan beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan seorang remaja meliputi:

- a. Rasa percaya diri

Percaya diri merupakan keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan kenyataan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan hidup. Individu yang memiliki kepercayaan diri besar akan mengurangi kecemasan. Sebaliknya jika seorang individu memiliki kepercayaan diri yang rendah maka kecemasannya akan meningkat. Seseorang yang mempunyai *self efficacy* yang tinggi akan mempunyai kemampuan untuk menyesuaikan diri lebih baik, lebih dapat mempengaruhi situasi dan dapat menggunakan kemampuan yang dimiliki dengan lebih baik, sehingga perasaan terancam dan tidak aman dapat dikendalikan.

- b. Usia

Seseorang yang mempunyai usia lebih muda ternyata lebih mudah mengalami gangguan kecemasan dari pada seseorang yang lebih tua, tetapi ada juga yang berpendapat sebaliknya terhitung mulai saat dilahirkan sampai saat berulang tahun. Semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja.

c. Jenis kelamin

Perempuan lebih cemas akan ketidakmampuannya dibanding laki-laki. Laki-laki lebih aktif, eksploratif, sedangkan perempuan lebih sensitif. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa laki-laki lebih rileks dibanding perempuan. Menurut Kaplan dan Sadock perempuan mengalami gangguan ansietas dari pada laki-laki.

d. Dukungan sosial

Menurut Apollo dukungan sosial tinggi akan mengalami hal-hal positif dalam hidupnya, mempunyai *self esteem* yang tinggi dan *self concept* yang lebih baik, serta kecemasan yang lebih rendah. orang-orang ini juga memiliki pandangan yang optimis terhadap kehidupan dan pekerjaannya karena yakin akan kemampuannya dibanding orang yang rendah dukungan sosialnya.

e. Kemampuan dalam berkomunikasi

Kemampuan dalam berkomunikasi sangat penting ketika berhubungan sosial. Menurut Lukmantoro (2017), menjelaskan bahwa ketidakmampuan remaja untuk berbicara di depan publik, sebenarnya, adalah akibat ketidakbiasaan mereka untuk tampil di depan publik. Penyelesaian untuk masalah ini adalah dengan melatih remaja untuk berbicara dan mengungkapkan perasaannya kepada keluarga dan teman sebaya dalam berbagai masalah.

f. Pola pikir

Menurut Salkind (2008), Pola pikir berpengaruh sangat kuat pada emosi yang memunculkan perilaku yang maladaptif. Jika seseorang mengalami perasaan dan perilaku yang tidak diinginkan, penting untuk mengidentifikasi pemikiran yang menyebabkan perasaan atau perilaku dan belajar bagaimana cara mengganti pemikiran tersebut dengan pikiran-pikiran yang mengarah pada reaksi yang lebih diinginkan. Salah satu cara yang dapat digunakan untuk mengatasi pola pikir remaja adalah dengan menggunakan teknik *self affirmation*, melalui teknik *self affirmation*, pola

pikir irrasional diubah melalui afirmasi positif yang dibuat dan dinyatakan secara berulang-ulang pada diri sendiri. Remaja secara pribadi mampu untuk melakukan pernyataan atau afirmasi diri secara positif dalam mengatasi masalah yang dihadapinya.

4. Tingkatan Kecemasan

- a. *Ansietas* ringan berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari dan menyebabkan seseorang menjadi waspada dan meningkatkan lahan persepsinya. *Ansietas* menumbuhkan motivasi belajar serta menghasilkan pertumbuhan dan kreativitas.
- b. *Ansietas* sedang memungkinkan seseorang untuk memusatkan perhatian pada hal yang penting dan mengesampingkan yang lain, sehingga seseorang mengalami perhatian yang selektif tetapi dapat melakukan sesuatu yang lebih terarah.
- c. *Ansietas* berat sangat mengurangi lahan persepsi seseorang. Adanya kecenderungan untuk memusatkan pada sesuatu yang terinci dan spesifik dan tidak dapat berpikir tentang hal lain. Semua perilaku ditujukan untuk mengurangi ketegangan. Orang tersebut memerlukan banyak pengarahan untuk dapat memusatkan pada suatu area lain.
- d. Tingkat panik dari *ansietas* berhubungan dengan ketakutan dan merasa diteror, serta tidak mampu melakukan apapun walaupun dengan pengarahan. Panik meningkatkan aktivitas motorik, menurunkan kemampuan berhubungan dengan orang lain, persepsi menyimpang, serta kehilangan pemikiran rasional (Yusuf et al., 2015)

5. Alat Ukur Tingkat Kecemasan

Alat ukur tingkat kecemasan, peneliti menggunakan kuesiner HRS-A (*Hamilton Rating Scale for Anxiety*) yang disusun oleh Hamilton. *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS), pertama kali dikembangkan oleh Max Hamilton pada tahun 1956, untuk mengukur semua tanda kecemasan baik

psikis maupun somatic. Kuesioner ini terdiri dari 14 aspek yaitu perasaan cemas (*anxietas*), ketegangan, ketakutan, gangguan tidur, gangguan kecerdasan, perasaan depresi (murung), gejala somatic atau fisik (otot), gejala somatic atau fisik (sensorik), gejala kardiovaskuler (jantung dan pembuluh darah), gejala respiratory (pernafasan), gejala gastrointestinal (pencernaan), gejala urogenital (perkemihan dan kelamin), gejala autonomy, dan tingkah laku. Penentuan derajat kecemasan ditentukan dengan cara menjumlah nilai skor dan item 1-14 dengan hasil yaitu skor < 14 (tidak ada kecemasan), skor 14-20 (kecemasan ringan), skor 21–27 (kecemasan sedang), skor 28–41 (kecemasan berat), skor 42-56 (panik) (Dhamayanti et al., 2022).

B. Konsep Kepercayaan Diri (*Self-Confidence*)

1. Pengertian Kepercayaan Diri

Percaya diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya. Rasa percaya diri yang tinggi sebenarnya hanya merujuk pada adanya beberapa aspek dari kehidupan individu tersebut di mana ia merasa memiliki kompetensi, yakin, mampu dan percaya bahwa dia bisa karena didukung oleh pengalaman, potensi aktual, prestasi serta harapan yang realistik terhadap diri sendiri. (Hulukati, 2016)

Menurut Lauster, kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Lauster menggambarkan bahwa orang yang mempunyai kepercayaan diri memiliki ciri-ciri tidak mementingkan diri sendiri (toleransi), tidak membutuhkan dorongan orang lain, optimis dan gembira (Solihat et al., 2014)

2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yang dapat digolongkan menjadi dua, yaitu faktor internal dan faktor eksternal (Solihat et al., 2014)

a. Faktor Internal, meliputi :

1) Konsep Diri

Terbentuknya kepercayaan diri pada seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam pergaulan suatu kelompok. Konsep diri merupakan gagasan tentang dirinya sendiri

2) Harga Diri

Yaitu penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri. Orang yang memiliki harga diri tinggi akan menilai pribadi secara rasional dan benar bagi dirinya serta mudah mengadakan hubungan dengan individu lain. Orang yang mempunyai harga diri tinggi cenderung melihat dirinya sebagai individu yang berhasil dan percaya bahwa usahanya mudah diterima oleh orang lain. Akan tetapi orang yang memiliki harga diri rendah, bersifat tergantung, kurang percaya diri biasanya terbentur pada kesulitan sosial serta pesimis dalam pergaulan.

3) Kondisi Fisik

Perubahan kondisi fisik juga berpengaruh pada kepercayaan diri. Menurut Anthony mengatakan penampilan fisik merupakan penyebab utama rendahnya harga diri dan percaya diri.

4) Pengalaman hidup

Dalam bukunya Lauster mengatakan bahwa kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman yang mengecewakan adalah paling sering menjadi sumber timbulnya rasa rendah diri. Terlebih jika pada dasarnya seseorang memiliki rasa tidak aman, kurang kasih sayang dan kurang perhatian.

b. Faktor Eksternal, meliputi :

1) Pendidikan.

Pendidikan mempengaruhi kepercayaan diri seseorang. Anthony (1992) mengungkapkan bahwa tingkat pendidikan yang rendah cenderung membuat individu merasa dibawah kekuasaan yang lebih pandai, sebaliknya individu yang pendidikannya lebih tinggi cenderung akan menjadi mandiri dan tidak perlu bergantung pada individu lain. Individu tersebut akan mampu memenuhi keperluan hidup dengan rasa percaya diri dan kekuatannya dengan memperhatikan situasi dari sudut kenyataan.

2) Pekerjaan.

Rogers dalam bukunya mengemukakan bahwa bekerja dapat mengembangkan kreatifitas dan kemandirian serta rasa percaya diri. Lebih lanjut dikemukakan bahwa rasa percaya diri dapat muncul dengan melakukan pekerjaan, selain materi yang diperoleh. Kepuasan dan rasa bangga di dapat karena mampu mengembangkan kemampuan diri.

3) Lingkungan dan Pengalaman hidup.

Lingkungan disini merupakan lingkungan keluarga dan masyarakat. Dukungan yang baik yang diterima dari lingkungan keluarga seperti anggota keluarga yang saling berinteraksi dengan baik akan memberi rasa nyaman dan percaya diri yang tinggi. Begitu juga dengan lingkungan masyarakat semakin bisa memenuhi norma dan diterima oleh masyarakat, maka semakin lancar harga diri berkembang. Sedangkan pembentukan kepercayaan diri juga bersumber dari pengalaman pribadi yang dialami seseorang dalam perjalanan hidupnya. Pemenuhan kebutuhan psikologis merupakan pengalaman yang dialami seseorang selama perjalanan yang buruk pada masa kanak kanak akan menyebabkan individu kurang percaya diri.

3. Ciri-Ciri Individu Yang Memiliki Kepercayaan Diri

Berdasarkan (Hulukati, 2016) ciri atau karakteristik individu yang mempunyai rasa percaya diri yang proporsional, di antaranya adalah sebagai berikut :

- a. Percaya akan kompetensi atau kemampuan diri, hingga tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, ataupun rasa hormat orang lain. Orang yang memiliki percaya diri telah merasa cukup dengan kompetensi atau kemampuan yang dimilikinya, meskipun orang lain tidak menerima maupun mengakui kemampuan itu, apalagi memujinya.
- b. Tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima oleh orang lain atau kelompok. Orang yang memiliki percaya diri berani berbeda dengan orang lain meskipun dengan demikian ia akan tertolak dalam kelompok.
- c. Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, dalam arti berani menjadi diri sendiri. Keberanian menjadi diri sendiri sering menjadikan orang yang memiliki percaya diri tidak mudah dipengaruhi untuk melakukan sesuatu yang tidak sesuai dengan prinsip hidupnya, meskipun dengan resiko mendapatkan penolakan dari teman dekat sekalipun.
- d. Memiliki pengendalian diri yang baik dan memiliki emosi yang stabil. Kemampuan mengendalikan diri serta kestabilan emosi membuat orang yang percaya diri mudah berinteraksi dengan orang lain serta diterima dalam kelompok.
- e. Memiliki *internal locus of control*, dalam arti memandang keberhasilan atau kegagalan, tergantung dari usaha diri sendiri dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak tergantung atau mengharapkan bantuan orang lain. Orang yang memiliki percaya diri tidak akan mencari-cari alasan untuk menutupi kesalahan atau melemparkan kesalahan kepada orang lain, ulet dalam menjalani hidup, memiliki motivasi berprestasi yang tinggi, serta tidak mudah putus asa.
- f. Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain dan situasi di luar dirinya. Segala sesuatu dilihat sisi positifnya meskipun itu

sesuatu yang menimbulkan kesulitan bagi dirinya. Melihat diri dan orang lain serta situasi di luar diri dari sisi yang positif, membuat orang yang percaya diri tampak seperti orang yang tidak bermasalah.

- g. Memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri, sehingga ketika harapan itu tidak terwujud, ia tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi, yang akan diikuti dengan usaha-usaha yang positif untuk meraih lagi harapan itu.

4. Ciri-Ciri Individu Yang Kurang Memiliki Kepercayaan Diri

Berdasarkan (Hulukati, 2016) beberapa ciri individu yang kurang percaya diri (merupakan kebalikan dari individu yang memiliki percaya diri) yaitu sebagai berikut :

- a. Berusaha menunjukkan sikap konformis, semata-mata demi mendapatkan pengakuan dan penerimaan kelompok. Orang tidak percaya sering harus rela menerima pendapat orang lain meskipun pendapat itu berbeda dengan pendapatnya sendiri, supaya tetap diterima dalam kelompoknya.
- b. Memiliki konformitas sangat tinggi terhadap orang lain dan kelompok, karena selalu menyimpan rasa takut atau kekhawatiran terhadap penolakan orang lain dan kelompok.
- c. Sulit menerima realita diri (terlebih menerima kekurangan diri) dan memandang rendah kemampuan diri sendiri, namun di lain pihak memasang harapan yang tidak realistis terhadap diri sendiri, hal ini yang membuat dirinya banyak mengalami kekecewaan disebabkan tidak tercapainya harapan-harapan itu.
- d. Memiliki sikap pesimis, yang membuat dirinya tidak mau berbuat, karena merasa yang dilakukannya tidak ada gunanya atau sulit untuk dicapai.
- e. Memiliki perasaan takut gagal, sehingga menghindari segala resiko dan tidak berani memasang target untuk berhasil.
- f. Orang yang tidak percaya diri cenderung menolak pujian yang ditujukan secara tulus, karena orang yang tidak percaya diri merasa pujian itu tidak

sesuai dengan keadaan dirinya ataupun menganggap ada sesuatu maksud dibalik pujian itu.

- g. Orang yang tidak percaya diri selalu menempatkan atau memposisikan diri sebagai yang terakhir, karena menilai dirinya tidak mampu, dan bukan karena menghargai orang lain, sehingga mendahulukan orang lain.
- h. Orang yang tidak percaya diri mempunyai *external locus of control* dalam arti mudah menyerah pada nasib, mudah putus asa, tidak ulet, motivasi berprestasi rendah, dan sangat tergantung pada keadaan dan pengakuan atau penerimaan serta bantuan orang lain.
- i. Orang tidak percaya diri suka membicarakan kejelekan orang lain bukan dengan maksud belajar dari kejelekan itu. Orang seperti ini saat merasa dirinya jelek, dia akan berusaha mencari teman dan membuat orang lain supaya tidak terlihat lebih baik dari dirinya.
- j. Orang yang tidak percaya diri tidak mau menghargai karya orang lain, karena dia merasa tidak mampu menghasilkan karya yang bagus. Dia takut orang lain dianggap lebih baik dari dirinya.

5. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri

Menurut Lauster dalam (Solihat et al., 2014) orang yang memiliki kepercayaan diri yang positif adalah sebagai berikut :

- a. Keyakinan akan kemampuan diri yaitu sikap positif seseorang tentang dirinya bahwa benar-benar tahu apa yang akan dilakukannya.
- b. Optimis yaitu sikap positif seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang dirinya, harapan dan kemampuan.
- c. Objektif yaitu sikap orang yang percaya diri memandang segala permasalahan sesuai dengan kebenaran semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi.
- d. Bertanggung jawab yaitu ketersediaan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.

- e. Rasional dan realistis yaitu analisa terhadap suatu masalah, suatu hal, suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan

6. Alat Ukur Kepercayaan Diri

Alat ukur kepercayaan diri, peneliti menggunakan kuesioner yang disusun oleh Peter Lauster yaitu *The Test of Self Confidence* (Lauster, 2001) dalam (A. F. Sari, 2022). Kuesioner ini berjumlah 29 pernyataan yang terdiri dari lima aspek yaitu keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasionalitas dan realitas. Alat ukur ini memiliki penilaian yang terdiri dari sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju.

C. Konsep Remaja

1. Pengertian Remaja

Adolescence ataupun remaja berasal dari bahasa latin *adolescere* yang artinya “tumbuh” ataupun “berkembang menjadi dewasa”. Masa remaja atau masa pubertas tidak memiliki perbedaan yang signifikan dibanding masa-masa sebelum maupun sesudahnya. Dalam hal ini, masa remaja merupakan masa awal kesanggupan individu dalam mengalami reproduksi. Masa pubertas merupakan suatu periode perkembangan kerangka badan serta keintiman yang cepat, khususnya awal masa remaja (Mariyati, 2021)

Masa remaja secara tradisional dipandang sebagai awal dari permulaan pubertas, percepatan pertumbuhan fisik yang cepat disertai dengan pematangan seksual, dan berakhir ketika individu memikul tanggung jawab yang terkait dengan pernikahan seumur hidup dewasa, memasuki angkatan kerja, dan sebagainya. Masa remaja memiliki arti masa transisi antara masa anak-anak dan masa, yang diawali dengan adanya perubahan seksual yang matang (Aisyaroh, 2010) dalam (Anggeriyane et al., 2022)

Stanley Hall menyatakan bahwa “*adolescence is a time of storm and stress*”. Hal ini dapat diartikan bahwa remaja merupakan sebuah masa yang dipenuhi dengan “badai serta tekanan jiwa” karena pada masa ini perubahan akan terjadi secara pesat dalam aspek fisik, kecerdasan dan juga kecakapan emosi pada individu remaja yang akan menimbulkan perasaan sedih serta bingung (konflik) tentang dirinya sendiri maupun konflik dengan lingkungannya. Lebih lanjut, Sigmund Freud serta Erik Erikson menambahkan jika masa remaja merupakan fase kehidupan yang penuh dengan konflik. Pada teori kedua ini menyatakan bahwa banyak remaja yang sanggup dengan baik melakukan penyesuaian diri terhadap perubahan yang terjadi dalam dirinya serta sanggup untuk dapat menyesuaikan diri terhadap perubahan kebutuhan dan tuntutan dari lingkungannya dengan baik (Mariyati, 2021)

2. Karakteristik Remaja

Pada masa remaja terdapat karakteristik khusus yang membedakan masa ini dengan masa sebelum maupun sesudahnya. Karakteristik tersebut adalah sebagai berikut : (Mariyati, 2021)

a. Masa Remaja Sebagai Periode Yang Penting

Masa remaja merupakan periode yang penting dalam rentang hidup manusia, sebab dampaknya akan langsung terlihat pada perilaku serta sikap yang akan berpengaruh pada jangka panjangnya. Terdapat periode yang penting karena fisik serta terdapat penyebab akibat psikologis.

b. Masa Remaja Sebagai Periode Peralihan

Pada setiap periode peralihan dari satu tahap perkembangan ke tahap yang lebih tinggi, individu akan mengalami keraguan peran yang harus dilakukan. Pada masa remaja, individu bukan lagi seorang anak dan juga bukan orang dewasa. Dalam hal ini, remaja yang menampakkan perilaku kekanakan harus dididik untuk “berperan sesuai dengan usianya”.

c. Masa Remaja Sebagai Periode Perubahan

Pada masa remaja awal individu akan mengalami perubahan yang sangat cepat pada dirinya baik yang bersifat fisik atau sikap dan perilaku. Terdapat 4 perubahan yang sama dan hampir bersifat umum, diantaranya:

- 1) Perubahan fisik dan psikologis akan berdampak pada intensitas emosi remaja
- 2) Timbulnya masalah baru terkait perubahan fisik, minat dan peran
- 3) Berubahnya nilai-nilai yang diyakini seiring dengan perubahan minat dan pola perilaku pada masa remaja
- 4) Mayoritas remaja akan bersikap labil ketika menghadapi perubahan yang terjadi padanya

d. Masa Remaja Sebagai Usia bermasalah

Masa remaja adalah masa dimana permasalahan baru bermunculan dan seringkali anak laki-laki dan perempuan kesulitan untuk mengatasinya.

Ada 2 penyebab terkait permasalahan tersebut, yaitu:

- 1) Jika pada masa sebelumnya penyelesaian masalah masih dibantu oleh orang tua dan tenaga pendidik, pada masa remaja individu akan dituntut untuk menyelesaikan masalah mereka sendiri
- 2) Pada masa remaja, individu cenderung merasa dirinya mampu mengatasi masalahnya, sehingga mereka enggan dan tidak mau menerima bantuan dari orang tua maupun tenaga pendidik.

e. Masa Remaja Sebagai Masa Mencari Identitas

Pada akhir masa anak-anak hingga awal remaja, individu akan mulai menyesuaikan diri dengan tuntutan kelompok dan sedikit demi sedikit meninggalkan individualitas. Namun lambat laun remaja akan menginginkan identitas khusus serta tidak puas dengan identitas yang sama dengan teman sebaya seperti sebelumnya.

f. Masa Remaja Sebagai Usia yang Menimbulkan Ketakutan

Di kalangan masyarakat, terdapat stereotip bahwa remaja adalah individu yang sulit diatur, tidak dapat dipercaya, serta masih membutuhkan banyak

bimbingan orang tua. Stereotip tersebut secara tidak langsung akan dapat memberi pengaruh pada konsep dan sikap diri remaja terhadap diri mereka sendiri. Anthony menjelaskan bahwa “stereotip berfungsi sebagai cermin yang ditegakkan masyarakat bagi remaja yang menggambarkan citra diri remaja sendiri sehingga lambat laun dianggap sebagai gambaran yang asli dan remaja membentuk perilakunya sesuai gambaran ini”

g. Masa Remaja Sebagai Masa yang Tidak Realistik

Sejalan dengan semakin kompleksnya pengalaman dan keahlian berfikir rasional pada remaja, individu umumnya akan berfikir lebih realistik terkait dirinya sendiri, keluarga, sahabat serta kehidupannya. Hal tersebut menyebabkan remaja bisa menerima kenyataan terkait kehidupannya. Ketika masa remaja akan berakhir dan mulai menginjak masa dewasa, individu akan merasa terganggu oleh pemikiran berlebihan karena berpikir bahwa masa remaja merupakan masa yang bebas dan penuh kesenangan akan tergantikan dengan masa dewasa yang penuh tanggung jawab.

h. Masa Remaja Sebagai Ambang Masa Dewasa

Semakin dekat remaja pada masa dewasa, ia akan mulai memfokuskan dirinya pada perilaku yang biasanya dilakukan oleh orang dewasa seperti merokok, minum-minuman keras, dan lain sebagainya.. Mereka beranggapan bahwa melakukan perilaku tersebut akan membuat mereka mendapatkan citra yang diinginkan oleh mereka.

3. Faktor-Faktor Masa Remaja

a. Variasi dalam Perubahan Fisik

Perbedaan jenis kelamin sangat jelas pada anak perempuan maupun pada anak laki-laki. Pertumbuhan pada remaja laki-laki akan terjadi lebih lambat dibanding remaja perempuan, namun proses pertumbuhan remaja laki laki akan berlangsung dan bertahan lebih lama sehingga ketika kematangan telah dicapai, anak laki-laki akan lebih tinggi dari anak perempuan. otot pada anak laki-laki akan tumbuh lebih cepat dan pesat dibandingkan

dengan otot pada anak perempuan, sehingga setelah masa pubertas usai, anak laki-laki akan memiliki kekuatan yang lebih besar jika dibandingkan dengan kekuatan anak perempuan dan seiring bertambahnya usia, perbedaan ini akan terus bertambah (Mariyati, 2021)

b. Efek Perubahan Fisik

Perubahan secara fisik yang melambat pada masa remaja umumnya akan mengurangi rasa canggung pada perubahan yang terjadi pada masa puber dan awal tahap dari masa remaja, karena mereka akan semakin bertambah dewasa dan dapat mengawasi perubahan tubuhnya akan menjadi lebih besar. Dalam hal ini, remaja mulai terdorong untuk memanfaatkan kemampuan yang baru ia peroleh dan selanjutnya ia akan meminta bantuan untuk mengatasi setiap permasalahan yang terjadi (Mariyati, 2021)

c. Keprihatinan Akan Perubahan Fisik

Kepuasan remaja terhadap perubahan tubuhnya terbilang rendah dan hanya minoritas yang merasa puas. Beberapa bagian tubuh biasanya menjadi sumber ketidakpuasan yang dialami remaja. Pada masa sekarang ini, terdapat standar tubuh ideal pada masyarakat. Remaja yang memiliki bentuk tubuh tidak sesuai dengan standar masyarakat cenderung merasa tidak nyaman dan rendah diri. Remaja juga menyadari bahwa pemilihan pemimpin sangat dipengaruhi dengan daya tarik fisik. Sebagai akibatnya, jika mereka merasa dirinya memiliki daya tarik fisik yang kurang jika dibandingkan dengan teman-temannya atau tidak seperti apa yang mereka harapkan, maka mereka akan mencari jalan untuk memperbaiki penampilannya sesuai dengan standar tersebut. "Sadar akan penampilan" adalah pemikiran yang dihindari beberapa remaja sehingga mereka menghabiskan banyak waktu dan tenaga pikiran mereka untuk menemukan cara bagaimana agar penampilan mereka dapat diperbaiki sesuai dengan apa yang diharapkan (Mariyati, 2021)

d. Perubahan Tubuh Selama Masa Remaja

Perubahan fisik diusia remaja terjadi baik secara internal maupun eksternal. Perubahan internal yang terjadi yaitu tinggi badan, berat badan, proporsi tubuh, organ seks. Sedangkan perubahan eksternal yaitu terjadi pada sistem pencernaan, peredaran darah, pernapasan, endokrin, dan jaringan tubuh (Mariyati, 2021)

4. Tugas Perkembangan Remaja

Tugas perkembangan masa remaja difokuskan pada upaya meninggalkan sikap dan perilaku kekanak-kanakan serta berusaha untuk mencapai kemampuan bersikap dan berperilaku secara dewasa. Adapun tugas-tugas perkembangan masa remaja, menurut Hurlock dalam (Ajhuri, 2019) adalah berusaha :

- a. Mampu menerima keadaan fisiknya.
- b. Mampu menerima dan memahami peran seks usia dewasa.
- c. Mampu membina hubungan baik dengan anggota kelompok yang berlainan jenis.
- d. Mencapai kemandirian emosional.
- e. Mencapai kemandirian ekonomi.
- f. Mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang sangat diperlukan untuk melakukan peran sebagai anggota masyarakat.
- g. Memahami dan menginternalisasikan nilai-nilai orang dewasa dan orangtua.
- h. Mengembangkan perilaku tanggung jawab sosial yang diperlukan untuk memasuki dunia dewasa.
- i. Mempersiapkan diri untuk memasuki perkawinan.
- j. Memahami dan mempersiapkan berbagai tanggung jawab kehidupan keluarga

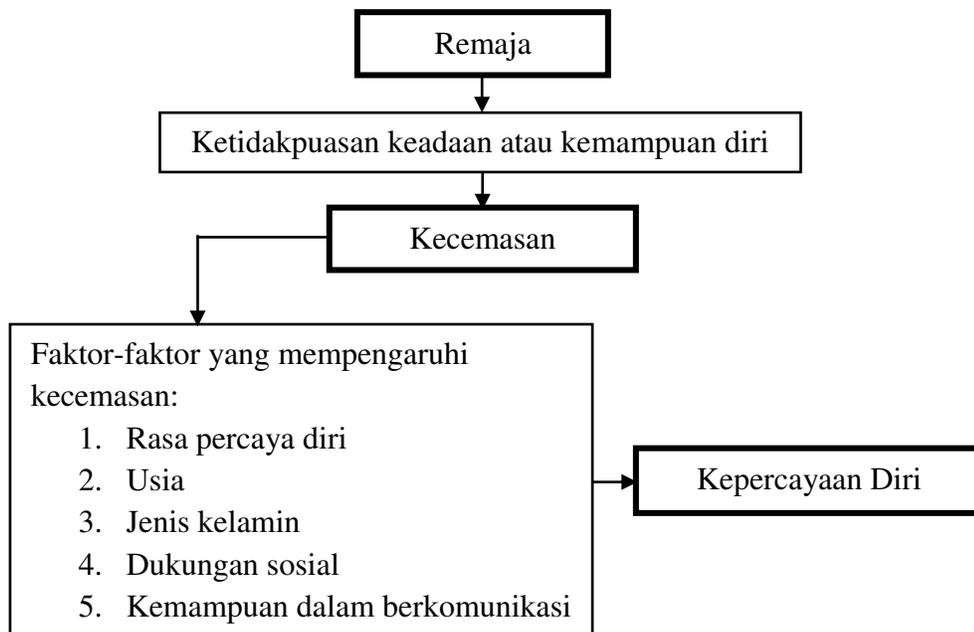
D. Hubungan Penerimaan Dan Kepercayaan Diri Dengan Tingkat kecemasan

Kepercayaan diri seorang remaja sangat berpengaruh terhadap tingkat kecemasan karena pada masa remaja merupakan masa peralihan dari kanak-kanak ke dewasa yang menyebabkan terjadinya berbagai perubahan fisik maupun psikologis. Remaja harus dapat bersikap menerima, menghargai, merasa unik, nyaman, percaya diri dan mengagumi setiap perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya baik kelebihan maupun kekurangan dan kemampuan dirinya sehingga dapat menghadapi setiap situasi yang terjadi tanpa merasakan adanya kecemasan pada dirinya. Seseorang dengan penilaian yang positif terhadap dirinya akan mengembangkan rasa percaya diri, harga diri, dan dapat melakukan interaksi sosial secara tepat dalam aktivitasnya sehari-hari.

Penelitian (Syafullah et al., 2019) menunjukkan semakin negatif kepercayaan diri seseorang maka akan semakin tinggi tingkat kecemasannya. Dengan mengenal dan memahami serta mempercayai kemampuan diri sendiri maka akan menimbulkan keyakinan atau kepercayaan diri terhadap kekuatan, kemampuan, dan keterampilan yang dimilikinya. Dengan adanya keyakinan ini maka para remaja tersebut akan mampu berpikir positif mengenai dirinya, bertanggung jawab, dan merasa optimis, sehingga mampu menghadapi berbagai macam situasi dalam berhubungan social salah satunya kecemasan (Piran et al., 2017)

E. Kerangka Teori

Kerangka teori adalah kerangka yang merangkan hubungan antar konsep yang nantinya akan dijabarkan menjadi variabel penelitian. Kerangka teori merupakan bagan yang memberikan gambaran dan batasan-batasan tentang teori-teori yang menjadi acuan dalam melaksanakan penelitian yang menyajikan suatu pandangan sistematis tentang suatu fenomena dengan menspesifikasikan hubungan antar variabel yang bertujuan untuk menjelaskan sebuah fenomena tersebut (Hariyono & Yuswatiningsih, 2019).



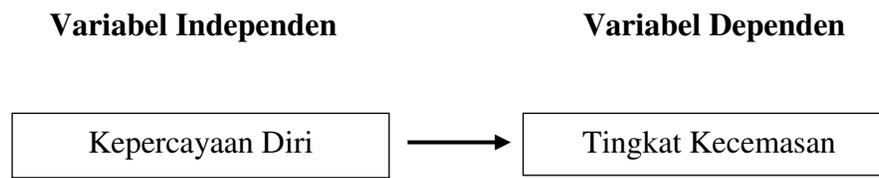
Sumber : (Hariyono & Yuswatiningsih, 2019),

Habibullah, dkk (2019) dalam (Afifah, 2021)

Bagan 2.1 Kerangka Teori

F. Kerangka Konsep

Kerangka konsep menggambarkan hubungan antara variabel-variabel yang akan diteliti yang terdiri dari variabel independen yaitu kepercayaan diri sedangkan variabel dependen adalah tingkat kecemasan. Melalui kerangka konsep ini diharapkan dapat memahami apa yang menjadi fokus utama penelitian dan variabel-variabel yang diteliti.



Bagan 2.2 Kerangka Konsep

Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Tingkat Kecemasan Pada Remaja Di Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Padang

G. Definisi Operasional

Tabel 2.1 Definisi Operasional

Variabel Penelitian	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Variable Independen					
Kepercayaan Diri	Suatu sikap dan kepercayaan atau penilaian positif terhadap kemampuan diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapi	Kuesioner <i>The Test Of Self-Confidence</i>	Angket	Tinggi; jika skor > median 85,00 Rendah; jika skor \leq median 85,00	Ordinal
Variable Dependen					
Tingkat Kecemasan	Suatu respon perasaan seseorang yang tidak nyaman atau khawatir, takut dan gelisah terhadap situasi atau keadaan yang penuh tekanan	Kuesioner <i>Hamilton Rating Scale For Anxiety (HRS-A)</i>	Angket	Tidak Cemas; jika skor < 14 Cemas; jika skor \geq 14	Ordinal

H. Hipotesis

H_a : Terdapat hubungan antara kepercayaan diri dengan tingkat kecemasan pada remaja di SMA Negeri 5 Padang

H_o : Tidak terdapat hubungan antara kepercayaan diri dengan tingkat kecemasan pada remaja di SMA Negeri 5 Padang

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif korelasional dengan rancangan *cross sectional* yang merupakan suatu penelitian yang dilakukan untuk mengetahui korelasi antara variabel independen (kepercayaan diri) dengan variabel dependen (tingkat kecemasan). Pengumpulan data dilakukan bersamaan secara serentak dalam satu waktu antara faktor risiko dengan efeknya (*point time approach*), artinya semua variabel baik variabel independen maupun variabel dependen diobservasi pada waktu yang sama (Syapitri et al., 2021)

B. Waktu Dan Tempat Penelitian

1. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari sampai bulan April 2024

2. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Padang tepatnya di jalan Balai Baru, Kecamatan Kuranji, Kelurahan Gunung Sarik, Kota Padang, Sumatera Barat.

C. Populasi Dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan jumlah yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai karakteristik dan kualitas tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk diteliti dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sujarweni, 2015). Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X di Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Padang tahun ajaran 2023/ 2024 yang berjumlah 431 orang yang terdiri dari 12 kelas, dengan rincian siswa sebagai berikut:

Tabel 3.1 Daftar Jumlah Siswa SMAN 5 Padang

NO	KELAS	JUMLAH SISWA
1.	Fase E1	35
2.	Fase E2	36
3.	Fase E3	36
4.	Fase E4	36
5.	Fase E5	36
6.	Fase E6	36
7.	Fase E7	36
8.	Fase E8	36
9.	Fase E9	36
10.	Fase E10	36
11.	Fase E11	36
12.	Fase E12	36
TOTAL		431

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari sejumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi yang digunakan untuk penelitian (Sujarweni, 2015). Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas X. Untuk menentukan besar sampel peneliti menggunakan rumus Lemeshow, (1997) adalah sebagai berikut :

$$n = \frac{N \cdot (z^2) \cdot p \cdot q}{(d)^2 \cdot (N - 1) + (z^2) \cdot p \cdot q}$$

Keterangan :

n : Besar sampel

N : Besar populasi

d^2 : Tingkat kesalahan yang dapat ditolerir 10 % (0,1)

z^2 : Harga normal baku sesuai dengan luas area di bawah kurva baku sebesar $(1 - \alpha/2)$ untuk $\alpha = 0,05$, nilai $z = 1,96$

p : Proporsi masalah (0,5) q : $(1 - p) = (1 - 0,5)$

Maka jumlah sampel penelitian yang didapatkan adalah sebagai berikut :

$$n = \frac{431 \cdot (1,96^2) \cdot 0,5 \cdot (1 - 0,5)}{(0,1)^2 \cdot (431 - 1) + (1,96^2) \cdot 0,5 \cdot (1 - 0,5)}$$

$$n = \frac{431 \cdot (3,84) \cdot 0,5 \cdot (0,5)}{0,01 \cdot (430) + (3,84) \cdot 0,5 \cdot (0,5)}$$

$$n = \frac{413,76}{4,3 + 0,96}$$

$$n = \frac{413,76}{5,26}$$

$$n = 78,66$$

$$n = 79$$

Jadi, besar sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah 79 siswa kelas X di Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Padang. Untuk menentukan jumlah sampel per-kelas, peneliti menggunakan rumus Alokasi Proportional sebagai berikut :

$$n1 = \frac{N1}{N} \cdot n$$

Keterangan :

- n : Jumlah sampel seluruhnya
- n1 : Jumlah sampel menurut stratum
- N1 : Jumlah populasi menurut stratum
- N : Jumlah populasi seluruhnya

Tabel 3.2 Jumlah Sampel Setiap Kelas

KELAS	JUMLAH POPULASI	PERHITUNGAN SAMPEL
Fase E1	35	$\frac{35}{431} \cdot 79 = 6,41$
Fase E2	36	$\frac{36}{431} \cdot 79 = 6,59$
Fase E3	36	$\frac{36}{431} \cdot 79 = 6,59$

Fase E4	36	$\frac{36}{431} \cdot 79 = 6,59$
Fase E5	36	$\frac{36}{431} \cdot 79 = 6,59$
Fase E6	36	$\frac{36}{431} \cdot 79 = 6,59$
Fase E7	36	$\frac{36}{431} \cdot 79 = 6,59$
Fase E8	36	$\frac{36}{431} \cdot 79 = 6,59$
Fase E9	36	$\frac{36}{431} \cdot 79 = 6,59$
Fase E10	36	$\frac{36}{431} \cdot 79 = 6,59$
Fase E11	36	$\frac{36}{431} \cdot 79 = 6,59$
Fase E12	36	$\frac{36}{431} \cdot 79 = 6,59$
TOTAL		78,9 = 79

Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan *probability sampling* yaitu pengambilan sampel yang memberikan peluang yang sama bagi setiap unsur (anggota) populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel (Syapitri et al., 2021). *Probability sampling* disebut juga sebagai *random sample* (sampel random atau acak) (Notoatmodjo, 2018). Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu teknik *proportionate simple random sampling* yaitu dalam menentukan sampel peneliti mengambil wakil dari tiap-tiap kelompok yang ada dalam populasi yang jumlahnya disesuaikan dengan jumlah anggota subjek dalam masing-masing kelompok tersebut.

Sampel dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang ditetapkan oleh peneliti sebagai subyek yang akan diteliti.

a. Kriteria inklusi

- 1) Siswa yang terdaftar sebagai murid kelas X di Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Padang tahun ajaran 2023/ 2024
- 2) Siswa yang bersedia sebagai responden

- 3) Siswa yang telah mengisi *informed consent* yang telah disediakan
- b. Kriteria eksklusi
- 1) Siswa yang sedang sakit, alfa, dan izin saat penelitian di kelas X
 - 2) Siswa yang mengundurkan diri menjadi responden

D. Jenis Dan Teknik Pengumpulan Data

1. Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh secara langsung diambil dari objek penelitian oleh peneliti (Riwidikdo, 2017). Data primer dalam penelitian ini didapatkan data terkait kepercayaan diri dan tingkat kecemasan pada murid kelas X di Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Padang dengan mengumpulkan secara langsung kepada responden dengan cara membagikan kuesioner dan *informed consent* terkait penelitian yang akan di jawab oleh responden.

2. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang didapat tidak secara langsung dari obyek penelitian (Riwidikdo, 2017). Data sekunder dalam penelitian ini didapatkan dari data yang berasal dari buku terkait judul penelitian dan data dari Riset Kesehatan Dasar, Dinas Kesehatan, Dispendikbud Sumbar dan lain-lain.

E. Instrumen Penelitian

Instrument penelitian merupakan langkah penting dalam pola prosedur penelitian. Instrumen berfungsi sebagai alat bantu dalam mengumpulkan data yang diperlukan. Bentuk instrumen berkaitan dengan metode pengumpulan data, misal metode wawancara yang instrumennya pedoman wawancara. Metode angket atau kuesioner, instrumennya berupa angket atau kuesioner. Metode tes, instrumennya adalah soal tes, tetapi metode observasi, instrumennya bernama *checklist*. Menyusun instrumen pada dasarnya adalah menyusun alat evaluasi, karena mengevaluasi adalah memperoleh data tentang sesuatu yang diteliti, dan hasil yang diperoleh dapat diukur dengan menggunakan standar yang telah ditentukan sebelumnya oleh peneliti (Syapitri et al., 2021). Instrument yang

digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner untuk mengukur kepercayaan diri dan tingkat kecemasan pada remaja. Kuesioner untuk mengukur kepercayaan diri peneliti menggunakan kuesioner *The Test Of Self-Confidence*, sedangkan kuesioner untuk mengukur tingkat kecemasan peneliti menggunakan kuesioner *Hamilton Rating Scale For Anxiety (HRS-A)*.

1. Instrumen penelitian kepercayaan diri

Instrumen penelitian kepercayaan diri, peneliti menggunakan kuesioner *The Test Of Self-Confidence* yang disusun oleh Peter Lauster (Lauster, 2001) yang terdiri atas 5 aspek yaitu keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis. Kuesioner ini awal mulanya berjumlah 48 item yang kemudian dilakukan uji coba validitas sehingga terdapat 18 item yang gugur atau tidak valid dan 29 item yang tidak gugur atau valid. Kemudian dilakukan uji coba reliabilitas yang dilakukan oleh (A. F. Sari, 2022) terhadap 29 item yang telah valid ditemukan nilai *cronbach's alpha* sebesar 0,927 sehingga kuesioner ini dikatakan reliabel. Cara mengukur kuesioner ini dengan menggunakan skala *likert* dengan pilihan jawaban yang terdiri atas 4 alternatif jawaban yaitu sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju.

Tabel 3.3 Blue Print Kuesioner Kepercayaan Diri

INDIKATOR	FAVORABLE	UNFAVORABLE	JUMLAH
Keyakinan akan kemampuan diri	1, 3, 4	2	4
Optimis	5, 6, 7, 9, 10	8, 11, 12	8
Objektif	13, 14, 16, 17, 18, 19	15, 20	8
Bertanggung jawab	21	22	2
Rasional dan realistis	23, 26, 27	24, 25, 28,29	7
TOTAL	18	11	29

2. Instrument penelitian tingkat kecemasan

Instrument penelitian tingkat kecemasan, peneliti menggunakan kuesioner *Hamilton Rating Scale For Anxiety (HRS-A)*. Kuesioner ini terdiri dari 14 aspek yaitu perasaan cemas (*anxietas*), ketegangan, ketakutan, gangguan tidur, gangguan kecerdasan, perasaan depresi (murung), gejala somatic atau fisik (otot), gejala somatic atau fisik (sensorik), gejala kardiovaskuler (jantung dan pembuluh darah), gejala respiratory (pernafasan), gejala gastrointestinal (pencernaan), gejala urogenital (perkemihan dan kelamin), gejala autonomy, dan tingkah laku. *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)*, pertama kali dikembangkan oleh Max Hamilton pada tahun 1956, untuk mengukur semua tanda kecemasan baik psikis maupun somatic. Penentuan derajat kecemasan ditentukan dengan cara menjumlah nilai skor dan item 1-14 dengan hasil yaitu skor < 14 (tidak ada kecemasan), skor 14-20 (kecemasan ringan), skor 21–27 (kecemasan sedang), skor 28–41 (kecemasan berat), skor 42-56 (panik). Cara ukur kuesioner ini menggunakan skala *likert* dengan pilihan jawaban yang terdiri atas 5 alternatif jawaban yaitu 0 (tidak ada), 1 (ringan), 2 (sedang), 3 (berat), 4 (berat sekali) (Dhamayanti et al., 2022).

F. Prosedur Penelitian

Prosedur dalam penelitian ini untuk mengumpulkan dan mendapatkan data terdiri dari beberapa tahap yaitu tahap persiapan dan tahap pelaksanaan yaitu sebagai berikut :

1. Tahap persiapan
 - a. Mengidentifikasi kebutuhan yang diperlukan untuk melakukan penelitian
 - b. Mengurus surat izin penelitian ke Sekretariat Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Padang
 - c. Mengajukan surat permohonan izin satu pintu Provinsi Sumatera Barat serta mengurus surat izin dari Dinas Pendidikan Provinsi Sumatera Barat
 - d. Memasukkan surat izin penelitian ke Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Padang

- e. Peneliti mendapatkan data dari Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Padang dan melakukan studi pendahuluan dengan beberapa siswa di Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Padang
2. Tahap pelaksanaan
 - a. Setelah mendapatkan izin melakukan penelitian dari pihak sekolah
 - b. Peneliti meminta izin dan berkoordinasi dengan guru sekaligus wakil kurikulum untuk menentukan sampel penelitian
 - c. Setelah mendapatkan izin, peneliti memperkenalkan diri dan menjelaskan maksud dan tujuan peneliti mengumpulkan responden
 - d. Peneliti meminta kesediaan dari responden dengan mengisi *informed consent* sebelum peneliti membagikan kuesioner
 - e. Peneliti membagikan kuesioner yang telah disiapkan kepada responden
 - f. Setelah responden selesai mengisi kuesioner, peneliti mengumpulkan kembali lembaran kuesioner yang telah diisi dan mengucapkan terimakasih kepada responden
 - g. Peneliti melakukan pendokumentasian
 3. Tahap akhir

Peneliti melakukan pengolahan data penelitian dengan menggunakan komputerisasi dan melakukan penganalisisan data penelitian tersebut.

G. Pengolahan Data

Pengolahan data adalah suatu cara atau proses dalam memperoleh data. Pada tahap ini data mentah atau raw data yang telah dikumpul dan diolah atau dianalisis sehingga menjadi informasi (Syapitri et al., 2021). Langkah-langkah pengolah data yaitu sebagai berikut :

1. Editing

Editing atau penyuntingan data adalah tahapan di mana data yang sudah dikumpulkan dari hasil pengisian kuesioner disunting kelengkapan jawabannya. Jika pada tahapan penyuntingan ternyata ditemukan

ketidaklengkapan dalam pengisian jawaban, maka harus melakukan pengumpulan data ulang (Syapitri et al., 2021)

2. *Coding*

Coding adalah kegiatan merubah data dalam bentuk huruf menjadi data dalam bentuk angka/ bilangan. Kode adalah simbol tertentu dalam bentuk huruf atau angka untuk memberikan identitas data. Kode yang diberikan dapat memiliki arti sebagai data kuantitatif (berbentuk skor) (Syapitri et al., 2021)

a. Jenis kelamin

- 1) Perempuan
- 2) Laki-laki

b. Kepercayaan diri

Pernyataan positif

- 1) Sangat setuju = 4
- 2) Setuju = 3
- 3) Tidak setuju = 2
- 4) Sangat tidak setuju = 1

Pernyataan negatif

- 1) Sangat setuju = 1
- 2) Setuju = 2
- 3) Tidak setuju = 3
- 4) Sangat tidak setuju = 4

c. Tingkat kecemasan

0. Tidak ada
1. Ringan
2. Sedang

3. Berat
4. Berat sekali

3. *Data Entry*

Data entry adalah mengisi kolom dengan kode sesuai dengan jawaban masing-masing pertanyaan (Syapitri et al., 2021)

4. *Processing*

Processing adalah proses setelah semua kuesioner terisi penuh dan benar serta telah dikode jawaban responden pada kuesioner ke dalam aplikasi pengolahan data di komputer (Syapitri et al., 2021)

5. *Cleaning Data*

Cleaning data adalah pengecekan kembali data yang sudah di *entry* apakah sudah betul atau ada kesalahan pada saat memasukan data (Syapitri et al., 2021)

H. Analisis Data

1. Analisis Univariat

Analisis univariat disebut juga dengan analisis deskriptif yaitu analisis yang menjelaskan secara rinci karakteristik masing-masing variabel yang diteliti. Untuk data kategorik maka masing-masing variabel dideskripsikan dalam bentuk persentase (Hariyono & Yuswatiningsih, 2019). Analisis univariat dilakukan pada data umur, jenis kelamin, kepercayaan diri, dan tingkat kecemasan yang disajikan dalam bentuk table distribusi frekuensi.

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat merupakan analisis untuk melihat hubungan antar dua variable yaitu variable independent (kepercayaan diri) serta variable dependent (tingkat kecemasan) (Hariyono & Yuswatiningsih, 2019). Peneliti menggunakan uji statistic *Chi-Square*. Uji *Chi-Square* dilakukan untuk mengetahui hubungan antar variable yaitu hubungan kepercayaan diri dengan tingkat kecemasan pada remaja. Jika $p\text{-value} > 0.05$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak, yang berarti tidak ada hubungan yang bermakna antara variabel tersebut. Sebaliknya jika $p\text{-value} < 0.05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima (Sujarweni, 2015).

I. Etika Penelitian

Etik penelitian dapat diartikan sebagai suatu etika yang berlaku untuk setiap kegiatan penelitian yang melibatkan antara pihak peneliti, pihak yang diteliti dan masyarakat yang akan memperoleh dampak hasil penelitian tersebut. Etika penelitian mencakup perilaku peneliti atau perlakuan peneliti terhadap subjek penelitian dan sesuatu yang dihasilkan peneliti bagi masyarakat. Etika penelitian

berkaitan dengan bagaimana seharusnya penelitian dilakukan (Hariyono & Yuswatiningsih, 2019). Penelitian ini dilakukan dengan memperhatikan prinsip-prinsip etik yaitu sebagai berikut :

1. *Informed consent*

Peneliti memberikan penjelasan kepada responden sebelum dilakukan penelitian terkait tujuan penelitian yang dilakukan, jika responden bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini, maka responden diminta untuk mengisi lembar persetujuan dan menandatangani. Sebaliknya jika responden tidak bersedia, maka peneliti tetap menghormati hak-hak responden.

2. *Anonymity*

Responden tidak perlu mengisi identitas diri (nama lengkap) dengan tujuan untuk menjaga kerahasiaan responden.

3. *Privacy*

Identitas responden tidak akan diketahui orang lain sehingga responden dapat secara bebas untuk menentukan pilihan jawaban dari pertanyaan yang diberikan tanpa takut di intimidasi oleh pihak lain

4. *Confidentiality*

Informasi yang telah dikumpulkan dari responden dijamin kerahasiaannya oleh peneliti. Data yang sudah diperoleh oleh peneliti disimpan dan dipergunakan hanya untuk laporan penelitian ini.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Padang dengan jumlah responden sebanyak 79 orang. Hasil penelitian ini terdiri atas dua bagian yaitu analisis univariat dan analisis bivariat yaitu sebagai berikut :

1. Analisis Univariat

Analisis univariat terdiri dari karakteristik responden yaitu usia, jenis kelamin, kepercayaan diri dan tingkat kecemasan. Berikut ini uraian hasil analisis univariat yaitu sebagai berikut :

a. Umur

Tabel 4.1

**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur
Di SMA Negeri 5 Padang Tahun 2024**

VARIABEL	JUMLAH	MIN-MAX	MEAN	STD. DEVIATION
Umur Responden	79	15-18	15,67	0,635

Berdasarkan tabel 4.1 diatas menunjukkan rata-rata umur responden adalah 15,67 dengan *standart deviation* 0,635. Umur terendah 15 tahun dan umur tertinggi 18 tahun

b. Jenis Kelamin

Tabel 4.2

**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin
Di SMA Negeri 5 Padang Tahun 2024**

JENIS KELAMIN	F	%
Perempuan	48	60,8
Laki-laki	31	39,2

JUMLAH	79	100
---------------	-----------	------------

Berdasarkan tabel 4.2 di atas menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden memiliki jenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 48 orang (60,8%).

c. Tingkat Kecemasan

Tabel 4.3

**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Kecemasan
Di SMA Negeri 5 Padang Tahun 2024**

TINGKAT KECEMASAN	<i>F</i>	<i>%</i>
Tidak Cemas	31	39,2
Cemas	48	60,8
JUMLAH	79	100

Berdasarkan tabel 4.3 di atas menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden mengalami kecemasan (60,8%).

d. Kepercayaan Diri

Tabel 4.4

**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kepercayaan Diri
Di SMA Negeri 5 Padang Tahun 2024**

KEPERCAYAAN DIRI	<i>F</i>	<i>%</i>
Tinggi	36	45,6
Rendah	43	54,4
JUMLAH	79	100

Berdasarkan tabel 4.4 di atas menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden memiliki kepercayaan diri yang rendah (54,4%).

2. Analisis Bivariat

Hasil analisis bivariat terkait hubungan kepercayaan diri dengan tingkat kecemasan pada remaja dijelaskan pada tabel berikut yaitu :

Tabel 4.5
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kepercayaan Diri Dan Tingkat Kecemasan Di SMA Negeri 5 Padang Tahun 2024

KEPERCAYAAN DIRI	TINGKAT KECEMASAN				TOTAL		P-Value	OR
	Cemas		Tidak Cemas		f	%		
	f	%	f	%				
Rendah	35	81,4	8	18,6	43	100	0,000	7,740
Tinggi	13	36,1	23	63,9	36	100		
TOTAL	48	60,8	31	39,2	79	100		

Berdasarkan tabel 4.5 di atas menunjukkan bahwa dari 43 responden yang memiliki kepercayaan diri rendah sebanyak 35 responden (81,4%) mengalami cemas. Dan dari 36 responden yang memiliki kepercayaan diri tinggi sebanyak 13 responden (36,1%) mengalami cemas.

Hasil uji statistic *Chi-Square* diperoleh nilai p -value = 0,000 ($p < 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan tingkat kecemasan di Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Padang Tahun 2024.

Dari hasil analisis diperoleh pula nilai OR = 7,740, artinya remaja yang memiliki kepercayaan diri rendah mempunyai peluang 7,740 kali lebih besar untuk mengalami kecemasan dibandingkan dengan remaja yang memiliki kepercayaan diri tinggi.

B. Pembahasan

1. Tingkat Kecemasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa (60,8%) remaja mengalami kecemasan. Sejalan dengan hasil penelitian (Supriatin, 2014) yang menemukan bahwa (60,0%) remaja yang ditemukan dalam penelitian ini berada pada kategori mengalami kecemasan dan (40,0%) remaja tidak mengalami kecemasan. Hal serupa juga didapatkan dalam hasil penelitian (Hendriana, 2023) yang menemukan bahwa (86,9%) responden mengalami kecemasan dan (13,1%) responden tidak mengalami kecemasan.

Rasa cemas yang berlebih pada fase remaja merupakan sebuah cerminan atau representasi ketidakmampuan sumberdaya dalam upaya menghadapi sesuatu. Mereka beranggapan jika hal baru yang harus mereka hadapi terasa berat untuk dilalui. Fase remaja merupakan tahapan singkat seseorang. Mereka harus dengan cepat merespon berbagai perubahan yang terjadi pada dirinya dan lingkungan sekitarnya (Sulistyo et al., 2023)

Kecemasan merupakan hal yang umum terjadi dalam bidang pendidikan. Setiap orang pastinya pernah merasa cemas ketika mereka bersekolah ataupun saat bekerja. Akan tetapi, bagi individu tertentu, kecemasan dapat menghambat pembelajaran dan prestasi. Kecemasan yang dialami remaja dipengaruhi oleh beberapa hal, diantaranya kekhawatiran akan hal yang belum terjadi, takut akan kegagalan sebelum melakukan, kurangnya kepercayaan diri, merasa ragu-ragu akan kemampuan yang dimiliki, adanya konflik psikologis yang disebabkan karena keinginan dan harapan yang tidak sesuai keadaan realita, kurangnya dukungan dari orang terdekat dan lingkungan yang kurang mendukung (Setiawan et al., 2023)

Sejalan dengan penelitian (Bukhori, 2017) yang menyatakan bahwa salah satu penyebab kecemasan adalah pikiran-pikiran negatif bahwa dirinya tidak mampu, tidak akan berhasil, dan akan dinilai negatif oleh orang lain. Dengan kata lain bahwa semua ini berawal dari kurangnya rasa percaya diri seseorang. Kepercayaan diri memberikan sumbangan efektif sebesar (24,9%) terhadap kecemasan, sementara sisanya (75,1%) ditentukan oleh factor lain diluar kepercayaan diri, seperti keaktifan dalam organisasi, jenis kelamin, dan pola pikir, konsep diri dan kecerdasan emosional.

Kecemasan yang terjadi pada remaja akan mengakibatkan remaja mengalami gejala seperti merasa cemas, memiliki firasat yang buruk sehingga takut dengan pikirannya sendiri, merasa mudah tersinggung, merasa lesu, lemas, gelisah, perasaannya berubah-ubah, merasa tidak tenang, tidak dapat tidur dengan nyenyak, banyak mimpi-mimpi, dan adanya gangguan pencernaan (Fitriani & Rohman, 2016)

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Akmalia et al., 2023) yang menjelaskan bahwa kecemasan dan pola tidur sangat erat kaitannya, dan kecemasan jangka panjang dapat menyebabkan masalah tidur. Mengganggu pola tidur tersebut dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan. Kebutuhan tidur yang teratur akan memberikan pengaruh positif, namun jika kebutuhan tidur terganggu maka akan mempengaruhi fungsi kesehatan.

Kecemasan juga rentan terjadi dikarenakan dorongan pikiran dan perasaan dari dalam diri siswa yang takut dan kurang yakin dengan kemampuan dirinya untuk menyelesaikan tugas akademiknya. Adanya ketumpang tindihan yang terjadi dalam pikiran siswa yang dapat menyebabkan dirinya takut akan segala hal yang berkaitan dengan akademik. Siswa yang mengalami kecemasan yang tinggi akan cenderung menghindari kelasnya, tidak dapat mengerjakan tugas

dengan baik, terjadinya perubahan pada raut wajah, tangan bergetar, berkeringat dan sebagainya dan itu semua dapat mempengaruhi proses belajar dan prestasi para siswa (Zulaifi, 2023) Kecemasan yang berlebihan juga akan berdampak pada tingkah laku seseorang, seperti rasa ketakutan yang berlebihan. Hal ini akan berdampak sangat besar terhadap kehidupan seseorang baik kesehatan dan kinerja.

Kecemasan memiliki beberapa tingkatan atau kategori dalam penilaiannya dimana kategori tersebut ditentukan dengan cara menjumlahkan nilai skor dan item yang terdiri dari 1-14 dengan hasil yaitu skor <14 (tidak ada kecemasan), skor 14-20 (kecemasan ringan), skor 21-27 (kecemasan sedang), skor 28-41 (kecemasan berat), skor 42-56 (panik). Berdasarkan hal tersebut, dapat diketahui bahwa dalam hasil penelitian didapatkan bahwa dari 48 (60,8%) remaja yang mengalami cemas diantaranya merupakan remaja yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 30 (38,0%) orang, remaja yang mengalami kecemasan sedang sebanyak 10 (12,7%) orang, remaja yang mengalami kecemasan berat sebanyak 8 (10,1%) orang, dan tidak ada remaja yang mengalami panik. Hal tersebut dapat dilihat bahwa masih banyaknya remaja yang mengalami kecemasan di Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Padang.

Berdasarkan hasil penelitian di Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Padang, remaja memberikan jawaban berkategori berat sekali sebesar (7,6%) pada gejala kecemasan dengan gangguan perasaan cemas (*anxietas*), memberikan jawaban berkategori berat sekali sebesar (7,6%) pada gejala kecemasan dengan gangguan tidur, memberikan jawaban berkategori berat sekali sebesar (7,6%) pada gejala kecemasan dengan gangguan kecerdasan dan memberikan jawaban berkategori berat sekali sebesar (10,1%) pada gejala kecemasan dengan gangguan tingkah laku.

Peneliti beransumsi bahwasannya kecemasan pada remaja yang sering terjadi dapat mengakibatkan remaja menjadi lebih mudah merasa cemas, memiliki gangguan tidur, gangguan kecerdasan dan gangguan tingkah laku pada kehidupan sehari-harinya. Diharapkan kepada pihak sekolah untuk lebih banyak melakukan kegiatan yang positif seperti kegiatan ekstrakurikuler dan edukasi tentang kecemasan pada remaja serta diharapkan kepada pihak Bimbingan Konseling agar dapat membimbing dan mengarahkan remaja untuk mencurahkan masalah yang ia hadapi.

2. Kepercayaan Diri

Hasil penelitian menunjukkan bahwa (54,4%) remaja memiliki kepercayaan diri yang rendah di Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Padang Tahun 2024. Sejalan dengan hasil penelitian (Ariyani et al., 2023) didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki kepercayaan diri yang rendah (44,0%), kepercayaan diri sangat rendah (9,0%), kepercayaan diri tinggi (37,0%), dan kepercayaan diri sangat tinggi (10,0%).

Kepercayaan diri pada remaja dapat menjadikan remaja mampu mengetahui dan memahami dirinya sendiri yang meliputi kemandirian dalam pengambilan keputusan tanpa campur tangan dari orang lain. Kemandirian yang dimiliki remaja akan mendorongnya untuk bertahan ketika mengalami kesulitan dan menerima kegagalan yang mungkin akan dialami secara rasional (Dianningrum & Satwika, 2021)

Menurut (Anggraini & Darmawanti, 2023) kepercayaan diri yang kurang disebabkan remaja tidak memiliki aspek rasional dan realistis. Hambatan tersebut disebabkan karena siswa memiliki percaya diri yang kurang, antara lain rasa takut dalam menyampaikan hasil belajar, bersikap pasif pada saat pembelajaran berlangsung, tidak memiliki ketertarikan dalam mengikuti pelajaran, memiliki keraguan terhadap dirinya dalam mengambil sebuah

tantangan, mudah terpengaruh oleh orang lain, tidak terdapat keberanian untuk tampil di depan kelas.

Remaja yang percaya diri juga memiliki sikap optimis yaitu keyakinan untuk melakukan apapun dan akan berusaha untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Jadi, dapat dikatakan remaja yang memiliki kepercayaan diri akan optimis dalam semua aktivitasnya, mempunyai tujuan yang realistis, sehingga ia akan membuat tujuan hidup yang mampu untuk dilakukan, merencanakan masa depan dan memiliki keyakinan mampu mencapai tujuan yang telah ditetapkan (Fitri et al., 2018). Dan sebaliknya, jika percaya diri remaja rendah maka remaja akan ragu dalam semua aktivitasnya, tidak mempunyai tujuan yang realistis, sulit untuk merencanakan masa depan dan sulit memiliki keyakinan terhadap kemampuan dirinya.

Kepercayaan diri merupakan bagian terpenting dalam diri individu agar dapat mengembangkan kemampuannya secara maksimal. Remaja yang mempunyai kepercayaan diri akan bisa melakukan segala hal yang menunjang kesuksesannya. Adapun faktor yang menghambat kepercayaan diri remaja yaitu faktor internal yang terkait penampilan dirinya sendiri, kebiasaan serta hubungan dengan lingkungannya (Marlina et al., 2022)

Kepercayaan diri dalam perkembangan anak remaja terbentuk secara bertahap membentuk sebuah proses. Dalam prosesnya, untuk meningkatkan kepercayaan diri dibutuhkan peran orang tua dan teman sebaya. Karena peran orang tua dan teman sebaya membantu proses untuk menghadapi kesulitan dimasa perkembangan remaja (Sukmawati, 2023)

Selain lingkungan keluarga dan pertemanan, lingkungan sekolah menjadi hal yang sangat penting dalam usaha menumbuhkan kepercayaan diri pada diri remaja. Hal ini menurut Argo Yulan Indrajat dikarenakan bahwa sekolah

merupakan panutan kedua setelah orang tua. Selain itu, lingkungan sekolah yang mendukung perkembangan siswa juga sangat menentukan pencapaian tingkat kepercayaan diri pada diri siswa. Selain itu, faktor siswa itu sendiri juga menjadi sangat penting karena memang hal ini menyangkut perkembangan diri siswa itu sendiri (Mutahari, 2016)

Sejalan dengan yang dikemukakan oleh (E. P. Sari & Purwaningsih, 2018) Bukan hanya remaja yang harus memiliki sikap kepercayaan diri terhadap dirinya, namun siswa pun harus memiliki rasa kepercayaan diri yang tinggi dalam belajar. Percaya diri dimiliki oleh seorang siswa apabila ia yakin akan kemampuan diri yang dimiliki sehingga dapat melahirkan suatu cipta ataupun kreasi. Sebaliknya apabila seorang siswa memiliki kepercayaan diri yang rendah dalam dirinya maka individu akan terbebani dan terganggu dalam melakukan suatu hal serta ragu dalam mengambil keputusan untuk masa depan yang akan dipilihnya. Apabila percaya diri mereka kurang maka prestasi yang mereka capai pun tidak maksimal.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Erwansyah et al., 2023) yang berpendapat bahwa semakin tinggi tingkat kepercayaan diri remaja maka akan semakin yakin dengan kemampuan yang dimilikinya sehingga individu harus memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi.

Berdasarkan hasil penelitian sebesar (36,7%) remaja menjawab setuju pada pertanyaan saya kurang yakin saya dapat menyelesaikan tugas sekolah dengan baik, (49,4%) remaja menjawab setuju pada pertanyaan saya kecewa saat gagal, (40,5%) menjawab setuju pada pertanyaan saya terburu-buru dalam memilih sesuatu, dan (36,7%) menjawab setuju pada pertanyaan saya tidak yakin akan berhasil dalam mengerjakan tugas yang sulit.

Hasil analisa peneliti kepercayaan diri pada remaja di SMAN 5 Padang termasuk kategori rendah, karena masih banyaknya remaja yang merasa bingung dan sulit untuk memahami kemampuan serta potensi yang ada dalam dirinya, serta sulit menentukan hal yang baik untuk dirinya. Hal ini tentunya menjadi perhatian karena akan mempengaruhi remaja dalam bersikap dan bertindak. Dengan demikian, remaja yang memiliki kepercayaan diri yang rendah cenderung disebabkan oleh ketidakpercayaan akan kemampuan serta potensi dalam dirinya dan lingkungan sosialnya (seperti dalam lingkungan pertemanan dengan teman sebaya). Kemampuan kognitif yang kurang mampu untuk memilah aktivitas yang positif dan negatif juga dapat mempengaruhi perilaku remaja, maka dari itu remaja dapat melakukan hal-hal positif seperti mengikuti kegiatan bermanfaat yang ada di sekolah, memotivasi diri sendiri, dan mengikuti kegiatan rohani.

3. Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Tingkat Kecemasan

Berdasarkan hasil penelitian terlihat bahwa kecemasan cenderung terjadi pada remaja yang memiliki kepercayaan diri yang rendah (81,4%). Sedangkan remaja yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi cenderung tidak mengalami cemas (63,9%). Berdasarkan hasil uji statistic *Chi-Square* diperoleh adanya hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan tingkat kecemasan pada remaja (p -value 0,000). Dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya ada hubungan antara kepercayaan diri dengan tingkat kecemasan pada remaja di Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Padang.

Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan (Marbun et al., 2023) yang menyatakan bahwa dari hasil penelitiannya ditemukan nilai p -value $0,000 < 0,05$ yang menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima dengan nilai r_s sebesar -0,435 yang berarti bahwa kedua variable memiliki

hubungan keeratan sedang namun bersifat negative maka dapat disimpulkan terdapat hubungan Kepercayaan diri dengan tingkat kecemasan.

Rasa cemas pada fase remaja muncul karena upaya proses berfikir yang mulai berkembang. Namun demikian, rasa cemas dapat dijadikan sebuah sinyal atau cara mengukur diri sendiri terhadap beberapa aspek situasi. Kemampuan remaja dalam merespon, memperbaiki serta mengevaluasi kemampuan yang dimiliki akan mampu meminimalkan perasaan tersebut. Ketidakmampuan seseorang dalam mengelola perasaan serta perilaku akan berdampak luas. Masalah kecemasan berlebih, dianggap sebagai keanehan dan berbeda dengan lingkungan sosial. Proses adaptasi dan menjaga keharmonisan, serta dukungan orang disekitar akan membantu seseorang dalam untuk menguatkan diri (Sulistyo et al., 2023)

Remaja yang mengalami kecemasan cenderung memikirkan kemungkinan-kemungkinan buruk yang akan terjadi. Misalnya, remaja mendapatkan beberapa tugas dari sekolah yang dirasa sulit. Remaja yang memiliki kecemasan akan cenderung berfikir bagaimana jika ia tidak dapat menyelesaikan tugas tepat waktu, bagaimana jika tidak semua tugasnya terselesaikan dengan baik, bagaimana jika ia ditanyai oleh guru mengenai tugas tersebut kemudian ia tidak bisa menjawab, dan sebagainya (Nurul et al., 2022)

Adanya perasaan ragu atas kemampuan diri membuat individu memiliki niat yang rendah dalam mencapai tujuan. Situasi atau tugas dalam proses belajar yang sulit merupakan sesuatu yang mengancam sehingga tidak jarang mereka merasa lemah dalam pencapaian hal positif atau bahkan tidak dapat dilakukan oleh individu. Kegagalan yang mereka alami disikapi dengan adanya perasaan putus asa yang membuat tidak adanya rasa percaya diri untuk melakukannya

lagi. Hal ini memicu sebuah bentuk kecemasan dan perasaan tertekan yang akan berefek pada kondisi fisik, kognitif dan emosi (Aminullah, 2013)

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian (Puspitasari et al., 2022) rasa tidak percaya diri mengakibatkan siswa tidak yakin dengan kemampuannya sendiri, hal tersebut merupakan kendala yang cukup besar bagi perkembangan pembelajaran siswa. Siswa yang merasa kurang mempunyai rasa percaya diri yang cukup merupakan gambaran dari seseorang yang memiliki kepercayaan diri yang rendah, tergolong prestasi belajarnya juga rendah karena ketidak yakinan pada kemampuan dirinya sendiri. Selain itu siswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah juga rentan mendapatkan pelecehan sosial yang berupa ejekan dari lingkungannya terutama dari pertemanannya

Kepercayaan diri idealnya harus dimiliki oleh seseorang yaitu harus pada kategori sangat tinggi, hal ini bertujuan agar individu mampu meningkatkan aspek-aspek yang ada pada diri yang sangat membutuhkan kepercayaan diri sangat tinggi. Namun nyatanya dalam hal ini masih banyak orang yang memiliki kepercayaan diri rendah terutama pada lingkungan sekolah yang dialami oleh siswa sehingga menjadi salah satu hambatan untuk siswa berkembang (Marlina et al., 2022)

Individu yang tidak memiliki kepercayaan diri akan berusaha menunjukkan sikap konformis, memiliki sikap pesimis yang membuat dirinya tidak mau berbuat karena merasa apa yang dilakukannya tidak ada gunanya atau sulit untuk dicapai, memiliki perasaan takut gagal sehingga menghindari segala resiko dan tidak berani memasang target untuk berhasil, dan selalu menempatkan atau memosisikan diri sebagai yang terakhir karena menilai dirinya tidak mampu, serta sulit menerima realita diri (terlebih menerima kekurangan diri) dan memandang rendah kemampuan diri sendiri, namun di lain pihak memasang harapan yang tidak realistis terhadap diri sendiri. Hal ini

yang membuat dirinya banyak mengalami kekecewaan disebabkan tidak tercapainya harapan-harapan itu (Husna, 2022)

Menurut Lauster, individu dengan kepercayaan diri yang tinggi memiliki keyakinan akan kemampuannya, lebih mudah menyesuaikan diri dengan suasana yang menyenangkan sehingga tingkat kecemasannya rendah serta memiliki ketahanan diri yang seimbang. Jika individu dapat meningkatkan dan mengembangkan rasa percaya dirinya maka individu tidak akan merasa cemas (Lisaniyas et al., 2020)

Sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan (Al-Hasmi et al., 2022) yang menyatakan bahwa dari hasil penelitiannya diperoleh koefisien korelasi sebesar -0.639 dengan $p = 0.000$ atau $p < 0.05$ yang artinya ada hubungan negatif antara kepercayaan diri dan kecemasan. Artinya semakin tinggi kepercayaan diri maka akan semakin rendah kecemasan yang dirasakan dan begitupun sebaliknya, semakin rendah kepercayaan diri maka akan semakin tinggi kecemasan yang akan dialami.

Hal serupa juga didapatkan dari hasil penelitian yang dilakukan (Lisaniyas et al., 2020) yang menjelaskan dari uji korelasi diketahui koefisien korelasi antara kepercayaan diri dengan kecemasan yaitu $r_{xy} = -0,177$ dengan nilai sig (*1-tailed*) sebesar $0,006 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan dengan arah negatif yang signifikan antara variabel kepercayaan diri dengan variabel kecemasan. Lauster (2002) juga menyatakan faktor yang mempengaruhi kecemasan salah satunya adalah kepercayaan diri. Semakin tinggi kepercayaan diri maka kecemasan semakin rendah. Begitu juga sebaliknya semakin rendah kepercayaan diri maka kecemasan semakin tinggi.

Dengan menanamkan sikap percaya diri dan berpikir positif terhadap orang lain serta mampu mengendalikan hal-hal yang dapat menghambat langkah-langkah untuk mencapai tujuan masa depannya maka secara tidak langsung remaja akan meningkatkan *self regulationnya* yang pada akhirnya membawa remaja tersebut memiliki semangat dan motivasi yang tinggi dalam menjalani kehidupannya. Motivasi berasal dari dalam diri remaja tersebut dan lingkungan yang mendukung, dengan adanya dorongan atau motivasi yang diberikan oleh orang-orang dilingkungannya akan mendorong untuk masa depan yang baik, dorongan atau motivasi sangat diperlukan pada remaja (Pratiwi Wahyu & Sri, 2019)

Peneliti berpendapat bahwa, penelitian ini ditemukan adanya hubungan yang bermakna antara kepercayaan diri dengan tingkat kecemasan pada remaja di Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Padang, ini disebabkan karena pada umumnya remaja mempunyai kepercayaan diri yang rendah sehingga kecemasan pada remaja menjadi semakin tinggi. Apabila remaja memiliki penyesuaian dan perkembangan diri yang baik, maka akan dapat mengelola emosi dan keyakinan akan kemampuan diri yang dirasakan dapat lebih baik.

Dari hasil analisis juga diperoleh bahwa remaja yang memiliki kepercayaan diri rendah mempunyai peluang 7,740 kali lebih besar untuk mengalami kecemasan dibandingkan dengan remaja yang memiliki kepercayaan diri tinggi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin rendah kepercayaan diri yang dimiliki oleh seorang remaja maka remaja akan cenderung mengalami kecemasan. Begitu juga sebaliknya semakin tinggi kepercayaan diri yang dimiliki oleh seorang remaja maka remaja akan cenderung tidak mengalami kecemasan.

Peran perawat pada penelitian ini sebagai educator yaitu melakukan penyuluhan di sekolah yang dapat menambah pengetahuan remaja dan dapat mengurangi tingkat kecemasan yang terjadi. Perawat juga dapat berperan sebagai konsultan yaitu untuk memberikan konsultasi kepada remaja terkait masalah yang dihadapi. Konsultan melibatkan pemberian dukungan emosi, intelektual dan psikologis untuk mengembangkan sikap dan perasaan yang sedang dirasakan.

Diharapkan kepada pihak sekolah untuk memberikan penyuluhan edukasi kepada siswa tentang cara mengatasi kecemasan pada remaja dengan meningkatkan kepercayaan diri dan juga dapat berkolaborasi dengan tenaga kesehatan khususnya keperawatan jiwa atau keperawatan komunitas. Edukasi dapat diberikan melalui penyuluhan tentang kecemasan, dengan melibatkan siswa dalam kegiatan motivasi dan juga diharapkan kepada sekolah untuk memperbanyak kegiatan positif yang ada di sekolah seperti kegiatan ekstrakurikuler yang mana dapat membantu meningkatkan rasa percaya diri siswa dan mengurangi rasa cemas pada remaja.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan setelah dianalisis lebih lanjut tentang hubungan kepercayaan diri dengan tingkat kecemasan di Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Padang Tahun 2024, Maka penulis dapat menarik kesimpulan yaitu sebagai berikut :

1. Lebih dari separuh remaja di SMA Negeri 5 Padang mengalami kecemasan (60,8 %)
2. Lebih dari separuh remaja di SMA Negeri 5 Padang memiliki kepercayaan diri yang rendah (54,4 %).
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan tingkat kecemasan di Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Padang Tahun 2024 dengan nilai p -value lebih kecil dari nilai α ($0,000 < 0,05$).

B. Saran

1. Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan masukan bagi pihak sekolah khususnya guru-guru, wali kelas dan guru bimbingan konseling untuk dapat meningkatkan perannya, berkolaborasi serta dapat meningkatkan rasa kepercayaan dan pengembangan diri siswanya agar dapat semakin baik.

2. Bagi Institusi Keperawatan

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan referensi dalam upaya pemberian asuhan keperawatan yang sehubungan dengan kepercayaan diri pada remaja serta masalah yang ditimbulkan seperti kecemasan pada remaja. Selain itu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan remaja yaitu

dengan melalui promosi kesehatan jiwa terkait kepercayaan diri dan kecemasan pada remaja.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan penelitian ini dapat memberikan acuan, masukan serta sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya terkait kecemasan dan diharapkan peneliti selanjutnya dapat memperhatikan faktor dan karakteristik lain selain kepercayaan diri yang dapat mempengaruhi kecemasan pada remaja. Dengan demikian, peneliti selanjutnya dapat lebih mengembangkan variable kecemasan dengan lebih luas dan beragam lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, D. (2021). *Faktor-Faktor Kecemasan Remaja Saat Pandemi Covid-19: Studi Literatur*. 1–52.
- Ajhuri, K. F. (2019). Psikologi Perkembangan Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. In *Psikologi Perkembangan Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*.
- Akmalia, N. N., Setiowati, E., Muzdahiroh, A., Fadilah, D. N., Ain, F., Anjali, N. F., & Laily, N. (2023). Hubungan Kecemasan dengan Kualitas Tidur pada Remaja. *ULIL ALBAB : Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2(3), 1114–1120.
- Al-Hasmi, R., Noviekayati, I., & Rina, A. (2022). Kecemasan pada mahasiswa yang sedang menghadapi skripsi: Bagaimana peran kepercayaan diri? *Universitas*, 3(01), 98–109.
- Alfika Mamalango. (2021). *Pendidikan Kepercayaan Terhadap Tuhan Yang Maha Esa kelas 9*.
- American Academy of Child and Adolescent Psychiatry. (2020). *Anxiety Disorders : Parents ' Medication Guide*.
- Amerika serikat, B., & Statistik. (2020). Berapa Jumlah Penduduk Dunia? *Databooks.Kata*, Januari, 2018. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2018/04/23/berapa-jumlah-penduduk-dunia>
- Aminullah, M. A. (2013). KECEMASAN ANTARA SISWA SMP DAN SANTRI PONDOK PESANTREN. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 369(1), 1689–1699.
- Anggeriyane, E., Yunike, Mariani, Susanto, W. H. A., Halijah, Sari, I. N., Handian, F. I., Elviani, Y., Suriya, M., Iswati, N., & Yulianti, N. R. (2022). *Tumbuh Kembang Anak*. PT GLOBAL EKSEKUTIF TEKNOLOGI.
- Anggraini, I. P., & Darmawanti, I. (2023). Gambaran Kepercayaan Diri Pada Siswa Yang Mengalami Hambatan Presentasi. *Community Development Journal*, 4(2), 4565–4571. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/cdj/article/view/16029/12287>
- Ariyani, S. M., Handayani, A., & Setiawan, A. (2023). Hubungan Konsep Diri terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas XII SMA Teuku Umar Semarang. *WASPADA (Jurnal Wawasan Pengembangan Pendidikan)*, 11(2), 42.

<https://doi.org/10.61689/waspada.v11i2.470>

- Azizah, Lilik Ma'rifatul, Zinuri, I., & Akbar, Amar. (2016). Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa Teori dan Aplikasi Praktik Klinik by Lilik Ma'rifatul Azizah, Imam Zainuri, Amar Akbar (z-lib.org).pdf. *Z-Lib.Org*, 657.
- Bernard, M. E., & Ph, D. (2020). *The foundation of mental health*.
- Bukhori, B. (2017). Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Ditinjau Dari Kepercayaan Diri Dan Keaktifan Dalam Organisasi Kemahasiswaan. *Jurnal Komunikasi Islam*, 6(1), 158–186. <https://doi.org/10.15642/jki.2016.6.1.158-186>
- Dhamayanti, D., Kumara, A. R., Hartanto, Santosa, B., & Prasetyorini, D. A. (2022). *Cara Mengukur Tingkat Kecemasan Siswa PKL Dengan Menggunakan Skala HARS*. UNIVERSITAS AHMAD DAHLAN.
- Dianningrum, S. W., & Satwika, Y. W. (2021). Hubungan Antara Citra Tubuh dan Kepercayaan Diri pada Remaja Perempuan. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(7), 194–203.
- Dinkes Sumbar. (2018). Riset Kesehatan Dasar Provinsi Sumatera Barat Tahun 2018. In *Laporan Riskesdas Nasional 2018*.
- Dispendikbud Sumbar. (2023). *Rekap Data per Satuan Pendidikan - Data Pokok Pendidikan sma pdg*.
- Erita, Hununwidiastuti, S., & Leniwita, H. (2019). Buku Materi Pembelajaran Manajemen Gawat Darurat Dan Bencana. *Universitas Kristen Indonesia*, 202. <http://repository.uki.ac.id/2703/1/BMPKEPERAWATANJIWA.pdf>
- Erwansyah, R. A., Yitno, Y., & Surtini, S. (2023). Hubungan Kepercayaan Diri Remaja dengan Kemampuan Interaksi Sosial pada Karang Taruna di Desa Bendo Kecamatan Gondang Kabupaten Tulungagung. *Care Journal*, 2(2), 38–47. <https://doi.org/10.35584/carejournal.v2i2.142>
- Fatah, V. F., Susanti, S., Ariyanti, M., & Nursyamsiyah, N. (2021). Penyesuaian Diri Siswa Tahun Pertama SMP Dimasa Pandemi Covid 19. *Jkep*, 6(2), 232–239. <https://doi.org/10.32668/jkep.v6i2.792>
- Fitri, E., Zola, N., & Ifdil, I. (2018). Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi. *JPPi (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 4(1), 1–5. <https://doi.org/10.29210/02017182>
- Fitriani, H., & Rohman, R. Y. (2016). Pengaruh konseling terhadap kecemasan remaja putri yang mengalami menarche 1. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, IV(2), 85–94.

- Hariyono, & Yuswatiningsih, E. (2019). Modul Pembelajaran Metodologi Penelitian. In *Icme Press*.
- Hendriana, Y. (2023). Hubungan antara tingkat kecemasan dengan kepercayaan diri menghadapi skripsi pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir STIKes Kuningan tahun 2023. *Journal of Nursing Practice and Education*, 4(1), 212–218. <https://doi.org/10.34305/jnpe.v4i1.962>
- Hulukati, W. (2016). pengembangan diri siswa SMA. In *Ideas Publishing*.
- Husna, H. Al. (2022). GAMBARAN SELF-CONFIDENCE REMAJA YANG TINGGAL DI PANTI ASUHAN. *Jurnal Psikologi Islam*, 1(1), 29–39.
- Johns Blommborg Hopkins. (2022). Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS):Laporan Peneleitian. *Pusat Kesehatan Repriduksi*.
- Juhari, F., Suwaryani, N., Mangunwibawa, A. A., & Poerwanto. (2019). *Remaja Gen-Hebat*.
- Kemdikbud. (2022). Buku Saku Kurikulum Merdeka; Tanya Jawab. *Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan*, 1–50.
- Kesehatan, F., Farmasi, D. A. N., Muhammadiyah, U., & Timur, K. (2019). *Modul Pemeriksaan Fisik Disusun Oleh : Tim Departemen Kmb Program Studi S1 Keperawatan Kalimantan Timur*.
- Kristanto, P. H., Sumardjono, & Setbyorini. (2014). HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN KECEMASAN DALAM MENYUSUN PROPOSAL SKRIPSI Pindho Hary Kristanto, Sumardjono Pm., dan Setyorini. *Satya Widya*, 30(1), 43–48.
- Kurniati, I. D., Setiawan, R., Rohmani, A., Lahdji, A., Tajally, A., Ratnaningrum, K., Basuki, R., Reviewer, S., & Wahab, Z. (2015). *Buku Ajar*.
- Lisnias, C. V., Loekmono, J. T. L., & Windrawanto, Y. (2020). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Progd Pendidikan Sejarah Uksw Salatiga. *Psikologi Konseling*, 15(2), 431–440. <https://doi.org/10.24114/konseling.v15i2.16192>
- Marbun, K. A. F., Siagian, I. O., & Sinaga, H. (2023). Kepercayaan Diri dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Mengerjakan Skripsi di Institut Kesehatan Immanuel Bandung. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 321–332. <https://doi.org/10.46815/jk.v12i2.159>
- Mariyati, L. I. (2021). Buku Ajar Psikologi Perkembangan Manusia. In *Buku Ajar Psikologi Perkembangan Manusia*. <https://doi.org/10.21070/2021/978-623->

- Marlina, L., Fatimah, S., & Siddik, R. R. (2022). Profil Siswa Yang Mempunyai Kepercayaan Diri Rendah Di Sma Negeri 4 Cimahi. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 5(2), 154. <https://doi.org/10.22460/fokus.v5i2.8496>
- Masdudi. (2015). *Aplikasi Psikologi Perkembangan Dalam Perilaku Sosial Individu*.
- Mutahari, H. (2016). Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Sosial pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Kalasan Tahun Ajaran 2015-2016. *E-Journal Bimbingan Dan Konseling*, 3, 13–23.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nursyamsiyah, & Fatah, V. F. (2022). Jurnal Keperawatan. *Jurnal Keperawatan*, 14(2), 331–338. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>
- Nurul, M., F. K., W., I. T., Elfina, I., & F., L. N. (2022). Efektivitas Positive Self-Talk Therapy Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan, Stress, Dan Depresi Remaja Perempuan Desa Jipurapah. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 7(4), 2022.
- Piran, A. Y. A. ., Yuliwar, R., & Ka'arayeno, A. J. (2017). Hubungan antara penerimaan diri dengan kepercayaan diri dalam interaksi sosial pada remaja penyandang cacat fisik di Panti Asuhan Bhakti Luhur Kecamatan Sukun Malang. *Nursing News*, 2(1), 578–597.
- Pratiwi Wahyu, I., & Sri, W. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Self Regulation Remaja Dalam Bersosialisasi. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Pengembangan Sdm*, 8(1), 1–11. <https://ejournal.borobudur.ac.id/index.php/psikologi/article/view/589>
- Profil Pendidikan Kota Padang*. (2021).
- Purwanto, T. (2015). BUKU AJAR KEPERAWATAN JIWA. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 15, Issue 2). PUSTAKA PELAJAR.
- Pusat Penilaian Pendidikan Balitbang Kemendikbud. (2019). Pendidikan di Indonesia Belajar dari Hasil PISA 2018. *Pusat Penilaian Pendidikan Balitbang Kemendikbud*, 021, 1–206.
- Puspitasari, R., Basori, M., & Aka, K. A. (2022). Studi Kasus Rasa Kurang Percaya Diri Siswa Kelas Tinggi SDN 3 Tanjungtani Pada Saat Menyampaikan Argumennya Di Kelas dan Upaya Menumbuhkan Rasa Percaya Diri. 4(2), 325–335. <https://doi.org/10.37216/badaa.v4i2.738>

- Rahayuningrum, D. W. I. C., & Sary, A. N. (2019). *STUDI TINGKAT KECEMASAN REMAJA TERHADAP NO-MOBILE PHONE (NOMOPHOBIA) DI SMA NEGERI KOTA PADANG*. 1(2), 34–37.
- Rikesdas. (2018). Laporan Nasional RKD2018 FINAL.pdf. In *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan* (p. 674).
- Riwidikdo, H. (2017). *STATISTIK KESEHATAN: Belajar Mudah Teknik Analisis Data Dalam Penelitian Kesehatan (Plus Aplikasi Software SPSS)*. Nuha Medika.
- Rusydi, A. (2015). Kecemasan dan Psikoterapi Spritual Islam. *Istana PUBLISHING*, 28(8 Special Issue), 591–599.
- Sari, A. F. (2022). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Self-Confidence pada Remaja Dalam Mengikuti Pelajaran Di Madrasah Aliyah Alkhoirot Pagelaran Kabupaten Malang. *Skripsi: UIN Maulana Malik Ibrahim*. <https://doi.org/10.32668/jkep.v6i2.761>
- Sari, E. P., & Purwaningsih, S. M. (2018). Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Prestasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Sejarah Kelas X Program Ipa Di Sma Negeri 1 Cerme Gresik. *Avatara*, 6(3), 79–87.
- Setiawan, E. A., Musslifah, & Rachmawati, A. (2023). Kecemasan Dalam Pengambilan Keputusan Karier Pada Remaja. *TUTURAN: Jurnal Ilmu Komunikasi, Sosial Dan Humaniora*, 1(3), 92–101.
- Signs, C., & Disorders, O. F. A. (n.d.). *What is anxiety?* 1–2.
- Sit, M. (2015). *Perkembangan Peserta Didik*.
- Solihat, M., P., M. M., & Solihin, O. (2014). *Interpersonal Skill Tips Membangun Komunikasi dan Relasi*. Rekayasa Sains.
- Sujarweni, V. W. (2015). *Statistik Untuk Kesehatan* (1st ed.). Gava Media.
- Sukmawati, B. (2023). Kepercayaan Diri Di Masa Perkembangan Siswa Remaja SMPIT AL-GHOZALI. *SPEED Journal: Journal of Special Education*, 7(1), 76–83. <https://doi.org/10.31537/speed.v7i1.1222>
- Sulistyo, A., Suharyono, E., Djamil, F. D., & Sudanang, E. A. (2023). Presepsi Remaja Terhadap Gangguan Kecemasan Pada Fase Remaja Akhir Menuju Dewasa Awal. *Jurnal Harmoni ...*, 1, 28–39. <http://ejournal.stipram.ac.id/index.php/JHNB/article/view/276%0Ahttps://ejournal.stipram.ac.id/index.php/JHNB/article/download/276/204>
- Sunardi, Y. (2017). *SEHAT & CERDAS UNTUK REMAJA-Penduan Nutrisi Otak dan Tubuh Ideal untuk Remaja* (Maya (Ed.); 1st ed.). ANDI.

- Supriatin, E. (2014). Hubungan Kecemasan Remaja dengan Kejadian Dismenorea pada Siswi SMP X Bandung. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 2(1), 58.
- Syafrullah, H., Rokayah, C., & Nurdini, R. (2019). Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Kelas Alih Transfer Program Sarjana Keperawatan. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(2), 72. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.2.2017.72-76>
- Syapitri, H., Amila, & Aritonang, J. (2021). Metodologi Penelitian Kesehatan. In *Ahlimedia Press*. www.ahlimediapress.com
- Tanjung, Z., & Amelia, S. (2017). Menumbuhkan Kepercayaan Diri Siswa. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 2(2), 2–6. <https://doi.org/10.29210/3003205000>
- UNICEF. (2021a). Profil Remaja 2021. *Unicef*, 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)
- UNICEF. (2021b). Strategi Komunikasi Perubahan Sosial dan Perilaku: Meningkatkan Gizi Remaja di Indonesia. *Unicef*, 1–66.
- Widiawati, S., & Selvi, S. (2022). Buku Panduan Kesehatan Pada Reproduksi Remaja. In *Jurnal Pengabdian Harapan Ibu (JPHI)* (Vol. 4, Issue 1).
- Yusuf, A. ., Fitryasari, R., & Endang Nihayati, H. (2015). Keperawatan Kesehatan Jiwa. *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa*, 1–366.
- ZAP Beauty Index. (2020). ZAP Beauty Index 2020 | 1. *ZAP Beauty*, 1–36. <https://zapclinic.com/zapbeautyindex/2020>
- ZAP Beauty Index. (2023). *ZAP Beauty Index Tahun 2023*.
- Zulaifi, R. (2023). Efektifitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Thought Stopping Untuk Mengurangi Tingkat Kecemasan Akademik Siswa Kelas X Smkn 2 Mataram. *Realita: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(1), 2046. <https://doi.org/10.33394/realita.v8i1.7617>

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



A. Identitas Diri

Nama : Indah Novia Hendra
Tempat/ tanggal lahir : Padang/ 08 November 2001
Alamat : Jl. Perdana Depan TVRI, Kel. Air Pacah, Kec. Koto
Tengah, Kota Padang
No. telp/ HP : 082172769568/ 089527993428
Email : indah.noviahendra@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

NO	PENDIDIKAN	TAHUN LULUS
1.	SD N 55 Air Pacah	2014
2.	SMP N 18 Padang	2017
3.	SMA N 5 Padang	2020
4.	Kemenkes Poltekkes Padang	2024

LAMPIRAN

Lampiran 2

**SURAT KESEDIAAN DAN PERSETUJUAN MENJADI
PEMBIMBING 1 SKRIPSI**

 **KEMENTERIAN KESEHATAN RI**
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN PADANG
Jl. Sekeloa Timur No. 10 Padang 25131 Telp: (0751) 7411221-7411222 Faks: (0751) 7411223-7411224
Website: <http://www.poltekkes.kemkes.go.id/> Page: www.poltekkes.kemkes.go.id/

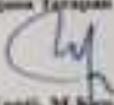
No: PP.08.011 /2023 Padang, 28 Agustus 2023
Lamp: /
Perihal: Kesediaan Sebagai Pembimbing Skripsi

Kepada Yth,
Bapak/ Ibu Tia Hj. Yonawati, S.Kep., S.ST., M.Kes
di
Tempat

Dengan Hormat,
Sehubungan akan diterbitnya Permisian skripsi Mahasiswa Program Studi Sarjana Tingkat Keperawatan-Ners
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kesehatan Padang untuk Tahun Ajaran 2023/2024, maka dengan ini kami mohon
kesediaan Bapak/ Ibu sebagai Pembimbing Proposal dan Laporan hasil skripsi mahasiswa:

Nama : Indah Nuvia Huda
Nim : 2023110098
Jadwal Proposal : Hubungan Perawatan Dini Dan Keperawatan Dini Dengan Tingkat Kesadaran Pada Rawat
Di SMA Negeri 3 Padang

Dengan ini kami sampaikan, atas kesediaan Bapak/ Ibu kami ucapkan terima kasih.

Ka. Prodi Sarjana Tingkat Keperawatan-Ners

Nerva Yanti, M.Kep., Ns.Kep.MB
NIP. 13801028200112 2 002

PERNYATAAN KESEDIAAN DAN MENYETUJUI

Dengan ini saya menyatakan: **Bersedia/ Tidak Bersedia** sebagai Pembimbing Proposal dan Laporan hasil skripsi dan
Menyetujui/ Tidak Menyetujui ini:

Nama : Indah Nuvia Huda
Nim : 2023110098
Jadwal Proposal : Hubungan Perawatan Dini Dan Keperawatan Dini Dengan Tingkat Kesadaran Pada Rawat
Di SMA Negeri 3 Padang

Padang, _____ 2023

Dns. Hj. Yonawati, S.Kep., S.ST., M.Kes

NB: Cover surat satu dari bagian kesediaan ini dan kemudiannya diserahkan ke sekretariat skripsi

Lampiran 3

**SURAT KESEDIAAN DAN PERSETUJUAN MENJADI
PEMBIMBING 2 SKRIPSI**

 **KEMENTERIAN KESEHATAN RI**
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN PADANG
Jl. Jendral Sudirman Km. 10 Padang 25131 Telp. (0751) 461000 Fax. (0751) 461010 Email: dtk@kes.go.id

No. PP/05/1/ /2022 Padang, 28 Agustus 2021

Lamp: /
Perihal: Kesediaan Sebagai Pembimbing Skripsi

Kepada Yth,
Bapak/ Ibu: **Dr. Sahani, M.Kep.**
di
Tempat

Dengan Hormat,
Sehubungan akan dimulainya Persiapan skripsi Mahasiswa Program Studi Sarjana Tingkat Keperawatan-Ivan
Jurnal Keperawatan Publikasi Komunitas Padang untuk Tahun Ajaran 2021/2022, maka dengan ini kami mohon
kepercayaan Bapak/ Ibu sebagai Pembimbing Proposal dan Laporan hasil skripsi mahasiswa:

Nama: **Indah Nurca Handia**
Nim: **202210008**
Jalur Proposal: **Hubungan Perawatan Diri Dan Kepatuhan Diri Dengan Tingkat Kesadaran Pada Rongga
Oral SMA Negeri 5 Padang**

Ditentukan oleh surat perintah, atau kesediaan Bapak/ Ibu kami ucapkan terima kasih.

Ka. Prodi Sarjana Tingkat Keperawatan-Ivan


Nera Yanti, M.Kep., Ns.Kep.MB
NIP. 19801023 200212 2 002

PERNYATAAN KESEDIAAN DAN MENYUTUJUI

Dengan ini saya menyatakan: **Bersedia/ Tidak Bersedia** sebagai Pembimbing Proposal dan Laporan hasil skripsi dan
Mendukung/ Tidak Mendukung sbb:

Nama: **Indah Nurca Handia**
Nim: **202210008**
Jalur Proposal: **Hubungan Perawatan Diri Dan Kepatuhan Diri Dengan Tingkat Kesadaran Pada Rongga
Oral SMA Negeri 5 Padang**

Padang, 28 Agustus 2021
Dr. Sahani, M.Kep.

(**Dr. Sahani, M.Kep.**)

NB) Ciri-ciri salah satu dari: bagian kesediaan ini dan kemudian diserahkan ke sekretariat skripsi

Lampiran 4

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBING 1



KEMENTERIAN KESEHATAN RI
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN PADANG

K. LEMBANG PONDOK KEPERAWATAN NASIONAL POLIP (2016) POLIKLINIK (2016) TENAGA KESEHATAN PADANG
 Alamat: Jl. Pemuda No. 10 Padang, Sumatera Barat (2011) 021-3501000



LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Indah Nuria Hinda
 NIM : 201310698
 Prodi : Sajana Terapan Keperawatan-Ners
 Pembimbing : No. 18, Tiruwan, S.Kep, S.NT, M.Kes
 Judul Skripsi : Hubungan Keperawatan Diri Dengan Tingkat Kepuasan Pada Remaja Di SMA Negeri 5 Padang

Bimbingan ke	Hari/Tgl	Materi Bimbingan	Tanda Tangan Pembimbing
I	Jum'at 01 September 2023	1. Masalah penelitian 2. Survey awal ke lokasi penelitian	
II	Senin 04 September 2023	1. Masalah penelitian	
III	Rabu 13 September 2023	1. ACC judul penelitian 2. ACC masalah penelitian	
IV	Rabu 20 September 2023	Konsul BAB I 1. Cek penelitian kembali 2. Lakukan survey awal 3. Lanjut ke BAB II	
V	Senin 02 Oktober 2023	Konsul BAB II 1. Screenshot dari alat ukur untuk masing-masing variabel 2. Perbaiki DO 3. Perbaiki kesimpulan 4. Perbaiki hipotesis	
VI	Senin 16 Oktober 2023	Konsul revisi BAB II Konsul BAB III 1. Perbaiki jenis penelitian 2. Perbaiki populasi dan sampel Konsul revisi BAB I 1. Tambahkan survey awal 2. Justifikasi	
VII	Kamis 30 November 2023	Konsul BAB III 1. Perbaiki kuantitas tabel 2. Cek setelah pengelompokan - analisis 3. Perbaiki analisis data antarvariabel 4. Cek kesimpulan 1-2	
VIII	Senin 04 Desember 2023	Konsul revisi BAB III 1. Perbaiki teknik sampel 2. Lengkapi cek literatur di depan dan belakang	
IX	Senin 11 Desember 2023	Konsul revisi BAB III 1. Perbaiki teknik sampel 2. Lengkapi literatur depan dan belakang 3. Perbaiki gambar	
X	Rabu 06 Desember 2023	ACC untuk ujian seminar proposal	



KEMENTERIAN KESEHATAN RI
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN PADANG



Jl. Sekeloa Timur No.1 Padang 25139 Telp. (0751) 7021201 Fax. (0751) 7021202 Padang 25139
Website : <http://www.poltekkes-pd.go.id/> Email: info@poltekkes-pd.go.id

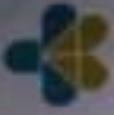
XI	Komis 11 Januari 2024	Konsul revisi hasil seminar proposal skripsi	
XII	Seswa 26 Februari 2024	Konsul data penelitian 1. Konsul master tabel dan lengkap keurangannya 2. Konsul output SPSS/ cek konsistensi data 3. Cari buku sumber untuk konsistensi data	
XIII	Seswa 01 April 2024	Konsul BAB IV 1. Data normal sudah di cek 2. Perbaiki tabel silang (interpretasinya)	
XIV	Seswa 02 April 2024	Konsul BAB IV 1. Perbaiki pembahasan hal 33 2. Lengkap daftar pustaka dan lampiran lainnya 3. Buat abstrak di!	
XV	Seswa 20 Mei 2024	Perbaiki abstrak	
XVI	Seswa 21 Mei 2024	ACC ujian seminar hasil skripsi	

Ka. Prodi Sarjana Terapan Keperawatan-Ners

Nerya Yanti, M.Kep., Sp.Kep.NB
NIP. 19801023 200212 2 002

Lampiran 5

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBING 2



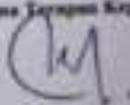
KEMENTERIAN KESEHATAN RI
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN PADANG

Jl. Sidiyasa Puncak Bukit Barisan 2, Tg. Pagar (3111) Padang Barat (3111) Telp. (0751) 282244
 Website : <http://www.poltekkes.kemkes.go.id/> Telp. Asisten Deputi (0751) 282248

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Indah Novia Hendry
 NIM : 202310088
 Prodi : Sarjana Terapan Keperawatan-Ners
 Pembimbing : Ns. Yanti, M.Kep
 Judul Skripsi : Hubungan Kepertayaan Diri Dengan Tingkat Kesehatan Pada Remaja DE SMA Negeri 5 Padang

Bab/Bagian ke	Hari/Tgl	Materi Bimbingan	Tanda Tangan Pembimbing
I	Senin 12 September 2023	1. Masalah penelitian	
II	Kamis 14 September 2023	1. ACC judul penelitian 2. ACC masalah penelitian	
III	Kamis 21 September 2023	Konsul BAB 1	
IV	Senin 03 Oktober 2023	1. Konsul revisi BAB 1 2. Konsul BAB 2	
V	Rabu 18 Oktober 2023	1. Konsul revisi BAB 2 2. Konsul BAB 3	
VI	Jum ah 20 Oktober 2023	1. Konsul revisi BAB 3 2. Konsul perbaikan penelitian	
VII	Rabu 20 Desember 2023	Perbaiki dan rapikan penelitian	
VIII	Jum ah 22 Desember 2023	ACC ulang proposal skripsi	
IX	Kamis 11 Januari 2024	Konsul revisi hasil seminar proposal skripsi	
X	Kamis 25 April 2024	Perbaiki sesuai saran (hasil pembimbing)	
XI	Rabu 7 Mei 2024	ACC ulang seminar hasil skripsi	

Ka. Prodi Sarjana Terapan Keperawatan-Ners

Ns. Yanti, M.Kep, Sp.Kep.NB
 NIP. 19801021 200212 1 002

Lampiran 6

SURAT IZIN PENGAMBILAN DATA

Poltekkes Kemenkes Padang

 **KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN SIKHAKSI PADANG
E. Simpang Pondok Nangka Padang 23146 Telp. (0751) 7000000 (merang)
Website : <http://www.poltekkes-sikhsi.ac.id>
Email : debidand@kemkes.go.id 

Nomor : PP 02.01 / 454 / P / 2020 20 September 2020
Sifat : Bebas
Hal : 1 (satu) Pengambilan Data

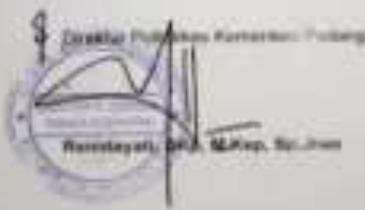
Yth. Kepala Dinas Pemasaran Modal Dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu
(DINMP/TSP) Provinsi Sumatera Barat
Di
Tempat

Dengan hormat,

Sehubungan dengan dilaksanakan Penyusunan Tesis pada Mahasiswa Program Studi
Sarjana Teknik Keperawatan - Ners Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Padang Semester
Ganjil TA. 2020/2021, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan izin kepada
Mahasiswa untuk melakukan Pengambilan Data di Instalasi yang Bapak/Ibu Penuhi:

NO	NAMA	NIM	JUDUL SKRIPSI
1	Indah Nivia Hendra	202010008	Hubungan Penerapan Di Dan Keperawatan Di Dengan Tingkat Pemasaran Pada Rumah & SMA negeri 5 Padang

Demiikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerinduan Bapak/Ibu kami sampaikan ucapan
terima kasih


Rusekayati, S.P.A., M.Kep., Ns., Iman

Terbilang:
1 (satu)



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
 POLITERAS KESEHATAN KEMENKES PADJANG
 Jl. Sekeloa Utara No. 101 Bandung 40132 Telp. (021) 7992281
 Website : <http://www.politeras.kemkes.go.id>
 Email : directorat@politeras.kemkes.go.id



No/Urut : PP/02.01/472/2023
 Sifat : BIASA
 Hal : Sele Pengambilan Data

08 Januari 2023

Yth. Kepala Dinas Pendidikan Provinsi Sumatera Barat
1-4 (LPTD) BALAI TW PONDOKAN Dinas Pendidikan Provinsi Sumatera Barat)

Di
 Tempat

Dengan hormat,

Berselubungan dengan melaksanakan Penyusunan Skripsi pada Mahasiswa Program Studi
 Degree Terapan Keperawatan - Ners Jurusan Keperawatan Politeras Kesehatan Padjang Sumatera
 Barat TA. 2022/2024, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan izin kepada
 Mahasiswa untuk melakukan Pengambilan Data di lokasi yang Bapak/Ibu Perini?

NO	NAMA	NIM	TEMPAT PENGAMBILAN DATA	JUDUL
1	Indah Fitria Herlika	202220066	Dinas Pendidikan Provinsi Sumatera Barat (Balai LPTD) BALAI TW PONDOKAN	Pengambilan Data Jumlah Guru SMA Di Sumatera Barat

Demiikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerinduan Bapak/Ibu kami sampaikan ucapan
 terima kasih.

Direktur Politeras Kesehatan Kementerian
 Kesehatan Padjang,



WENDAYATI, S.Kp, N.Kep, Sp.2006

Terselubungan,
 1. Perinegar

DPMPTSP Sumatera Barat

PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA BARAT
DINAS PENANAMAN MODAL
DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
No. Sekel. Dab. No. 17 Padang, Telp. 075-811341, 811341 Fax. 075-811342
http://dpmptsp.sumbarprov.go.id

SURAT KETERANGAN
Nomor : 102.4/2023/Perm/CPMPTSP/0002

Rekomendasi Perizinan Data

Mengiring	<ol style="list-style-type: none">4. Baiknya untuk perlu administrasi dan pengurusan pelaksanaan penelitian dan pengembangan perlu diberikan rekomendasi penelitian;6. Baiknya untuk keabsahan surat 4 (empat) surat yang berlaku Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Sumatera Barat, sebagai Penyelenggara Administrasi Perizinan yang menerbitkan surat.
Mengingat	<ol style="list-style-type: none">1. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 2002 tentang Sistem Nasional Penelitian, Pengembangan dan Pelayanan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi;2. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 23 Tahun 2014 tentang Pemerintahan Daerah;3. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2017 tentang Pedoman Penelitian dan Pengembangan di Lingkungan Kementerian Dalam Negeri dan Pemerintah Daerah;4. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2017 tentang Pedoman Penelitian Rekomendasi Penelitian yang telah Disetujui dengan Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 7 Tahun 2014 tentang Peraturan Rekomendasi Penelitian.
Mempertahankan	Surat Direktur Peteknas Kawasan Padang Nomor : PP/20/05/2023 tanggal 20 September 2023 tentang Rekomendasi dan Perizinan Data.

Dengan ini menerangkan bahwa kami menerangkan Rekomendasi Perizinan Data kepada:

Nama	Indah Nova Handa
Tempat/Tanggal lahir	Padang 08 November 2001
Pekerjaan	Mahasiswa
Alamat	Jl. Batu air Terasi Padang, Kel. Air Panas, Kec. Koto Tangah, Kota Padang
Nomor Kartu Identitas	1571114811010006
Judul Penelitian	Hubungan Perizinan Dan dan Kapasitas Dan dengan Tingkat Kesemaksimal pada Remaja 0 SMA Negeri 1 Padang
Perizinan Data	SMA Negeri 1 Padang
Luas Pengembangan Data	Oktober 2023 s.d Januari 2024
Jadwal Pengambilan Data	Oktober 2023 s.d Januari 2024

Dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Wajib menghormati dan menaati peraturan dan tata tertib di daerah setempat/luas Penelitian;
2. Penyelesaian penelitian agar tidak mengganggu untuk kaum yang harus mengenyam Kedisiplinan dan Keaktifan di daerah setempat;
3. Menaporkan hasil penelitian dan hasilnya kepada Gubernur Sumatera Barat melalui Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Sumatera Barat;
4. Bisa tetap bertanggung jawab melaksanakan penelitian ini, tidak surat rekomendasi ini tidak berlaku dengan sendirinya.

Dibuatlah Rekomendasi ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya

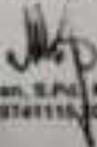
Padang, 14 Oktober 2023

A.n. GURENRI SUMATERA BARAT
KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU


S.E. M.S.
No. 1872/423-198703 1 203

Terlampir:
1. Lembar 1 (satu) Lembar Berkas Daftar Nomor;
2. Lembar 2 (dua) Lembar Perizinan Penelitian Data

Dinas Pendidikan Sumatera Barat

	PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA BARAT DINAS PENDIDIKAN <small>Jl. Jenderal Sudirman No. 32 Teluk (0751) 21151 - 21152 Fax (0751) 21347 - 21310 Padang</small>											
Nomor Lampiran Perihal	426.02/3746 /PDM.A/2023 - Menyatakan Pengambilan Data	Padang, 6 Oktober 2023										
	Kepada Yth, Direktur Kebijakan Kemanis Direktorat Jenderal Tenaga Kesehatan											
	Tempat											
<p>Selubungan dengan surat Saudara Nomor PP.03.01/82345-1/2023 Tanggal 20 September 2023 perihal Izin Melakukan Pengambilan Data dengan Judul "Hubungan Penerimaan Diri dan Kepuasan diri dengan Tingkat Kecemasan pada Remaja di SMA Negeri 5 Padang" atas nama</p> <table border="0"><tr><td>Nama</td><td>: Indah Novia Hendra</td></tr><tr><td>NIM/TKM</td><td>: 202310008</td></tr><tr><td>Program Studi</td><td>: Keparawatan</td></tr><tr><td>Tempat</td><td>: SMA Negeri 5 Padang</td></tr><tr><td>Waktu</td><td>: -</td></tr></table> <p>Berkaitan dengan hal tersebut Dinas Pendidikan Provinsi Sumatera Barat pada prinsipnya tidak keberatan memberi izin kepada Mahasiswa yang namanya diatas untuk melaksanakan Pengambilan Data, namun diharapkan selama kegiatan dapat memperhatikan hal-hal sebagai berikut:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Bekerjasama dengan Kepala SMA terkait2. Pelaksanaan kegiatan diharapkan memperhatikan protokol Covid-193. Tidak mengganggu kegiatan proses belajar dan mengajar4. Tidak membebani pembiayaan kepala peserta didik dalam bentuk apapun5. Pengambilan Data yang dilakukan sepenuhnya untuk kepentingan pendidikan dan tidak untuk dipublikasikan secara umum6. Data yang diambil sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku7. Setelah selesai melaksanakan Pengambilan Data agar menyampaikan laporan ke Dinas Pendidikan Provinsi Sumatera Barat. <p>Demikianlah surat ini ini kami berikan, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.</p> <p style="text-align: right;">Kepala Bidang PEMA  Marhan, S.Pd, M.M. NIP 19741115 100012 1 982</p> <p>Terselubung Bersempitan kepada ah: 1. Gubernur Sumatera Barat (sebagai laporan) 2. Kepala Cabang Dinas Tertali 3. Kepala KEMAS Tertali 4. Kepala BPP Tertali 5. Jany</p>			Nama	: Indah Novia Hendra	NIM/TKM	: 202310008	Program Studi	: Keparawatan	Tempat	: SMA Negeri 5 Padang	Waktu	: -
Nama	: Indah Novia Hendra											
NIM/TKM	: 202310008											
Program Studi	: Keparawatan											
Tempat	: SMA Negeri 5 Padang											
Waktu	: -											



PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA BARAT
DINAS PENDIDIKAN

Jln. Jenderal Sudirman No. 52 Telp. (0751) 20150-20960 Fax (0751) 37047 - 27110 Padang

Nomor : 400.02/093 IPSMA-2024
Lampiran : -
Perihal : Melakukan Pengambilan Data

Padang, 11 Januari 2024

Kepada Yth,
Direktor
Direktorat Jenderal Tenaga Kesehatan
di
Tempat

Sehubungan dengan surat Saudara Nomor : PP.03.01/1421/2024 Tanggal 08
Januari 2024 perihal, Izin Melakukan Penelitian dengan Judul "Pengembangan
Data Jumlah Siswa SMA di Kota Padang" atas nama:

Nama : Indah Novia Hendra
NIM/TM : 203310698
Program Studi : S1 Keperawatan
Tempat : Balai TIK Pendidikan Prov. Sumbar
Waktu : 16 Januari 2024 s.d 16 Februari 2024

Berkaitan dengan hal tersebut Dinas Pendidikan Provinsi Sumatera Barat pada
prinsipnya tidak keberatan memben izin kepada Mahasiswa yang namanya
diterima untuk melaksanakan Pengambilan Data, namun diharapkan selama
kegiatan dapat memperhatikan hal-hal sebagai berikut:

1. Berkoordinasi dengan Kepala SMA terkait
2. Pelaksanaan kegiatan diharapkan memperhatikan protokol Covid-19
3. Tidak mengganggu kegiatan proses belajar dan mengajar
4. Tidak memberatkan pembiayaan kepada peserta didik dalam bentuk apapun
5. Pengambilan Data yang dilakukan sepenuhnya untuk kepentingan pendidikan
dan tidak untuk dipublikasikan secara umum
6. Data yang diambil sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang
berlaku
7. Setelah selesai melaksanakan Pengambilan Data agar menyampaikan
laporan ke Dinas Pendidikan Provinsi Sumatera Barat

Demikianlah surat izin ini kami berikan, agar dapat dipergunakan sebagaimana
memstinya.

Kepala Bidang PSMA

Mahyan, S.Pd., M.M.
NIP. 8574111 200012 1 002

- Terdapat lampiran kepada yth
1. Gubernur Sumatera Barat (sebagai laporan)
 2. Kepala Cabang Dinas Terkait
 3. Ketua BNSD Terkait
 4. Kepala SMA Terkait
 5. Lain-lain

SMAN 5 Padang

PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA BARAT
DINAS PENDIDIKAN
SMA NEGERI 5 PADANG

Website : <http://www.sman5padang.ac.id> Email : siswa@sman5padang.ac.id / mas@sman5padang.ac.id
Jl. Bukit Batu Km. 10 Km. 10 Kode Pos : 25154 Telp. (0751) 498013

LEMBAR DISPOSISI

Korut Dst: Dinas Pendidikan Provinsi Sumatera	Disposisi Tanggal: 11-10-2023
Memo Dst: 42002/3540/ K/PA - 2023	No. Agenda: 388
Tanggal Dst: 6-10-2023	Sifat: <input type="checkbox"/> Sangat Segera <input type="checkbox"/> Segera <input type="checkbox"/> Rutin
Isi: Pengambilan data	
Di rujuk kepada Sr: <input checked="" type="checkbox"/> Kepala TU <input type="checkbox"/> Wakil <input type="checkbox"/> Wakil <input checked="" type="checkbox"/> Wakil Humas <input type="checkbox"/> Wakil T/ptas Dan lainnya	Dewan/Instansi Rujuk: <input type="checkbox"/> Instansi dan Sama <input type="checkbox"/> Proses lebih lanjut <input type="checkbox"/> Koordinasi / Kon.Sematikan <input type="checkbox"/>
Catatan: - Di rujuk	 Alwanza, S.Pd, M.Pd NIP. 19680103199121002

Lampiran 7

SURAT IZIN PENELITIAN

Poltekkes Kemenkes Padang

	KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES PADANG Jl. Simpang Pindah Kipri Banggali Padang 25146 Telp: (0751) 708128 (Hunting) Website : http://www.poltekkes-pdg.ac.id Email : dirktoran@poltekkes-pdg.ac.id				
Nomor : PP.03.05/5487/2024		13 Januari 2024			
Status : BIASA					
Hal : 01n Penelitian					
Yth. Kepala Dinas Pendidikan Provinsi Sumatera Barat					
Di					
Tempat :					
Dengan hormat,					
Sesibungan dengan dilaksanakannya Penyusunan Skripsi pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Tenaga Kependidikan - Ners Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Padang Semester Ganjil TA. 2023/2024, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan izin kepada Mahasiswa untuk melakukan Penelitian di instansi yang Bapak/Ibu Tempati :					
NO	NAMA	NIM	WAKTU	TEMPAT PENELITIAN	JUDUL SKRIPSI
1	Israh Nova Herida	203310088	Januari – Maret 2024	SMA N 5 Padang	Hubungan Kepercayaan Diri dengan Tingkat Kecemasan pada Remaja di SMA Negeri 5 Padang
Demikianlah kami sampaikan, atas perhatian dan kerelaan Bapak/Ibu kami sampaikan ucapan terima kasih.					
Direktur Poltekkes Kesehatan Kementerian Kesehatan Padang					
					
RENDAYATI, S.Kp, M.Kep, Sp.Jwa					
Terbilang : 1. Petinggi					
<small>Diunduh di Web www.poltekkes-pdg.ac.id yang diterbitkan oleh Baku Sertifikasi Elektronik (BSE) 0042/ 0039</small>					

Dinas Pendidikan Sumatera Barat

**PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA BARAT**
DINAS PENDIDIKAN
Jl. Jenderal Sudirman, No. 52, Telok Tering, Padang, 25145 Telp. (0751) 81047 - 27516 Padang

Nomor : 420/021/01/PO/PSMA-2104
Lampiran : -
Perihal : Melakukan Penelitian

Padang, 18 Januari 2024

Kepada Yth,
Direktur
Poltek KKP
di
Tempat

Sehubungan dengan surat Sumatera Nomor PP.03.01/1487/2024 Tanggal 13 Januari 2024 perihal, izin Melakukan Penelitian dengan Judul "Hubungan Kepercayaan Diri dengan Tingkat Kecemasan pada Remaja di SMA Negeri 8 Padang" atas nama:

Nama : Indah Novia Hendra
NIM/TM : 202215698
Program Studi : Sarjana Terapan Keperawatan - Ners
Tempat : SMA N 8 Padang
Waktu : 22 Januari 2024 s.d 22 Maret 2024

Berkaitan dengan hal tersebut Dinas Pendidikan Provinsi Sumatera Barat pada prinsipnya tidak keberatan memberikan izin kepada Mahasiswa yang namanya diatas untuk melaksanakan Pengambilan Data, namun diharapkan selama kegiatan dapat memperhatikan hal-hal sebagai berikut:

1. Bekerjasama dengan Kepala SMA tempat
2. Pelaksanaan kegiatan diharapkan memperhatikan protokol Covid-19
3. Tidak mengganggu kegiatan proses belajar dan mengajar
4. Tidak memberatkan pembiayaan kepada peserta didik dalam bentuk apapun
5. Pengambilan Data yang dilakukan sepenuhnya untuk kepentingan pendidikan dan tidak untuk dipublikasikan secara umum
6. Data yang diambil sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku
7. Setelah selesai melaksanakan Pengambilan Data agar menyampaikan laporan ke Dinas Pendidikan Provinsi Sumatera Barat.

Demikianlah surat izin ini kami berikan, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.


Kepala Bidang PSMA
Matyan, S.Pd., M.M.
NIP. 197413122000121002

Tembusan diampuhkan kepada yth:

1. Gubernur Sumatera Barat (sebagai laporan)
2. Kepala Cabang Dinas Terpadu
3. Kepala SMAS Terpadu
4. Kepala SMA Terpadu
5. Arsip

SMAN 5 Padang

PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA BARAT DINAS PENDIDIKAN SMA NEGERI 5 PADANG	
Website : http://www.sman5padang.scb.id Email: adris@smn5padang.scb.id / sma5padang@gmail.com	
Jl. Duta Duta Kiri - Karaji Kode Pos - 25138 Telp. (0751) 408055	
LEMBAR DISPOSISI	
Yarat Datar: Dinas Pendidikan Rev. Inbar	Diterima Tanggal: Kamis / 11-1-24
Nomor Surat: 410-02/0160/DMA 2024	No. Agenda: 040
Tanggal Surat: 16-1-24	<input type="checkbox"/> Sangat Rahasia <input checked="" type="checkbox"/> Rahasia <input type="checkbox"/> Biasa
Perihal: Lem Konsultasi	
Disampaikan Kepada Sd/:	Dengan Hormat Saya
<input checked="" type="checkbox"/> Kepala TU	<input type="checkbox"/> Tanggapan dan Saran
<input checked="" type="checkbox"/> Wakil	<input type="checkbox"/> Proses lebih lanjut
<input type="checkbox"/> Wakil	<input type="checkbox"/> Koordinasi - Kerjasama
<input type="checkbox"/> Wakil Humas	<input type="checkbox"/> _____
<input type="checkbox"/> Wakil Supran	
Dari Sekretaris	
Catatan:	
- Diizinkan	 Azwartha, S.Pd, M.M. NIP. 196801161995121002

Lampiran 8

SURAT KETERANGAN SELESAI MELAKUKAN PENELITIAN



Lampiran 9

KISI-KISI KUESIONER

TUJUAN	VARIABEL	ASPEK YANG DINILAI	NO PERTANYAAN	JUMLAH
Untuk mengetahui hubungan kepercayaan diri dengan tingkat kecemasan	Kepercayaan Diri	1. Keyakinan akan kemampuan diri	1, 2, 3, 4	29
		2. Optimis	5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12	
		3. Objektif	13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20	
		4. Bertanggung jawab	21, 22	
		5. Rasional dan realistis	23, 24, 25, 26, 27, 28, 29	
	Tingkat Kecemasan	1. Perasaan cemas (<i>anxietas</i>)	1	14
		2. Ketegangan	2	
		3. Ketakutan	3	
		4. Gangguan tidur	4	
		5. Gangguan kecerdasan	5	
		6. Perasaan depresi (murung)	6	
		7. Gejala somatic atau fisik (otot)	7	
		8. Gejala somatic atau fisik (sensorik)	8	
		9. Gejala kardiovaskuler (jantung dan pembuluh darah)	9	
		10. Gejala respiratory (pernafasan)	10	
		11. Gejala gastrointestinal (pencernaan)	11	
		12. Gejala urogenital (perkemihan dan kelamin)	12	
		13. Gejala autonom	13	
		14. Tingkah laku	14	

Lampiran 10

PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN **(INFORMED CONSENT)**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Umur :

Alamat :

Menyatakan bahwa saya bersedia untuk turut berpartisipasi menjadi responden penelitian yang dilakukan Mahasiswa Sarjana Terapan Keperawatan-Ners Poltekkes Kemenkes RI Padang yang berjudul tentang “Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Tingkat Kecemasan Pada Remaja Di Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Padang”. Tanda tangan menunjukkan bahwa saya sudah diberi informasi dan memutuskan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

Padang, Februari 2024

()

Lampiran 11

KUESIONER PENELITIAN **HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN TINGKAT KECEMASAN** **PADA REMAJA DI SMA NEGERI 5 PADANG**

A. Petunjuk Pengisian

1. Bacalah petunjuk pengisian dengan seksama sebelum saudara menjawab pertanyaan didalam kuesioner ini.
2. Isilah dengan jujur dan sesuai keadaan yang dirasakan saudara sehari-hari.
3. Berikan tanda centang (√) pada kotak yang tersedia pada satu kolom sesuai dengan kenyataan yang dialami saudara.
4. Pengisian kuesioner ini tidak akan berpengaruh terhadap nilai pendidikan dan kerahasiaan saudara terjamin
5. Atas kesediaan dan kerelaan saudara dalam mengisi kuesioner ini saya ucapkan terima kasih.

B. Identitas Responden

Nama :
Umur :
Jenis Kelamin : L / P
Kelas :

C. Skala Kepercayaan Diri (*The Test Of Self-Confidence*)

Berilah tanda centang (√) pada pilihan jawaban yang menurut keadaan diri saudara yang sebenarnya. Terdapat 4 alternatif jawaban yang mewakili keadaan diri saudara, yaitu :

Pernyataan positif

- SS = Sangat Setuju (4)
- S = Setuju (3)
- TS = Tidak Setuju (2)
- STS = Sangat Tidak Setuju (1)

Pernyataan negatif

- SS = Sangat Setuju (1)
- S = Setuju (2)
- TS = Tidak Setuju (3)
- STS = Sangat Tidak Setuju (4)

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya percaya akan kemampuan yang saya miliki				
2.	Saya merasa tidak percaya dengan kemampuan diri saya				
3.	Saya ikhlas menerima kelebihan dan kekurangan diri saya				
4.	Saya memiliki kelebihan untuk dikembangkan				
5.	Saya rajin belajar supaya prestasi bagus				
6.	Saya berani bertanya apabila tidak paham pelajaran				
7.	Saya dapat mengerjakan tugas dengan baik				
8.	Saya malu bertanya apabila tidak paham pelajaran				
9.	Saya berani mengerjakan soal di depan kelas				
10.	Saya yakin dapat menyelesaikan tugas sekolah dengan baik				
11.	Saya takut mengerjakan soal di depan kelas				
12.	Saya kurang yakin saya dapat menyelesaikan tugas sekolah dengan baik				
13.	Saya yakin bahwa semua masalah pasti akan selesai				
14.	Saya selalu berfikir positif saat ada masalah				
15.	Saya menyalahkan orang lain saat ada masalah				
16.	Saya mau memaafkan orang lain yang salah kepada saya				
17.	Saya menerima setiap pendapat yang disampaikan orang lain				
18.	Saya mau menerima sapaan dari orang lain				
19.	Saya berani mengungkapkan pendapat saya				
20.	Saya tidak suka apabila saya dan teman saya berbeda pendapat				
21.	Saya suka menyelesaikan tugas sendiri				
22.	Saya sulit menyelesaikan tugas sendiri				
23.	Saya memiliki cita-cita yang jelas				
24.	Saya kecewa saat gagal				
25.	Saya tidak memiliki cita-cita				
26.	Sebelum memutuskan sesuatu, saya memikirkan secara matang terlebih dahulu				

27.	Saya selalu yakin dapat mengerjakan tugas yang sulit				
28.	Saya terburu-buru dalam memilih sesuatu				
29	Saya tidak yakin akan berhasil dalam mengerjakan tugas yang sulit				
TOTAL					

D. Kecemasan (*Hamilton Rating Scale For Anxiety (HRS-A)*)

Berilah tanda centang (√) pada pilihan jawaban yang menurut keadaan diri saudara yang sebenarnya. Terdapat 5 alternatif jawaban yang mewakili keadaan diri saudara, yaitu :

- | | |
|---------------|------------------|
| 0 = Tidak Ada | 3 = Berat |
| 1 = Ringan | 4 = Berat Sekali |
| 2 = Sedang | |

NO	GEJALA KECEMASAN	NILAI ANGKA (SCORE)				
		0	1	2	3	4
1.	<i>Perasaan cemas (anxietas)</i> Cemas Firasat buruk Takut akan pikiran sendiri Mudah tersinggung					
2.	<i>Ketegangan</i> Merasa tegang Lesu Tidak bisa istirahat tenang Mudah terkejut Mudah menangis Gemetar Gelisah					
3.	<i>Ketakutan</i> Pada gelap Pada orang asing Ditinggal sendiri Pada binatang besar Pada keramaian lalu lintas Pada kerumunan orang banyak					
4.	<i>Gangguan tidur</i> Sukar tidur Terbangun malam hari Tidur tidak nyenyak Bangun dengan lesu Banyak mimpi-mimpi Mimpi buruk					

	Mimpi menakutkan					
5.	<i>Gangguan kecerdasan</i> Sukar konsentrasi Daya ingat menurun Daya ingat buruk					
6.	<i>Perasaan depresi (murung)</i> Hilangnya minat Berkurangnya kesenangan pada hobi Sedih Bangun dini hari Perasaan berubah-ubah sepanjang hari					
7.	<i>Gejala somatic atau fisik (otot)</i> Sakit dan nyeri di otot-otot Kaku Kedutan otot Gigi gemerutuk Suara tidak stabil					
8.	<i>Gejala somatic atau fisik (sensorik)</i> Tinnitus (telinga berdenging) Penglihatan kabur Muka merah atau pucat Merasa lemas Perasaan ditusuk-tusuk					
9.	<i>Gejala kardiovaskuler (jantung dan pembuluh darah)</i> Takikardi (denyut jantung cepat) Berdebar-debar Nyeri di dada Denyut nadi mengeras Rasa lesu atau lemas seperti mau pingsan Detak jantung menghilang (berhenti sekejap)					
10.	<i>Gejala respiratory (pernafasan)</i> Rasa tertekan atau sempit di dada Tercekik Sering menarik nafas Nafas pendek atau sesak					
11.	<i>Gejala gastrointestinal (pencernaan)</i> Sulit menelan Perut melilit Gangguan pencernaan Nyeri sebelum dan sesudah makan Perasaan terbakar di perut Rasa penuh (kembung) Mual Muntah BAB lembek					

	Sukar BAB (konstipasi) Kehilangan berat badan					
12.	<i>Gejala urogenital (perkemihan dan kelamin)</i> Sering buang air kecil Tidak dapat menahan air seni Tidak datang bulan (haid) Darah haid berlebihan Darah haid amat sedikit Masa haid berkepanjangan Masa haid amat pendek Haid beberapa kali dalam sebulan Menjadi dingin (frigid) Ejakulasi dini Ereksi melemah Ereksi hilang Impotensi					
13.	<i>Gejala autonom</i> Mulut kering Muka merah Mudah berkeringat Kepala pusing Kepala terasa berat Kepala terasa sakit Bulu-bulu berdiri					
14.	<i>Tingkah laku</i> Gelisah Tidak tenang Jari gemetar Kerut kening Muka tegang Otot tegang (mengeras) Nafas pendek dan cepat Muka merah					
TOTAL						

Lampiran 13

OUTPUT SPSS

1. Analisis Univariat

a. Usia (Numerik)

Usia Responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	15	32	40.5	40.5	40.5
	16	42	53.2	53.2	93.7
	17	4	5.1	5.1	98.7
	18	1	1.3	1.3	100.0
Total		79	100.0	100.0	

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Usia Responden	79	15	18	15.67	.635
Valid N (listwise)	79				

b. Jenis Kelamin

Jenis Kelamin Responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Perempuan	48	60.8	60.8	60.8
	Laki-laki	31	39.2	39.2	100.0
Total		79	100.0	100.0	

c. Kepercayaan Diri

Pernyataan 1

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	1	1.3	1.3	1.3
	Tidak Setuju	8	10.1	10.1	11.4
	Setuju	35	44.3	44.3	55.7
	Sangat Setuju	35	44.3	44.3	100.0
	Total		79	100.0	100.0

Pernyataan 2

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Setuju	6	7.6	7.6	7.6
	Setuju	15	19.0	19.0	26.6
	Tidak Setuju	45	57.0	57.0	83.5
	Sangat Tidak Setuju	13	16.5	16.5	100.0
	Total		79	100.0	100.0

Pernyataan 3

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	4	5.1	5.1	5.1
	Setuju	45	57.0	57.0	62.0
	Sangat Setuju	30	38.0	38.0	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Pernyataan 4

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	3	3.8	3.8	3.8
	Tidak Setuju	10	12.7	12.7	16.5
	Setuju	47	59.5	59.5	75.9
	Sangat Setuju	19	24.1	24.1	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Pernyataan 5

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	10	12.7	12.7	12.7
	Setuju	38	48.1	48.1	60.8
	Sangat Setuju	31	39.2	39.2	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Pernyataan 6

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	1	1.3	1.3	1.3
	Tidak Setuju	13	16.5	16.5	17.7
	Setuju	44	55.7	55.7	73.4
	Sangat Setuju	21	26.6	26.6	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Pernyataan 7

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	1	1.3	1.3	1.3
	Tidak Setuju	10	12.7	12.7	13.9
	Setuju	47	59.5	59.5	73.4
	Sangat Setuju	21	26.6	26.6	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Pernyataan 8

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Setuju	9	11.4	11.4	11.4
	Setuju	27	34.2	34.2	45.6
	Tidak Setuju	43	54.4	54.4	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Pernyataan 9

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	2	2.5	2.5	2.5
	Tidak Setuju	17	21.5	21.5	24.1
	Setuju	47	59.5	59.5	83.5
	Sangat Setuju	13	16.5	16.5	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Pernyataan 10

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	2	2.5	2.5	2.5
	Tidak Setuju	5	6.3	6.3	8.9
	Setuju	46	58.2	58.2	67.1
	Sangat Setuju	26	32.9	32.9	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Pernyataan 11

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Setuju	10	12.7	12.7	12.7
	Setuju	19	24.1	24.1	36.7
	Tidak Setuju	43	54.4	54.4	91.1
	Sangat Tidak Setuju	7	8.9	8.9	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Pernyataan 12

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Setuju	10	12.7	12.7	12.7
	Setuju	29	36.7	36.7	49.4
	Tidak Setuju	35	44.3	44.3	93.7
	Sangat Tidak Setuju	5	6.3	6.3	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Pernyataan 13

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	1	1.3	1.3	1.3
	Tidak Setuju	9	11.4	11.4	12.7
	Setuju	30	38.0	38.0	50.6
	Sangat Setuju	39	49.4	49.4	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Pernyataan 14

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	1	1.3	1.3	1.3
	Tidak Setuju	17	21.5	21.5	22.8
	Setuju	35	44.3	44.3	67.1
	Sangat Setuju	26	32.9	32.9	100.0

Total	79	100.0	100.0
-------	----	-------	-------

Pernyataan 15

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Setuju	3	3.8	3.8	3.8
	Setuju	7	8.9	8.9	12.7
	Tidak Setuju	42	53.2	53.2	65.8
	Sangat Tidak Setuju	27	34.2	34.2	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Pernyataan 16

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	6	7.6	7.6	7.6
	Setuju	41	51.9	51.9	59.5
	Sangat Setuju	32	40.5	40.5	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Pernyataan 17

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	1	1.3	1.3	1.3
	Tidak Setuju	5	6.3	6.3	7.6
	Setuju	45	57.0	57.0	64.6
	Sangat Setuju	28	35.4	35.4	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Pernyataan 18

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	3	3.8	3.8	3.8
	Setuju	35	44.3	44.3	48.1
	Sangat Setuju	41	51.9	51.9	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Pernyataan 19

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	3	3.8	3.8	3.8
	Tidak Setuju	8	10.1	10.1	13.9
	Setuju	46	58.2	58.2	72.2
	Sangat Setuju	22	27.8	27.8	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Pernyataan 20

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Setuju	2	2.5	2.5	2.5
	Setuju	14	17.7	17.7	20.3
	Tidak Setuju	46	58.2	58.2	78.5

	Sangat Tidak Setuju	17	21.5	21.5	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Pernyataan 21

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	14	17.7	17.7	17.7
	Setuju	48	60.8	60.8	78.5
	Sangat Setuju	17	21.5	21.5	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Pernyataan 22

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Setuju	7	8.9	8.9	8.9
	Setuju	26	32.9	32.9	41.8
	Tidak Setuju	42	53.2	53.2	94.9
	Sangat Tidak Setuju	4	5.1	5.1	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Pernyataan 23

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	4	5.1	5.1	5.1
	Tidak Setuju	9	11.4	11.4	16.5
	Setuju	32	40.5	40.5	57.0
	Sangat Setuju	34	43.0	43.0	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Pernyataan 24

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Setuju	27	34.2	34.2	34.2
	Setuju	39	49.4	49.4	83.5
	Tidak Setuju	12	15.2	15.2	98.7
	Sangat Tidak Setuju	1	1.3	1.3	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Pernyataan 25

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Setuju	7	8.9	8.9	8.9
	Setuju	3	3.8	3.8	12.7
	Tidak Setuju	33	41.8	41.8	54.4
	Sangat Tidak Setuju	36	45.6	45.6	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Pernyataan 26

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Setuju	9	11.4	11.4	11.4

Setuju	40	50.6	50.6	62.0
Sangat Setuju	30	38.0	38.0	100.0
Total	79	100.0	100.0	

Pernyataan 27

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tidak Setuju	4	5.1	5.1	5.1
	Tidak Setuju	21	26.6	26.6	31.6
	Setuju	45	57.0	57.0	88.6
	Sangat Setuju	9	11.4	11.4	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Pernyataan 28

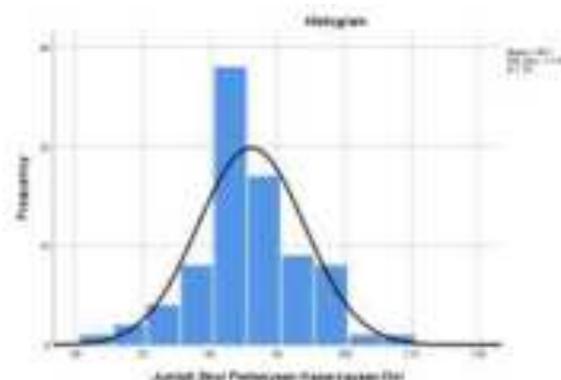
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Setuju	9	11.4	11.4	11.4
	Setuju	32	40.5	40.5	51.9
	Tidak Setuju	34	43.0	43.0	94.9
	Sangat Tidak Setuju	4	5.1	5.1	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Pernyataan 29

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Setuju	10	12.7	12.7	12.7
	Setuju	29	36.7	36.7	49.4
	Tidak Setuju	33	41.8	41.8	91.1
	Sangat Tidak Setuju	7	8.9	8.9	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Statistics

Jumlah Skor Pertanyaan Kepercayaan Diri		
N	Valid	79
	Missing	0
Mean		86.10
Median		85.00
Mode		85
Std. Deviation		7.938
Skewness		-.143
Std. Error of Skewness		.271
Kurtosis		.649
Std. Error of Kurtosis		.535
Minimum		63
Maximum		106



Kategori Variabel Kepercayaan Diri

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kepercayaan Diri Tinggi	36	45.6	45.6	45.6
	Kepercayaan Diri Rendah	43	54.4	54.4	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

d. Tingkat Kecemasan

Pertanyaan 1

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Ada	5	6.3	6.3	6.3
	Ringan	29	36.7	36.7	43.0
	Sedang	20	25.3	25.3	68.4
	Berat	19	24.1	24.1	92.4
	Berat Sekali	6	7.6	7.6	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Pertanyaan 2

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Ada	19	24.1	24.1	24.1
	Ringan	22	27.8	27.8	51.9
	Sedang	18	22.8	22.8	74.7
	Berat	15	19.0	19.0	93.7
	Berat Sekali	5	6.3	6.3	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Pertanyaan 3

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Ada	20	25.3	25.3	25.3
	Ringan	36	45.6	45.6	70.9
	Sedang	13	16.5	16.5	87.3
	Berat	5	6.3	6.3	93.7
	Berat Sekali	5	6.3	6.3	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Pertanyaan 4

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Ada	18	22.8	22.8	22.8
	Ringan	27	34.2	34.2	57.0
	Sedang	15	19.0	19.0	75.9
	Berat	13	16.5	16.5	92.4
	Berat Sekali	6	7.6	7.6	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Pertanyaan 5

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Ada	16	20.3	20.3	20.3
	Ringan	25	31.6	31.6	51.9
	Sedang	29	36.7	36.7	88.6
	Berat	3	3.8	3.8	92.4
	Berat Sekali	6	7.6	7.6	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Pertanyaan 6

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Ada	21	26.6	26.6	26.6
	Ringan	31	39.2	39.2	65.8
	Sedang	19	24.1	24.1	89.9
	Berat	5	6.3	6.3	96.2
	Berat Sekali	3	3.8	3.8	100.0
	Total		79	100.0	100.0

Pertanyaan 7

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Ada	34	43.0	43.0	43.0
	Ringan	25	31.6	31.6	74.7
	Sedang	12	15.2	15.2	89.9
	Berat	6	7.6	7.6	97.5
	Berat Sekali	2	2.5	2.5	100.0
	Total		79	100.0	100.0

Pertanyaan 8

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Ada	33	41.8	41.8	41.8
	Ringan	22	27.8	27.8	69.6
	Sedang	20	25.3	25.3	94.9
	Berat	3	3.8	3.8	98.7
	Berat Sekali	1	1.3	1.3	100.0
	Total		79	100.0	100.0

Pertanyaan 9

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Ada	41	51.9	51.9	51.9
	Ringan	21	26.6	26.6	78.5
	Sedang	10	12.7	12.7	91.1
	Berat	3	3.8	3.8	94.9
	Berat Sekali	4	5.1	5.1	100.0
	Total		79	100.0	100.0

Pertanyaan 10

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Ada	36	45.6	45.6	45.6
	Ringan	24	30.4	30.4	75.9
	Sedang	9	11.4	11.4	87.3
	Berat	8	10.1	10.1	97.5
	Berat Sekali	2	2.5	2.5	100.0
	Total		79	100.0	100.0

Pertanyaan 11

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Ada	41	51.9	51.9	51.9
	Ringan	21	26.6	26.6	78.5
	Sedang	13	16.5	16.5	94.9
	Berat	4	5.1	5.1	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Pertanyaan 12

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Ada	47	59.5	59.5	59.5
	Ringan	19	24.1	24.1	83.5
	Sedang	9	11.4	11.4	94.9
	Berat	3	3.8	3.8	98.7
	Berat Sekali	1	1.3	1.3	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Pertanyaan 13

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Ada	24	30.4	30.4	30.4
	Ringan	27	34.2	34.2	64.6
	Sedang	9	11.4	11.4	75.9
	Berat	16	20.3	20.3	96.2
	Berat Sekali	3	3.8	3.8	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Pertanyaan 14

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Ada	33	41.8	41.8	41.8
	Ringan	27	34.2	34.2	75.9
	Sedang	6	7.6	7.6	83.5
	Berat	5	6.3	6.3	89.9
	Berat Sekali	8	10.1	10.1	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Kategori Variabel Tingkat Kecemasan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Cemas	31	39.2	39.2	39.2
	Cemas	48	60.8	60.8	100.0
	Total	79	100.0	100.0	

Kategori Variabel Tingkat Kecemasan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	<14 Tidak Ada Kecemasan	31	39.2	39.2	39.2
	14-20 Kecemasan Ringan	30	38.0	38.0	77.2
	21-27 Kecemasan Sedang	10	12.7	12.7	89.9

28-41 Kecemasan Berat	8	10.1	10.1	100.0
Total	79	100.0	100.0	

2. Analisis Bivariat

Case Processing Summary

	Valid		Cases Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Kategori Variabel Kepercayaan Diri * Kategori Variabel Tingkat Kecemasan	79	100.0%	0	0.0%	79	100.0%

Kategori Variabel Kepercayaan Diri * Kategori Variabel Tingkat Kecemasan Crosstabulation

Kategori Variabel Kepercayaan Diri	Kepercayaan Diri	Count	Kategori Variabel Tingkat Kecemasan		Total
			Tidak Cemas	Cemas	
Kepercayaan Diri Tinggi		23	13	36	
	Expected Count	14.1	21.9	36.0	
	% within Kategori Variabel Kepercayaan Diri	63.9%	36.1%	100.0%	
Kepercayaan Diri Rendah		8	35	43	
	Expected Count	16.9	26.1	43.0	
	% within Kategori Variabel Kepercayaan Diri	18.6%	81.4%	100.0%	
Total		31	48	79	
	Expected Count	31.0	48.0	79.0	
	% within Kategori Variabel Kepercayaan Diri	39.2%	60.8%	100.0%	

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	16.853 ^a	1	.000		
Continuity Correction ^b	15.008	1	.000		
Likelihood Ratio	17.421	1	.000		
Fisher's Exact Test				.000	.000
Linear-by-Linear Association	16.640	1	.000		
N of Valid Cases	79				

a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 14.13.

b. Computed only for a 2x2 table

Risk Estimate

	Value	95% Confidence Interval	
		Lower	Upper
Odds Ratio for Kategori Variabel Kepercayaan Diri (Kepercayaan Diri Tinggi / Kepercayaan Diri Rendah)	7.740	2.775	21.592
For cohort Kategori Variabel Tingkat Kecemasan = Tidak Cemas	3.434	1.754	6.722
For cohort Kategori Variabel Tingkat Kecemasan = Cemas	.444	.281	.701
N of Valid Cases	79		

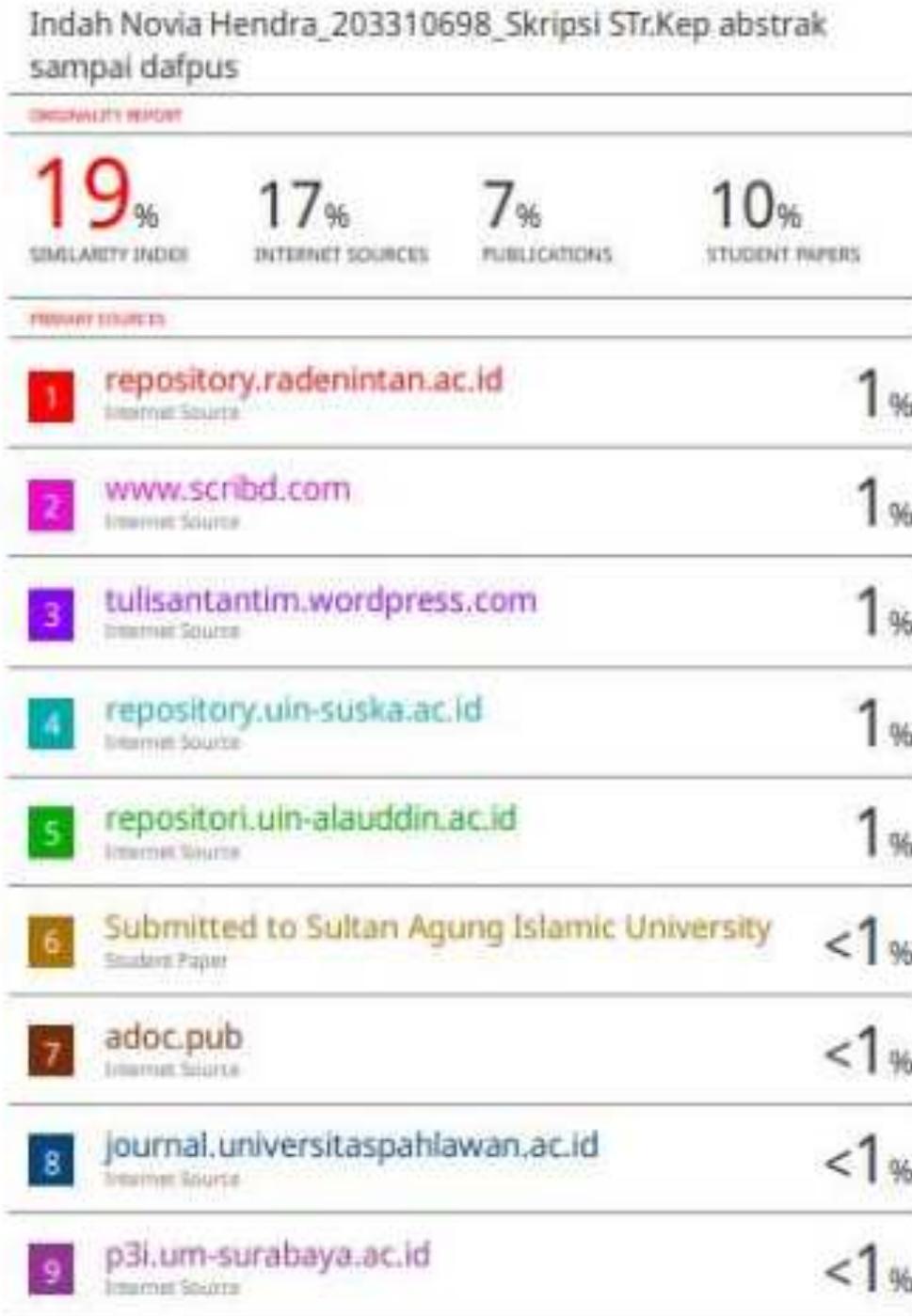
Tests of Normality

Kategori Variabel Kepercayaan Diri	Kategori Variabel Kepercayaan Diri	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Kategori Variabel Tingkat Kecemasan	Kepercayaan Diri Tinggi	.410	36	.000	.609	36	.000
	Kepercayaan Diri Rendah	.496	43	.000	.475	43	.000

a. Lilliefors Significance Correction

Lampiran 14

HASIL PLAGIASI TURNITIN



Lampiran 15

DOKUMENTASI

