

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa transisi atau masa peralihan dari kanak-kanak menjadi dewasa. Menurut Santrock (2007) masa remaja adalah periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak menuju dewasa, yang melibatkan perubahan biologis, kognitif dan sosioemosional. Remaja dalam bahasa Inggris disebut *adolescence* yang artinya tumbuh ke arah kematangan. Masa remaja dimulai dari rentang usia 10 hingga 13 tahun dan berakhir pada usia sekitar 18 hingga 22 tahun. Periode transisi yang dialami membuat remaja merasakan perubahan yang tidak biasa dan terasa aneh akan dirinya. Perubahan yang terjadi diantaranya adalah perubahan biologis, seperti tinggi tubuh yang berlangsung cepat, perubahan hormonal dan kematangan alat reproduksi (Santrock, 2007).

Masa remaja awal yang berkisar di rentang usia 10-13 tahun merupakan masa krusial dimana pada masa itu remaja yang sedang duduk di bangku Sekolah Menengah Pertama akan mengalami masa pra pubertas (Fatmawaty, 2017). Masa pra pubertas belum terjadi kematangan seksual namun telah terjadi perkembangan fisiologis yang berhubungan dengan kematangan beberapa kelenjar endokrin. Kelenjar ini bermuara secara langsung di dalam saluran darah. Zat-zat yang dikeluarkan oleh kelenjar ini disebut zat hormon. Hormon memberikan stimulasi pada tubuh sehingga anak merasakan rangsangan tertentu yang memunculkan perasaan tidak tenang dalam diri remaja. Remaja akan merasakan sesuatu yang belum pernah ia rasakan sebelumnya. Banyak sekali hal baru yang membingungkan sehingga masa ini tidak lagi menjadi masa anak-anak yang menyenangkan (Fatmawaty, 2017).

Perasaan tidak tenang karena perubahan yang membingungkan membuat remaja merasakan kecemasan seperti yang ditemukan oleh Nadliroh (2003) dalam penelitian yang dilakukannya tentang Kecemasan Remaja Putri dalam Menghadapi Nyeri Haid (dismenoreha) Pada Siswi Kelas VII Di SMPN Mojoanyar Kabupaten

Mojokerto. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 68,8 % responden mengalami kecemasan ringan karena mengalami perubahan yang baru dan terasa tidak biasa pada tubuhnya.

Perubahan kognitif juga dirasakan oleh remaja pada masa transisi dari kanak-kanak menuju dewasa ini. Perubahan yang terjadi seperti meningkatnya kemampuan berpikir abstrak, idealistik dan logis (Santrock, 2007). Perkembangan kognitif remaja berada dalam level tertinggi yaitu operasional formal. Individu di tahap perkembangan kognitif operasional formal cenderung mengintegrasikan hal yang dipelajari dengan tantangan di masa mendatang kemudian membuat rencana untuk masa depan. Pemikiran di tahap ini bersifat abstrak dan fleksibel, berbeda dengan pemikiran di tahap perkembangan sebelumnya. Mengingat, menganalisis, menggambarkan dan membayangkan merupakan contoh proses kognitif yang terjadi (Papalia, Olds & Feldman, 2008).

Perubahan proses kognitif yang terjadi menimbulkan kecemasan bagi remaja seperti yang dijelaskan oleh penelitian Anita (2014) yang berjudul Pengaruh Kecemasan Matematika (*Mathematics Anxiety*) Terhadap Kemampuan Koneksi Matematika Siswa SMP. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh negatif antara kecemasan matematika dengan kemampuan koneksi matematis siswa. Siswa memiliki kecemasan terhadap pembelajaran, ujian matematika yang berkaitan dengan soal-soal koneksi dimana siswa dituntut untuk meninggalkan kebiasaan untuk sekedar menghafal rumus matematika dan menggantinya dengan belajar memahami dan memaknai. Perubahan proses kognisi dari konkrit menuju abstrak membutuhkan adaptasi sehingga dapat memicu kecemasan jika proses adaptasi metode belajar tidak berlangsung baik.

Remaja berada dalam *status interim*, yakni masa peralihan yang timbul sesudah masa pubertas menjadi masa yang diperlukan remaja untuk belajar memikul tanggung jawabnya nanti di masa dewasa. Pada masa ini remaja telah mulai belajar mengambil keputusan, menjalankan amanah, dan menghadapi berbagai konsekuensi untuk keputusannya walaupun sebagian peran masih melibatkan orangtua sebagai

penanggung jawab (Fatmawaty, 2017). Proses perkembangan yang terjadi dalam diri remaja melibatkan perubahan emosional yang tidak terlepas dari lingkungan sosial sehingga proses ini umumnya dikenal dengan proses sosioemosional.

Perubahan dalam emosi, kepribadian, relasi, dengan orang lain dalam konteks sosial merupakan komponen yang terlibat dalam proses sosioemosional. Berbeda dengan cara anak-anak mengungkapkan emosi, remaja cenderung mengungkapkan amarah dengan menggerutu, tidak berbicara, atau dengan lantang mengkritik orang yang salah. Proses kematangan emosi dapat tercapai apabila pada masa akhir remaja emosi yang dimiliki tidak meledak dihadapan orang lain melainkan menunggu saat yang tepat dan cara yang lebih baik untuk mengungkapkan emosi. Remaja yang belum memiliki kematangan emosi akan cenderung menanggapi atau melawan perkataan orang tua, agresi kepada teman sebaya, dan memberontak (Santrock, 2007). Hasil penelitian Fithriyana (2010) yang berjudul Hubungan Antara Perkembangan Sosioemosional dengan Perilaku Agresif Siswa Kelas VII dan VIII SMP Laboratorium UM menunjukkan korelasi negatif antara perkembangan sosioemosional dengan perilaku agresif siswa kelas VII dan VIII SMP Laboratorium UM, arah korelasi negatif ini menunjukkan semakin matang perkembangan sosioemosional siswa akan semakin berkurang tingkat perilaku agresif begitupun sebaliknya. Remaja memiliki kebutuhan untuk di terima oleh lingkungan nya. Pengabaian sosial akan menimbulkan dan memicu perilaku agresif bahkan kenakalan pada diri remaja (Fithriyana, 2010).

Masa remaja merupakan masa mencari identitas. Seiring dengan proses adaptasi yang remaja alami, lambat laun mereka mulai mendambakan identitas diri dan tidak puas lagi menjadi sama dengan teman-teman nya. Identitas yang di cari remaja untuk menjelaskan siapa diri nya dan apa peran nya di masyarakat (Fatimawaty, 2017). Remaja akan mulai mempertanyakan tentang cita-cita dan karir yang akan ia jalankan di masa depan. Pertanyaan yang timbul memicu perasaan cemas akan diri nya di masa depan. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan karena tuntutan lingkungan, stereotip dan persaingan yang ada membuat

mereka harus memikul beban yang berat dengan kecemasan yang muncul apabila mereka tidak dapat memenuhi harapan dan ekspektasi lingkungan.

Masa remaja yang merupakan ambang masa dewasa membuat remaja mencoba berperilaku sebagai orang dewasa untuk memberikan kesan bahwa mereka sudah dewasa. sayangnya, banyak remaja yang salah menafsirkan arti kata dewasa (Fatmawaty, 2017). Mereka cenderung menilai bahwa orang dewasa adalah mereka yang berpakaian dewasa, merokok, melakukan pergaulan bebas, tidak lagi di atur dan dapat melakukan apapun dengan bebas. 1,4 % remaja umur 10-14 tahun dan 18,3 % remaja umur 15-19 tahun saat ini merokok. Menurut data riskesdas (2013) DKI Jakarta merupakan provinsi dengan perokok laki-laki usia >15 tahun tertinggi yaitu sekitar 60 %. Tinggi nya angka merokok pada remaja salah satunya disebabkan oleh keinginan remaja yang ingin dianggap dewasa sehingga remaja mulai menerapkan perilaku menentang, seperti yang disampaikan oleh Ahmadi & Sholeh (1991) bahwa masa pra pubertas selain ditandai dengan kematangan jasmani secara primer dan sekunder, ditandai juga dengan kematangan tersier diantaranya timbul perasaan ingin lepas dari kekuasaan orang tua, menentang lingkungan, gelisah dan pesimistis. Remaja melakukan hal ini untuk menyamakan statusnya dengan orang dewasa. (pendidikan, adaptasi, perubahan fisik)

Perkembangan emosi yang tidak stabil, ekspektasi yang tidak sesuai dengan realita dan tuntutan yang mereka terima menimbulkan kecemasan pada diri remaja. Menurut Kaplan, Saddock dan Grebb (1994) kecemasan adalah reaksi terhadap keadaan yang mengancam dan hal ini normal terjadi pada individu ketika menghadapi ancaman. Kecemasan merupakan emosi negatif pada seseorang yang ditandai oleh adanya rangsangan saraf otonom, respon otot rangka, kecemasan situasional dan adanya pengalaman subjektif terkait cemas (Lovibond & Lovibond, 1995). Kecemasan terbentuk karena perasaan takut dan kehati-hatian atau kewaspadaan yang tidak jelas dan tidak menyenangkan dirasakan oleh individu setelah mengalami ancaman dan konflik dalam diri (Davidson & Neale, 2001).

Data Riskesdas (riset kesehatan dasar) pada tahun 2018 menunjukkan prevalensi gangguan mental emosional dari depresi dan kecemasan untuk usia 15 tahun ke atas mencapai sekitar 6,1 % dari jumlah penduduk Indonesia atau setara dengan 11 juta orang. Pada usia remaja (15-24 tahun) memiliki persentase depresi sebesar 6,2%. Depresi dan kecemasan pada remaja bisa diakibatkan oleh beberapa hal seperti tekanan dalam bidang akademik, perundungan (*bullying*), faktor keluarga, dan permasalahan ekonomi.

Kecemasan yang di alami remaja ini memiliki dampak yang kurang baik bagi kesehatan mental mereka. Berbagai alternatif negatif yang maladaptive seringkali di pilih remaja sebagai sarana menghilangkan kecemasan yang mereka rasakan seperti hal nya menggunakan narkoba atau obat terlarang. Berdasarkan hasil survei Badan Narkotika Nasional (BNN) tahun 2019 didapatkan data rata-rata usia pertama kali menyalahgunakan narkoba yaitu pada usia 12-15 tahun. Laporan akhir survei Nasional Perkembangan Penyalahgunaan Narkoba yang di rilis pada tahun 2015 menyatakan bahwa provinsi DKI Jakarta memiliki prevalensi angka penyalahgunaan paling tinggi dibandingkan provinsi lainnya yaitu sebesar 4,73 %. Remaja menggunakan narkoba karena beberapa faktor salah satu nya karena lelah menghadapi konflik yang di hadapi nya sehingga remaja merasakan emosi negatif khususnya perasaan cemas seperti yang dijelaskan Damanik (2006) bahwa stressor atau masalah yang dialami dan dirasakan dapat menimbulkan kecemasan.

Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa remaja sekolah di Jakarta memiliki resiko tinggi untuk terjerumus ke dalam penyalahgunaan narkoba. Penyalahgunaan narkoba merupakan cara yang dilakukan individu dengan mengalihkan emosi negatif dengan mengkonsumsi zat adiktif yang sifatnya merugikan. Individu melakukan penghindaran diri terhadap *stressor* melalui rokok, minum-minuman keras dan obat terlarang. (Suhendra, 2009). Cara, usaha atau metode yang dilakukan individu untuk mengatasi masalah yang dimilikinya serta mereduksi emosi negatif yang dirasakan disebut metode *coping*. Menurut Damanik (2006) respon yang diberikan oleh seseorang saat merasakan cemas adalah

memberikan usaha untuk mengatasi dan menghadapi rasa cemas yang dirasakan. Hal ini disebut sebagai strategi *coping*. Pengkonsumsian zat adiktif merupakan salah satu jenis coping yaitu *coping maladaptive* (Suhendra, 2009).

Coping adalah hal-hal yang dilakukan individu untuk mengatasi keadaan atau situasi yang dirasa tidak menyenangkan, menantang, menekan, ataupun mengancam (Lazarus, 1976). Strategi *coping* adalah suatu proses saat individu berusaha untuk mengatasi keadaan atau situasi yang dirasa tidak menyenangkan karena menimbulkan perasaan cemas. Strategi *coping* merupakan respon yang diberikan individu terhadap kecemasan yang dirasakan. Menurut Lazarus (2000) *coping* juga didefinisikan sebagai usaha yang dilakukan individu dalam bentuk kognitif dan perilaku untuk mengatasi tuntutan eksternal atau internal yang dinilai melebihi kesanggupan yang dimiliki individu tersebut.

Remaja atau siswa sekolah sebagai generasi penerus bangsa diharapkan dapat menjadi generasi produktif. Harapan ini tidak akan tercapai jika remaja atau siswa sekolah mengalami kecemasan yang membuat mereka kesulitan berkonsentrasi dan menjalani kehidupannya secara produktif. Metode *coping* sebagai salah satu cara untuk meredakan kecemasan dan stress yang dirasakan telah terbukti dalam penelitian Yudiati & Rahayu (2017) yang menunjukkan hasil koefisien korelasi yang negatif, dan sangat signifikan antara *coping* stress dan kecemasan pada orang-orang pengidap HIV/AIDS yang menjalani tes darah dan VCT (*Voluntary Counseling Testing*). Berdasarkan hal tersebut dapat diketahui bahwa ketika subjek melakukan *coping* stress yang mengarah pada peredaan emosi, dapat menurunkan kecemasan yang dialaminya.

Mengetahui penting dan krusial nya proses perkembangan pada masa remaja yang menimbulkan banyak kecemasan mendorong peneliti untuk melakukan penelitian mengenai berbagai macam strategi *coping* yang digunakan siswa SMP dalam mereduksi emosi negatif berupa kecemasan serta menyelesaikan masalah yang mereka hadapi dan apakah strategi *coping* tersebut memiliki hubungan dengan kecemasa yang mereka rasakan. Oleh sebab itu, peneliti memutuskan untuk

melakukan penelitian skripsi dengan judul “Hubungan Strategi *Coping* Terhadap Kecemasan Siswa SMP Di Jakarta”.

2.1 Identifikasi Masalah

- Bagaimana gambaran tingkat kecemasan pada siswa SMP di Jakarta?
- Bagaimana gambaran strategi *coping positive appraisal* pada siswa SMP di Jakarta?
- Bagaimana gambaran strategi *coping turning to religion* pada siswa SMP di Jakarta?
- Bagaimana gambaran strategi *coping* menikmati media pada siswa SMP di Jakarta?
- Bagaimana gambaran strategi *coping supporting activities* pada siswa SMP di Jakarta?
- Bagaimana gambaran strategi *coping planning* pada siswa SMP di Jakarta?
- Bagaimana gambaran strategi *coping suppression of competing activities* pada siswa SMP di Jakarta?
- Bagaimana gambaran strategi *coping displacement* pada siswa SMP di Jakarta?
- Bagaimana gambaran strategi *coping* pengkonsumsian zat adiktif pada siswa SMP di Jakarta?
- Bagaimana gambaran strategi *coping stretching/body relaxation* pada siswa SMP di Jakarta?
- Bagaimana gambaran strategi *coping* tidur pada siswa SMP di Jakarta?
- Bagaimana gambaran strategi *coping* makan pada siswa SMP di Jakarta?
- Bagaimana gambaran strategi *coping* pengkonsumsian penambah stamina pada siswa SMP di Jakarta?
- Bagaimana gambaran strategi *coping body massage* pada siswa SMP di Jakarta?
- Bagaimana gambaran strategi *coping seeking social support (Seeking social support (Peer))* pada siswa SMP di Jakarta?

- Bagaimana gambaran strategi *coping seeking social support (parents)* pada siswa SMP di Jakarta?
- Bagaimana gambaran strategi *coping seeking social support (teacher)* pada siswa SMP di Jakarta?
- Apakah terdapat hubungan antara strategi *coping positive appraisal* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta?
- Apakah terdapat hubungan antara strategi *coping turning to religion* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta?
- Apakah terdapat hubungan antara strategi *coping menikmati media* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta?
- Apakah terdapat hubungan antara strategi *coping supporting activities* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta?
- Apakah terdapat hubungan antara strategi *coping planning* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta?
- Apakah terdapat hubungan antara strategi *coping suppression of competing activities* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta?
- Apakah terdapat hubungan antara strategi *coping displacement* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta?
- Apakah terdapat hubungan antara strategi *coping pengkonsumsian zat adiktif* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta?
- Apakah terdapat hubungan antara strategi *coping stretching/body relaxation* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta?
- Apakah terdapat hubungan antara strategi *coping tidur* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta?
- Apakah terdapat hubungan antara strategi *coping makan* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta?
- Apakah terdapat hubungan antara strategi *coping pengkonsumsian penambah stamina* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta?
- Apakah terdapat hubungan antara strategi *coping body massage* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta?

- Apakah terdapat hubungan antara strategi *coping seeking social support (Seeking social support (Peer))* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta?
- Apakah terdapat hubungan antara strategi *coping seeking social support (parents)* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta?
- Apakah terdapat hubungan antara strategi *coping seeking social support (teacher)* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta?

3.1 Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah di jabarkan, penelitian ini akan di batasi pada masalah kecemasan yang terjadi pada siswa SMP Jakarta dan 16 strategi *coping* yang di gunakan diantaranya *positive appraisal, turning to religion, menikmati media, supporting activities, planning, suppression of competing activities, displacement, pengkonsumsian zat adiktif, stretching/body relaxation, tidur, makan, pengkonsumsian penambah stamina, body massage, seeking social support (Seeking social support (Peer)), seeking social support (parents), dan seeking social support (teacher)*.

4.1 Rumusan Masalah

- a. Apakah terdapat hubungan antara strategi *coping positive appraisal* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta?
- b. Apakah terdapat hubungan antara strategi *coping turning to religion* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta?
- c. Apakah terdapat hubungan antara strategi *coping menikmati media* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta?
- d. Apakah terdapat hubungan antara strategi *coping supporting activities* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta?
- e. Apakah terdapat hubungan antara strategi *coping planning* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta?
- f. Apakah terdapat hubungan antara strategi *coping suppression of competing activities* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta?

- g. Apakah terdapat hubungan antara strategi *coping displacement* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta?
- h. Apakah terdapat hubungan antara strategi *coping* pengkonsumsian zat adiktif dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta?
- i. Apakah terdapat hubungan antara strategi *coping stretching/body relaxation* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta?
- j. Apakah terdapat hubungan antara strategi *coping* tidur dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta?
- k. Apakah terdapat hubungan antara strategi *coping* makan dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta?
- l. Apakah terdapat hubungan antara strategi *coping* pengkonsumsian penambah stamina dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta?
- m. Apakah terdapat hubungan antara strategi *coping body massage* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta?
- n. Apakah terdapat hubungan antara strategi *coping seeking social support (Seeking social support (Peer))* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta?
- o. Apakah terdapat hubungan antara strategi *coping seeking social support (parents)* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta?
- p. Apakah terdapat hubungan antara strategi *coping seeking social support (teacher)* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta?

5.1 Tujuan Penelitian

- a. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara strategi *coping positive appraisal* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta.
- b. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara strategi *coping turning to religion* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta.
- c. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara strategi *coping* menikmati media dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta.
- d. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara strategi *coping supporting activities* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta.

- e. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara strategi *coping planning* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta.
- f. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara strategi *coping suppression of competing activities* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta.
- g. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara strategi *coping displacement* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta.
- h. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara strategi *coping* pengkonsumsian zat adiktif dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta.
- i. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara strategi *coping stretching/body relaxation* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta.
- j. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara strategi *coping* tidur dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta.
- k. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara strategi *coping* makan dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta.
- l. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara strategi *coping* pengkonsumsian penambah stamina dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta.
- m. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara strategi *coping body massage* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta.
- n. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara strategi *coping seeking social support (Seeking social support (Peer))* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta.
- o. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara strategi *coping seeking social support (parents)* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta.

- p. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara strategi *coping seeking social support (teacher)* dengan kecemasan siswa SMP di Jakarta.

6.1 Manfaat Penelitian

Secara garis besar, penelitian ini memiliki dua manfaat yaitu manfaat teoritis dan praktis yang terdiri atas :

6.1.1 Manfaat Teoritis

- a. Secara teoritis manfaat penelitian ini yaitu memberikan gambaran untuk disiplin ilmu psikologi terkait Hubungan Strategi *Coping* Terhadap Kecemasan Siswa SMP Di Jakarta.
- b. Berguna sebagai informasi tambahan bagi peneliti-peneliti selanjutnya dalam pengetahuan mengenai Hubungan Strategi *Coping* Terhadap Kecemasan Siswa SMP Di Jakarta.

6.1.2 Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini memiliki manfaat untuk:

- a. Bagi Masyarakat Umum
Memberi gambaran kepada masyarakat umum tentang Hubungan Strategi *Coping* Dengan Kecemasan Siswa SMP Di Jakarta sehingga masyarakat dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya pengendalian kecemasan yang baik bagi siswa SMP.
- b. Bagi Siswa SMP
Memberikan pemahaman mengenai Hubungan Strategi *Coping* Dengan Kecemasan Siswa SMP Di Jakarta sehingga siswa dapat mengetahui apakah strategi *coping* yang dilakukan memiliki hubungan dengan rasa cemas yang dirasakan.

c. Bagi orang tua siswa SMP

Memberikan pemahaman mengenai Hubungan Strategi Coping Dengan Kecemasan Siswa SMP Di Jakarta sehingga orangtua dapat mengetahui tingkat kecemasan yang dirasakan oleh siswa SMP Jakarta dan mengetahui jenis strategi coping apa yang digunakan anaknya agar dapat mengawasi agar anak menggunakan strategi coping yang baik.

d. Bagi guru SMP

Memberikan pemahaman mengenai Hubungan Strategi Coping Dengan Kecemasan Siswa SMP Di Jakarta sehingga guru dapat mengetahui tingkat kecemasan siswa SMP di Jakarta dan mengetahui strategi coping seperti apa yang digunakan siswanya sehingga guru dapat mengarahkan siswa untuk melakukan strategi coping yang baik dan menguntungkan bagi dirinya.

e. Bagi Penelitian Selanjutnya

Untuk penelitian selanjutnya dapat memberikan informasi mengenai hubungan strategi coping dengan kecemasan sehingga dapat dilakukan penelitian lanjutan mengenai variabel yang sama.