

## **Profil Kecemasan Sosial Santri dan Implikasinya Terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling**

**(Studi Deskriptif pada Santri di Pondok Pesantren At- Tajdid Islamic Boarding School di Kabupaten Tasikmalaya Tahun Ajaran 2022/2023)**

**Hilda Aliftia Firdausi<sup>1</sup>**

**Dewang Sulistiana<sup>2</sup>**

**Agung Nugraha<sup>3</sup>**

### **Abstrak**

*Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui profil Kecemasan Sosial Santri di Pondok Pesantren AT-Tajdid Islamic Boarding School Kabupaten Tasikmalaya sebagai tolak ukur untuk merancang layanan bimbingan dan konseling untuk mereduksi kecemasan sosial pada siswa. Penelitian ini menggunakan metode pendekatan deskriptif kuantitatif dalam mengungkapkan gambaran kecemasan sosial santri. Ini dilakukan kepada seluruh santri yakni kelas VII, kelas VIII, kelas IX, kelas X, dan kelas XI, dengan jumlah populasi keseluruhan berjumlah 226 santri. Alat ukur yang digunakan berupa kuisioner yang merujuk kepada grand teori dari La Greca dan Lopez yang dirancang oleh peneliti pada tahun 2023. Dalam penelitian ini sampel yang diperoleh berjumlah 226 responden. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kecemasan sosial pada santri di Pondok Pesantren AT-Tajdid Islamic Boarding School dari jumlah 226 santri, diperoleh skor kategori rendah dengan persentase 7% (15 orang santri), pada kategori sedang dengan persentase 88% (200 orang santri), dan kategori tinggi memperoleh skor terbanyak yaitu 5% (11 orang santri).*

*Kata Kunci: Kecemasan Sosial, Remaja, Bimbingan dan Konseling*

### ***Profile Social Anxiety And Implications for Guidance And Counselling Services (Descriptive Study On Student At At- Tajdid Islamic Boarding School Islamic Boarding School In Tasikmalaya District In Academic Year 2022/2023)***

### **Abstrack**

*This study aims to determine the profile of Social Anxiety of Santri at Pondok Pesantren AT-Tajdid Islamic Boarding School Tasikmalaya Regency as a benchmark for designing guidance and counseling services to reduce social anxiety in students. This study uses a quantitative descriptive approach method in revealing the picture of social anxiety of santri. This was done to all students, namely class VII, class VIII, class IX, class X, and class XI, with a total population of 226 students. The measuring instrument used is a questionnaire that refers to the grand theory of La Greca and Lopez designed by researchers in 2023. In this study the sample obtained amounted to 226 respondents. The results of this study indicate that social anxiety in students at Pondok Pesantren AT-Tajdid Islamic Boarding School from a total of 226 students, obtained a low category score with a percentage of 7% (15 students), in the medium category with a percentage of 88% (200 students), and the high category obtained the highest score of 5% (11 students).*

*Kata Kunci: Social Anxiety, Adolescents, Guide And Counseling*

---

<sup>1</sup> Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya, hilda.aliftia@yahoo.com

<sup>2</sup> Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya, dewang.sulistiana@umtas.ac.id

<sup>3</sup> Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya, agung.nugraha@umtas.ac.id

Pendidikan merupakan usaha membina dan mengembangkan kepribadian manusia baik dibagian rohani atau di bagian jasmani. Ada juga beberapa orang ahli mengartikan pendidikan itu adalah suatu proses pengubahan sikap dan tingkah laku seseorang atau sekelompok orang dalam mendewasakan melalui pengajaran dan latihan. Dengan pendidikan kita bisa lebih dewasa karena pendidikan tersebut memberikan dampak yang sangat positif bagi kita, dan juga pendidikan tersebut bisa memberantas buta huruf dan akan memberikan keterampilan, kemampuan mental, dan lain sebagainya (Haryanto, 2012). Seperti yang tertera di dalam UU No.20 tahun 2003 Pendidikan adalah usaha dasar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan, yang diperlukan dirinya, masyarakat, dan Negara. Dalam UUD Nomor 20 Tahun 2003 wajib belajar adalah program pendidikan minimal yang harus di ikuti oleh Warga Negara Indonesia atas tanggung jawab pemerintah dan pemerintah daerah

Pesantren merupakan salah satu tempat untuk mendapatkan suatu pendidikan dan merupakan alternatif terbaik dalam dunia pendidikan untuk mencetak santri tumbuh dan berkembang menjadi pribadi yang religius, disiplin dan mandiri (Sadiyah & Hidayati, 2020). Santri biasanya merupakan anak-anak atau remaja yang memilih pesantren sebagai jenjang pendidikan mereka. Rentang usia santri pada fase remaja telah di klasifikasikan oleh para ahli salah satunya Erickson yang mengklasifikasikan menjadi tiga tahapan yaitu: remaja awal, remaja pertengahan, remaja akhir. Kriteria remaja pada perempuan pada tahap awal ialah 13-15 sedangkan pada remaja laki-laki 15-17 tahun. Pada usia pertengahan remaja perempuan berusia sekitar 15-18 tahun sedangkan pada remaja laki-laki 17-19 tahun. Dan untuk tahap remaja akhir pada perempuan ialah 18-21 tahun sedangkan pada laki-laki 19-21 tahun (Agustriyana, & Suwanto, 2017). Pondok pesantren merupakan institusi pendidikan yang memiliki karakteristik khusus, remaja santri tinggal dalam lingkungan yang ketat dan berinteraksi dengan sesama santri

serta staf pendidik. Mereka memiliki tuntutan dan terkanan yang unik dalam lingkungan tersebut, termasuk ekspektasi sosial, norma-norma agama, dan kehidupan kolektif. Kondisi ini dapat mempengaruhi tingkat kecemasan sosial pada remaja santri.

Remaja santri yang tinggal di pondok pesantren mereka dituntut untuk bisa aktif dan berani, seperti bertanya pada saat belajar, berani tampil di depan umum, ataupun berani dalam berbagai kegiatan-kegiatan kelas lainnya. Namun pada kenyataannya efek dari tuntutan-tuntutan tersebut tidak sedikit remaja santri yang mengalami kecemasan. Hal ini selaras dengan penelitian yang di lakukan oleh Siregar (2013) yang menyatakan bahwa pada saat santri harus tampil di depan teman-temannya mereka merasa dirinya tidak bernilai, hilang konsentrasi, cepat merasakan putus asa dan merasakan ketegangan. Sehingga terkadang hal tersebut membuatnya takut dan ingin menghindari dari situasi tersebut, panik dan memiliki bayang-bayang yang negatif tentang apa yang akan terjadi dimasa depan, kecemasan yang mereka alami membuatnya merasa tidak berdaya dan lemah.

Kecemasan sosial hadir sebagai sesuatu yang normal dan emosi yang penting untuk mengembangkan efektivitas fungsi sosial dan perkembangan. Namun apabila kecemasan sosial terlalu tinggi maka diasosiasikan dengan adanya keterbatasan dalam psikologinya. Menurut Albano remaja yang memiliki kecemasan sosial ditunjukkan dengan menghindari percakapan, berpartisipasi dalam olahraga, berbicara di depan umum, bergabung dalam kelompok sosial maupun akademik (Suryanti, 2015). Kecemasan sosial terjadi pada remaja saat mereka berpikir jika dirinya melakukan sesuatu yang tidak sama dengan orang lain, maka ia akan diberi label negatif oleh orang lain atau ia berpikir bahwa dirinya akan melakukan sesuatu yang akan melalukan di hadapan orang lain, remaja yang mengalami kecemasan sosial akan berperilaku menghindari situasi sosial karena mereka percaya bahwa dalam situasi seperti ini mereka berpotensi akan dievaluasi secara negatif oleh orang lain (Kholifah, 2016)

Kecemasan sosial yang terjadi pada remaja santri ataupun remaja pada umumnya dapat menghambat pada perkembangan remaja tersebut karena bertolak belakang dengan salah

satu tugas perkembangan remaja yang harus dipenuhi yaitu mereka harus mampu berinteraksi dengan orang lain sedangkan remaja yang memiliki kecemasan sosial mereka lebih memilih untuk menghindari situasi tersebut. Untuk mengatasi hal tersebut, peran keluarga sangat diharapkan untuk memberikan dukungan dalam melewati fase-fase perkembangannya, namun tidak semua remaja mereka selalu tinggal bersama dengan orang tuanya seperti salah satunya remaja santri yang tinggal di pondok pesantren, maka dalam kondisi seperti itu perlu adanya dukungan dari pihak lain agar remaja santri tersebut dapat menerima dan memahami kondisi dirinya sehingga mampu beraktualisasi dalam hal yang positif. (Sari & Ariani, 2021).

Berdasarkan analisis fenomena dan pentingnya remaja santri terhindar dari kecemasan sosial dalam berbagai kegiatan yang diselenggarakan oleh lembaga pondok pesantren, maka di perlukanlah penelitian yang memfokuskan kepada penggambaran yang mendeskripsikan karakteristik kecemasan sosial pada remaja santri. Diharapkan data yang terkumpul dalam penelitian ini dapat di jadikan dasar untuk merumuskan program dalam upaya pencegahan kecemasan sosial pada remaja santri.

## A. Kecemasan Sosial (*Social Anxiety*)

### 1. Konsep Kecemasan Sosial (*Social Anxiety*)

Atkinson & Richards (1996), kecemasan sosial adalah perasaan takut akan situasi sosial dan interaksi dengan orang lain yang dapat secara otomatis membawa merasa sadar diri, pertimbangan, evaluasi, dan kritik. Brecht (2000), kecemasan sosial adalah rasa takut dan khawatir yang berlebihan jika seseorang berada bersama orang lain dan merasa cemas pada situasi sosial karena khawatir akan mendapatkan penilaian buruk bahkan evaluasi dari orang lain dan sebaliknya akan merasa aman jika sedang sendirian. Menurut Atkinson & Richards (1996) kecemasan sosial adalah ketakutan akan situasi sosial dan interaksi dengan orang lain yang secara otomatis dapat memunculkan perasaan kesadaran diri, penilaian, evaluasi, dan kritik. Seiring dengan definisi di atas, Richard juga menyatakan bahwa kecemasan sosial adalah ketakutan dan kecemasan dihakimi dan dievaluasi secara negatif oleh orang lain, mengarah pada perasaan perampasan, kebingungan,

penghinaan, dan tekanan (Hayati, 2018). Kecemasan sosial merupakan perasaan cemas sosial terutama yang dapat digeneralisasi secara nyata sehingga dapat menyebabkan perasaan yang tidak nyaman pada individu hal tersebut karena individu harus berhadapan dengan orang yang tidak dikenali yang berdampak pada kekhawatiran akan mendapat penghinaan (La Greca dan Lopez, 1998)

Melihat beberapa pengertian di atas maka peneliti memberikan pengertian bahwa kecemasan sosial (*Social Anxiety*) merupakan perasaan negatif yang dirasakan oleh individu dan merupakan akibat dari kekhawatiran berlebih akan penilaian yang diberikan oleh orang lain terhadap dirinya saat berada dalam situasi tertentu.

Terdapat beberapa faktor kecemasan sosial yang dialami oleh remaja, yaitu cara berfikir (*Thinking Style*), fokus perhatian (*Focusing Attention*), konteks evaluasi (Yudianfi, 2022). Adapun indikator-indikator kecemasan sosial menurut La Greca dan Lopez (dalam Jatmiko, 2017) adalah sebagai berikut: ketakutan akan evaluasi negatif (*Social Fear of Negative Evaluation*), Penghindaran sosial dan rasa tertekan dalam situasi dengan orang yang tidak dikenal (*Social Avoidance and Distress New*), penghindaran sosial dan rasa tertekan yang dialami dengan orang yang sudah dikenal atau secara umum (*Social Avoidance and Distress General*). Remaja yang mengalami kecemasan sosial mengalami gejala sebagai berikut: efek pada pemikiran, efek pada perilaku, efek pada tubuh, efek pada emosi atau perasaan.

Dampak dari kecemasan sosial remaja Gangguan kecemasan sosial dapat memberi dampak negatif yang mempengaruhi kehidupan sehari-hari. Penderita *social anxiety disorder* menghadapi hambatan internal dan eksternal dalam mengakses perawatan kesehatan mental. Hambatan internal adalah hasil dari gangguan itu sendiri, jika seseorang sudah merasa cemas atau berpikir mengenai *stigmatisasi* tentang mencari perawatan kesehatan mental, kekhawatiran yang meningkat tentang melakukan atau mengatakan sesuatu yang memalukan akan membuat hambatan untuk mencari perawatan menjadi lebih besar. Hambatan eksternal adalah kurangnya kesadaran akan gangguan di antara orang-orang yang mengalami *social anxiety disorder* (Pollack & Mark, dalam Selvia et al, 2020).

## **2. Kecemasan Sosial Berdasarkan Jenis Kelamin**

Azar (Tajudin & Haenidar, 2019) menjelaskan rata-rata perempuan memiliki kecemasan sosial lebih tinggi daripada laki-laki. Ini dimungkinkan karena laki-laki sangat enggan untuk mencari bantuan untuk memecahkan permasalahan mereka, karena mereka merasa malah akan menunjukkan kelemahan mereka sendiri. Oleh karena itu sulit untuk mengetahui kapan seorang remaja lakilaki mengalami kecemasan sosial, meskipun mereka juga pernah mengalami kecemasan sosial tersebut. Menurut Puklek & Vidmar (Tajuddin & Haenidar, 2019) perempuan lebih memiliki kecemasan sosial lebih tinggi dalam bentuk kognitif karena sebagai bentuk kekhawatiran tentang evaluasi negatif dari masyarakat sekitar dari pada laki-laki.

### **B. Konsep Dasar Remaja Santri**

#### **1. Konsep Remaja**

Masa remaja menurut Sibagariang adalah masa dari masa kanak-kanak hingga dewasa antara usia 10-19 tahun, dan perubahan yang cepat dalam tubuh, pikiran, dan psikologi akan mempengaruhi beberapa aspek di kemudian hari (Amdadi et al, 2021). Menurut Mansur masa remaja dibagi menjadi tiga bagian yaitu masa remaja awal atau dini yang merupakan anak yang usianya 11-13 tahun, masa remaja pertengahan merupakan anak yang usianya 14-16 tahun, masa remaja lanjut yang merupakan anak dengan usia 17-20 tahun (Amdadi et al., 2021).

#### **2. Pengertian Santri**

Santri adalah peserta didik yang taat dalam melaksanakan perintah agama serta mendiami suatu tempat untuk menimba ilmu agama di bawah bimbingan ustad dan ustadzah serta pimpinan pesantren (kyai). Di pondok pesantren, santri diajarkan pendidikan agama Islam di bawah asuhan ustadz dan ustadzah serta di bawah kepemimpinan seorang kyai. Di pondok pesantren, santri dituntut untuk bisa aktif dan berani, seperti bertanya pada ustad atau ustadzah, mendapat giliran untuk ceramah dan tes/ujian penghafalan beberapa ayat Al-Quran, hadist-hadist serta doa-doa di depan kelas. Kegiatan tersebut merupakan bentuk kegiatan santri di dalam kelas (Nuratiqoh et al, 2018).

## **3. Santri Sebagai Remaja**

Masa remaja merupakan masa dengan usia yang relatif berkembang dengan segala perubahan baik perkembangan fisik, emosi dan psikis (mental) menuju kematangan (usia dewasa). Hal itu karena remaja menurut para ahli adalah mereka yang berada dalam usia kisar 12 tahun sampai 21 tahun. Dari aspek gender, wanita cenderung lebih cepat dibandingkan pria. Demikian pula jika ditinjau dari aspek hukum, yang menyimpulkan bahwa (Pasal 7 undang-undang No. 1/1974 Tentang perkawinan) usia minimal perkawinan adalah 16 tahun bagi wanita dan 19 tahun bagi pria. Dari itu, dapat disimpulkan juga bahwa fase remaja adalah terlepasnya dari usia anak-anak dan juga belum sampai pada usia dewasa. Terkait dengan kajian mengenai santri, maka kedudukannya sebagai remaja memberikan arti bahwa mereka berhak mendapatkan pendidikan dalam upaya mengembangkan dirinya.

#### **4. Karakteristik Pertumbuhan atau Perkembangan Remaja**

Karakteristik pertumbuhan atau perkembangan remaja menurut (Wulandari, 2014) adalah pertumbuhan fisik, kemampuan berpikir, identitas, hubungan dengan orang tua serta hubungan dengan sebaya.

#### **5. Kelompok Tahapan Remaja**

Pertumbuhan dan perkembangan selama masa remaja dibagi dalam tiga tahap, yaitu remaja awal (usia 11-14 tahun), remaja pertengahan (usia 14-17 tahun) dan remaja akhir (usia 17-20 tahun). Mereka ada yang berada di dalam sekolah (berbasis sekolah) dan di dalam kelompok masyarakat (berbasis masyarakat) (Wulandari, 2014).

#### **6. Tugas Perkembangan Remaja**

Menurut Havighurst (dalam Putro, 2017) tugas-tugas perkembangan masa remaja yaitu Menerima kenyataan terjadinya perubahan fisik yang dialaminya dan dapat melakukan peran sesuai dengan jenisnya secara efektif dan merasa puas terhadap keadaan tersebut, Belajar memiliki peranan sosial dengan teman sebaya, baik teman sejenis maupun lawan jenis sesuai dengan jenis kelamin masing-masing, Mencapai kebebasan dari ketergantungan terhadap orang tua dan orang dewasa lainnya, Mengembangkan kecakapan intelektual dan konsep-konsep tentang kehidupan

bermasyarakat, Mencari jaminan bahwa suatu saat harus mampu berdiri sendiri dalam bidang ekonomi guna mencapai kebebasan ekonomi, Memperkuat *self-control* (kemampuan mengendalikan diri) atas dasar skala nilai, prinsip-prinsip, atau falsafah hidup (*weltanschauung*), Mampu meninggalkan reaksi dan penyesuaian diri (sikap/perilaku) kekanak-kanakan.

### C. Kecemasan Sosial Terhadap Remaja

Clark dan Wills (Yudianfi, 2022) mengungkapkan bahwa kecemasan sosial merupakan ketakutan akan evaluasi negatif, eksposur dan pengindaran sosial (bersembunyi). Kecemasan sosial akan membuat individu berpikir bahwa orang lain sedang melihat, menilai dirinya dan mengamati secara negatif atau buruk pada dirinya maupun kegiatan yang sedang dilakukan. Dengan kata lain kecemasan sosial merupakan ketakutan seseorang akan dievaluasi negatif oleh orang lain yang dapat menimbulkan rasa malu, tidak mampu, depresi dan penghinaan (Puspita, 2018).

Kecemasan sosial pada remaja timbul saat mereka berpikir jika dirinya melakukan sesuatu tidak sama dengan orang lain, maka ia akan mendapat label negatif oleh orang lain dan akan berpikir bahwa ia melakukan suatu hal yang memalukan di depan orang lain. Masa remaja merupakan masa yang ditandai dengan perubahan fisik dan psikologis (Yudianfi, 2022). Menurut Rapee dan Spense perubahan yang terjadi pada remaja berkontribusi dalam menimbulkan kecemasan sosial bagi remaja seperti pematangan sosio kognitif, perubahan fisik, perubahan lingkungan sekolah dan interaksi sosial dengan teman sebaya (Yudianfi, 2022).

### D. Implikasi Bimbingan dan Konseling Sebagai Upaya untuk Mereduksi Kecemasan Sosial.

Menurut SK Mendikbud No. 025 / 0 / 1995 tentang Petunjuk teknik Ketentuan Pelaksanaan Jabatan Fungsional Guru dan Angka Kreditnya yang dimaksud Bimbingan Konseling adalah Pelayanan bantuan untuk peserta didik, baik secara perseorangan maupun kelompok agar mampu mandiri dan berkembang secara optimal dalam bidang bimbingan pribadi, bimbingan sosial, bimbingan belajar dan bimbingan karier, melalui berbagai jenis

layanan dan kegiatan pendukung berdasarkan norma – norma yang berlaku.

Upaya yang dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling dalam mengatasi kecemasan sosial adalah melalui pemberian layanan bimbingan belajar. bimbingan belajar pada hakikatnya di peruntukan bagi semua individu, dan bertujuan untuk membantu individu agar dapat memahami dirinya dan dapat bertindak secara wajar. Pendekatan bimbingan belajar adalah salah satu pendekatan dasar bimbingan dan konseling seperti yang dikemukakan oleh Shertzer dan Stone (Sriyono & Abdullah, 2017) yang mengemukakan bahwa “Process of helping an individual to understand him self and his world”, “Bimbingan Merupakan proses pemberian bantuan kepada individu agar dapat belajar memahami diri dan lingkungannya”.

Selain itu, upaya yang dilakukan guru bimbingan dan konseling untuk mengatasi kecemasan sosial adalah melalui pemberian layanan di bidang sosial. Layanan bimbingan dan konseling di bidang sosial merupakan bantuan kepada siswa dalam membina hubungan interpersonal dengan berbagai pihak dalam berbagai *setting* pergaulan.

## PENDEKATAN DAN METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Jenis penelitian kuantitatif adalah salah satu jenis penelitian yang dalam prosesnya menggunakan analisis data dan dengan menggunakan prosedur statistik. Pendekatan kuantitatif merupakan jenis penelitian yang melibatkan proses pengumpulan, menganalisis, menafsirkan, menulis hasil penelitian, sebuah sarana untuk menguji teori-teori objektif dengan menguji hubungan antar variabel yang dapat diukur menggunakan instrumen sehingga data dapat dianalisis dengan menggunakan prosedur statistik (Creswell, 2012).

Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif, yaitu suatu metode untuk memperoleh suatu gambaran yang jelas mengenai situasi yang sedang terjadi pada saat sekarang tanpa memperhatikan keadaan sebelumnya, untuk kemudian dianalisis dan disimpulkan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh santri di Pondok Pesantren At-Tajdid Islamic Boarding School Kabupaten Tasikmalaya, yang terdiri dari 5 kelas dengan jumlah 226 remaja santri.

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *nonprobability sampling*. Teknik penentuan sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan sampling jenuh, dan dalam proses pengumpulan data peneliti menggunakan kuesioner.

Kisi-kisi instrument dalam penelitian ini adalah takut akan penilaian negatif (*fear of negative evaluatin*), Penghindaran sosial dan rasa tertekan dalam situasi yang baru atau dengan orang yang tidak dikenal (*Social avoidance and distress new*), Penghindaran sosial dan rasa tertekan yang dialami secara umum atau dengan orang yang baru dikenal (*Social avoidance and distress general*)

## HASIL PENELITIAN

Gambaran Umum Kecemasan Sosial pada Santri di Pondok Pesantren At-Tajdid Islamic Boarding School Kabupaten Tasikmalaya diperoleh dari hasil penyebaran instrumen tentang Kecemasan Sosial. Berikut gambaran Kecemasan Sosial yang diungkap dalam tabel dibawah ini.

Tabel 1. Gambaran Umum Kecemasan Sosial pada Santri di Pondok Pesantren At-Tajdid Islamic Boarding School Kabupaten Tasikmalaya.

Kategori	Rentang	F	%	Rata-rata
Rendah	36-72	15	7%	23,8%
Sedang	73-108	200	88%	
Tinggi	109-144	11	5%	
Jumlah		226	100%	

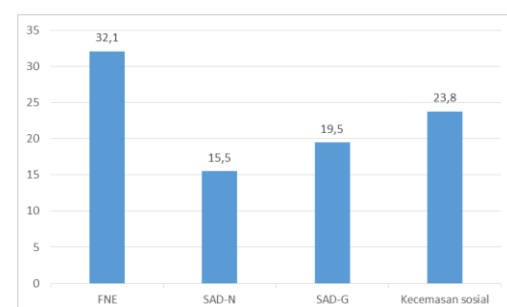
Menurut data hasil penelitian yang telah dilakukan, diketahui bahwa kecemasan sosial pada Santri di Pondok Pesantren At-Tajdid Islamic Boarding School Kabupaten Tasikmalaya memperoleh skor rata-rata 23,8%, dan berada pada kategori sedang. Siswa yang berada dalam kategori sedang ini mencapai presentase sebesar 88% dari jumlah sampel sebanyak 226 santri yang terdiri dari 119 laki-laki dan 107 santri Perempuan.

Berikut merupakan gambaran dari masing-masing aspek kecemasan sosial pada Santri di Pondok Pesantren At-Tajdid Islamic Boarding School Kabupaten Tasikmalaya dijelaskan pada tabel:

Tabel 2. Gambaran Aspek dan Indikator Kecemasan Sosial pada Santri di Pondok Pesantren At-Tajdid Islamic Boarding School Kabupaten Tasikmalaya.

Aspek	Persentase	Indikator	Persentase
Ketakutan akan evaluasi negatif	32,1	Takut orang lain berpikiran buruk tentang dirinya	64,3%
		Takut tidak bisa diterima di lingkungan	55%
Penghindaran sosial dan rasa tertekan dalam situasi yang baru atau dengan orang yang tidak dikenal	15%	Mudah gugup dan merasa malu	61,9%
		Merasa tidak percaya diri	61,3%
		Merasa khawatir dalam situasi	60,6%
		Menghindari masyarakat yang menurut dirinya berbahaya	56,1%
Penghindaran sosial dan rasa tertekan yang dialami secara umum atau dengan orang yang baru dikenal	68,8%	Sulit berkomunikasi di lingkungan baru	58,4%
		Kesulitan menyesuaikan diri	52,8%
		Tidak berdaya karena takut melakukan kesalahan dan menghindari situasi sosial	23,8%

Berdasarkan tabel di atas, maka secara rinci hasil tersebut dapat dilihat pada grafik dibawah ini:



Grafik 1. Gambaran Aspek dan Indikator Kecemasan Sosial pada Santri di Pondok Pesantren At-Tajdid Islamic Boarding School Kabupaten Tasikmalaya.

Berdasarkan grafik 1, dapat diamati gambaran umum aspek dan indikator dari kecemasan sosial pada Santri di Pondok Pesantren At-Tajdid Islamic Boarding School Kabupaten Tasikmalaya. Dalam tiga aspek yang terkandung terdapat skor persentase

tertinggi pada aspek SAD-G (*Social Avoidance and Distress General*) yaitu 19,5%. Diikuti dengan aspek FNE (*Fear of Negative Evaluation*) dengan skor persentase 15,5%. Dan selanjutnya aspek SAD-N (*Social Avoidance and Distress New*) dengan skor persentase 23,8%.

Gambaran umum kecemasan sosial Santri di Pondok Pesantren At-Tajdid Islamic Boarding School Kabupaten Tasikmalaya dibedakan berdasarkan jenis kelamin dipaparkan pada tabel berikut

Tabel 3. Gambaran Aspek dan Indikator Kecemasan Sosial pada Santri di Pondok Pesantren At-Tajdid Islamic Boarding School Kabupaten Tasikmalaya.

Jenis Kelamin	N	Rata-rata	Simpangan Baku	Skor Max	Skor Min	Kategori					
						Rendah		Sedang		Tinggi	
						F	%	F	%	F	%
Laki-laki	119	93,03	9,82	130	70	15	13%	103	87%	1	1%
Perempuan	107	102,25	10,99	132	82	0	0%	78	73%	29	27%

Berdasarkan hasil tabel 3 di atas, yang ditinjau dari dua bagian berdasarkan karakteristik jenis kelamin, yaitu laki-laki dan perempuan. Pada gender laki-laki rata-rata yang diperoleh yaitu 93,03 dengan simpangan baku 9,82. Jika dikategorikan berdasarkan persentase sebesar 13% (15 santri) dengan kategori santri laki-laki yang memiliki tingkat kecemasan sosial rendah, 87% (103 santri) dengan kategori santri laki-laki yang memiliki tingkat kecemasan sosial sedang, dan 1% (1 santri) dengan kategori santri laki-laki yang memiliki tingkat kecemasan sosial tinggi, juga skor maksimal yang diperoleh 130 dan skor minimal 70. Sedangkan pada santri dengan jenis kelamin perempuan, hasil rata-rata yang diperoleh berjumlah 102,25 dengan simpangan baku 10,99. Jika dikategorikan berdasarkan persentase yaitu 0% (0 santri) berada pada kategori rendah, 73% (78 santri) berada pada kategori sedang, dan 27% (29 santri) berada pada kategori tinggi, juga skor maksimal yang diperoleh 132 dan skor minimal 82.

Selain gambaran di atas, dilakukan juga uji perbedaan kecemasan sosial yang diungkap melalui pengujian Kruskal Wallis dengan bantuan SPSS versi 27.00 adalah sebagai berikut:

Tabel 4. Hasil Uji Perbedaan Kecemasan Sosial Santri di Pondok Pesantren At-Tajdid Islamic Boarding School Kabupaten Tasikmalaya Berdasarkan Jenis Kelamin.

Uji Statistik	Jumlah
Kruskal-Wallis H	36.727
df	1
Asymp. Sig	0,001

Berdasarkan hasil pengujian *kruskal wallis* dengan bantuan SPSS versi 27.00, dengan ketentuan jika nilai asymp signifikansi (Asymp.Sig.) < 0,05, maka nilai tersebut diterima dan terdapat perbedaan antara kecemasan sosial pada laki-laki dan perempuan. Sedangkan jika nilai asymp signifikansi (Asymp.Sig.) > 0,05, maka nilai ditolak serta tidak terdapat perbedaan antara kecemasan sosial laki-laki dan perempuan. Berdasarkan tabel di atas, diperoleh nilai asymp signifikansi sebesar >,001 < 0,05, sehingga itu berarti bahwa hasil penelitian ini terdapat perbedaan asymp signifikansi antara kecemasan sosial laki-laki dan perempuan diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa kecemasan sosial pada laki-laki dan perempuan menunjukkan perbedaan yang signifikan.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di atas, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Profil kecemasan sosial santri di Pondok Pesantren At-Tajdid Islamic Boarding School Kabupaten Tasikmalaya menggambarkan 7% (15 orang santri) berada pada kategori rendah, 88% (200 orang santri) berada pada kategori sedang, dan 5% (11 orang santri) berada pada kategori rendah. Itu artinya sebaran santri di Pondok Pesantren At-Tajdid Islamic Boarding school Kabupaten Tasikmalaya sebagian besar pada taraf sedang.
2. Berdasarkan hasil profil kecemasan sosial santri di Pondok Pesantren At-Tajdid Islamic Boarding School Kabupaten Tasikmalaya berdasarkan jenis kelamin mendapatkan hasil asymp.sig >,001 > 0,05 yang artinya ditemukan perbedaan yang signifikan antara kecemasan sosial pada santri laki-laki dan perempuan.
3. Implikasi dalam program layanan bimbingan dan konseling berupa layanan dasar. Layanan dasar yang digunakan yaitu

bimbingan klasikal untuk menurunkan kecemasan sosial pada santri

### DAFTAR PUSTAKA

- Agustriyana, N. A., & Suwanto, I. (2017). Fully human being pada remaja sebagai pencapaian perkembangan identitas. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 2(1), 9-11.
- Amdadi, Z., Nurdin, N., Eviyanti, E., & Nurbaeti, N. (2021). Gambaran pengetahuan remaja putri tentang risiko perkawinan dini dalam kehamilan di SMAN 1 Gowa. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(7), 2067-2074.
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Atkinson, R., Richard, A., & Hilgard, E. (1996). *Introduction to psychology*. New York: Harcourt Brace College Publishers.
- Brecht, G. (2000). *Mengenal dan menanggulangi stres*. Jakarta: Prenhallindo.
- Creswell, John W. (2012). *Educational research: planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research*. Pearson
- Haryanto, (2012) dalam artikel "Pengertian pendidikan menurut para ahli". <http://belajarpsikologi.com/pengertian-pendidikan-menurut-ahli/>. diakses pada tanggal 25 Juni 2023
- Hayati, S. I. (2018). Hubungan gaya kelekatan dan harga diri dengan kecemasan sosial pada siswa kelas x di sekolah SMA Negeri 14 Medan.
- Jatmiko, A. (2017). *Sense of place* dan social anxiety bagi mahasiswa baru pendaatang. *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)*, 3(2), 161-170.
- Kholifah, N. (2016). Peran teman sebaya dan kecemasan sosial pada remaja. *Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 3(2), 60-68.
- La Greca, A. M., & Lopez, N. (1998). Social Anxiety Among Adolescents : Linkages With Peer Relation And Friendships. *Journal Of Abnormal Child Psychology*, 26, 83-94.
- Nuratiqoh, N., Ikhtiono, G., & Nawawi, H. K. (2018). Peranan motivasi bagi santri pondok pesantren daarul muhajirin kota bogor dalam memperdalam ilmu agama sebagai penerus 'alim ulama. *Jurnal Mitra pendidikan*, 2(8).
- Puspita, N. A. (2018). Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja
- Putro, Z.H. (2017). Memahami ciri dan tugas perkembangan masa remaja. *Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama*. 17 (01). Hal 25-32
- Salmiah., Rahim, Abdul. (2022). Implementasi bimbingan belajar menulis berhitung kelas iii madrasah Ibtidaiyah Drurrohman Haurgeulis. *Jurnal Penelitian Multidisiplin Ilmu. Universitas Islam Al Zaytun Indramayu*. 1(2). Hal 87,
- Sari, W. K., & Ariani, W. A. (2021). Penerapan konseling rebt untuk mengurangi kecemasan sosial remaja. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application: Vol, 10(2)*, 60-66.
- Selvia, S. (2020). Perancangan motion comic sebagai media edukasi tentang kepedulian terhadap gangguan kecemasan sosial pada remaja. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 12(1), 48-65.
- Siregar, C. N. (2013). Tingkat kecemasan pada santri pondok pesantren. *Cognicia*, 1(1).
- Sriyono, H., & Abdullah, S. I. (2012). *Bimbingan dan konseling belajar bagi siswa di sekolah*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Suryanti, R., Srisayekti, W., . Moeliono, M. F. (2015). *Gambaran kecemasan sosial berdasarkan Liebowitz Social Anxiety Scale (Lsas) pada remaja tengah*.
- Tajuddin, A., & Haenidar, H. (2019). Hubungan antara harga diri dengan kecemasan sosial pada remaja akhir. *Jurnal Psikologi SKISO (Sosial Klinis Industri Organisasi)*, 1(1), 56-65.
- Wulandari, Ade. 2014. Karakteristik pertumbuhan perkembangan Remaja dan implikasinya terhadap masalah kesehatan dan keperawatannya. *Jurnal Keperawatan Anak*. 2 (1). Hal 40-41
- Yudianfi, Z.H. (2022). Kecemasan Sosial Pada Remaja Desa Selur Ngrayun Ponorogo. Rosyada: *Islamic Guide and Counseling. Vol 3 (1)*