

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Peserta didik memasuki jenjang SMA/SMK adalah anak berusia 15-18 tahun dan merupakan usia masa remaja akhir yang mana masa peralihan perkembangan dari remaja menuju dewasa. Dalam era saat ini, sosialisasi menjadi hal yang sangat penting bagi remaja, di mana mereka berinteraksi, bergaul, dan tumbuh bersama teman sebaya (Santrock, 2011). Oleh karena itu, kemampuan untuk berkomunikasi secara interpersonal dengan baik menjadi suatu tuntutan bagi setiap remaja. Remaja yang memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang baik dapat dengan lancar menyatakan perasaan dan emosi terkait masalah yang mereka hadapi, sehingga dapat mencegah timbulnya konflik. Semakin besarnya kebutuhan untuk berinteraksi secara antarpribadi pada masa remaja disebabkan oleh keterbatasan dalam keterampilan pengambilan keputusan pada periode ini (Mayasari, 2015).

Situasi dan lingkungan baru menuntut individu untuk adaptasi terhadap lingkungan tersebut. Adaptasi diperlukan dalam proses penyesuaian terhadap lingkungan baru, hal ini memerlukan kecakapan individu dalam melakukan interaksi sosial (Gecer & Gumus, 2010). Peserta didik yang baru memulai dunia sekolah menengah atas harus mampu menyesuaikan dengan situasi yang baru dan dapat dibidang berbeda dengan saat sekolah menengah pertama. Peserta didik baru sekolah menengah atas merupakan peserta didik dengan masa transisi remaja menuju dewasa awal dimana masa yang mengharuskan individu mencari jati diri dan eksplor dunia yang lebih luas lagi. Namun bagaimana jika individu sulit untuk melakukan interaksi sosial dengan sebaya ataupun bahkan kepada guru hal tersebut akan menghambat peserta didik berkembang dan tidak menemukan rasa nyaman ketika melakukan kegiatan pembelajaran. Pendidikan memiliki peran sentral dalam membentuk perkembangan sosial, emosional, dan akademis siswa. Namun, proses adaptasi siswa terhadap lingkungan sekolah tidak selalu berjalan mulus, terutama di tingkat pendidikan menengah. Salah satu tantangan yang sering

dihadapi oleh siswa adalah kecemasan sosial. Kecemasan sosial merujuk pada perasaan cemas dan gugup yang timbul saat berinteraksi dengan orang lain atau dalam situasi sosial tertentu (Greca & Lopez, 1998). Fenomena ini dapat memiliki dampak yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis dan adaptasi siswa dalam lingkungan akademis.

Goffman menyatakan bahwa interaksi dan komunikasi memiliki peran penting dalam menghubungkan individu satu sama lain agar dapat berbagi ide, gagasan, dan keinginan masing-masing. Saat pesan dikirim dan diterima, terbentuklah hubungan interaksional di antara pihak-pihak yang terlibat (Goffman, 1959). James Mc Croskey berpendapat bahwa setiap orang pada dasarnya pernah mengalami kecemasan dalam berkomunikasi (Papalia, 2008). Di sekolah menengah kejuruan (SMK), siswa kelas 10 adalah kelompok yang mengalami peralihan penting dari jenjang pendidikan sebelumnya. Siswa menghadapi lingkungan baru, teman-teman baru, serta tuntutan akademis yang lebih kompleks. Gambaran kecemasan sosial pada siswa kelas 10 dapat menjadi faktor kritis yang memengaruhi adaptasi dan kesejahteraan mereka dalam lingkungan sekolah. Oleh karena itu, pemahaman mendalam tentang tingkat kecemasan sosial pada siswa kelas 10 di jenjang SLTA sangat penting untuk membentuk lingkungan belajar yang lebih inklusif, mendukung, dan efektif (Papalia, 2008).

Pendidikan memiliki peran krusial dalam membentuk karakter, nilai-nilai, dan interaksi sosial siswa (Santrock, 2011). Di tengah lingkungan sekolah, siswa berinteraksi dengan beragam individu, baik teman sekelas, guru, maupun staf sekolah. Proses interaksi ini membentuk integritas sosial siswa, yang mencakup kemampuan untuk berinteraksi dengan norma-norma sosial, mengembangkan hubungan yang sehat, dan berpartisipasi aktif dalam lingkungan sosial. Namun, terdapat sekelompok siswa yang menghadapi tantangan serius dalam bentuk kecemasan sosial, yang dapat memengaruhi kemampuan mereka dalam berinteraksi dan berintegrasi secara sosial. Peserta didik baru menghadapi tantangan dalam beradaptasi dengan lingkungan sekolah atau perguruan tinggi yang baru. Proses ini dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupan mereka, termasuk interaksi sosial, prestasi

akademik, dan kesejahteraan emosional (Soliha, 2015). Pentingnya Integrasi Sosial, Peserta didik baru mungkin perlu membangun kembali jaringan sosial dan mencari teman sebaya (Richard & Hilgard, 1996). Integrasi sosial yang baik dapat memiliki dampak positif pada kesejahteraan dan pengalaman akademik mereka. Transisi ke lingkungan baru sering kali menimbulkan kecemasan sosial. Peserta didik baru mungkin khawatir tentang bagaimana mereka diterima oleh rekan-rekan baru dan mencari cara untuk mengatasi kecemasan ini. Peserta didik baru mungkin menghadapi rasa isolasi karena belum memiliki jaringan sosial yang mapan. Media sosial bisa menjadi alat untuk mengatasi rasa isolasi ini, tetapi juga dapat memperdalamnya. ketepatan guru Bimbingan dan Konseling (BK) dalam menyusun program dan pelayanan kepada peserta didik dapat membantu peserta didik untuk mudah menyesuaikan diri dengan lingkungannya (Sharf, 2005).

Peneliti mengambil data pada siswa tahun ajaran 2023/2024 peneliti data hasil asesmen Daftar Cek Masalah (DCM) peserta didik kelas X TEI 1 yang menunjukkan angka 12,93 hal ini menunjukkan bahwa peserta didik di kelas X TEI 1 memiliki presentase masalah yang cukup tinggi khususnya dalam aspek hambatan berinteraksi sosial (HSK) contoh pernyataan "*Kurang mampu mengeluarkan pendapat*", "*Masih merasa takut berbicara di depan kelas/ pada diskusi-diskusi*", "*Sering diperolok-olokan orang lain*" dan "*Kadang-kadang merasa khawatir tentang kesan orang lain terhadap saya*".

Dengan berbagai penelitian yang membahas Kecemasan sosial lingkungan ini terjadi karena masa remaja merupakan masa dimana seseorang sedang mencari jati diri menuju dewasa awal dan masa remaja rentan cemas akan lingkungan baru. penelitian ini bertujuan untuk mengisi celah pengetahuan ini dengan mengidentifikasi dan menganalisis tingkat kecemasan sosial pada siswa kelas X di SMK 39 Jakarta. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan tentang tingkat kecemasan sosial yang dialami siswa, serta implikasinya terhadap pembinaan kesejahteraan mental dan perkembangan mereka di lingkungan sekolah. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang masalah ini, sekolah dan para praktisi pendidikan dapat merancang program intervensi yang sesuai untuk membantu

siswa mengatasi tantangan kecemasan sosial dan meraih potensi belajar mereka secara optimal. Oleh karena itu peneliti membuat penelitian ini untuk mengetahui gambaran kecemasan sosial yang dihadapi peserta didik dengan judul penelitian “*Gambaran Kecemasan Sosial pada Siswa Kelas X SMKN 39 Jakarta*”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah diuraikan, maka penulis mengidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran kecemasan sosial pada siswa kelas X SMKN 39 Jakarta?
2. Seberapa kuat kecemasan sosial yang dialami siswa kelas X SMKN 39 Jakarta?
3. Apa Faktor atau Penyebab kecemasan sosial pada siswa kelas X SMKN 39 Jakarta?

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan uraian identifikasi masalah diatas, peneliti membatasi permasalahan pada “*Gambaran Kecemasan sosial pada siswa kelas X SMKN 39 Jakarta*”.

D. Rumusan Masalah

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi kecemasan bersosial pada peserta didik. Oleh karena itu, rumusan masalah dari penelitian ini adalah “*Gambaran Kecemasan sosial pada Siswa Kelas X SMKN 39 Jakarta?*”.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut maka tujuan penelitian ini adalah: “*Gambaran Kecemasan sosial pada Siswa Kelas X SMKN 39 Jakarta*”.

F. Manfaat Penelitian

Dari penelitian ini diharapkan memperoleh manfaat antara lain:

Manfaat Teoritis

Harapan dari penelitian ini adalah dapat memberikan kontribusi yang berharga sebagai referensi dan pengetahuan dalam bidang psikologi terutama

dalam konteks keilmuan Bimbingan Konseling terkait Kecemasan Sosial. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang kecemasan sosial pada individu dimana siswa yang takut atau cemas untuk berinteraksi dengan lingkungan sosialnya.

Manfaat Praktis

a. Bagi Instansi/Sekolah

Dapat membantu sekolah mendapatkan gambaran untuk membuat kebijakan dalam dalam mengentaskan kecemasan sosial yang dialami peserta didik

b. Bagi peserta didik

Dapat menambah wawasan dan pengetahuan baru bagi peserta didik yang sedang menghadapi tugas ataupun penelitian terkait kajian peneliti.

c. Bagi peneliti lainnya

Diharapkan bahwa hasil dari penelitian ini akan menjadi landasan yang kokoh untuk melanjutkan penelitian lebih lanjut mengenai topik Kecemasan sosial.

