JOURNAL OF EXCELLENT HEALTH ISSN 2775- 6610 (online)

Available online at https://ojs.stikesassyifa.ac.id/

HUBUNGAN POLA ASUH ORANG TUA DENGAN KECEMASAN SOSIAL REMAJA SMKN X DI JAKARTA

Marini Rizkya Rais[1]
[1]Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan RSPAD Gatot Soebroto
Email: marinirizkyy28@gmail.com

Abstract: *Social anxiety is a psychological issue frequently observed in adolescents, characterized by an excessive fear of negative evaluation by others, which can hinder their growth and development. Parenting styles are believed to be a factor associated with a child's social development. This study aimed to analyze the relationship between parenting styles and the level of social anxiety among adolescents at SMKN X in Jakarta. Methods: A cross-sectional study design with a quantitative approach was employed. A sample of 76 respondents was selected using simple random sampling. The instruments used were the Parental Authority Questionnaire (PAQ) to measure parenting styles and the Social Anxiety Scale for Adolescents (SAS-A) to measure social anxiety. Data were analyzed using the likelihood ratio test due to a violation of the assumptions required for the chi-square test. Results: The study results showed that the majority of respondents (n=68; 89.5%) experienced a democratic parenting style, and the majority (n=52; 68.4%) fell into the moderate social anxiety category. The likelihood ratio test yielded a p-value of 0.027 (< 0.05). Conclusion: The statistical test results indicate a significant relationship between parenting styles and social anxiety among adolescents at SMKN X in Jakarta.*

Keywords: *Parenting Styles, Social Anxiety, Adolescents.*

Abstrak: Kecemasan sosial merupakan masalah psikologis yang sering muncul pada remaja, ditandai dengan rasa takut yang berlebihan terhadap penilaian negatif dari orang lain, yang dapat menghambat proses tumbuh kembangnya. Pola asuh orang tua diyakini menjadi salah satu faktor yang berhubungan terhadap perkembangan sosial anak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pola asuh orang tua dengan tingkat kecemasan sosial pada remaja SMKN X di Jakarta. Metode: Desain penelitian yang digunakan adalah *cross-sectional* dengan pendekatan kuantitatif. Sampel yang diambil sebanyak 76 responden menggunakan teknik *simple random sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner *Parental Authority Questionnaire (PAQ)* untuk mengukur pola asuh dan *Social Anxiety Scale for Adolescents (SAS-A)* untuk mengukur kecemasan sosial. Data dianalisis menggunakan uji *likelihood ratio* karena adanya pelanggaran asumsi pada uji *chi-square*. Hasil: Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden memiliki pola asuh demokratis sebanyak 68 responden (89,5%), dan tingkat kecemasan sosial mayoritas berada pada kategori kecemasan sosial sedang sebanyak 52 responden (68,4%). Uji statistik *likelihood ratio* didapatkan nilai *p-value* sebesar 0,027 (< 0,05). Kesimpulan: Berdasarkan hasil uji statistik menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dengan kecemasan sosial remaja SMKN X di Jakarta.

Kata Kunci: *Pola Asuh Orang Tua, Kecemasan Sosial, Remaja*.

PENDAHULUAN

Remaja dalam bahasa Inggris yaitu *adolescence* berasal dari kata *adolescere* yang berarti ”tumbuh menjadi dewasa”. Remaja adalah kelompok orang yang berusia antara 10 dan 19 tahun[1]. Menurut santrock (2017) dalam Zulvana et al. (2025) Selama masa remaja, seseorang mengalami perubahan besar dalam fisik,

kognitif, dan emosional. sering dianggap sebagai masa transisi antara dewasa muda dan kanak-kanak.

Remaja mulai membangun identitas diri mereka, menjalin hubungan sosial, dan menghadapi berbagai tekanan dari keluarga, teman sebaya, dan sekolah[2]. Masa remaja merupakan periode transisi dari anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik dari segi fisik, psikologis maupun intelektual[3].

Pada fase ini, remaja mulai membentuk identitas diri, menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial dan menghadapi berbagai tantangan perkembangan[4]. Pada masa perkembangan tersebut, remaja tidak hanya rentan terhadap perubahan fisik dan sosial, tetapi juga terhadap berbagai gangguan psikologis, salah satunya adalah gangguan kecemasan.

Seseorang yang mengalami gangguan kecemasan memiliki kesulitan dalam mengendalikan rasa cemasnya, tidak seperti kecemasan pada umumnya, karena gangguan kecemasan bersifat permanen dan dapat memburuk seiring waktu. Akibatnya, rutinitas sehari-harinya terganggu[5].

Menurut Mubin et al. (2024), gangguan kecemasan terdiri atas beberapa jenis, yaitu gangguan kecemasan umum (*generalized anxiety disorder*), gangguan panik (*panic disorder*), gangguan fobia spesifik (*specific phobia*), gangguan obsesif-kompulsif (*obsessive-compulsive disorder*), gangguan stres pascatrauma (*post-traumatic stress disorder*), serta gangguan kecemasan sosial (*social anxiety disorder*)[6]. Salah satu bentuk gangguan kecemasan yang sering dialami pada masa remaja adalah gangguan kecemasan sosial, yang berkaitan erat dengan interaksi sosial dan penilaian dari lingkungan sekitar.

Menurut teori Erikson dalam santrock (2019), remaja berada pada tahap *identity vs role confusion*, di mana mereka berupaya membentuk identitas diri dan peran sosial. Kecemasan sosial yang muncul pada fase ini dapat mengganggu proses pembentukan identitas dan kepercayaan diri remaja[7].

Kecemasan sosial berbeda dengan kecemasan umum karena terfokus pada situasi sosial tertentu dan dapat menyebabkan individu menghindari interaksi sosial[8]. Menurut La Greca & Lopez (1998) kecemasan sosial adalah kondisi psikologis yang membuat seseorang merasa takut, khawatir, atau cemas karena takut orang lain menilainya buruk. Orang dengan kecemasan sosial cenderung menghindari situasi yang melibatkan interaksi dengan orang lain. Mereka juga merasa tidak nyaman ketika berada ditempat baru atau berbicara dengan orang yang belum dikenal. Selain itu, mereka merasa tertekan dan tidak percaya diri dalam berbagai bentuk interaksi sosial, bahkan ketika berhadapan dengan orang yang sudah dikenal[9].

Kondisi ini dapat membuat mereka menarik diri, mengurangi partisipasi dalam kegiatan sekolah maupun sosial, serta menurunkan rasa percaya diri[10]. Jika berlangsung terus-menerus, kecemasan sosial akan berdampak pada prestasi akademik, hubungan interpersonal, bahkan kualitas hidup secara keseluruhan[10].

Menurut Freska et al. (2023) kecemasan sosial menimbulkan berbagai dampak terhadap hubungan sosial individu. Salah satu dampak yang umum terjadi adalah kecenderungan individu untuk menghindari situasi atau kegiatan sosial yang memicu rasa takut, seperti pertemuan dengan teman, acara keluarga, maupun kegiatan kelompok[10].

Perilaku penghindaran tersebut dalam jangka waktu tertentu dapat berkembang menjadi isolasi sosial, di mana individu menarik diri dari lingkungan sosial sehingga terpisah dari teman sebaya, keluarga, serta aktivitas

yang sebelumnya memberikan kesenangan. Selain itu, kecemasan sosial juga menyebabkan kesulitan dalam membangun hubungan baru, karena rasa cemas dan takut dalam interaksi sosial membuat individu enggan berkenalan dengan orang asing atau berpartisipasi dalam kegiatan sosial[10].

Dampak lainnya terlihat pada hambatan dalam komunikasi, di mana individu merasa tidak percaya diri atau tertekan saat berkomunikasi, sehingga mengalami kesulitan dalam mengekspresikan diri secara bebas. Kondisi tersebut pada akhirnya dapat mengganggu hubungan sosial yang telah terjalin, baik dengan teman, pasangan, maupun keluarga, karena individu merasa kesulitan untuk berbicara secara terbuka dan mengungkapkan perasaan mereka[10].

Menurut La greca & Lopez (1998) mengemukakan bahwa kecemasan sosial terdiri atas tiga aspek utama. Aspek pertama adalah ketakutan akan tanggapan negatif (*fear of negative evaluation*), yang mencerminkan perasaan takut, cemas, atau khawatir terhadap kemungkinan penilaian negatif dari teman sebaya. Individu dengan kecemasan sosial cenderung memikirkan bagaimana orang lain menilai dirinya, misalnya muncul kekhawatiran tentang apa yang dipikirkan anak-anak lain terhadap dirinya. Aspek kedua adalah rasa takut terhadap orang lain dan situasi yang baru atau berinteraksi dengan orang yang tidak dikenal (*social avoidance and distress in new situations*). Aspek ini menggambarkan adanya penghindaran sosial serta perasaan tidak nyaman atau gugup ketika individu berada dalam situasi sosial yang baru, seperti saat harus bertemu dengan teman sebaya yang belum dikenal atau berada di lingkungan yang asing. Aspek ketiga adalah rasa tertekan dan penghindaran sosial yang dialami dalam situasi sosial secara umum, termasuk saat berinteraksi dengan orang yang sudah dikenal (*social avoidance and distress in general*). Pada aspek ini, individu tetap merasakan kecemasan, ketegangan, dan kesulitan dalam berinteraksi, meskipun berada bersama orang-orang yang akrab atau dalam situasi sosial yang sering dihadapi.[9].

Prevalensi kecemasan sosial pada remaja secara global diperkirakan mencapai 8,3% pada remaja [11]. Hasil *Indonesia's National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS) menunjukkan bahwa prevalensi gangguan kecemasan (termasuk *social phobia* dan generalized anxiety disorder) pada remaja usia 10-17 tahun mencapai 3,7% dalam 12 bulan terakhir [12]. Fakta ini menunjukkan bahwa kecemasan sosial tidak hanya menjadi isu global, tetapi juga merupakan permasalahan serius yang dialami remaja di Indonesia.

Berdasarkan data prevalensi kecemasan sosial di atas, menurut Hofmann (2020) dalam Riyanti (2020) terdapat dua faktor utama penyebab kecemasan sosial. Pertama, faktor genetik yang berkontribusi sekitar 5% pada kejadian kecemasan sosial di dunia, sehingga pengaruh genetik dianggap relatif kecil. Kedua, faktor orang tua, di mana anak-anak yang mengalami kecemasan cenderung memiliki orang tua yang juga mengalami kecemasan. Tingkat kecemasan sosial pada remaja sangat dipengaruhi oleh sensitivitas orang tua terhadap gangguan yang dialami anak mereka[13].

Sejalan dengan faktor orang tua tersebut, perhatian selanjutnya diarahkan pada pola asuh orang tua sebagai salah satu bentuk peran orang tua yang diduga memiliki pengaruh terhadap muncul dan berkembangnya kecemasan sosial pada remaja. Data Badan Pusat Statistik (2022) dalam Damayanti et al. (2025) menunjukkan bahwa pola asuh yang kurang tepat berdampak pada kondisi psikologis anak, di mana sekitar 40% anak mengalami tekanan emosional, rendah

diri, serta keterbatasan dalam menyuarakan pendapat di keluarga. Dampak tersebut menegaskan bahwa pola asuh tidak hanya berfungsi sebagai faktor pelindung, tetapi juga dapat menjadi faktor risiko yang memicu munculnya berbagai masalah psikologis, termasuk kecemasan sosial[14].

Didukung oleh penelitian Ningrum et al. (2023) menunjukkan bahwa meskipun mayoritas orang tua menerapkan pola asuh demokratis (90,9%), sebanyak 66,2% remaja tetap mengalami masalah kesehatan mental. Masalah tersebut meliputi stres, depresi, perilaku menarik diri, dan kesulitan berkomunikasi serta bersosialisasi. Temuan ini memperlihatkan bahwa pola asuh, apapun tipenya, memiliki peran penting dalam membentuk kondisi psikologis remaja.

Pola asuh mencakup sistem, cara, dan sikap orang tua dalam membimbing, mengarahkan, serta memberikan perhatian kepada anaknya dalam kehidupan sehari-hari [15]. Menurut teori Baumrind, terdapat tiga tipe pola asuh utama: demokratis (*authoritative*), otoriter, dan permisif. Anak dengan pola asuh demokratis cenderung percaya diri, mandiri, dan memiliki keterampilan sosial yang baik; anak dengan pola asuh otoriter cenderung cemas, kurang percaya diri, dan kurang memiliki keterampilan sosial; sedangkan anak dengan pola asuh permisif cenderung impulsif, egois, dan bergantung pada orang lain[15].

Menurut Harlock (1997) dalam Kusmawati et al. (2023), pola asuh orang tua dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu tingkat sosial ekonomi, tingkat pendidikan, kepribadian, dan jumlah anak. Orang tua dengan tingkat sosial ekonomi rendah cenderung kurang optimal dalam bersikap terhadap anak. Tingkat pendidikan juga memengaruhi pola asuh, di mana orang tua berpendidikan rendah cenderung bersikap lebih otoriter, sedangkan orang tua berpendidikan tinggi lebih berupaya memahami perkembangan anak. Selain itu, kepribadian orang tua turut menentukan cara memperlakukan anak, di mana orang tua yang konservatif cenderung lebih tegas dan otoriter. Faktor jumlah anak juga berpengaruh, karena orang tua yang memiliki dua anak atau lebih umumnya lebih aktif dalam memelihara anak-anak mereka[16].

Menurut Riadi (2021) dalam Hana Ika et al. (2023), pola asuh orang tua memiliki dua aspek utama, yaitu dimensi kontrol dan dimensi kehangatan. Dimensi kontrol berkaitan dengan harapan dan tuntutan orang tua agar anak berperilaku bertanggung jawab dan matang. Bentuk dimensi ini tampak melalui pembatasan perilaku anak, tuntutan terhadap sikap dan tanggung jawab sosial, sikap ketat terhadap aturan, campur tangan orang tua dalam pilihan anak, serta penggunaan kekuasaan secara sewenang-wenang dalam pemberian aturan dan hukuman[17].

Dimensi kehangatan berkaitan dengan perhatian dan dukungan emosional orang tua terhadap anak. Aspek ini terlihat dari perhatian terhadap kesejahteraan anak, responsivitas terhadap kebutuhan anak, kesediaan meluangkan waktu bersama, pemberian apresiasi terhadap perilaku positif anak, serta kepekaan orang tua terhadap kebutuhan emosional anak. Pola asuh yang hangat menciptakan rasa aman, meningkatkan kepercayaan diri, dan mendukung perkembangan psikologis anak[17].

Penelitian sebelumnya mengenai hubungan pola asuh orang tua dan kecemasan sosial pada remaja masih terbatas. Penelitian Rachmayanie et al. (2022) hanya membahas pola asuh otoriter dan permisif. Selanjutnya penelitian oleh Louw at al. (2024) fokus pada pola asuh otoriter saja. Sedangkan penelitian oleh Ulwan & Budiyani (2024) meneliti perilaku *overprotective*, bukan keseluruhan tipe pola asuh menurut teori Baumrind, dan menggunakan instrumen

yang berbeda. Belum ada penelitian yang secara komprehensif mengkaji ketiga tipe pola asuh utama demokratis, otoriter, dan permisif dengan menggunakan instrumen standar seperti *Parental Authority Questionnaire (PAQ)* dan *Social Anxiety Scale for Adolescents (SAS-A).* Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengisi gap tersebut serta memberikan pemahaman yang lebih utuh tentang pengaruh pola asuh orang tua terhadap kecemasan sosial remaja, yang dapat menjadi dasar bagi strategi pencegahan dan intervensi di keluarga maupun sekolah[18],[4],[19].

Permasalahan yang muncul di lembaga pendidikan ini didukung oleh studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada sepuluh siswa SMKN X di Jakarta melalui wawancara dengan kepala sekolah dan siswa. Hasil wawancara memperlihatkan sekitar 30% siswa mengalami kesulitan bersosialisasi, ditandai dengan kecemasan ketika berbicara di depan kelas, presentasi, maupun berinteraksi dengan teman sebaya. Beberapa siswa juga mengungkapkan adanya tekanan dan harapan dari orang tua di rumah, yang menggambarkan variasi pola asuh mulai dari otoriter hingga permisif.

Pengisian kuesioner oleh sepuluh siswa kelas XI melalui *Google Form* menunjukkan seluruh responden mengalami kecemasan sosial dengan variasi tingkat keparahan. Siswa dengan pola asuh otoriter memiliki skor kecemasan sosial lebih tinggi dibandingkan siswa dengan pola asuh permisif maupun demokratis, sedangkan siswa dengan pola asuh demokratis memiliki skor terendah. Temuan ini menjadi landasan penting mengenai hubungan pola asuh orang tua dengan kecemasan sosial remaja SMKN X di Jakarta.

Perawat kesehatan jiwa berperan penting dalam pencegahan dan penanganan kecemasan sosial remaja melalui edukasi kepada orang tua mengenai pola asuh yang tepat, fasilitasi terapi kelompok terapeutik, serta pendampingan psikososial. Melalui peran edukator, fasilitator, dan konselor, perawat dapat membantu menurunkan kecemasan sosial remaja sehingga proses tumbuh kembangnya berjalan optimal[20].

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini fokus untuk mengetahui hubungan pola asuh orang tua dengan tingkat kecemasan sosial pada remaja SMKN X di Jakarta. Tujuan penelitian ini adalah mengidentifikasi pola asuh orang tua yang diterapkan, tingkat kecemasan sosial yang dialami, serta menganalisis hubungan kedua variabel tersebut.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif Penelitian kuantitatif, menekankan pada pengujian teori dengan mengukur variabel penelitian dan menganalisis data dengan teknik statistik. Desain dalam penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*, *cross sectional* adalah pola yang secara langsung mengukur sifat dan kecepatan perubahan dari sekelompok sampel yang memiliki peringkat dan atribut yang berbeda. Penelitian ini dilakukan secara bersamaan[21]. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen pola asuh orang tua dengan variabel dependen tingkat kecemasan sosial.

Penelitian ini dilaksanakan SMKN X di Jakarta pada periode Agustus hingga Desember 2025. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas XI SMKN X di Jakarta sebanyak 322 orang. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah *probability sampling* dengan menggunakan teknik *random sampling. Random sampling* adalah metode

pengambilan sampel secara acak di mana setiap anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk terpilih. Prosedur *simple random sampling* dapat dilakukan dengan metode seperti generator angka acak atau proses acak *computer.* Teknik perhitungan sampel pada penelitian ini menggunakan rumus *slovin* dengan *margin error* 10% sehingga diperoleh 76 responden[22].

Pemilihan responden dalam penelitian ini didasarkan pada kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi digunakan untuk menggambarkan populasi terjangkau dan mempertimbangkan hak individu untuk berpartisipasi secara sukarela melalui *informed consent*[23]. Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi siswa kelas XI SMKN X di Jakarta, siswa yang tinggal bersama orang tua kandung, siswa yang bersedia menjadi responden penelitian, serta siswa yang hadir pada saat pengambilan data. Adapun kriteria eksklusi merupakan batasan untuk menyingkirkan individu yang telah memenuhi kriteria inklusi guna menjaga validitas data dan mengontrol variabel perancu[23]. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini meliputi siswa yang tidak tinggal dengan orang tua kandung serta siswa yang mengikuti program sekolah di luar kelas reguler.

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu variabel independen dan variabel dependen dengan variabel independen adalah pola asuh orang tua, sedangkan variabel dependen adalah tingkat kecemasan sosial remaja. Penelitian ini membagi hipotesis menjadi dua yaitu H1 : terdapat hubungan pola asuh orang tua dengan kecemasan sosial dan H0 tidak terdapat hubungan pola asuh orang tua dengan kecemasan sosial.

Pengumpulan data menggunakan kuesioner *Parental Authority Questionnaire (PAQ)* yang diciptakan oleh Buri (1991), didasarkan pada teori tiga pola pengasuhan Baumrind (1966) yang diadopsi oleh Isnaini, (2023)[24] untuk mengukur pola asuh orang tua. Kuesioner *Social Anxiety Scale for Adolescents (SAS-A)* yang diciptakan oleh La Greca & Lopez, (1998) di adopsi oleh Azhari, (2024) [25] untuk mengukur kecemasan sosial. Kedua instrumen tersebut merupakan instrumen baku yang telah digunakan secara luas dalam penelitian nasional maupun internasional serta memiliki nilai validitas dan reliabilitas yang baik, sehingga layak digunakan untuk mengukur variabel dalam penelitian ini.

Teknik pengumpulan data dibagi menjadi data primer dan sekunder[26]. Dalam penelitian ini teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu data primer didapatkan melalui wawancara kepada kepala sekolah dan penyebaran angket pada sebagian responden yang berisi beberapa pertanyaan dan pernyataan terkait informasi yang dibutuhkan untuk pengumpulan data dan data sekunder pada penelitian ini didapatkan melalui arsip sekolah untuk populasi siswa kelas sebelas SMKN X di Jakarta. Kemudian penelitian ini dilakukan berdasarkan prosedur yang ditetapkan yaitu dari tahap persiapan, pelaksana, pelaporan dan pengolahan data.

Penelitian ini menerapkan prinsip etika dalam penelitian kesehatan yang dibagi menjadi empat yaitu berbuat baik (*beneficence*) Penelitian harus memiliki lebih banyak manfaat daripada risiko, tidak merugikan (*non-maleficence*) penelitian

Karateristik	*Frequency*	*Percent*
Usia		
15	1	1,3
16	46	60,5
17	27	35,5
18	2	2,6
Jenis kelamin		
Laki - Laki	26	34,2
Perempuan	50	65,8
Jurusan		
Akuntansi dan Keuangan Lembaga (AKL)	23	30,3
Bisnis Retail (BR)	18	23,7
Desain Komunikasi Visual (DKV)	24	31,6
Managemen Perkantoran dan Layanan Bisnis (MPLB)	11	14,5
Urutan kelahiran		
Anak Pertama	31	40,8
Anak Kedua	30	39,5
Anak Ketiga	9	11,8
Anak Keempat atau lebih	6	7,9
Total	76	100

tidak boleh membahayakan subjek, otonomi & *Informed consent* (*autonomy*) subjek penelitian harus diberikan informasi lengkap dan memiliki hak untul memilih berpartisipasi atau tidak dan keadilan (*justice*) semua responden harus diberikan pembagian manfaat dan resiko secara adil dari penelitian [27].

Data yang terkumpul dianalisis secara univariat dan bivariat. Analisis univariat pada penelitian ini menggunakan analisis deskriptif dengan teknik distribusi frekuensi dan persentase untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi variabel[28], serta analisis bivariat dengan uji *likelihood ratio* untuk mengetahui hubungan antara pola asuh orang tua dengan kecemasan sosial remaja. Penggunaan uji *likelihood ratio* dipilih karena terdapat pelanggaran asumsi pada uji *chi-square*[29].

Tipe pola asuh orangtua	*Frequency (f)*	*Percent (p)*
Demokratis	68	89,5
Otoriter	7	9,2
Permisif	1	1,3
Total	76	100,0

Seluruh proses penelitian dilakukan dengan memperhatikan aspek etika penelitian, termasuk persetujuan *informed consent* dari responden, orang tua dan menjaga kerahasiaan data.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola asuh orang tua dengan kecemasan sosial pada remaja SMKN X di Jakarta. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif dan analitik untuk menggambarkan karakteristik responden, pola asuh orang tua, tingkat kecemasan sosial, serta hubungan keduanya.

Tabel 1. Distribusi frekuensi karateristik responden SMKN X di Jakarta (n=76)

Berdasarkan tabel 1. mayoritas responden berusia 16 tahun (60,5%) dengan dominasi jenis kelamin perempuan sebesar 65,8%. Jurusan yang paling banyak diambil adalah Desain Komunikasi Visual (31,6%), dan urutan kelahiran anak pertama mendominasi sebanyak 40,8%. Karakteristik ini memberikan gambaran profil sosial demografis responden yang relevan dalam konteks perkembangan psikososial.

Tabel 2. Distribusi frekuensi tipe pola asuh orang tua responden SMKN X di Jakarta (n=76)

Berdasarkan tabel 2. pola asuh menunjukkan bahwa 68 responden (89,5%) mengidentifikasi pola asuh orang tua mereka sebagai demokratis. Diperkuat oleh hasil pengisian kuesioner *Parental Authority Questionnaire* (PAQ), khususnya pada item pernyataan nomor 22 dalam kuesioner *Parental Authority Questionnaire* (PAQ), yang menyatakan bahwa "orang tua memberikan arahan yang jelas, tetapi tetap memahami ketika anak tidak setuju." Sebanyak 45 responden memilih kategori setuju. Tingginya penilaian pada item ini menunjukkan bahwa remaja dalam penelitian ini merasakan adanya keseimbangan antara pemberian arahan dan penerimaan dari orang tua.

Dominasi pola asuh demokratis dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua telah mampu menciptakan lingkungan keluarga yang suportif bagi perkembangan psikososial remaja. Dalam konteks penelitian ini, remaja dengan pola asuh demokratis cenderung memiliki kemampuan sosial yang lebih baik, mampu mengungkapkan pendapat, serta lebih mudah menyesuaikan diri dalam lingkungan sosial. Temuan ini mengindikasikan bahwa pola asuh demokratis berperan dalam membentuk interaksi sosial remaja yang lebih adaptif.

Sejalan dengan penelitian Nurliza (2024) yang menemukan bahwa pola asuh demokratis merupakan pola pengasuhan yang paling banyak diterapkan orang tua,

yaitu sebesar 58,5% [30]. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa pola asuh demokratis membantu menciptakan kondisi psikologis remaja yang lebih stabil karena remaja merasa diterima, dipahami, serta mendapatkan pengawasan yang memadai. Kesamaan hasil ini memperkuat temuan penelitian bahwa pola asuh demokratis cenderung menjadi pola asuh dominan dalam pengasuhan remaja.

Menurut Baumrind dalam Sooriya (2017), pola asuh demokratis ditandai dengan komunikasi terbuka, adanya dukungan emosional, serta pemberian batasan yang masih fleksibel dan dapat didiskusikan bersama. Kondisi ini mencerminkan lingkungan keluarga yang suportif bagi pertumbuhan dan perkembangan remaja [31].

Di samping pola asuh demokratis yang mendominasi, pola asuh otoriter dan permisif ditemukan dalam jumlah yang relatif rendah. Pola asuh otoriter tercatat pada 7 responden (9,2%), sedangkan pola asuh permisif hanya pada 1 responden (1,3%), yang menunjukkan kecenderungan orang tua untuk menghindari pola pengasuhan yang terlalu kaku maupun terlalu bebas.

Secara keseluruhan, pembahasan ini menunjukkan bahwa pola asuh orang tua yang dominan dalam penelitian ini adalah pola asuh demokratis. Hasil penelitian ini memberikan gambaran bahwa pola asuh yang diterapkan orang tua berperan penting dalam membentuk pengalaman psikososial remaja, meskipun kecemasan sosial tetap dipengaruhi oleh berbagai faktor lain di luar pola asuh.

Tabel 3.Distribusi frekuensi tingkat kecemasan sosial responden SMKN X di Jakarta (n=76)

Tingkat Kecemasan sosial	*Frequency (f)*	*Percent (f)*
Rendah	10	13,2
Sedang	52	68,4
Tinggi	14	18,4
Total	76	100,0

Berdasarkan tabel 3. tingkat kecemasan sosial responden mayoritas berada dalam kategori sedang sebanyak 52 responden (68,4%). Dominasi kategori ini menunjukkan bahwa bahwa kecemasan sosial merupakan kondisi yang cukup umum dialami oleh remaja, dengan tingkat kekhawatiran sosial yang bermakna namun belum sampai mengganggu fungsi sosial maupun akademik secara menyeluruh.

Kategori kecemasan sosial sedang menjadi kelompok yang paling dominan dan mencerminkan kondisi responden yang telah mengalami kekhawatiran dalam situasi sosial tertentu, seperti ketika harus berbicara di depan kelas, menyampaikan pendapat dalam diskusi, berinteraksi dengan orang yang belum dikenal dengan baik, menjawab pertanyaan dari guru, serta berada dalam lingkungan sosial yang dianggap baru atau kurang familiar.

Responden dengan kategori kecemasan sosial sedang tidak sepenuhnya menghindari situasi sosial tersebut. Mereka tetap mengikuti aktivitas yang ada, namun sering kali melakukannya dengan perasaan tertekan, kurang percaya diri, atau membutuhkan usaha yang lebih besar untuk mengendalikan kecemasannya. Kondisi ini menunjukkan bahwa kecemasan sosial telah muncul dalam pengalaman sosial responden, tetapi masih berada dalam batas yang dapat dikelola dan belum berkembang menjadi pola penghindaran sosial yang menetap maupun gangguan fungsi sosial dan akademik yang signifikan.

Hasil penelitian ini konsisten dengan hasil penelitian Arrafi et al. (2023) yang juga menunjukkan bahwa sebagian besar remaja berada pada kategori kecemasan sosial sedang, mencapai 79,4% [32]. Kesamaan pola hasil ini menunjukkan bahwa kecemasan sosial sedang merupakan fenomena yang umum muncul pada masa remaja.

Menurut La Greca & Lopez (1998), yang menjelaskan bahwa kecemasan sosial

pada remaja terdiri atas tiga dimensi utama, yaitu ketakutan terhadap penilaian negatif, ketidaknyamanan dalam situasi sosial, serta kecenderungan menghindari

Crosstabulation

			Kecemasan Sosial			
			Rendah	Sedang	Tinggi	Total
Tipe Pola Asuh Orangtua	Demokratis	*Count*	10	49	9	68
		Expected Count	8,9	46,5	12,5	68,0
	Otoriter	*Count*	0	3	4	7
		Expected Count	0,9	4,8	1,3	7,0
	Permisif	*Count*	0	0	1	1
		Expected Count	0,1	0,7	0,2	1,0
Total		*Count*	10	52	14	76
		Expected Count	10,0	52,0	14,0	76,0

interaksi sosial. Ketiga dimensi ini relevan dengan karakteristik perkembangan remaja dan tercermin dalam pola jawaban responden, khususnya pada item-item yang berkaitan dengan kekhawatiran terhadap evaluasi sosial [9].

Relevansi teori tersebut tercermin pada hasil pengisian instrumen *Social Anxiety Scale for Adolescents* (SAS-A), khususnya pada item pernyataan nomor 1, yaitu "Saya khawatir mengenai apa yang orang lain katakan tentang saya." Item ini memperoleh penilaian tinggi, dengan 32

Chi-square

	Value	*df*	*Asymptotic Significance (2-sided)*
Pearson Chi-Square	12.964[a]	4	0,011
Likelihood Ratio	10,983	4	0,027
N of Valid Cases	76		

a. 6 cells (66.7%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .13.

responden memilih kategori setuju. Tingginya skor pada item tersebut menunjukkan bahwa banyak remaja memiliki sensitivitas yang tinggi terhadap evaluasi sosial dan merasa cemas ketika membayangkan penilaian orang lain, yang mencerminkan kuatnya dimensi ketakutan terhadap penilaian negatif sebagai komponen utama kecemasan sosial.

Meskipun kategori sedang menjadi yang paling dominan, penelitian ini juga menemukan adanya kategori kecemasan sosial rendah sebanyak 10 responden (13,2%) dan kategori kecemasan sosial tinggi sebanyak 14 responden (18,4%). Keberadaan kedua kategori ini menunjukkan adanya variasi tingkat kecemasan sosial pada remaja. Pada kategori rendah, responden menunjukkan minimnya keterlibatan indikator kecemasan sosial, sedangkan pada kategori tinggi terlihat keterlibatan indikator kecemasan yang lebih intens, terutama terkait ketakutan terhadap penilaian sosial dan ketidaknyamanan dalam situasi sosial.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kecemasan sosial pada remaja didominasi oleh kategori sedang. Namun demikian, adanya kategori kecemasan sosial rendah dan tinggi menunjukkan bahwa tingkat kecemasan sosial pada remaja bervariasi dan dipengaruhi oleh faktor psikologis serta sosial, sehingga diperlukan perhatian dan dukungan lingkungan untuk membantu remaja mengembangkan kemampuan sosial yang lebih adaptif.

Tabel 4. *Crosstabulation*

Berdasarkan hasil *crosstabulation* pada Tabel 4.7 diketahui bahwa dari 68 responden (89,5%) dengan pola asuh demokratis, sebagian besar berada pada tingkat kecemasan sosial sedang, sebanyak 49 responden (72,1%).

Tabel 5. Uji *chi-square*

Berdasarkan hasil uji chi-square pada tabel 4 menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dengan kecemasan sosial pada remaja. Uji *pearson chi-square* tidak dapat digunakan karena lebih dari 20% sel memiliki *expected count* kurang dari 5. Oleh karena itu, pengujian hubungan dilakukan menggunakan metode alternatif yaitu *likelihood ratio*, yang pada penelitian ini menghasilkan nilai signifikansi *p-value* (0,027) < 0,05.

Berdasarkan hasil ini, maka hipotesis nol (H0) ditolak, dan hipotesis alternatif (Ha) diterima yang berarti pola

asuh orang tua berhubungan signifikan dengan tingkat kecemasan sosial remaja. Penerimaan hipotesis ini memperkuat bahwa variasi pola asuh yang diterapkan orang tua berpengaruh terhadap cara remaja merespons tekaan sosial, mengelola emosi, serta menghadapi situasi interpersonal.

Hasil penelitian ini selaras dengan hasil penelitian Areva et al, (2025) yang juga menggunakan uji *chi-square* dan menemukan adanya hubungan signifikan antara pola asuh orang tua dan kecemasan sosial, dengan nilai p = 0,000 (<0,05). Pada penelitian ini, kecemasan sosial sedang merupakan kategori yang paling dominan dengan jumlah 52 remaja (68,4%), sementara pola asuh yang paling banyak dilaporkan adalah pola asuh demokratis[33]. Keselarasan hasil kedua penelitian memperlihatkan bahwa pola asuh merupakan faktor penting yang tidak dapat diabaikan dalam pembentukan kesehatan sosial-emosional remaja.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola asuh orang tua berhubungan signifikan dengan kecemasan sosial remaja. Hasil penelitian ini menegaskan bahwa pola asuh, bersama faktor perkembangan dan dinamika keluarga, berperan dalam membentuk tingkat kecemasan sosial remaja.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai "Hubungan pola asuh orang tua dengan kecemasan sosial pada remaja SMKN X di Jakarta", dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden memiliki pola asuh orang tua demokratis sebanyak 68 responden (89,4%), yaitu pola asuh yang ditandai dengan komunikasi terbuka, dukungan emosional, dan pemberian batasan yang tetap fleksibel. Sementara itu, tingkat kecemasan sosial pada remaja dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori kecemasan sosial sedang sebanyak 52 responden (68,4%). Uji statistik *likelihood ratio* menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pola asuh orang tua dengan kecemasan sosial ($p < 0,05$), sehingga H_0 ditolak, dan H_1 diterima.

Berdasarkan simpulan tersebut, Peneliti selanjutnya disarankan menggunakan pendekatan kualitatif dengan *case study* untuk menggali pengalaman dan dinamika emosonal remaja terkait pola asuh dan kecemasan sosial secara lebih mendalam,

REFERENSI

World Health Organization, "Mental health of adolescents." Accessed: Aug. 13, 2025. [Online]. Available: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health

Z. Zulvana, D. S. Atmojo, I. M. H. Rahmawati, and E. Rahmawati, "PENERIMAAN DIRI DAN KECEMASAN SOSIAL PADA REMAJA: STUDI KORELASI Self-Acceptance and Social Anxiety in Adolescents: A Correlational Study," *Article History: Nursing Sciences Journal*, vol. 9, no. 1, 2025.

[P. Sari, D. Hilmanto, D. M. Herawati, M. Dhamayanti, and T. L. Ma'ruf, *Buku saku pelayanan kesehatan remaja*, 1st ed. NEM, 2022. Accessed: Sep. 11, 2025. [Online]. Available: https://books.google.co.id/books?Id=hvp7eaaaqbaj&printsec=frontcover&hl=id#v=onepage&q&f=false

N. N. Louw, A. R. Rahmatulloh, F. Psikologi, U. Mercu, and B. Yogyakarta, "Orang Tua vs Anak: Kajian Pola Asuh Otoriter Orang Tua Terhadap Kecemasan Sosial Pada Remaja," vol. 2, pp. 14–19, 2024, doi: 10.26486/intensi.v2i1.3835.

W. Freska, *Keperawatan kesehatan jiwa remaja*, 1st ed. CV. Mitra Edukasi Negeri, 2022. Accessed: Sep. 11, 2025. [Online]. Available: https://www.google.co.id/books/edition/Keperawatan_Kesehatan_Jiwa_Remaja/kiuceaaaqbaj?Hl=id&gbpv=1&dq=Keperawatan+kesehatan+jiwa+remaja&pg=PA34&printsec=frontcover

M. F. Mubin *et al.*, *Buku Ajar Keperawatan Jiwa I*, 1st ed. Jakarta: Mahakarya Citra Utama Group, 2024. Accessed: Sep. 11, 2025. [Online]. Available: https://www.google.co.id/books/edition/Buku_Ajar_Keperawatan_Jiwa_I/Ch3wEAAAQBAJ?Hl=id&gbpv=1&dq=Buku+Ajar+Keperawatan+Jiwa+I&pg=PA157&printsec=frontcover

J. W. Santrock, *Adolescence*, 17th ed. New York: mcgraw-Hill Education, 2019. Accessed: Aug. 19, 2025. [Online]. Available: https://drive.google.com/file/d/1bzma5uklm0vjlbix2u5ssin7kbtqza3v/view

M. Wiseman, *Menaklukkan Ketakutan: Panduan untuk Mengatasi Fobia dan Kecemasan*. Penerbit Andi, 2024. [Online]. Available: https://books.google.co.id/books?Id=9Q4NEQAAQBAJ

A. M. La Greca and N. Lopez, "Social Anxiety among Adolescents: Linkages with peer relations and friendships," *J Abnorm Child Psychol*, vol. 26, no. 2, pp. 83–94, 1998, doi: 10.1023/A:1022684520514.

Windi. Freska and Mahatir, *GANGGUAN PERILAKU REMAJA*, 1st ed. Bantul: CV. Mitra Edukasi Negeri, 2023.

N. Salari *et al.*, "Global Prevalence of Social Anxiety Disorder in Children, Adolescents and Youth: A Systematic Review and Meta-analysis," *Journal of Prevention*, vol. 45, no. 5, pp. 795–813, Oct. 2024, doi: 10.1007/s10935-024-00789-9.

Universitas Gadjah Mada, "Burden of Adolescent Mental Disorders in Indonesia: Results from Indonesia's First National Mental Health Survey," UGM News. Accessed: Sep. 26, 2025. [Online]. Available: https://ugm.ac.id/en/news/23169-burden-of-adolescent-mental-disorders-in-indonesia-results-from-indonesia-s-first-national-mental-health-survey/?Utm_source=chatgpt.com

N. Riyanti, "Teknik Restrukturisasi Kognitif Untuk Mereduksi Kecemasan Sosial Remaja," 2020.

A. Damayanti *et al.*, *ISU-ISU PERMASALAHANANAK TERKINI DAN SOLUSINYA DARI BERBAGAI PERSPEKTIF*. EDU PUBLISHER, 2025. [Online]. Available: https://books.google.co.id/books?Id=38FDEQAAQBAJ

N. D. Astuti and A. Hapsan, *KARAKTERISTIK POLA ASUH ORANG TUA*. CV. Ruang Tentor, 2024. [Online]. Available: https://books.google.co.id/books?Id=ivsheqaaqbaj

I. I. Kusmawati, S. St, M. Keb, N. R. Putri, and S. Sit, *Pola asuh orang tua dan tumbuh kembang balita*. CV Jejak (Jejak Publisher), 2023.

S. Hana Ika and S. P. Ketfiyah, *Jadilah Orangtua Hebat dengan Pola Asuh yang Tepat*. Guepedia, 2023.

R. Rachmayanie, C. Makaria2, and S. Anggithania3, "Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application Kecemasan Sosial Siswa SMA Ditinjau Dari Pola Asuh Otoriter dan Pola Asuh Permissive Indifferent," *IJGC*, vol. 11, no. 2, 2022, doi: 10.15294/ijgc.v11i2.60804.

Muhammad. N. Ulwan and K. Budiyani, "Hubungan antara Perilaku Overprotective Orang Tua dengan Kecemasan Sosial Remaja," *Prosiding Seminar Nasional 2024 Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakart*, pp. 655–660, 2024.

R. Amalia and A. Hamid, "ADIKSI SMARTPHONE, KESEHATAN MENTAL ANAK, DAN PERANAN POLA ASUH," *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, vol. 3(2), pp. 221–240, May 2020.

S. Satriadi, M. S. P. D. I. Anoesyirwan, M. M. T. Agusven, M. M. ST, M. M. ST, and M. M. SE, *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. CV. AZKA PUSTAKA, 2023.

S. T. Femmy Effendy, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Takaza Innovatix Labs, 2024.

K. T. Widarsa, P. A. S. Astuti, and N. M. D. Kurniasari, *Metode sampling penelitian kedokteran dan kesehatan*. Baswara press, 2022.

M. Isnaini, "PENGARUH POLA ASUH ORANG TUA TERHADAP PERILAKU PROSOSIAL SISWA KELAS XI MIPA DI SMAN 1 GONDANG MOJOKERTO," 2023.

F. Azhari, "Pengaruh Kecemasan Sosial, Kebosanan dan Empati terhadap Phubbing pada Kalangan Generasi Digital Native," UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, Jakarta, 2024. Accessed: Aug. 17, 2025. [Online]. Available: https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/81897

J. Julhadi *et al.*, *METODOLOGI PENELITIAN PENDIDIKAN*. 2022. [Online]. Available: http://penerbitzaini.com

A. Duarsa *et al.*, *Buku Ajar Penelitian Kesehatan*, 1st ed. Mataram: Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar, 2021.

D. Oktafiani *et al.*, *Pengantar Epidemiologi*. Sada Kurnia Pustaka, 2023. [Online]. Available: https://books.google.co.id/books?Id=ebjxeaaaqbaj

J. Ibrahim, *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan*. Penerbit Nem, 2022.

A. Nurliza, N. Y. Sari, D. Karim, and T. H. Sari, "HUBUNGAN POLA ASUH ORANG TUA DENGAN TINGKAT STRES PADA

REMAJA," *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, vol. 8, no. 2, 2024, doi: 10.52020/jkwgi.v8i2.8737.

P. Sooriya, *Parenting style*. Raleigh: Lulu. Com, 2017. Accessed: Sep. 11, 2025. [Online]. Available: https://www.google.co.id/books/edition/PARENTING_STYLE/derfdwaaqbaj?Hl=id&gbpv=1&dq=Parenting+style&pg=PA95&printsec=frontcover

L. O. Arrafi, M. E. Saputri, and I. A. Nurani, "Hubungan Body Image dan Komparasi Sosial dengan Kecemasan Sosial pada Remaja di SMK Kesehatan Mulia Karya Husada Jakarta Selatan," *Malahayati Nursing Journal*, vol. 5, no. 7, pp. 2324–2337, Jun. 2023, doi: 10.33024/mnj.v5i7.9051.

Y. Areva, H. Abdillah, and E. Hamidah, "The Relationship of Authoritarian Parenting with Social Anxiety in College Students," 2025.