

RESEARCH ARTICLE

Gambaran Kecemasan Sosial Pada Remaja SMA Negeri Di Kecamatan Medan Kota Pada Masa Pandemi COVID-19 Tahun 2022

Hanna Nathalya¹, Henny Erina Saurmauli Ompusunggu², Ita L. Roderthani³

¹Fakultas Kedokteran Universitas HKBP Nommensen Medan

²Departemen Biokimia Fakultas Kedokteran Universitas HKBP Nommensen Medan

³Departemen Telinga Hidung Tenggorokan Fakultas Kedokteran Universitas HKBP Nommensen Medan

Korespondensi: Henny E. Ompusunggu, Email: ompusunggu.henny@gmail.com

Abstract

Background: Anxiety disorders are a type of mental health condition that is common in society. One of the most common types of anxiety is social anxiety, which is a condition in the form of a real and persistent fear of social situations. Nearly 70% of people had received the vaccine during the Covid-19 pandemic and had begun to actively conduct out their activities outside, which led to an increase in social anxiety.

Objective: The purpose of this research was to characterize social anxiety in senior high school students in the Medan City District in 2022 during the Covid-19 pandemic.

Methods: This study used a cross-sectional design and was descriptive in nature. There was 130 respondents in senior high school at Medan Kota District in 2022 who were chosen by the cluster selection technique.

Results: In this study obtained 130 respondents, the level of social anxiety in senior high school adolescents at Medan City District were mild 45.4%, moderate 50.8% and severe 3.8%.

Conclusion: The majority level of social anxiety in senior high school adolescents at Medan City District during the Covid-19 pandemic were mild to moderate in both male and female genders.

Keywords: social anxiety, adolescent.

Abstrak

Latar belakang: Gangguan kecemasan adalah salah satu kondisi kesehatan mental yang sering ditemukan di masyarakat. Salah satu jenis kecemasan yang paling umum ialah kecemasan sosial atau *social anxiety* yaitu suatu kondisi berupa rasa takut yang nyata dan berlangsung secara terus menerus pada situasi sosial. Di masa pandemi Covid-19 hampir 70% masyarakat sudah memperoleh vaksin dan sudah mulai aktif beraktivitas di luar rumah sehingga tingkat kecemasan sosial semakin meningkat.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kecemasan sosial pada remaja SMA Negeri di Kecamatan Medan Kota pada masa pandemi Covid-19 tahun 2022. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan *cross sectional*.

Metode: Berdasarkan 130 responden penelitian, derajat kecemasan sosial pada remaja SMA Negeri di Kecamatan Medan Kota yaitu ringan 45,4%, sedang 50,8% dan berat 3,8%.

Hasil: Berdasarkan 130 responden penelitian, derajat kecemasan sosial pada remaja SMA Negeri di Kecamatan Medan Kota yaitu ringan 45,4%, sedang 50,8% dan berat 3,8%.

Kesimpulan: Tingkat kecemasan sosial remaja SMA Negeri di Kecamatan Medan Kota pada masa pandemi Covid-19 mayoritas derajat ringan sedang baik pada jenis kelamin laki-laki maupun perempuan.

Kata Kunci: kecemasan sosial, remaja.

Pendahuluan

Gangguan kecemasan merupakan salah satu gangguan mental penyebab *Disability Adjusted Life Year* (DALYs) di dunia serta salah satu jenis kondisi kesehatan mental yang umum di masyarakat. Salah satu jenis kecemasan yang paling umum ialah kecemasan sosial atau *social anxiety* yaitu suatu kondisi berupa rasa takut yang nyata dan berlangsung secara terus menerus pada situasi sosial yang memiliki awitan pada masa remaja.^{1,2} Namun, kecemasan sosial pada remaja sering diabaikan sehingga dapat berjalan kronis hingga dewasa dan menjadi suatu gangguan.

Pada masa remaja terjadi perkembangan kemampuan neurokognitif yaitu *self-consciousness* (kesadaran diri) sehingga meningkatnya kepekaan remaja mengenai pandangan lingkungan sosial terhadap dirinya sendiri. Selain itu, kepekaan yang kuat terhadap pengaruh teman sebaya juga merupakan salah satu proses pada masa remaja yang dapat memicu timbulnya kecemasan sosial.³ Berdasarkan penelitian Philip Jefferies (2020) pada 6.825 remaja dari tujuh negara yaitu Amerika, Brasil, Cina, Rusia, Indonesia, Thailand, dan Vietnam diperoleh hasil 23-58% remaja memiliki gejala kecemasan sosial.⁴ Penelitian lainnya dilakukan oleh Ramadhoni Putra (2019) terhadap 171 remaja Indonesia dengan rentang usia 12-19 tahun diperoleh hasil 15,2% remaja memiliki kecemasan sosial kategori rendah, 65,5% sedang dan 19,3% tinggi.⁵

Kecemasan sosial pada remaja dipengaruhi beberapa faktor salah satunya ialah lingkungan sosial. Sejak tahun 2019, pandemi covid-19 sudah mewabah di dunia salah satunya Indonesia. Pandemi covid-19 bukan hanya menyebabkan masalah fisik melainkan dapat menyebabkan masalah psikis. Selama masa pandemi covid-19 ditemukan orang-orang mengalami gejala cemas dan depresi yang dicetus oleh diberlakukannya pembatasan jarak sosial (*social distancing*).⁶

Berdasarkan data WHO tahun 2022, sebanyak 73,6% vaksinasi covid-19 telah dilaksanakan di seluruh Asia. Hal ini menyebabkan masyarakat kembali beraktivitas di luar rumah dan kembali aktif dalam kegiatan sosial. Di Indonesia pelaksanaan vaksinasi covid-19 sudah mencapai 73% dan masyarakat yang memperoleh vaksin lengkap sebanyak 63% sehingga pemerintah tidak memberlakukan kembali pembatasan jarak sosial.^{7,8} Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Gal Arad (2021) pada 99 mahasiswa baru di Israel diperoleh hasil tingkat kecemasan sosial tetap ditemukan pada masa covid-19.⁹

Namun, kecemasan sosial pada remaja selama masa pandemi covid-19 masih belum banyak diteliti. Untuk itu penelitian ini bertujuan mengetahui gambaran kecemasan sosial pada remaja SMA negeri di Kecamatan Medan Kota pada masa pandemi covid-19 tahun 2022.

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif observasional dengan desain *cross sectional*. Cara pemelihan sampel adalah dengan *cluster sampling* sehingga diperoleh sebanyak 130 remaja

dari empat SMA Negeri di Kecamatan Medan Kota. Subjek penelitian ini merupakan remaja yang aktif bersekolah di SMA Negeri 5 Medan, SMA Negeri 6 Medan, SMA Negeri 10 Medan dan SMA Negeri 18 Medan pada bulan September tahun 2022 serta mengikuti penelitian dan mengisi kuesioner dengan lengkap.

Penelitian berlangsung pada tanggal 12-15 September 2022 dengan pengisian kuisisioner secara langsung oleh responden. Instrumen penelitian ini menggunakan kuisisioner *Social Anxiety Scale For Adolescents* (SAS-A) yang telah diterjemahkan dalam bahasa Indonesia. Uji validitas dilakukan menggunakan korelasi dari *Pearson* dimana pernyataan dinyatakan valid jika *r* hitung lebih besar dari nilai *r* tabel yaitu 0,361 dengan jumlah 18 item menggunakan uji reabilitas *Cronbach's Alpha*. Hasil uji reabilitas pada kuisisioner penelitian ini ialah 0,910 dan dinyatakan reliabel. Terdapat 4 skala yang digunakan pada kuisisioner penelitian ini yaitu sangat setuju, setuju, tidak setuju dan sangat tidak setuju. Gejala kecemasan sosial dibagi berdasarkan ringan (total nilai 21-30), sedang (total nilai 31-40), berat (total nilai 41-50) dan sangat berat (total nilai >50). Penelitian ini telah lulus uji etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas HKBP Nommensen (391/KPEK/FK/VIII/2022).

Hasil

Penelitian ini dilakukan pada 130 responden yang terdiri dari 45,4% laki-laki dan 54,6% perempuan yang berasal dari kelas X-XII SMA (tabel 1).

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	59	45,4
Perempuan	71	54,6
Tingkat pendidikan		
X SMA	34	26,2
XI SMA	31	23,8
XII SMA	65	50
Total	130	100

Dari hasil penelitian ini diperoleh responden dengan gejala kecemasan sosial ringan (45,4%), sedang (50,8%) dan berat (3,8%) (tabel 2).

Tabel 2. Tingkat Kecemasan Sosial Responden

Derajat	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Ringan	59	45,4
Sedang	66	50,8
Berat	5	3,8
Total	130	100

Berdasarkan kelas, tingkat kecemasan sosial paling banyak yaitu kelas X SMA dengan gejala ringan (32,4%), sedang (61,8%) dan berat (5,8%) diikuti kelas XII SMA dengan gejala ringan (43,1%), sedang (52,3%) dan berat (4,6%) (tabel 3).

Tabel 3. Tingkat Kecemasan Sosial Berdasarkan Kelas

Derajat	Kelas			Total
	X SMA	XI SMA	XII SMA	
Ringan	11 (32,4%)	20 (64,5%)	28 43,1%	59 (45,4%)
Sedang	21 (61,8%)	11 (35,5%)	34 (52,3)	66 (50,8%)
Berat	2 (5,8%)	0 (0,00%)	3 (4,6%)	5 (3,8%)
Total	34	31	65	130

Responden berjenis kelamin laki-laki dan perempuan memiliki kecemasan sosial derajat ringan dan sedang (tabel 4).

Tabel 4. Tingkat Kecemasan Sosial Berdasarkan Jenis Kelamin

Derajat	Jenis Kelamin		Total
	Laki-laki	Perempuan	
Ringan	29 (49,2%)	30 (42,3%)	59 (45,4%)
Sedang	28 (47,5%)	38 (53,5%)	66 (50,8%)
Berat	2 (3,3%)	3 (4,2%)	5 (3,8%)
Total	59 (100%)	71 (100%)	130 (100%)

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian ini, diperoleh bahwa remaja SMA Negeri di Kecamatan Medan Kota memiliki kecemasan sosial. Dalam penelitian ini kecemasan sosial pada remaja SMA Negeri di Kecamatan Medan Kota memiliki derajat gejala yaitu 45,4% derajat ringan, 50,8% sedang dan 3,8% berat. Penelitian yang dilakukan oleh Chadia Haddad, dkk pada tahun 2022 pada 1.810 remaja diperoleh tingkat kecemasan sosial sebesar 73,2%.¹⁰ Ramadhoni Putra tahun 2019 pada penelitiannya diperoleh hasil 15,2% remaja memiliki kecemasan sosial kategori ringan, 65,5% sedang dan 19,3% berat.⁵

Usia remaja merupakan onset terjadinya gejala kecemasan sosial. Pada remaja terjadi perkembangan kemampuan neurokognitif, salah satunya adalah kesadaran diri (*self-consciousness*). Perkembangan kesadaran diri akan meningkatkan kepekaan remaja terhadap bagaimana persepsi orang lain tentang dirinya sendiri sehingga mengarahkan bagaimana remaja berperilaku dan menjalin hubungan dengan orang lain. Namun, perkembangan neurokognitif yang dialami selama masa remaja bisa menjadi perkembangan yang sensitif sehingga rentan munculnya kecemasan sosial. Hal ini sering dialami remaja khususnya saat memasuki tingkat sekolah menengah atas. Penolakan teman sebaya dan hubungan negatif dari teman sebaya mengakibatkan kecemasan dan suasana hati yang lebih rendah pada remaja yang baru memasuki sekolah menengah atas.^{11,12} Pada penelitian ini diperoleh sebanyak 34 siswa kelas X mengalami kecemasan sosial yang terdiri dari 32,4% gejala ringan, 61,8% sedang dan 5,9% berat. Penelitian Awad Saeed pada remaja sekolah menengah di Arab Saudi diperoleh hasil 44,2% remaja mengalami

kecemasan sosial.¹³ Perkembangan neurokognitif remaja juga dipengaruhi lingkungan keluarga yang mana tingkat kecemasan sosial akan meningkat di usia 17 tahun.¹⁴ Pada penelitian ini diperoleh sebanyak 65 siswa kelas XII SMA mengalami kecemasan sosial yang terdiri dari 43,1% gejala ringan, 53,5% sedang dan 4,2% berat. Beberapa hal seperti pola asuh dan sikap orang tua yang terlalu kritis dan keras dalam mendidik anak akan membuat seorang remaja merasa tidak percaya diri dan memicu kecemasan saat berada di luar lingkungan rumah. Tidak hanya hubungan remaja dengan orangtua, hubungan dengan saudara kandung memengaruhi kualitas mental seorang remaja. Dukungan positif dari saudara akan memberikan kenyamanan emosional serta perasaan berharga dalam diri remaja yang mengalami kecemasan sosial.^{15,16}

Kecemasan sosial tidak memiliki kaitan dengan jenis kelamin dan beberapa penelitian mengemukakan hasil yang beragam. Pada penelitian ini diperoleh hasil tingkat kecemasan sosial yang tidak berbeda pada laki-laki dan perempuan. Penelitian yang dilakukan oleh Eleanor Leigh, dkk pada 718 remaja di Inggris diperoleh hasil jenis kelamin perempuan memiliki kecemasan sosial lebih tinggi dibandingkan laki-laki.¹⁷ Penelitian Klaus Ranta, dkk pada 377 remaja di Finlandia diperoleh hasil jenis kelamin laki-laki memiliki kecemasan sosial yang lebih tinggi dibandingkan perempuan.¹⁸ Hal ini dipengaruhi beberapa faktor seperti fungsi psikososial yang lebih rendah, kekerasan fisik, pelecehan seksual dan emosional yang terjadi pada laki-laki dan perempuan.¹⁴

Terjadinya pandemi covid-19 menimbulkan stres, kecemasan hingga depresi pada remaja yang diperburuk dengan diberlakukannya pembatasan jarak fisik. Hal ini sejalan dengan penelitian Mohammad H. Intani, dkk pada tahun 2021 pada 178 remaja berusia 15-19 tahun di negara Lebanon diperoleh hasil 18% remaja mengalami kecemasan sosial dengan derajat yang parah selama pandemi covid-19.¹⁹ Di Indonesia, pembatasan jarak sosial sudah diperkecil dan segala kegiatan sosial sudah kembali beroperasi, salah satunya kegiatan di sekolah. Remaja akan kembali melaksanakan kegiatan di sekolah tanpa adanya pembatasan jarak sosial di masa pandemi covid-19. Kecemasan sosial pada remaja SMA Negeri di Kecamatan Medan Kota pada masa pandemi covid-19 berada pada kategori derajat gejala ringan dan sedang.

Kesimpulan

Pada penelitian ini diperoleh bahwa kecemasan sosial pada remaja SMA Negeri di Kecamatan Medan Kota ialah 45,4% derajat ringan, 50,8% sedang dan 3,8% berat serta mayoritas pada tingkat pendidikan kelas X dan XII SMA. Terjadinya pandemi covid-19 menimbulkan stres, kecemasan hingga depresi pada remaja yang diperburuk dengan diberlakukannya pembatasan jarak fisik. Kecemasan sosial pada remaja SMA Negeri di Kecamatan Medan Kota pada masa pandemi covid-19 berada pada kategori derajat gejala ringan dan sedang. Pada penelitian lebih lanjut dapat dilakukan penilaian korelasi faktor yang dapat memengaruhi kecemasan sosial seperti peran orang tua dan lingkungan sosial.

Daftar Pustaka

1. Vos T, Lim SS, Abbafati C, Abbas KM, Abbasi M, Abbasifard M, et al. Global burden of 369 diseases and injuries in 204 countries and territories, 1990–2019: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019. *Lancet* [Internet]. 2020 Oct;396(10258):1204–22. Available from: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0140673620309259>
2. Sadock BJ. *Synopsis Of Psychiatri*. 11th ed. Ruiz P, editor. Philadelphia: Wolters Kluwer; 2015. 782 p.
3. Keromnes G, Chokron S, Celume M-P, Berthoz A, Botbol M, Canitano R, et al. Exploring Self-Consciousness From Self- and Other-Image Recognition in the Mirror: Concepts and Evaluation. *Front Psychol* [Internet]. 2019 May 7;10. Available from: <https://www.frontiersin.org/article/10.3389/fpsyg.2019.00719/full>
4. Jefferies P, Ungar M. Social anxiety in young people: A prevalence study in seven countries. Lincoln SH, editor. *PLoS One* [Internet]. 2020 Sep;15(9). Available from: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/32941482>
5. Putra Elandi R, Dian Ariana A. Pengaruh kecemasan sosial terhadap smartphone addiction pada remaja di Indonesia. *J Psikol Klin dan Kesehatan Ment* [Internet]. 2019;8:11. Available from: <http://journal.unair.ac.id/JPKK@pengaruh-kecemasan-sosial-terhadap-smartphone-addiction-pada-remaja-di-indonesia-article-12774-media-51-category-10.html>
6. WHO. COVID-19 pandemic triggers 25% increase in prevalence of anxiety and depression worldwide. World Health Organization [Internet]. 2022 Mar; Available from: <https://www.who.int/news/item/02-03-2022-covid-19-pandemic-triggers-25-increase-in-prevalence-of-anxiety-and-depression-worldwide>
7. WHO. WHO SEA region covid-19 vaccination dashboard [Internet]. Health Topic. 2022 [cited 2022 Dec 7]. Available from: <https://www.who.int/southeastasia/health-topics/immunization/covid-19-vaccination>
8. Kemenkes RI. Vaksinasi covid-19 nasional [Internet]. Kemenkes RI. 2022 [cited 2022 Dec 13]. Available from: <https://vaksin.kemkes.go.id/#/vaccines>
9. Arad G, Shamaï-Leshem D, Bar-Haim Y. Social Distancing During A COVID-19 Lockdown Contributes To The Maintenance of Social Anxiety: A Natural Experiment. *Cognit Ther Res* [Internet]. 2021 Aug 13;45(4):708–14. Available from: <https://link.springer.com/10.1007/s10608-021-10231-7>
10. Haddad C, Chidiac J, Sacre H, Salameh P, Hallit R, Obeid S, et al. Prevalence and Associated Factors of Social Anxiety Among Lebanese Adolescents. *Prim Care Companion CNS Disord* [Internet]. 2022 Jun 16;24(3). Available from: <https://www.psychiatrist.com/pcc/anxiety/prevalence-associated-factors-social-anxiety-among-lebanese-adolescents/>
11. Amin R, Svedberg P, Narusyte J. Associations between adolescent social phobia, sickness absence and unemployment: a prospective study of twins in Sweden. *Eur J Public Health* [Internet]. 2019 Oct 1;29(5):931–6. Available from: <https://academic.oup.com/eurpub/article/29/5/931/5382140>
12. Tarlow N, La Greca AM. The role of empathy and social anxiety in Latinx adolescents' indirect peer aggression during the transition to high school. *Aggress Behav* [Internet]. 2021 Jan 27;47(1):17–27. Available from: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/ab.21926>
13. Alsamghan AS. Social Anxiety Symptoms and Quality of Life of Secondary School Students of Abha, Saudi Arabia. *J Genet Psychol* [Internet]. 2021 Jan 2;182(1):18–30. Available from: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/00221325.2020.1837065>
14. Pilkionienė I, Širvinskienė G, Žemaitienė N, Jonynienė J. Social Anxiety in 15–19 Year Adolescents in Association with Their Subjective Evaluation of Mental and Physical Health. *Children* [Internet]. 2021 Aug 26;8(9):737. Available from: <https://www.mdpi.com/2227-9067/8/9/737>
15. Wang M, Wu X, Wang J. Paternal and Maternal Harsh Parenting and Chinese Adolescents' Social Anxiety: The Different Mediating Roles of Attachment Insecurity With Fathers and Mothers. *J Interpers Violence* [Internet]. 2019; Available from: https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0886260519881531?url_ver=Z39.88-2003&rft_id=ori:rid:crossref.org&rft_dat=cr_pub_0pubmed
16. Davies PT, Parry LQ, Martin MJ, Cummings EM. Children's Vulnerability to Interparental Conflict: The Protective Role of Sibling Relationship Quality. *Child Dev* [Internet]. 2019;90(6). Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6301125/>
17. Leigh E, Clark DM. Understanding Social Anxiety Disorder in Adolescents and Improving Treatment Outcomes: Applying the Cognitive Model of Clark and Wells (1995). *Clin Child Fam Psychol Rev* [Internet]. 2018;21(3). Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6447508/>
18. Ranta K, Junttila N, Laakkonen E, Uhmavaara A, La Greca AM, Niemi PM. Social Anxiety Scale for Adolescents (SAS-A): Measuring Social Anxiety Among Finnish Adolescents. *Child Psychiatry Hum Dev* [Internet]. 2012 Aug 18;43(4). Available from: <http://link.springer.com/10.1007/s10578-012-0285-2>
19. Itani MH, Eltannir E, Tinawi H, Daher D, Eltannir A, Moukarzel AA. Severe Social Anxiety Among Adolescents During COVID-19 Lockdown. *J patient Exp* [Internet]. 2021 Jan 20;8. Available from: <http://journals.sagepub.com/doi/10.1177/23743735211038386>