

**GAMBARAN KECEMASAN SOSIAL PADA SISWA KELAS X
SMKN 39 JAKARTA**



*Mencerdaskan &
Memartabatkan Bangsa*

Oleh:

YOGI TRIHASTANTO NURROHIM

1106619033

BIMBINGAN DAN KONSELING

**Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Mendapatkan Gelar
Sarjana Pendidikan**

**FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2023

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA
UJIAN/SIDANG SKRIPSI**

Judul : Gambaran Kecemasan Sosial Pada Siswa Kelas X
SMKN 39 Jakarta

Nama Mahasiswa : Yogi Trihastanto Nurrohim

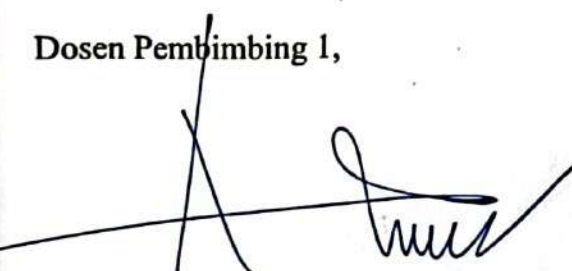
Nomor Induk Mahasiswa : 1106619033


Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Tanggal Ujian : 23 - 08 - 2023





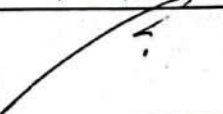
Dosen Pembimbing 1,

Dosen Pembimbing 2,


Prof. Dr. Awaluddin Tjalla, M.Pd
NIP. 196011121985031001


Dr. Eka Wahyuni, S.Pd., MAAPD
NIP. 197309151999032003

Panitia Ujian/Sidang Skripsi

Nama	Tandatangan	Tanggal
Prof. Dr. Fahrurrozi, M.Pd. (Penanggung jawab)*		30 - 08 - 2023
Dr. Wirda Hanim, M.Psi. (Wakil Penanggung jawab)**		30 - 08 - 2023
Prof. Dr. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi. (Ketua Penguji)***		20 - 08 - 2023
Dr. Aip Badrujaman, M.Pd. (Anggota)****		28 - 08 - 2023
Wening Cahyawulan, M.Pd. (Anggota)****		29 - 08 - 2023

Catatan: * Dekan FIP

** Wakil Dekan 1

*** Koordinator Program Studi/Ketua Penguji

**** Dosen Penguji selain Pembimbing dan Koordinator Program Studi

ABSTRAK

GAMBARAN KECEMASAN SOSIAL PADA SISWA KELAS X SMKN 39 JAKARTA

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji gambaran kecemasan sosial yang dialami oleh siswa kelas X di SMKN 39 Jakarta. Sampel penelitian berjumlah 98 siswa kelas 10 yang terdiri dari tujuh kelas jurusan yang ada di SMKN 39 Jakarta. Metode yang digunakan adalah metode kuantitatif deskriptif dengan instrumen kecemasan sosial yaitu skala Social Anxiety for Adolescents (SAS-A) yang dikembangkan oleh La Greca dan Lopez yang terdiri dari 18 butir pernyataan. Hasil menunjukkan variasi tingkat kecemasan sosial antara kelas, dengan kelas X TEI 2 memiliki nilai *mean* tertinggi (54,44) dan kelas TKR 2 memiliki nilai *mean* terendah (55,62). Terdapat perbedaan gender, di mana siswa perempuan cenderung memiliki nilai *mean* kecemasan sosial lebih tinggi daripada siswa laki-laki. Aspek ketakutan akan evaluasi negatif dan penghindaran sosial pada situasi baru memiliki kontribusi besar terhadap kecemasan sosial siswa. Khususnya, aspek lingkungan baru di sekolah memiliki dampak yang besar pada tingkat kecemasan siswa, terutama siswa yang baru masuk. Kecemasan sosial dapat memengaruhi perkembangan siswa dalam konteks pendidikan. Oleh karena itu, peran sekolah dan guru BK dalam membantu siswa mengatasi kecemasan sosial penting. Program bimbingan dan konseling yang tepat dapat membantu siswa mengembangkan keterampilan sosial, meningkatkan kepercayaan diri, dan mengatasi hambatan dalam kehidupan sehari-hari.

Kata Kunci: *Kecemasan sosial, Social Anxiety Scale – Adolescents(SAS-A), Siswa*

ABSTRAK

Social Anxiety Description in 10th-grade Students at SMKN 39 Jakarta

This research aims to examine the social anxiety experienced by 10th-grade students at SMKN 39 Jakarta. The research sample consisted of 98 10th-grade students from seven different majors at SMKN 39 Jakarta. The research employed a quantitative descriptive method with the Social Anxiety for Adolescents (SAS-A) scale as the instrument, developed by La Greca and Lopez, comprising 18 statements. The results showed variations in the levels of social anxiety among classes, with class X TEI 2 having the highest mean score (54.44) and class TKR 2 having the lowest mean score (55.62). Gender differences were observed, with female students tending to have higher mean scores of social anxiety compared to male students. The aspects of fear of negative evaluation and social avoidance in new situations significantly contributed to students' social anxiety. Particularly, the new school environment had a significant impact on students' anxiety levels, especially among those who were newcomers. Social anxiety can affect students' development in an educational context. Therefore, the role of schools and guidance counselors in helping students overcome social anxiety is crucial. Appropriate guidance and counseling programs can assist students in developing social skills, enhancing self-confidence, and overcoming obstacles in their daily lives.

Keywords: *Social anxiety, Social Anxiety Scale – Adolescents (SAS-A), Students.*

SURAT PERTNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Yogi Trihastanto Nurrohim
No. Registrasi : 1106619033
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul “**Gambaran kecemasan Sosial Pada Siswa Kelas X SMKN 39 Jakarta**” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari penelitian pada bulan Mei-Agustus.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi yang pernah dibuat oleh orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang timbul jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 24 Agustus 2023

Yang membuat pernyataan



Yogi Trihastanto Nurrohim



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Yogi Trihastanto Nurrohim
NIM : 1106619033
Fakultas/Prodi : Ilmu Pendidikan / Bimbingan dan Konseling
Alamat email : yogitrihastantonurrohim@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Gambaran Kecemasan Sosial pada Siswa Kelas X SMK Negeri 39 Jakarta

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta

Penulis

(Yogi Trihastanto Nurrohim)
nama dan tanda tangan

MOTO DAN PERSEMBAHAN

“Di dunia ini tidak akan selalu seimbang 50-50, tidak bisa dipaksakan untuk seimbang juga, adakalanya kita menjadi 20% kadang kita menjadi 70%. Hidup bukan soal angka apalagi perlombaan prestasi semata melainkan untuk beramal dan menebar kebahagiaan kepada sesama makhluk hidup”

-Vincent Rompies-

Skripsi ini dipersembahkan untuk orang-orang yang peneliti sayangi dan cintai yang tidak bisa diungkapkan secara langsung:

1. Kepada Allah SWT. Atas izin-Nya lah saya bisa melakukan penelitian dengan lancar dan selesai. Kesehatan dan waktu sudah diberikan oleh-Nya agar saya bisa melakukan penelitian ini dengan optimal.
2. Kepada Orang Tua saya. Tanpa dukungan moral, finansial, dan cinta tanpa syarat dari orang tua dan keluarga, pencapaian ini takkan menjadi kenyataan. Terima kasih tak terhingga atas segala pengorbanan, doa, dan dorongan yang kalian berikan sepanjang perjalanan ini. Kalian adalah sumber inspirasi sejati yang selalu memberikan dukungan dalam cuaca baik dan buruk. Pengorbanan kalian telah membantu saya mencapai impian ini, dan setiap langkah yang saya ambil adalah bukti komitmen untuk membalas kebaikan yang telah kalian berikan selama ini. Semoga hasil penelitian ini dapat menjadi bukti kebanggaan untuk kita semua. Terima kasih, Ibu, Ayah, dan seluruh keluarga yang selalu ada dalam setiap langkah perjalanan hidup saya.
3. Kepada kedua Kakak Saya. Mas Yoga dan Mas Yarsis menjadi kaka yang berhasil dalam ikut serta mendidik saya untuk merantau sendirian di kota orang. Dukungan moral dan finansial dari kedua mas saya membuat saya bisa bertahan hingga sekarang. Semoga apa yang diberikan akan dilipatgandakan dan diberkahkan serta lancarkan perjalanan hidup kita bertiga mas.
4. Kepada Chandra dan keluarga. Selama ini saya sudah banyak merepotkan, kalian lah rumah kedua yang menjadikan saya bahwa berbuat baik tidak akan mengkhianati hasil. Dilancarkan segala urusan dan khusus untuk chandra, semoga lancar kehidupan dan berangsur membaik apa yang sedang dipikul.

5. Partner yang selalu ada dan mengerti saya yang memiliki banyak kekurangan ini, tidak bisa saya sebutkan karena saya sangat malu dengan diri saya namun semoga kamu baca ini, walaupun kamu terlihat cengeng dan sangat seperti bocah kecil namun percayalah kamu sangatlah mampu membuat saya bisa mengerti bahwa badan kecil kamu bisa memikul beban yang sangat besar, dari cara jalanmu tidak memperlihatkan luka yang kamu tahan, dalam senyummu yang sangat menawan sanggup menutupi wajah sedih yang sering kamu perlihatkan di waktu menjelang kamu tidur, dari cara kamu memperlakukan orang lain tidak menandakan bahwa kamu sering mendapatkan hal tidak enak yang dilakukan orang lain kepadamu dan terakhir, mata kamu yang sering membuat tersipu orang lain bahkan saya pun merasa menatap mata indahmu adalah hal yang sulit. Saya percaya kita belajar banyak hal dan seterusnya kita kan belajar.
6. Kepada teman dekat saya, Asep, Fairishal, Sayyida, Zeta dan lainnya yang tidak saya sebutkan, sebelumnya saya ingin minta maaf telah merepotkan, saya cukup skeptis dengan pertemanan namun dengan kalian lah saya mengubah pemikiran saya mengenai memberi, mengasihi dan menyayangi. Pamrih hanya untuk orang yang lemah dan titik terendah manusia. Keberadaan kalian sangat berharga di proses kehidupan saya, kita sama sama masih remaja, punya masalah masing-masing, punya dunia yang harus kita kejar. Saya berharap saya bisa akan terus merepotkan kalian dan saya lebih berharap untuk direpotkan kalian.
7. Kepada Gimnastiar, anak tengah yang selalu memiliki kekawatiran selayaknya anak tengah yatim pada umumnya. Terimakasih sudah menemani waktu burnout saya dengan skripsi ini walaupun sekarang sibuk dengan teman yang lain dan saya tidak jarang diajak main bareng lagi. Pesan saya untuk Gim, tak perlu risah tak perlu bimbang gim segala urusan sudah ada jalannya masing-masing, jalani saja! perhatikan arus yang menuju hilir bahagia.
8. Kepada semua perempuan hebat yang pernah saya cintai, segala banyak terimakasih saya ucapkan kepada kalian. Terimakasih telah membentuk saya hingga menjadi manusia yang terus dan tidak lupa untuk selalu refleksi dan introspeksi. Manusia tidak luput dari salah, saya dan kalian punya salah

masing-masing namun hal itu tak begitu penting jika saya dan kalian sama-sama bisa petik hikmah baiknya. Saya tahu dan sadar betul menulis persembahan di bagian ini akan menimbulkan konflik yang berkepanjangan dengan seseorang di poin no 5 namun hal ini tidak menggentarkan jari saya untuk terus mengetik dan saya akan terima segala konsekuensinya.

9. Kepada Prow Awalludin dan Mba Eka. Dosen pembimbing saya yang menemani saya dan selalu memberi saya arahan dalam menggarap skripsi saya. Saya akan selalu belajar menjadi pribadi yang lebih baik karena dari masa bimbingan dengan dua orang yang sangat kompeten membuat saya bisa memetik pelajaran bahwa penelitian adalah sebuah proses yang berharga dan tahap penting dalam hidup saya. Semoga Prof Awal dan Mba Eka selalu diberikan kesehatan dan dilancarkan segala urusan.
10. Kepada seluruh Birokrat yang bertugas. Saya ucapkan terimakasih, saya doakan semoga kita akan selalu diberikan berkah dan sehat dalam bekerja demi sanak keluarga yang sedang menanti dirumah.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat dan karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyusun dan menyelesaikan proposal skripsi yang berjudul “*Gambaran Kecemasan Sosial Pada Siswa Kelas X SMKN 39 Jakarta*” dengan tepat waktu. Penulisan Skripsi ini ditujukan untuk memenuhi salah satu tugas mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan.

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini dapat terselesaikan tidak lepas dari bantuan tersedianya fasilitas yang diberikan oleh berbagai pihak serta tidak lepas dari bimbingan oleh beberapa pihak. Rasa terima kasih sudah seharusnya peneliti ucapkan kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam penyelesaian penelitian ini. Dan dalam kesempatan ini peneliti sampaikan rasa terima kasih dan rasa hormat kepada:

1. Prof. Dr. Awaluddin Tjalla, M.Pd selaku Dosen Pembimbing seminar proposal Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan arahan dalam penulisan proposal ini.
2. Dr. Happy Karlina Marjo, M.Pd., Kons. Selaku Dosen Pengampu Mata Kuliah Seminar Proposal dan juga selaku Koordinator Program Studi S1 Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta yang telah mendukung peneliti untuk menyelesaikan studi.
3. Dr. Eka Wahyuni, S.Pd.,MAAPD Selaku dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan saran dan masukan kepada peneliti.
4. Kepada orang tua saya yang selalu memberikan semangat, motivasi dan dukungan.
5. Kepada semua teman-teman Peserta didik Bimbingan dan Konseling yang secara langsung maupun tidak langsung telah membantu selama penyusunan proposal penelitian ini.

Semoga Allah SWT memberikan balasan yang berlipat ganda kepada semuanya. Semoga penulisan tugas akhir proposal skripsi ini memberikan manfaat bagi para pembaca dan penelitian selanjutnya. Demi perbaikan selanjutnya, saran dan kritik yang membangun sangat dibutuhkan oleh peneliti.

Jakarta, Agustus 25 2023

Peneliti

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	i
ABSTRAK	ii
<i>ABSTRAK</i>	iii
SURAT PERTNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
MOTO DAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Batasan Masalah.....	4
D. Rumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian.....	4
F. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II.....	6
A. Kecemasan Sosial.....	6
B. Kecemasan Sosial Menurut Sudut Pandang Bimbingan dan konseling....	11
C. Penelitian Relevan.....	14
D. Kerangka Pemikiran	15
BAB III	17
A. Jenis Penelitian dan Desain Penelitian	17
B. Populasi dan Sampel	17
C. Tempat dan Waktu Penelitian	20
D. Teknik Pengumpulan Data	20
E. Variabel Penelitian	21
F. Instrumen Penelitian.....	22
G. Uji Instrumen Penelitian.....	23
H. Teknik Analisis Data.....	25

BAB IV	27
A. Deskripsi Umum Subjek Penelitian	27
B. Hasil Analisis Data Penelitian.....	28
C. Pembahasan	32
D. Keterbatasan Penelitian	35
BAB V.....	36
A. Kesimpulan.....	36
B. Saran.....	37
DAFTAR PUSTAKA	38
LAMPIRAN.....	41
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	48





DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Pemikiran.....	16
Grafik 4. 1 Perbandingan Kecemasan sosial Setiap Kelas.....	27



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Distribusi Populasi	18
Tabel 3. 2 Kisi-Kisi Instrumen Kecemasan sosial Uji Validitas.....	22
Tabel 3. 3 Format Skala likert.....	23
Tabel 3. 4 Reliabel Kecemasan Sosial	25
Tabel 4. 1 Persebaran Responden	27
Tabel 4. 2 Persebaran Responden berdasarkan jenis kelamin.....	28
Tabel 4. 3 Hasil Uji Deskriptif	28
Tabel 4. 4 Perbandingan Kecemasan sosial Setiap Kelas	30
Tabel 4. 5 Kecemasan sosial siswa Perempuan dan Laki-laki.....	30
Tabel 4. 6 Kecemasan sosial siswa berdasarkan 3 Aspek.....	31



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Instrumen Penelitian.....	41
Lampiran 2 Tabel Hasil Ujia Coba Validasi Instrumen Kecemasan Sosial.....	43
Lampiran 3 Persebaran data Variabel Kemasn Sosial.....	44
Lampiran 4 Uji Deskriptif Instrumen SAS-A.....	45
Lampiran 5 Uji Deskriptif Aspek Ketakutan akan Evaluasi Negatif.....	45
Lampiran 6 Uji Deskriptif Aspek Penghindaran Sosial dan Tekanan Situasi Baru.....	45
Lampiran 7 Uji Deskriptif Aspek Penghindaran Sosial dan Tekanan Situasi umum.....	45
Lampiran 8 Surat Izin Penelitian SMKN 39 Jakarta.....	46
Lampiran 9 Hasil DCM Siswa X TEI 1.....	47
Lampiran 10 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen.....	47

