

Penggunaan Asesment dalam Mengidentifikasi Kecemasan Sosial Remaja di Panti Asuhan Kota Bengkulu

Widya Kartika Sari^{1*}, Nurul Jannah¹, Vira Afriyanti²

¹Universitas Prof Dr Hazairin SH Jl. A Yani No 1 Bengkulu, Indonesia

²Univeritas Bengkulu Jl. WR Supratman, Bengkulu, Indonesia

*Penulis korespondensi, Surel: kartikasariwidya56@gmail.com

Abstrak

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran penggunaan asesment dalam mengidentifikasi kecemasan sosial remaja Di panti asuhan kota bengkulu. Jenis penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian seluruh penghuni panti asuhan zaam-zaam di kota bengkulu dengan sampel 15 remaja. pengumpulan data menggunakan asesment berupa angket kecemasan sosial yang dianalisis dengan menggunakan distribusi frekuensi, mean dan presentase. Hasil penelitian menunjukkan berada pada kategori sangat tinggi, tinggi dan sedang. Rata-rata gambaran kecemasan sosial remaja panti asuhan di Kota Bengkulu berada pada kategori tinggi yang artinya remaja masih gugup dalam ketika berjumpa dengan orang lain, lebih banyak menunduk, menghindari dari lingkungan, pemalu, kurang percaya diri, merasa tidak memiliki kemampuan, kaku dalam bergaul, mudah marah sehingga secara tidak langsung sangat berpengaruh pada penurunan peran fungsi sosial dan perkembangan karirnya.

Kata kunci: asesmen; kecemasan sosial; remaja

Pendahuluan

Kecemasan sosial seringkali dirasakan oleh remaja karna remaja masih mempersepsikan orang lain seolah-olah memperhatikan terhadap dirinya. Kondisi kecemasan akan mempengaruhi atau mengganggu keseimbangan hidup seseorang antara lain secara fisik, emosional, akademik atau pekerjaannya (Dharmawan& Dariyo,2017). Menurut Varcarolis kecemasan sosial di tandai oleh rasa takut yang muncul karena malu dan evaluasi negatif oleh orang lain dalam situasi sosial sehingga cenderung untuk menghindari situasi sosial yang ditakutinya(Varcarolis & Halter, 2010),bila kemunculannya berlebihan dapat menimbulkan dampak negatif dan jika tidak diatasi kecemasan sosial dapat berlanjut menjadi gangguan kecemasan sosial atau fobia sosial (Cahyaning, 2016).

Hasil penelitian yang dilakukan sebelumnya yang di lakukan oleh rohmah kecemasan sosial pada remaja panti asuhan yaitu terdeteksi kecemasan sosial tinggi menunjukkan bahwa ada 60% dari 38 remaja mengarah ke ciri-ciri kecemasan sosial (Rohma,2013). Gejala-gejala secara fisik dan psikologis kecemasan sosial yaitu jika diminta untuk maju ke depan kelas keringat dingin keluar, badan gemetar, selain itu juga memiliki pribadi yang pemalu, kurang percaya diri, merasa tidak memiliki kemampuan, kaku dalam bergaul, mudah marah dan belum memiliki pandangan terhadap masa depannya. Kecemasan sosial meningkat menjadi gangguan apabila tingkat kecemasan sosial yang dialami semakin irasional dan mengganggu efektifitas kegiatan sehari-hari serta berdampak negatif juga terhadap penurunan fungsi peran sosial dan perkembangan karir (Swasti&Martani, 2013).

Kondisi tersebut dibutuhkan kepekaan pembina panti yang dibantu oleh konselor untuk mampu mendeteksi gejala-gejala awal kecemasan sosial yang dialami anak panti sehingga dapat melakukan langkah-langkah penanganan yang sesuai. Langkah yang perlu dilakukan terlebih dahulu yaitu assesment karena assesment merupakan bagian yang sangat penting dan stategias dari konseling, yang mana tujuannya untuk mencari dan menggali secara mendalam kondisi konseli dari berbagai aspek dengan cara ini dapat

melaksanakan pendekatan yang sistematis untuk memperoleh dan mengorganisasikan informasi yang relevan tentang konseli.

Assessment merupakan suatu kegiatan pengukuran, dalam bimbingan dan konseling yang dilakukan konselor sebelum, selama, dan setelah konseling dilaksanakan atau pun sedang berlangsung. Assesment termasuk bagian yang terpenting dalam kegiatan bimbingan dan konseling .

Tujuan assessment dalam bimbingan dan konseling yaitu mengumpulkan informasi yang dapat membantu konselor untuk memahami kondisi dan membantu memecahkan permasalahan yang dihadapi konseli. Assesment dalam bimbingan dan konseling dibagi menjadi dua yaitu assessment teknik tes dan assesmeent teknik non tes (Siti, 2016). Dalam penelitian ini menggunakan teknik non tes berupa angket kecemasan sosial remaja panti asuhan.

Berdasarkan hasil penelitian diatas jelas bahwa sangat dibutuhkan pelayanan konseling untuk mengurangi kecemasan sosial remaja yang diawali dengan pengumpulan data berupa kecemasan sosial remaja beranjak dari hal ini maka dibutuhkan penelitian yang mengumpulkan data awal tentang gambaran kecemasan sosial remaja melalui asesmen sebagai alat yang membantu peneliti dalam menentukan atau menemukan hasil berupa data atau bahan yang menjadi tujuan dari penelitian untuk mengidentifikasi bagaimana gambaran kecemasan sosial remaja panti asuhan zaam-zaam di Kota Bengkulu.

Metode

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif kuantitatif yang menggambarkan atau mendeskripsikan kondisi kecemasan sosial remaja panti asuhan zaam-zaam kota Bengkulu. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh penghuni panti asuhan zaam-zaam sedangkan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling artinya berdasarkan tujuan atau kriteria dalam pengambilan sampel yaitu remaja dengan rentang usia 14 sampai 19 tahun. Teknik pengumpulan data menggunakan instrumen yaitu angket kecemasan sosial dengan analisis distribusi frekuensi, mean dan persentase.

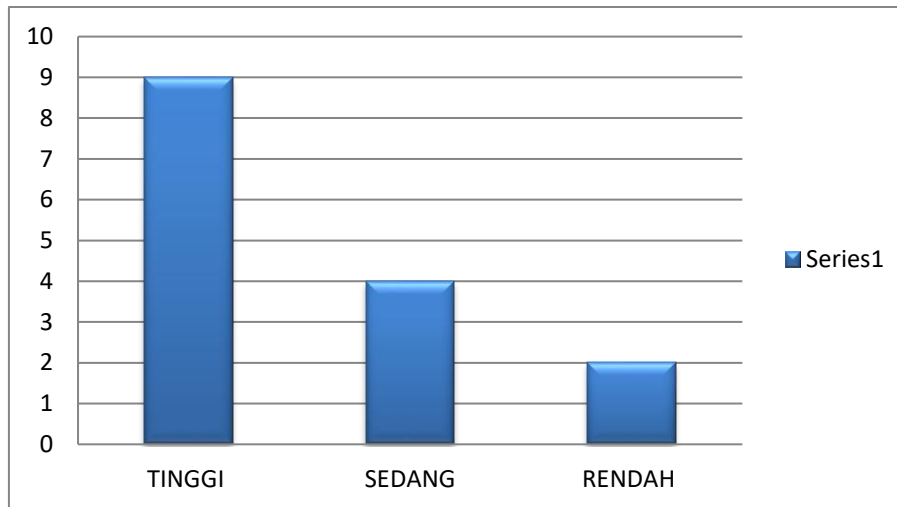
Hasil

Berdasarkan hasil analisis angket kecemasan sosial remaja panti asuhan zaam-zaam sebagian besar cenderung pada kategori tinggi hal ini terlihat pada tabel 1 dibawah yaitu skor tertinggi remaja berada pada kriteria tinggi dengan jumlah frekuensi 9 orang atau dapat di persentasikan dengan nilai 60%, kriteria sedang dengan jumlah frekuensi 4 atau dapat di persentasikan sekitar 26.7% dan skor terendah pada kriteria rendah dengan persentase 13.3% dengan rata-rata 101 dalam kategori tinggi.

Tabel 1. Deskripsi Frekuensi Skor Kecemasan Sosial Remaja Panti Asuhan Zaam-Zaam Kota Bengkulu

| Interpretasi | Rentang | F | % | Rata-rata |
|--------------|---------|------|------|-----------|
| Tinggi | >100 | 9 | 60 | 101 |
| Sedang | 63-99 | 26,7 | 26,7 | |
| Rendah | <27 | <27 | 13,3 | |
| Jumlah | | 15 | 100 | |

Berdasarkan hasil data distribusi frekuensi diatas juga dapat berbentuk grafik kecemasan sosial remaja yang dapat dilihat pada grafik 1 dibawah ini berada pada tiga tingkat kategori yaitu tinggi dengan rentang > 100 sebanyak 9 orang sedang dengan rentang 63-99 sebanyak 4 orang dan rendah kurang dari <27 sebanyak 2 orang.



Gambar 1. Kecemasan sosial

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan rata-rata remaja panti asuhan zaam-zaam di Kota Bengkulu berada pada kategori tinggi. Artinya sebagian besar remaja masih gugup ketika berjumpa dengan orang lain, lebih banyak menunduk, menghindari lingkungan, pemalu, kurang percaya diri, merasa tidak memiliki kemampuan, kaku dalam bergaul, mudah marah sehingga secara tidak langsung sangat berpengaruh pada penurunan peran fungsi sosial dan perkembangan karirnya. Dampak negatif kecemasan sosial tampak pada penurunan kesejahteraan subjektif dan kualitas hidup, serta fungsi peran sosial dan perkembangan karir. Penderita kecemasan sosial menilai dirinya lebih buruk daripada orang lain dan menurunkan kemampuan dan performansinya sehingga ia benar-benar lebih buruk karenanya ia mengalami penurunan fungsi dan keterampilan sosial serta kualitas interaksi sosial yang ia lakukan, mengalami kesalahan memproses informasi selama interaksi sosial berlangsung dan berperilaku berdasarkan interpretasi subjektif yang lebih banyak diwarnai oleh valuasi negatif atas peristiwa sosial yang tidak menyenangkan (Swasti & Martani, 2013). Orang yang mempunyai kecemasan sosial, seringkali mempunyai persepsi yang tidak tepat (salah) terhadap kondisi realitas sosial. Kecemasan sosial seringkali dirasakan oleh remaja, karena remaja masih mempersepsikan orang lain seolah-olah memperhatikan terhadap dirinya (Inderbitzen,& Walters,2000).

Berdasarkan hasil temuan maka dari itu sangat dibutuhkan pelayanan konseling dalam mengatasi kecemasan sosial remaja panti asuhan yang sebelumnya sudah dilakukan pengumpulan data menggunakan assessment non tes berupa angket atau skala kecemasan sosial. Menurut Winkel (dalam Siti, 2016) angket sebagai suatu daftar atau kumpulan pernyataan tertulis yang harus dijawab secara tertulis. Tujuan dari angket yaitu mengumpulkan informasi yang relevan, yang nantinya diperoleh untuk bahan dasar penyusunan program, menjamin validitas informasi yang diperoleh, mengevaluasi program bimbingan dan konseling, serta untuk mengambil sikap dan pendapat dari responden. Alat ini

sangat membantu konselor dalam memperoleh data untuk dapat menggambarkan atau mengidentifikasi tingkat kecemasan sosial yang dialami remaja panti asuhan zaam-zaam di Kota Bengkulu.

Simpulan

Berdasarkan hasil temuan penelitian bahwa penggunaan asesmen dalam mengumpulkan data sangatlah membantu konselor dalam membuat program bimbingan dan konseling di panti asuhan untuk penelitian ini memperoleh data tentang gambaran sehingga teridentifikasi kecemasan sosial remaja berada pada tiga kategori yaitu tinggi, sedang, rendah dan rata-rata dalam kategori tinggi yang artinya remaja masih cenderung memiliki rasa kecemasan tinggi menimbulkan rasa kurang percaya diri, menunduk, menghindari jika bertemu orang sehingga menghambat dalam hubungan sosial.

Daftar Rujukan

- Cahyaning, S. (2016). Efikasi diri dan kecemasan sosial: studi meta analisis. *jurnal. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang*, 4(2), 182-193.
- Dharmawan, U.S & Dariyo, S. (2017). Hubungan Moral Integrity dan Kecemasan Sosial Dengan Academic Dishonesty Remaja Akhir Provitae. *Psikologi Pendidikan*, 10(2), 80-97.
- Inderbitzen-Nolan, H. M. & Walters, K. S. (2000). Social anxiety scale for adolescents: Normative data and further evidence of construct validity. *Journal of Clinical Child Psychology*, 29(3), 360–371.
- Rohma, N. (2013). "Pengaruh Pelatihan Keterampilan Sosial Untuk Menurunkan Kecemasan Sosial Pada Remaja Di Panti Asuha". Tesis tidak diterbitkan. Surakarta: UMS
- Siti, W, S. (2016). Assessment dalam Bimbingan dan Konseling. *Jurnal. Darullmi*. 4(1)
- Swasti, I.K. & Martani, W. (2013). Menurunkan Kecemasan Hadapsosial Melalui Pemaknaan Kisah Hidup. *Jurnal. Psikologi UGM*, 40(1), 39-58.
- Varcarolis, E.M & Halter, M.J. (2010). *Foundation Of Psgetiatric Mental Health Nursin: A Clinical Approach*. Louis: Missouri.