

# **PENGARUH KRISIS IDENTITAS TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA REMAJA DI MAN 2 LANGSA**

## **SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah  
Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh  
Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Oleh :

**PUTY ANGGRAINI**

**NIM: 3022021040**



**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI LANGSA**

**2025**

LEMBAR PERSETUJUAN  
SKRIPSI

Diajukan Kepada fakultas Ushuluddin Adab Dan Dakwah  
Institut Agama Islam Negeri Langsa Untuk Memenuhi  
Salah Satu Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana  
Sosial (S.Sos) Bimbingan Dan Konseling Islam

Oleh :

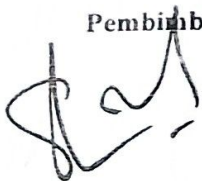
PUTY ANGGRAINI

NIM: 3022021040

Mahasiswa Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah  
Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam

Di Setujui Oleh:

Pembimbing I



Ac Indans  
20/11/2018

Syiva Fitria, BA, S.Psi. M.Sc  
NIP. 199392282019032018

Pembimbing 2 17/9/2018



Wan Chalidaziah, M.Pd  
NIP. 199206222019032018

Telah Dinilai Oleh Panitia Munaqasyah Skripsi Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institute Agama Islam Negeri Langsa dan Dinyatakan Lulus Serta Diterima Sebagai Salah Satu Tugas Akhir Penyelesaian Studi Program Sarjana (S-1) Dalam Ilmu Bimbingan Dan Konseling Islam

Pada hari/tanggal

Selasa, 19 Agustus 2025 M  
25 Safar 1447 H

PANITIA SIDANG MUNAQASYAH SKRIPSI

Ketua



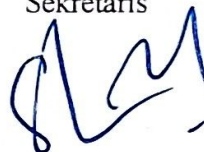
Wan Chalidaziah..M.Pd  
NIP.199206222019032018

Penguji I



Sabrida M. Ilyas..M.Ed  
NIP.19740152023212010

Sekretaris



Syiva Fitria.. B.A..S.Psi..M.Sc  
NIP.199302282019032018

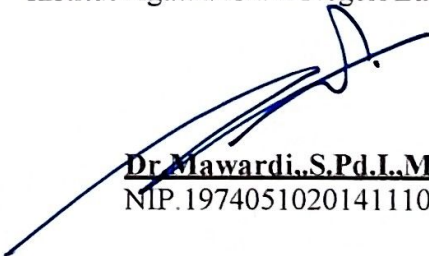
Penguji II



Dr. Rusli. S.Sos., M.A.  
NIP.198003182009011004

Mengetahui

Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah  
Institut Agama Islam Negeri Langsa



Dr. Mawardi..S.Pd.I..M.S.I  
NIP.197405102014111002

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Puty Anggraini

Nim : 3022021040

Fakultas Prodi : Ushuluddin Adab dan Dakwah/ Komunikasi dan Penyiaran Islam

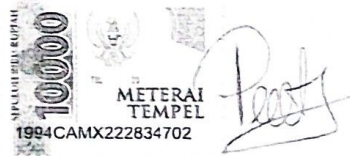
Alamat : Jln. Ayani PB. Seulemak Kota Langsa Langsa baru

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul " PENGARUH KRISIS IDENTITAS TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA REMAJA DI MAN 2 LANGSA." Adalah benar hasil karya sendiri dan *original* sifatnya. Apabila dikemudian hari ternyata terbukti hasil plagiat karya orang lain, maka akan dibatalkan dan saya siap menerima sanksi akademik dengan peraturan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya perbuat dengan sebenar-benarnya.

Langsa, 15 Agustus 2025

Yang membuat pernyataan



Puty Anggraini

NIM.3022021040

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala limpahan rahmat, serta hidayah-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan Proposal ini dengan judul **“PENGARUH KRISIS IDENTITAS TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA REMAJA DI MAN 2 LANGSA”**. Shalawat dan salam kepada Nabi Muhammad SAW serta keluarga dan sahabat yang turut membantu dalam menyebarkan agama islam. Penulis menyadari bahwa dalam proses penyusunan proposal ini banyak pihak yang telah memberikan bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Alhamdulillah saya ucapkan atas rasa syukur kepada Allah SWT yang hingga saat ini, masih mencurahkan rahmat yang begitu besar berupa nikmat nafas dan kesehatan samapai saat ini.
2. Bapak Prof. Dr. Ismail Fahmi Arrauf Nasution, MA selaku rektor IAIN Langsa, bapak Dr. Mawardi, M.S.I selaku dekan fakultas ushuluddin adab dan dakwah, bapak Marimbun, M.Pd selaku ketua jurusan bimbingan dan konseling islam dan yang terakhir ibu Wan Chalidaziah, M.Pd selaku penasehat akademik.
3. Ibu Wan Chalidaziah, M.Pd selaku penasihat akademik sekaligus sebagai pembimbing kedua, yang senantiasa meluangkan waktunya untuk membimbing dan memberikan arahan bagi penuis dalam proses penyusunan skripsi ini sampai selesai.

4. Ibu Syiva Fitria, B.A.,S.Psi.,M.Sc. Selaku dosen pembimbing pertama yang selalu meluangkan waktunya dan dengan sabar memberikan bimbingan, arahan, dan masukan yang sangat berarti dalam proses penyusunan skripsi ini sampai selesai.
5. Bapak Suratman S. Hi atau yang sering disapa dengan pak maman, selaku bagian staf akademik fakultas ushuluddin adab dan dakwah yang telah membantu penulis dalam mengurus pemberkasan skripsi ini.
6. Para dosen-dosen dan seluruh staf akademik IAIN Langsa yang telah memberikan arahan serta fasilitas kepada penulis sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.
7. Terima kasih karena selalu membela hidupku, Pastor Haji Mahliyan, cinta pertama dan inspirasiku. Beliau tidak pernah bisa kuliah. Tetapi sampai aku bisa menyelesaikan studi dan meraih gelar sarjana, beliau mampu mengajarku, menginspirasi, dan membantuku.
8. Ibu Yusnimar, gerbang menuju surgaku, adalah nama yang mudah diucapkan tetapi sulit diungkapkan. Beliau adalah seorang ibu yang tak pernah berhenti menunjukkan cinta dan kasih sayang, serta dorongan dan doa, hingga penulis mampu menyelesaikan pendidikannya dan menjadi seorang sarjana.
9. Teman-teman tersayang penulis kepada Sadin, Una, Wardani, dan Tasya yang selalu memberikan do'a, semangat juga dukungannya dan

bantuannya untuk penulis dalam proses penyusunan skripsi ini. Tanpa kalian mungkin aku udah nyerah dan mundur.

10. Kepada Annisa ,Naisa dan Tafri terimakasih ya udah ada di dunia ini. Untuk menjadi pendukung yang dalam skripsian ini.

11. Kepada Yun, Bunga, Zahra Terimakasih telah menjadi bagian dari perjuangan menyusun skripsi penulis. Telah mendukung dan menghibur saat susah-susahnya skripsian.

12. Kepada teman-teman KKN tercinta Anggi, Bunga, Salma, Ijal, Sadin, Wardani, dan yang lain meskipun belum semua disebut, tapi terimakasih banyak sudah jadi bagian dalam hidup saat tahun ini yang sangat berkesan.

13. Rekan-rekan mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling angkatan 2021 khususnya unit 2 yang telah memberikan warna dalam perjalanan panjang selama masa perkuliahan.

14. Terakhir namun tak kalah penting, saya ingin menyampaikan rasa terima kasih saya kepada seseorang yang telah berjuang tanpa henti—seorang individu yang jujur dengan hati yang sederhana namun memiliki tujuan yang mulia. Saya, Puty Anggraini, penulis tesis ini, merasa bersyukur. Putri pertama dan harapan terbesar orang tuanya. Saya bersyukur Anda ada di Bumi dan telah sampai sejauh ini. Saya menghargai keberanian Anda untuk menjadi diri Anda sendiri, dan saya bangga dengan semua hal kecil yang Anda lakukan dan semua pencapaian yang tidak akan pernah diakui orang lain. Rayakan setiap

aspek dari diri Anda dan ubahlah menjadi sosok yang bermanfaat bagi diri Anda sendiri dan orang lain.

Penulis menyadari betapa banyak kekurangan dalam tesis ini. Oleh karena itu, penulis menerima saran untuk perbaikan di masa mendatang serta kritik yang membangun. Baik penulis maupun pembaca lain diharapkan dapat menemukan tesis ini bermanfaat. Terakhir, penulis memohon doa untuk keberhasilan penyelesaian studi ini dan kontribusinya terhadap kemajuan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang psikologi dan bimbingan serta konseling..

Langsa, Januari 2025

Penulis

## ABSTRAK

**Puty Anggraini**, 2025. Pengaruh Krisis Identitas Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Remaja Di Man 2 Langsa, Skripsi Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah.

Masa remaja merupakan salah satu fase perkembangan yang ditandai dengan pencarian jati diri. Dalam proses ini, remaja sering mengalami krisis identitas yang dapat menimbulkan kecemasan apabila tidak teratasi dengan baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh krisis identitas terhadap tingkat kecemasan pada remaja di MAN 2 Langsa. Latar belakang penelitian ini didasarkan pada fenomena bahwa masa remaja merupakan tahap perkembangan yang ditandai dengan pencarian jati diri, yang apabila tidak terselesaikan dengan baik dapat menimbulkan kecemasan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode kausalitas. Jumlah sampel dalam penelitian adalah 150 siswa yang dipilih secara total sampling. Hasil penelitian dianalisis menggunakan regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa krisis identitas memiliki nilai rata-rata sebesar 75,21 (kategori tinggi), sedangkan tingkat kecemasan sebesar 45,15 (kategori kecemasan berat). Hasil uji regresi menunjukkan koefisien sebesar 0,491 dengan nilai t hitung 7,221 dan signifikansi 0,000 ( $<0,05$ ), yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara krisis identitas terhadap tingkat kecemasan. Nilai koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar 0,261 menunjukkan bahwa krisis identitas memberikan kontribusi sebesar 26,1% terhadap tingkat kecemasan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa aspek krisis identitas yang paling dominan memengaruhi kecemasan adalah kondisi kebingungan identitas (identity diffusion) dan fase moratorium (eksplorasi tanpa komitmen yang jelas), di mana siswa mengalami ketidakpastian dalam menentukan arah hidup, nilai, dan pilihan masa depan. Kondisi ini memicu peningkatan kecemasan terutama pada aspek psikologis seperti perasaan khawatir berlebihan, ketegangan, serta ketakutan terhadap masa depan. Dengan demikian, semakin tinggi tingkat kebingungan identitas dan semakin rendah kejelasan komitmen diri, maka semakin tinggi pula tingkat kecemasan yang dialami remaja. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa krisis identitas berpengaruh positif dan signifikan terhadap tingkat kecemasan pada remaja MAN 2 Langsa. Implikasi dari penelitian ini adalah perlunya upaya bimbingan konseling di sekolah serta dukungan keluarga untuk membantu remaja mengelola krisis identitas sehingga kecemasan dapat diminimalkan.

**Kata kunci:** Krisis Identitas, Kecemasan, Remaja

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b>	
<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN</b>	
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>ix</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	6
C. Rumusan Masalah .....	6
D. Tujuan Penelitian .....	7
E. Manfaat Penelitian .....	7
F. Sistematika Pembahasan .....	8
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>9</b>
A. Kerangka Teori.....	9
1. Kecemasan .....	9
a. Definisi Kecemasan .....	9
b. Aspek-aspek Kecemasan.....	11
c. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan .....	12
d. Dampak Pada Kecemasan .....	14
e. Tingkatan Pada Kecemasan .....	16
2. Krisis Identitas .....	18
a. Definisi Krisis Identitas.....	18
b. Aspek-Aspek Krisis Identitas.....	20
c. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Krisis Identitas .....	21
d. Ciri-Ciri Krisis Identitas.....	23
3. Remaja .....	24
a. Definisi Remaja.....	24

b. Karakteristik Remaja.....	24
c. Faktor – faktor yang mempengaruhi .....	27
4. Keterkaitan Krisis Identitas dan Tingkat Kecemasan pada remaja di Man 2 Langsa .....	29
B. Penelitian Yang Relevan .....	30
C. Kerangka Konseptual .....	32
D. Hipotesis.....	33
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>34</b>
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	34
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	35
C. Identifikasi Variabel .....	36
D. Definisi Operasional.....	37
E. Populasi dan Sampel .....	38
F. Teknik Pengumpulan Data .....	40
G. Pengembangan Instrumen Penelitian .....	40
H. Pelaksanaan Skorsing .....	43
I. Teknik Analisis Data .....	47
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>51</b>
A. Karakteristik Objek Penelitian .....	51
B. Analisis Data dan Hasil Penelitian .....	53
C. Uji Asumsi Klasik .....	57
D. Hasil Uji Hipotesis Penelitian .....	61
E. Pembahasan .....	66
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>72</b>
A. Kesimpulan.....	72
B. Saran.....	73
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>75</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN .....</b>	<b>79</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jumlah Siswa Kelas XII Tahun Ajaran 2025.....	39
Tabel 3.2 <i>Bluprint</i> Skala Krisis Identitas (EIPQ) .....	41
Tabel 3.3 <i>Bluprint</i> Skala tingkat Kecemasan (HARS).....	43
Tabel 3.4 Kategori Skor Krisis Identitas .....	44
Tabel 3.5 Kategori <i>Hamilton Anxiety Rating Scale</i> (HARS).....	46
Tabel 4.1 Hasil Analisis Deskripsi .....	53
Tabel 4.2 Hasil Persentase Variabel Krisis Identitas (Ekplorasi dan Komitmen).....	54
Tabel 4.3 Hasil Persentase Variabel Tingkat Kecemasan .....	56
Tabel 4.4 One -Simple Kolmogrov-Smirnov Test.....	60
Tabel 4.5 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana .....	62
Tabel 4.6 Hasil Koefisien Determinasi (R Square) .....	63
Tabel 4.7 Hasil Uji F .....	64
Tabel 4.8 Hasil Uji t .....	65

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual .....	33
Gambar 4.1 Hasil Kuesioner Jenis Kelamin .....	51
Gambar 4.2 Hasil Kuesioner Jumlah Kelas .....	53
Gambar 4.3 Hasil Uji Histogram .....	58
Gambar 4.4 Uji Normalitas Grafik P-Plot .....	58
Gambar 4.5 Uji Heteroskedastisitas .....	61

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Kesehatan mental remaja kini menjadi perhatian global. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan bahwa gangguan kecemasan merupakan salah satu masalah mental paling umum yang dialami remaja dan biasanya muncul pada rentang usia 15–19 tahun. Kondisi ini berdampak pada kemampuan akademik, hubungan sosial, hingga kualitas hidup secara menyeluruh, serta berisiko berlanjut menjadi masalah kesehatan mental jangka panjang apabila tidak segera ditangani.<sup>1</sup> Di Indonesia, urgensi ini semakin nyata dengan adanya temuan Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) 2022 yang menyebutkan sekitar 15 dari 100 remaja mengalami gangguan mental dalam 12 bulan terakhir, dan gangguan kecemasan menjadi salah satu kasus paling dominan. Sayangnya, sebagian besar remaja tidak mendapatkan layanan psikologis yang memadai akibat stigma, keterbatasan akses, dan minimnya layanan konseling di sekolah.<sup>2</sup>

Tekanan perkembangan yang dialami generasi Z Indonesia juga memperparah situasi ini. Pada masa remaja akhir, terutama menjelang kelulusan SMA/MA, siswa dihadapkan pada keputusan besar tentang masa depan, baik pemilihan jurusan kuliah maupun pilihan bekerja. Kondisi tersebut kerap

---

<sup>1</sup> World Health Organization, *Report of the Sixth Meeting of the WHO Strategic and Technical Advisory Group of Experts for Maternal, Newborn, Child and Adolescent Health and Nutrition, 15–17 November 2022* (World Health Organization, 2023).

<sup>2</sup> I-NAMHS, “Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS)” 17 (2022): 302.

menimbulkan rasa cemas, khawatir, dan ketidakpastian yang tinggi, yang semakin relevan dengan konteks penelitian ini.

Perubahan sistem seleksi nasional (SBMPTN menjadi SNBT 2023) misalnya, telah memicu kecemasan luas di kalangan siswa kelas XII. Penelitian kuantitatif terhadap 156 siswa menunjukkan mayoritas mengalami kecemasan dalam kategori ringan hingga sedang menjelang ujian seleksi tersebut.<sup>3</sup> Tekanan akademik semacam ini nyata dirasakan oleh siswa, termasuk mereka yang bersekolah di madrasah aliyah negeri seperti MAN 2 Langsa.

Selain tekanan dari sekolah, perkembangan teknologi dan penggunaan media sosial juga menambah tantangan bagi remaja. Sebuah penelitian besar yang meninjau lebih dari 143 studi dengan sampel lebih dari satu juta remaja menemukan bahwa penggunaan media sosial berhubungan dengan meningkatnya masalah psikologis, terutama kecemasan.<sup>4</sup> Remaja yang terlalu sering menggunakan media sosial cenderung membandingkan diri dengan orang lain, merasa kurang percaya diri, dan menjadi lebih cemas terhadap pencapaian atau masa depan mereka. Hal ini juga diperkuat oleh Advisory dari U.S. Surgeon General tahun 2023 yang menegaskan bahwa penggunaan media sosial yang tidak terkendali berkaitan dengan masalah tidur, gangguan konsentrasi, dan kecemasan

---

<sup>3</sup> Rivany Azzahra Hidayat, Reni Nuryani, and Sri Wulan Lindasari, "Kecemasan Siswa SMA Terhadap Perubahan Seleksi SBMPTN Menjadi SNBT Tahun 2023," *Jurnal Keperawatan Jiwa* 11, no. 2 (2023): 305, <https://doi.org/10.26714/jkj.11.2.2023.305-314>.

<sup>4</sup> Office of the Surgeon General, "Social Media and Youth Mental Health: The U.S. Surgeon General's Advisory," *The U.S. Surgeon General's Advisory*, 2023, 25, <https://www.hhs.gov/surgeongeneral/priorities/youth-mental-health/social-media/index.html>.

pada remaja. Rekomendasi tersebut menekankan pentingnya peran sekolah dalam memberikan literasi digital dan intervensi preventif.<sup>5</sup>

Dalam psikologi perkembangan, kondisi krisis identitas sering menjadi pemicu utama munculnya gejala kecemasan. Menurut teori Erikson, remaja berada pada fase perkembangan identitas versus kebingungan peran. Ketidakmampuan menyelesaikan fase ini menimbulkan krisis identitas, yang ditandai dengan kebingungan, kurangnya arah hidup, dan ketidakpastian dalam mengambil keputusan. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa ketidakpastian identitas berhubungan dengan meningkatnya masalah psikologis, seperti kecemasan dan depresi. Remaja yang sedang mengalami krisis identitas biasanya lebih sulit mengendalikan emosi, merasa dirinya kurang berharga, dan sering khawatir berlebihan tentang masa depan.<sup>6</sup>

Penelitian terbaru menjelaskan bahwa krisis identitas bukan hanya bagian normal dari masa remaja, tetapi bisa menjadi masalah serius jika berlangsung terlalu lama. Remaja yang tidak mampu menemukan jati diri atau komitmen identitas yang jelas cenderung lebih sering mengalami kecemasan dibandingkan dengan remaja yang sudah memiliki identitas diri yang kuat dan stabil.<sup>7</sup>

Pada siswa kelas XII, krisis identitas sering muncul bersamaan dengan tekanan akademik. Ketika mereka ragu menentukan jurusan kuliah, bingung

---

<sup>5</sup> Rachel Potterton et al., "Identity Development and Social-Emotional Disorders During Adolescence and Emerging Adulthood: A Systematic Review and Meta-Analysis," *Journal of Youth and Adolescence* 51, no. 1 (2022): 16–29, <https://doi.org/10.1007/s10964-021-01536-7>.

<sup>6</sup> Susan Branje et al., "Dynamics of Identity Development in Adolescence: A Decade in Review," *Journal of Research on Adolescence* 31, no. 4 (2021): 908–27, <https://doi.org/10.1111/jora.12678>.

<sup>7</sup> Luisa Fassi et al., "Social Media Use and Internalizing Symptoms in Clinical and Community Adolescent Samples: A Systematic Review and Meta-Analysis.," *JAMA Pediatrics* 178, no. 8 (August 2024): 814–22, <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2024.2078>.

dengan masa depan, atau merasa tidak yakin dengan pilihan hidup, kondisi ini berpotensi memperburuk kecemasan yang sedang dialami. Dengan kata lain, krisis identitas dan kecemasan menjadi dua variabel yang saling berkaitan dan mempengaruhi satu sama lain. Di MAN 2 Langsa, fenomena ini relevan karena siswa kelas XII menghadapi ujian akhir madrasah, tuntutan nilai, hingga persiapan masuk perguruan tinggi. Sebagai madrasah negeri, lingkungan sekolah juga menambahkan faktor religius-sosial yang memengaruhi pembentukan identitas siswa. Kombinasi tuntutan akademik, religius, dan sosial sering kali membuat siswa mengalami kebingungan identitas yang lebih kompleks.

Meski demikian, penelitian di Indonesia mengenai hubungan antara krisis identitas dan kecemasan masih terbatas. Kebanyakan kajian hanya menyoroti kecemasan akademik atau faktor tunggal seperti efikasi diri, sementara studi yang secara khusus menguji pengaruh krisis identitas terhadap kecemasan siswa kelas XII di madrasah aliyah hampir belum ada. Celah penelitian ini menjadi penting karena remaja di madrasah aliyah memiliki karakteristik unik, yakni perpaduan antara kurikulum umum dan agama, serta tekanan lingkungan yang berbeda dibandingkan sekolah umum. Dengan demikian, penelitian pada konteks MAN 2 Langsa berpotensi memberikan gambaran baru tentang dinamika identitas dan kecemasan pada remaja Muslim di Aceh.

Dari segi lain, penelitian ini juga penting karena menggunakan pendekatan kuantitatif yang memungkinkan pengukuran pengaruh secara empiris. Melalui analisis regresi, dapat diketahui seberapa besar krisis identitas memengaruhi

tingkat kecemasan siswa. Hasil ini tidak hanya bersifat deskriptif, melainkan juga memberi bukti kuantitatif yang valid.

Penelitian internasional menunjukkan bahwa identitas diri yang jelas dan kuat berperan penting dalam menurunkan tingkat kecemasan pada remaja. Remaja yang memiliki arah hidup, tujuan, dan keyakinan yang tegas biasanya lebih tenang dalam menghadapi tekanan, baik dalam bidang akademik maupun sosial. Sebaliknya, remaja yang masih bingung mengenai jati dirinya atau belum memiliki komitmen identitas yang jelas cenderung mengalami perasaan cemas yang lebih tinggi.<sup>8</sup> Hal ini karena ketidakpastian dalam menentukan pilihan hidup membuat mereka rentan terhadap rasa khawatir, keraguan, dan tekanan emosional. Namun, sebagian besar penelitian yang menegaskan hubungan antara identitas diri dan kecemasan masih banyak dilakukan dalam konteks global atau di negara-negara barat.

Data empiris yang secara khusus membahas fenomena ini di Indonesia, terlebih lagi di Aceh, masih sangat terbatas. Padahal, Aceh memiliki karakteristik sosial, budaya, dan religius yang unik, yang dapat memengaruhi proses pembentukan identitas remaja. Sebagai ilustrasi, pertimbangkan madrasah aliyah (sekolah menengah atas Islam), di mana siswa diharuskan untuk mengintegrasikan keyakinan Islam secara kuat dalam kehidupan sehari-hari mereka di samping mencapai keunggulan akademis. Dengan demikian, dengan menawarkan gambaran empiris yang lebih akurat, karya ini berupaya untuk menutup kesenjangan tersebut. Selain itu, penelitian ini dimaksudkan untuk menambah

---

<sup>8</sup> Branje et al., "Dynamics of Identity Development in Adolescence: A Decade in Review."

pengetahuan tentang psikologi pendidikan Islam, khususnya berkaitan dengan dinamika psikologis remaja yang sedang melewati tahap perkembangan identitas yang krusial.

Penelitian ini sekaligus berimplikasi praktis bagi sekolah. Guru bimbingan konseling (BK) dapat memanfaatkan hasil penelitian untuk merancang program pendampingan identitas diri, konseling karier, maupun pelatihan manajemen stres bagi siswa kelas XII. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki urgensi ilmiah sekaligus praktis untuk memberikan kontribusi pada literatur psikologi pendidikan di Indonesia dan intervensi nyata

### **B. Identifikasi Masalah**

1. Fenomena krisis identitas pada remaja masih cukup tinggi. Banyak siswa di tingkat akhir madrasah aliyah yang belum mampu menentukan pilihan hidup, tujuan pendidikan, maupun arah karier secara mantap.
2. Kondisi ini membuat mereka rentan mengalami kebingungan dan ketidakpastian dalam mengambil keputusan.
3. Perubahan tuntutan akademik, persaingan masuk perguruan tinggi, serta tekanan sosial di era digital membuat sebagian siswa mudah merasa cemas, khawatir, dan tertekan.

### **C. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana gambaran krisis identitas pada remaja di MAN 2 Langsa?
2. Bagaimana gambaran tingkat kecemasan pada remaja di MAN 2 Langsa?
3. Bagaimana pengaruh krisis identitas terhadap tingkat kecemasan pada remaja di MAN 2 Langsa?

#### **D. Tujuan Penelitian**

1. Untuk melihat gambaran krisis identitas pada remaja di MAN 2 Langsa
2. Untuk melihat gambaran tingkat kecemasan pada remaja di MAN 2 Langsa
3. Untuk melihat pengaruh krisis identitas terhadap tingkat kecemasan pada remaja di MAN 2 Langsa

#### **E. Manfaat Penelitian**

Keunggulan penelitian ini, tergantung pada tujuan yang ingin dicapai, adalah:

1. Secara teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah literatur mengenai pengaruh krisis identitas terhadap tingkat kecemasan pada remaja SMA.

2. Secara praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan kepada mahasiswa untuk mengetahui bahwa pengaruh krisis identitas terhadap tingkat kecemasan pada remaja SMA.

3. Secara Teoretis

Menambah wawasan dalam bidang psikologi perkembangan, khususnya tentang hubungan antara identitas diri dan tingkat kecemasan pada remaja SMA.

## **F. Sistematika Pembahasan**

Peneliti akan membahas hasil penelitian dalam lima bagian, dan setiap bagian akan terkait satu sama lain satu sama lain. Sebelum memasuki halaman bab pertama akan dimulai dengan halaman sampul, halaman judul, halaman keaslian pernyataan skripsi, halaman persetujuan pembimbing, halaman persetujuan dewan penguji, kata pengantar, daftar isi, abstrak, daftar lampiran lainnya.

**BAB I** : Latar belakang masalah, perumusan, keunggulan penelitian, dan sistematika akan dibahas secara menyeluruh.

**BAB II** : Memuat tentang landasan teori yang relevan dengan judul skripsi.

**BAB III** : Dalam bab ini, peneliti akan membahas berbagai metode penelitian, dimana penelitian dilakukan, dan subjek yang terlibat. Peneliti juga akan membahas bagaimana data dikumpulkan dan definisi apa yang digunakan untuk menggambarkan konsep penelitian. Terakhir, peneliti akan melihat bagaimana data dinamis.

**BAB IV** : Berisi hasil penelitian apakah ada korelasi antara pengaruh krisis identitas terhadap aktualisasi diri pada remaja

**BAB V** : Bagian akhir dari skripsi ini berisi banyak informasi, termasuk daftar pustaka, lampiran, dan daftar riwayat hidup peneliti.

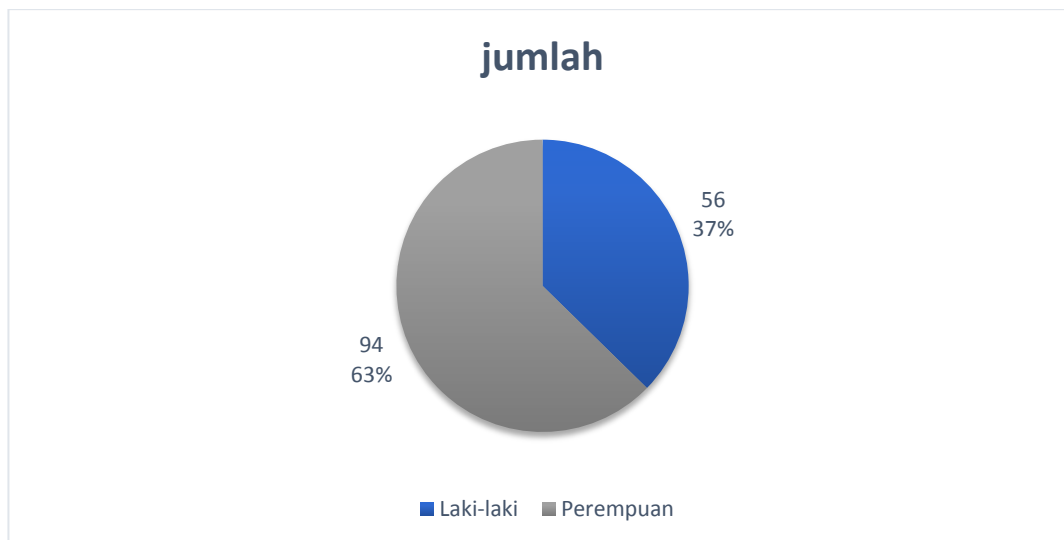
## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

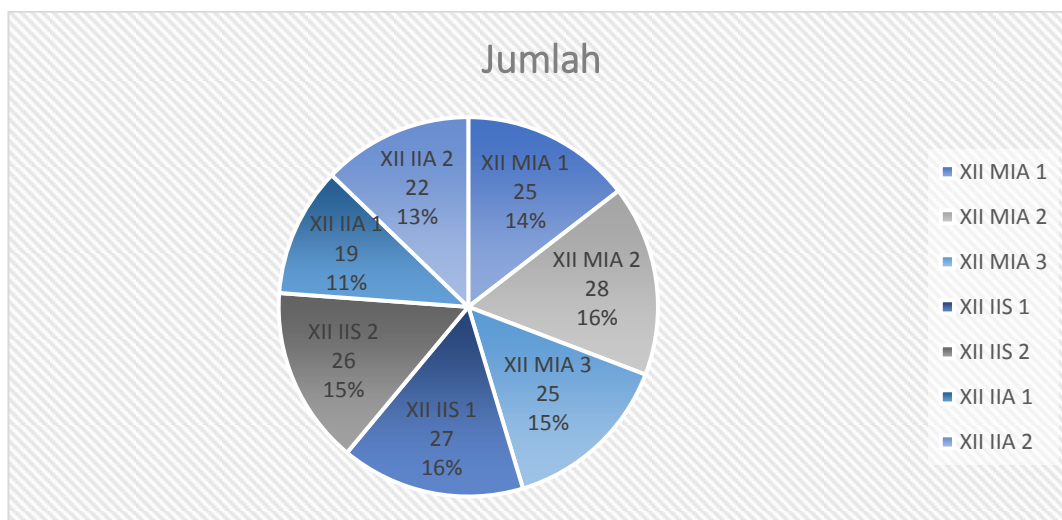
Bab ini akan membahas temuan penelitian tentang dampak krisis identitas terhadap tingkat kecemasan mahasiswa MAN 2 Langsa. Bersamaan dengan pembahasan temuan penelitian yang sesuai dengan tujuan dan isu studi, analisis data untuk menjawab pertanyaan penelitian tersebut akan dijelaskan. Tujuan analisis ini adalah untuk mengetahui seberapa besar krisis identitas memengaruhi tingkat kecemasan mahasiswa MAN 2 Langsa. Berdasarkan hasil pengolahan data dari analisis sebelumnya, pembahasan disusun.

#### **A. Karakteristik objek penelitian**

Objek dalam penelitian ini adalah siswa kelas XII di MAN 2 Langsa dengan jumlah populasi 172 responden dan sampel yang diambil sebanyak 150 responden. Penelitian ini menitikberatkan pada dua variabel utama, yaitu krisis identitas sebagai variabel bebas (X) dan tingkat kecemasan sebagai variabel terikat (Y). Adapun karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

**Gambar 4.1 Hasil Kuesioner Jenis Kelamin**

Berdasarkan gambar diatas diketahui bahwa dari total 150 responden yang terlibat, sebanyak 56 orang (37%) adalah berjenis kelamin laki-laki, sedangkan 94 orang (63,%) adalah berjenis kelamin perempuan. Data ini menunjukkan bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini adalah perempuan. Perbedaan jumlah ini dapat terjadi karena beberapa faktor, namun memang siswa perempuan lebih dominan dari pada laki laki. Jumlah responden perempuan lebih dominan karena memang jumlah populasi siswi di MAN 2 Langsa lebih besar dibandingkan siswa laki-laki. Saya menggunakan teknik random sampling sehingga sampel saya menyesuaikan dengan distribusi populasi. Selain itu, partisipasi siswi perempuan dalam penelitian juga lebih tinggi karena mereka cenderung lebih kooperatif dalam pengisian kuesioner.

**Gambar 4.2 Hasil Kuesioner Jumlah Kelas**

Berdasarkan gambar di atas dapat diketahui bahwa dari total keseluruhan 172 responden yang menjadi sampel penelitian, mayoritas berasal dari kelas XII MIA 1 terdapat 25 siswa (14%), XII MIA 2 terdapat 28 siswa (16%), XII MIA 3 terdapat 25 siswa (15%), XII IIS 1 terdapat 27 siswa (16%), XII IIS 2 terdapat 26 siswa (15%), XII IIA 1 terdapat 19 siswa (11%), XII IIA 2 terdapat 22 siswa (13%).

## B. Analisis data dan hasil penelitian

**Tabel 4.1 Hasil Analisis Deskriptif**

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
krisis identitas	150	60	98	75.21	6.222
tingkat kecemasan	150	27	55	45.15	5.987
Valid N (listwise)	150				

Berdasarkan hasil analisis deskriptif terhadap 150 responden diperoleh gambaran umum mengenai distribusi data variabel penelitian. Untuk variabel krisis identitas, nilai minimum yang diperoleh responden adalah 60, sedangkan nilai maksimum mencapai 98. Rata-rata (mean) skor krisis identitas adalah 75,21

dengan standar deviasi sebesar 6,222. Hal ini menunjukkan bahwa secara umum tingkat krisis identitas remaja berada pada kategori cukup tinggi, dengan sebaran data yang relatif homogen karena nilai standar deviasi tidak terlalu besar dibandingkan dengan rata-ratanya. Sementara itu, pada variabel tingkat kecemasan, diperoleh nilai minimum sebesar 27 dan nilai maksimum 55. Rata-rata skor kecemasan responden adalah 45,15 dengan standar deviasi 5,987. Data ini mengindikasikan bahwa sebagian besar remaja memiliki tingkat kecemasan pada kategori menengah ke atas. Sebaran data yang tidak terlalu lebar juga memperlihatkan bahwa tingkat kecemasan relatif konsisten pada kelompok responden penelitian. Secara umum, gambaran deskriptif ini memberikan indikasi awal bahwa remaja mengalami krisis identitas yang cukup nyata, yang sejalan dengan tingkat kecemasan yang juga cenderung tinggi. Temuan ini mendukung asumsi dasar penelitian bahwa krisis identitas dapat menjadi salah satu faktor yang berpengaruh terhadap kecemasan remaja. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa responden dalam penelitian ini memiliki pengaruh antara variabel independen (X) dan variabel dependen (Y).

### 1. Gambaran krisis identitas pada remaja

**Tabel 4.2 Hasil Persentase Variabel Krisis identitas (Eksplorasi dan Komitmen)**

<b>Kategori</b>	<b>Rentang skor</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Persentase</b>
Rendah	< 73	38	25,3%
Sedang	74-85	87	58,0%
Tinggi	> 85	25	16,7 %
<b>Total</b>	-	<b>150</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa sebagian besar remaja MAN 2 Langsa berada pada kategori sedang dalam krisis identitas, yaitu sebanyak

87 siswa (58,0%). Hal ini mengindikasikan bahwa mayoritas remaja masih berada pada tahap pencarian jati diri dengan tingkat eksplorasi dan komitmen yang relatif rata-rata. Proses ini wajar terjadi pada masa remaja akhir, ketika individu mulai dihadapkan pada tuntutan untuk membuat keputusan penting terkait pendidikan, karier, dan nilai-nilai pribadi.

Sementara itu, terdapat 25 siswa (16,7%) dalam kategori rendah, yang menunjukkan masih minimnya eksplorasi dan komitmen terhadap identitas. Kondisi ini dapat mencerminkan adanya keraguan, kebingungan, atau keterbatasan dukungan lingkungan dalam membentuk identitas diri yang lebih jelas. Jika tidak ditangani, kelompok ini berpotensi mengalami kesulitan dalam menentukan arah hidup dan mudah terpengaruh oleh tekanan sosial.

Adapun 25 siswa (16,7%) termasuk kategori tinggi, yang menandakan sebagian kecil remaja telah memiliki eksplorasi dan komitmen identitas yang kuat. Mereka cenderung sudah mampu mengintegrasikan nilai-nilai pribadi dengan keputusan hidup yang diambil, serta memiliki arah yang lebih jelas dalam pengembangan diri. Meskipun jumlahnya masih sedikit, kelompok ini dapat menjadi contoh positif bagi teman sebaya dalam menghadapi proses pembentukan identitas. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa sebagian besar remaja berada dalam tahap transisi identitas, di mana pencarian masih berlangsung namun belum banyak yang mencapai kestabilan identitas yang matang.

## 2. Gambaran tingkat kecemasan pada remaja

**Tabel 4.3 Hasil Persentase Variabel Tingkat kecemasan**

<b>Kategori</b>	<b>Rentang skor</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Persentase</b>
Sangat ringan	< 0 -14	8	5,3 %
Kecemasan Ringan	14 – 20	22	14,7 %
Kecemasan Sedang	21 – 27	64	42,7 %
Kecemasan Berat	28 – 41	41	27,3 %
Berat sekali ( panik)	> 42	15	10,0 %
<b>Total</b>		<b>150</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel distribusi persentase tingkat kecemasan, dapat dilihat bahwa mayoritas responden berada pada kategori sedang yaitu sebanyak 64 siswa (42,7%). Hal ini menggambarkan bahwa sebagian besar remaja MAN 2 Langsa mengalami kecemasan pada tingkat menengah, yang masih wajar dialami pada masa remaja, terutama karena tuntutan akademik, tekanan sosial, maupun faktor internal diri. Sebanyak 41 siswa (27,3%) berada pada kategori tinggi, yang menunjukkan adanya kelompok remaja dengan kecemasan cukup serius sehingga perlu mendapatkan perhatian lebih. Sementara itu, 22 siswa (14,7%) berada pada kategori rendah, 15 siswa (10,0%) berada pada kategori sangat tinggi, dan hanya 8 siswa (5,3%) yang berada pada kategori sangat rendah. Hasil ini menegaskan bahwa kecemasan merupakan kondisi yang cukup dominan dialami remaja MAN 2 Langsa, dengan mayoritas responden berada pada kategori sedang hingga tinggi. Temuan ini juga selaras dengan gambaran krisis identitas yang sebelumnya ditunjukkan, di mana semakin besar kebingungan identitas yang dialami remaja, semakin besar pula kemungkinan mereka mengalami kecemasan.

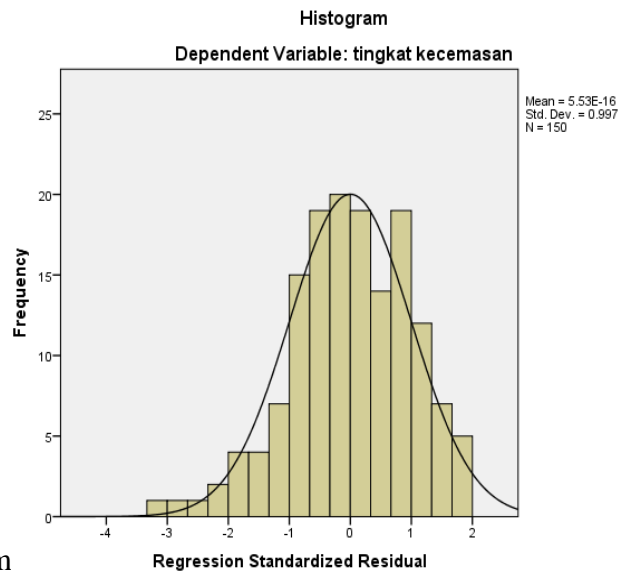
## C. Uji Asumsi Klasik

### 1. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data yang digunakan dalam mengikuti distribusi normal atau tidak. Hal ini penting karena distribusi normal merupakan salah satu asumsi dasar dalam analisis statistik parametrik. Banyak metode analisis statistik yang mensyaratkan data harus berdistribusi normal agar hasil analisis yang diperoleh valid dan akurat. Setelah memastikan normalitas data, kita dapat melanjutkan ke tahap analisis berikutnya dengan keyakinan bahwa asumsi dasar telah terpenuhi, sehingga interpretasi hasil penelitian menjadi lebih tepat dan ilmiah.

Pada uji normalitas biasanya akan terdapat tiga hasil utama yang dievaluasi untuk memastikan bahwa distribusi data normal, yaitu: Histogram, P-Plot Normal Probability Plot, dan uji statistik Kolmogorov-Smirnov. Histogram memberikan gambaran visual bentuk distribusi data apakah menyerupai kurva lonceng simetris khas distribusi normal. P-Plot menunjukkan kesesuaian data terhadap distribusi normal melalui pola titik yang berdekatan dengan garis diagonal. Sedangkan uji Kolmogorov-Smirnov memberikan bukti statistik berupa nilai signifikansi (p-value) untuk menguji hipotesis bahwa data berdistribusi normal secara kuantitatif.

**Gambar 4.3 Hasil Uji Histogram**

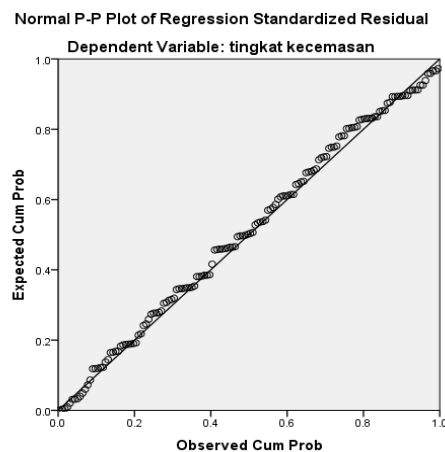


❖ Histogram

Histogram digunakan untuk melihat pola distribusi data secara visual. Data dikatakan berdistribusi normal jika bentuk histogram menyerupai lonceng (bell-shaped curve) yang simetris, tidak condong ke kiri atau ke kanan. Hasil histogram diatas menunjukkan bahwa data mengikuti distribusi normal.

❖ P-Plot

**Gambar 4.4 Uji Normalitas Grafik P-Plot**



Pada grafik P-Plot diatas, titik-titik data mengikuti garis diagonal dengan baik. Hal ini menandakan bahwa data variabel yang digunakan dalam penelitian ini berdistribusi normal.

#### ❖ Kolmogorov-Smirnov

Uji statistik non-parametrik yang disebut uji Kolmogorov-Smirnov digunakan untuk memastikan apakah sampel data berasal dari populasi dengan distribusi tertentu, biasanya distribusi normal. Uji ini membandingkan distribusi kumulatif teoritis yang diharapkan (seperti distribusi normal standar) dengan fungsi distribusi kumulatif (CDF) dari data yang sedang diperiksa. Pada dasarnya, uji ini menilai sejauh mana distribusi data sampel berbeda dari distribusi teoritis untuk menentukan apakah data tersebut normal.

Dalam uji Kolmogorov-Smirnov terdapat nilai signifikansi (p-value) yang digunakan untuk mengambil keputusan:

- Jika nilai signifikansi  $\geq 0,05$ , maka data dianggap berdistribusi normal (tidak ada perbedaan signifikan antara data dan distribusi normal).
- Jika nilai signifikansi  $< 0,05$ , maka data dianggap tidak normal (terdapat perbedaan signifikan dengan distribusi normal)

**Tabel 4.4 One-Sample Kolmogrov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		150
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	5.14833927
Most Extreme Differences	Absolute	.049
	Positive	.034
	Negative	-.049
Test Statistic		.049
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>

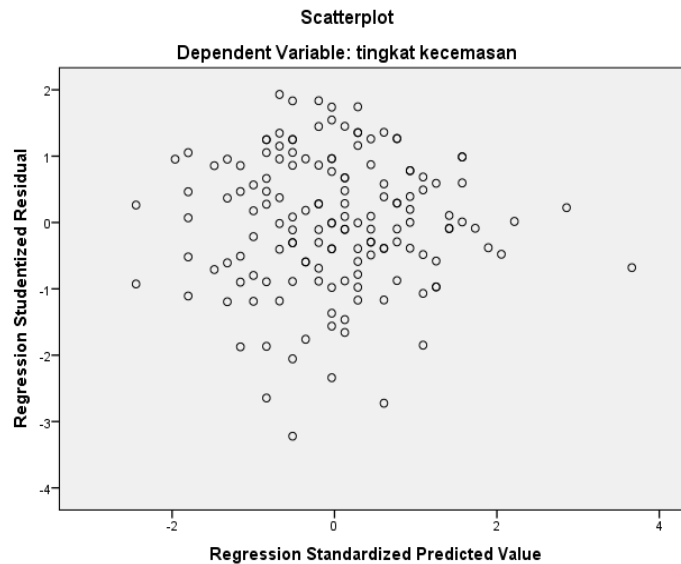
Hasil uji Kolmogorov-Smirnov diatas memiliki nilai signifikansi  $0,200 \geq 0,05$  menunjukkan bahwa data berdistribusi normal.

a. Uji Heteroskedastistas

Tujuan dari uji heteroskedastisitas adalah untuk menentukan apakah varians residual atau kesalahan model regresi konsisten di seluruh observasi. Estimasi regresi yang bias dan tidak efisien mungkin disebabkan oleh heteroskedastisitas, yang terjadi ketika varians residual tidak konstan. Memeriksa scatterplot antara residual dan prediksi adalah metode yang berguna untuk mengidentifikasi heteroskedastisitas. Heteroskedastisitas tidak ada jika titik-titik terdistribusi secara seragam dan tidak mengikuti pola tertentu.

Peta tersebut menunjukkan bahwa titik-titik tersebar secara seragam dan tidak terkonsentrasi atau berkelompok di wilayah tertentu. Ini menunjukkan bahwa model tidak menunjukkan heteroskedastisitas, mempertahankan varians residual yang konstan dan validitas model regresi.

**Gambar 4.5 Uji Heteroskedstisitas**



Dari plot yang ditampilkan, titik-titik menyebar secara merata dan tidak terpusat atau menumpuk di area tertentu. Ini mengindikasikan bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas dalam model, sehingga varians residual konstan dan validitas model regresi dapat dipertahankan.

#### **D. Hasil Uji Hipotesis Penelitian**

Uji hipotesis dilakukan untuk menentukan apakah hipotesis yang diajukan dalam penelitian, baik hipotesis nol ( $H_0$ ) maupun hipotesis alternatif ( $H_1$ ), diterima atau ditolak berdasarkan data yang diperoleh. Tujuan uji hipotesis adalah untuk menguji kebenaran dugaan sementara terhadap suatu populasi dengan menggunakan data yang diambil dari sampel penelitian. Melalui uji ini, peneliti dapat menentukan ada atau tidaknya pengaruh maupun hubungan antarvariabel yang diteliti, sekaligus meminimalkan kemungkinan terjadinya kesalahan dalam

pengambilan keputusan dengan memanfaatkan pendekatan statistik yang tepat.

### 1. Hasil uji regresi linear Sederhana

**Tabel 4.5 Hasil Uji Regresi linear Sederhana**

Model		Coefficients <sup>a</sup>				
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	8.209	5.133		1.599	.112
	krisis identitas	.491	.068	.510	7.221	.000

a. Dependent Variable: tingkat kecemasan

Dari hasil diatas, dapat dibentuk Model Persamaan Regresi:

$$Y = 8.209(\alpha) + 0.491(X) + e$$

Interpretasi dari persamaan tersebut adalah sebagai berikut:

1. Nilai konstanta ( $\alpha = 8.209$ ) Jika variabel krisis identitas bernilai 0, maka tingkat kecemasan remaja diprediksi sebesar 8.209. Nilai konstanta ini menggambarkan tingkat kecemasan dasar yang tetap ada meskipun krisis identitas tidak dialami.
2. Koefisien regresi ( $b = 0,491$ ) menunjukkan setiap peningkatan 1 unit pada krisis identitas akan meningkatkan tingkat kecemasan remaja sebesar 0.491 poin, dengan asumsi variabel lain konstan. Koefisien positif ini menunjukkan bahwa krisis identitas memiliki pengaruh searah terhadap tingkat kecemasan: semakin tinggi krisis identitas, maka semakin tinggi pula tingkat kecemasan yang dirasakan.
3. Nilai signifikansi ( $\text{Sig} = 0,000 < 0,05$ ) menunjukkan hal ini menunjukkan bahwa krisis identitas berpengaruh signifikan terhadap tingkat kecemasan.

Dengan demikian, hipotesis yang menyatakan adanya pengaruh krisis identitas terhadap tingkat kecemasan diterima.

Hasil analisis regresi mengindikasikan bahwa krisis identitas merupakan prediktor yang signifikan terhadap tingkat kecemasan pada remaja MAN 2 Langsa. Model regresi yang diperoleh mengindikasikan bahwa semakin besar krisis identitas yang dialami remaja, semakin tinggi pula tingkat kecemasan yang mereka rasakan. Hasil ini konsisten dengan teori perkembangan psikososial Erikson, yang menyatakan bahwa masa remaja adalah periode penting dalam perkembangan identitas seseorang dan bahwa, jika terjadi krisis identitas, hal itu dapat menyebabkan kecemasan.

## 2. Koefisien determinasi (R square)

**Tabel 4.6 Hasil Koefisien determinasi (R square)**

Model Summary <sup>b</sup>					
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.510 <sup>a</sup>	.261	.256	5.166	1.865

a. Predictors: (Constant), krisis identitas

b. Dependent Variable: tingkat kecemasan

Berdasarkan hasil analisis regresi sederhana, diperoleh nilai koefisien korelasi ( $R = 0,510$ ). Angka ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang cukup kuat dan positif antara krisis identitas dengan tingkat kecemasan remaja. Dengan kata lain, semakin tinggi krisis identitas yang dialami remaja, maka semakin tinggi pula tingkat kecemasan yang mereka rasakan. Selanjutnya, nilai koefisien determinasi ( $R \text{ Square} = 0,261$ ) berarti bahwa sebesar 26,1% variasi

tingkat kecemasan dapat dijelaskan oleh krisis identitas. Sementara sisanya, yaitu 73,9%, dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini, seperti kondisi keluarga, lingkungan sekolah, tekanan akademik, maupun faktor kepribadian masing-masing remaja. Nilai Adjusted R Square = 0,256 menunjukkan bahwa model regresi yang digunakan cukup stabil dalam menjelaskan pengaruh krisis identitas terhadap kecemasan. Sedangkan nilai Durbin-Watson = 1,865 yang mendekati angka 2 mengindikasikan bahwa tidak ada masalah autokorelasi pada model ini, sehingga model dapat dikatakan layak digunakan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa krisis identitas memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kecemasan pada remaja MAN 2 Langsa. Artinya, ketika remaja mengalami krisis identitas yang lebih tinggi, mereka juga cenderung merasakan kecemasan yang lebih besar.

### 3. Hasil uji F

Tujuan dari uji F adalah untuk mengetahui apakah faktor-faktor independen secara bersama-sama memengaruhi variabel dependen.  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima jika nilai F yang dihitung  $> F$  tabel atau  $\text{sig} < \alpha$ , dan  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima jika nilai F yang dihitung  $< F$  tabel atau  $\text{sig} > \alpha$ .

**Tabel 4.7 Hasil Uji F**

ANOVA <sup>a</sup>						
Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	4360.969	1	4360.969	32.524	.000 <sup>b</sup>
	Residual	19844.524	148	134.085		
	Total	24205.493	149			
a. Dependent Variable: kecemasan						
b. Predictors: (Constant), krisis idnetitas						

Berdasarkan hasil uji ANOVA, diperoleh nilai  $F = 32,524$  dengan signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa model regresi yang digunakan layak (fit) untuk menjelaskan pengaruh krisis identitas terhadap tingkat kecemasan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara krisis identitas terhadap kecemasan siswa MAN 2 Langsa.

#### 4. Hasil uji t

Dampak (parsial) setiap variabel independen terhadap variabel dependen diperiksa menggunakan uji t ini.  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima jika nilai t yang dihitung  $> t$  tabel atau  $\text{sig} > \alpha$ . Selain itu,  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima jika nilai t yang dihitung  $< t$  tabel atau  $\text{sig} > \alpha$ .

**Tabel 4.8 Hasil Uji t**

		Coefficients <sup>a</sup>				
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
Model	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	8.209	5.133		1.599	.112
	krisis idnetitas	.491	.068	.510	7.221	.000

a. Dependent Variable: kecemasan

Berdasarkan tabel coefficients, diperoleh nilai t hitung sebesar 7,221 dengan nilai signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ) pada variabel krisis identitas terhadap tingkat kecemasan. Hal ini menunjukkan bahwa krisis identitas berpengaruh secara signifikan terhadap tingkat kecemasan pada remaja MAN 2 Langsa. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang menyatakan bahwa diterima. Koefisien regresi unstandardized b sebesar 0,491 mengindikasikan bahwa setiap peningkatan 1 unit pada krisis identitas akan meningkatkan skor kecemasan sebesar 0,491. Sementara itu, nilai standardized beta ( $\beta$ ) sebesar 0,510

menunjukkan bahwa pengaruh krisis identitas terhadap tingkat kecemasan cukup kuat. Dengan hasil tersebut, dapat ditegaskan bahwa krisis identitas memiliki kontribusi signifikan terhadap munculnya kecemasan pada remaja. Artinya, semakin tinggi tingkat krisis identitas yang dialami, semakin tinggi pula kecemasan yang dirasakan. Temuan ini selaras dengan teori Erikson tentang perkembangan psikososial, yang menyatakan bahwa kegagalan remaja dalam membentuk identitas diri akan memicu kebingungan peran (*role confusion*) yang pada akhirnya menimbulkan kecemasan psikologis.

## **E. Pembahasan**

### **1. Gambaran Krisis Identitas Pada Siswa Man 2 Langsa**

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, diperoleh bahwa skor rata-rata krisis identitas pada remaja MAN 2 Langsa adalah 75,21 dengan standar deviasi 6,22. Skor minimum yang diperoleh responden adalah 60, sedangkan skor maksimum mencapai 98. Jika dikategorikan menggunakan standar deviasi, maka sebagian besar remaja berada pada kategori sedang hingga tinggi, bahkan terdapat sejumlah kecil yang mencapai kategori sangat tinggi.

Temuan ini menunjukkan bahwa remaja MAN 2 Langsa masih berada dalam tahap pencarian jati diri yang cukup intens. Sebagaimana dikemukakan Erikson (1968), masa remaja merupakan fase krisis identitas (*identity versus role confusion*) yang ditandai dengan upaya individu untuk menemukan konsistensi

diri, arah hidup, serta penegasan peran sosial.<sup>61</sup> Kondisi krisis identitas pada siswa MAN 2 Langsa terlihat dari kecenderungan mereka yang masih mengalami kebingungan dalam menentukan tujuan, memiliki keraguan dalam mengambil keputusan penting, serta adanya konflik dalam menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan sosial maupun akademik.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Marcia yang menjelaskan bahwa krisis identitas merupakan proses wajar pada masa remaja, di mana individu berusaha menyeimbangkan eksplorasi (mencoba berbagai pilihan) dengan komitmen (menentukan sikap akhir).<sup>62</sup> Apabila remaja tidak mampu melewati tahap ini dengan baik, maka mereka akan rentan mengalami kebingungan peran, rendahnya kepercayaan diri, hingga kecemasan dalam menghadapi masa depan.<sup>63</sup>

Selain itu, faktor eksternal juga berperan dalam membentuk gambaran krisis identitas. Lingkungan sekolah dengan tuntutan akademik yang tinggi, ekspektasi keluarga, serta pengaruh kelompok sebaya dapat memperkuat dinamika krisis identitas.<sup>64</sup> Hal ini sesuai dengan temuan penelitian Santrock yang menyatakan bahwa pembentukan identitas remaja sangat dipengaruhi oleh interaksi sosial dan tekanan lingkungan.<sup>65</sup> Oleh karena itu, kondisi remaja MAN 2 Langsa yang mayoritas berada pada kategori sedang hingga tinggi dalam krisis identitas menandakan bahwa mereka sedang menghadapi fase perkembangan

---

<sup>61</sup> Erik Homburger Erikson, "Identity Youth and Crisis, New York (WW Norton) 1968.," 1968.

<sup>62</sup> Marcia, "Identity in Adolescence."

<sup>63</sup> Samsunuwiyati Mar'at, "Desmita Psikologi Perkembangan," *Bandung: Remaja Rosdakarya*, 2009.

<sup>64</sup> A Dani Dimas Ramadhan et al., *Psikologis Agama Pada Remaja* (Penerbit: Kramantara JS, 2025).

<sup>65</sup> John W Santrock, *Adolescence: An Introduction* (Wm C Brown Publishers, 1987).

yang penuh tantangan, dan perlu mendapatkan dukungan baik dari sekolah maupun keluarga.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa gambaran krisis identitas pada remaja MAN 2 Langsa menunjukkan adanya dinamika yang cukup kuat, di mana sebagian besar siswa masih berproses dalam menemukan identitas diri yang utuh. Jika tidak dikelola dengan baik, kondisi ini berpotensi berdampak pada munculnya masalah psikologis lain, salah satunya adalah kecemasan yang lebih tinggi.

## **2. Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Siswa Man 2 Langsa**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pada remaja MAN 2 Langsa memiliki rata-rata skor sebesar 45,15 dengan standar deviasi 5,98. Skor minimum yang diperoleh adalah 27, sedangkan skor maksimum mencapai 55. Berdasarkan kategori Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS), sebagian besar remaja berada pada kategori kecemasan sedang hingga tinggi, yang menunjukkan bahwa kecemasan menjadi salah satu masalah psikologis yang cukup dominan pada kelompok usia ini. Temuan ini mengindikasikan bahwa remaja MAN 2 Langsa cenderung mengalami kecemasan dalam menghadapi tuntutan akademik, tekanan sosial, serta pencarian identitas diri. Menurut Hamilton, kecemasan merupakan reaksi emosional yang ditandai dengan gejala psikis (khawatir, tegang, takut) dan gejala somatik (gangguan tidur, jantung berdebar, sakit kepala).<sup>66</sup>

Dalam konteks remaja, kecemasan sering muncul akibat tuntutan untuk menyesuaikan diri dengan berbagai perubahan, baik biologis, psikologis, maupun

---

<sup>66</sup> Hamilton, "The Assessment of Anxiety States by Rating."

sosial. Penelitian nasional juga menunjukkan bahwa remaja merupakan kelompok yang paling rentan mengalami kecemasan. Misalnya, penelitian yang dilakukan oleh Eka menemukan bahwa tingkat kecemasan remaja sekolah menengah di Indonesia umumnya berada pada kategori kecemasan sedang hingga tinggi, terutama ketika menghadapi masalah akademik dan hubungan dengan teman sebaya.<sup>67</sup> Gunarsa menambahkan bahwa tekanan dari sekolah maupun keluarga seringkali menjadi sumber stres yang memperparah kecemasan pada remaja.<sup>68</sup>

Lebih lanjut, Santrock menekankan bahwa kecemasan pada remaja sering berkaitan erat dengan perkembangan identitas dan tugas perkembangan psikososial lainnya.<sup>69</sup> Kondisi ini diperkuat oleh penelitian Chorpita & Barlow yang menemukan bahwa kecemasan pada remaja dapat berhubungan dengan ketidakmampuan individu mengelola perubahan peran dan ekspektasi sosial.<sup>70</sup>

Dengan demikian, gambaran tingkat kecemasan pada remaja MAN 2 Langsa dapat dipahami sebagai bagian dari proses perkembangan psikososial yang wajar, namun tetap memerlukan perhatian agar tidak berkembang menjadi gangguan kecemasan yang lebih serius.

---

<sup>67</sup> Ekka Nur Maisaroh et al., "RELIGIUSITAS DAN KECEMASAN MENGHADAPI UJIAN NASIONAL ( UN ) RELIGIOSITY AND NATIONAL EXAMINATION ( UN ) ANXIETY AMONG STUDENTS," 2011, 78–88.

<sup>68</sup> Singgih D Gunarsa, *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja* (BPK Gunung Mulia, 2008).

<sup>69</sup> Santrock, *Adolescence: An Introduction*.

<sup>70</sup> Bruce F Chorpita and David H Barlow, "The Development of Anxiety: The Role of Control in the Early Environment," *The Neurotic Paradox, Vol 2*, 2018, 227–64.

### 3. Keterkaitan Krisis Identitas Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Siswa Man 2 Langsa

Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa tingkat kecemasan secara signifikan dipengaruhi oleh krisis identitas. Nilai t yang dihitung sebesar 7,221 dengan tingkat signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) mendukung hal ini. Peringkat kecemasan akan meningkat sebesar 0,491 untuk setiap peningkatan satu unit dalam krisis identitas, menurut koefisien regresi sebesar 0,491. Oleh karena itu, kecemasan remaja meningkat seiring dengan tingkat keparahan krisis identitas mereka.

Secara teoritis, temuan ini selaras dengan pandangan Erikson bahwa kegagalan remaja dalam menyelesaikan tugas perkembangan identitas akan memunculkan kebingungan peran dan ketidakpastian masa depan yang berdampak pada meningkatnya kecemasan.<sup>71</sup> Marcia juga menegaskan bahwa status identitas seperti *moratorium* dan *identity diffusion* sangat rentan menimbulkan ketidakstabilan emosional dan perasaan cemas.<sup>72</sup>

Dengan demikian, hasil penelitian ini menegaskan bahwa krisis identitas bukan hanya menjadi persoalan perkembangan psikososial, melainkan juga memiliki implikasi serius terhadap kesehatan mental remaja. Oleh karena itu, peran guru, konselor sekolah, serta keluarga sangat penting dalam memberikan bimbingan dan dukungan agar remaja dapat mengelola krisis identitas dengan baik, sehingga mampu menekan tingkat kecemasan yang muncul.

---

<sup>71</sup> Erikson, "Identity Youth and Crisis, New York (WW Norton) 1968."

<sup>72</sup> Marcia, "Development and Validation of Ego-Identity Status."

Dalam konteks siswa MAN 2 Langsa, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa remaja yang mengalami krisis identitas cenderung memiliki tingkat kecemasan lebih tinggi dibandingkan dengan remaja yang mampu mengarahkan identitas dirinya secara jelas. Kondisi ini menggambarkan pentingnya pendampingan, baik dari pihak sekolah melalui layanan bimbingan konseling, maupun dari keluarga dan lingkungan sosial, agar siswa dapat mengelola krisis identitas secara lebih positif sehingga tidak berujung pada kecemasan yang berlebihan.

Dengan dapat disimpulkan bahwa krisis identitas memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap kecemasan siswa MAN 2 Langsa. Semakin tinggi krisis identitas yang dialami, maka semakin tinggi pula tingkat kecemasan yang dirasakan. Temuan ini menegaskan pentingnya perhatian pada aspek perkembangan identitas remaja sebagai salah satu strategi dalam menurunkan kecemasan dan meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. KESIMPULAN**

Berdasarkan temuan studi mengenai dampak krisis identitas terhadap tingkat kecemasan pada mahasiswa MAN 2 Langsa, dapat disimpulkan hal-hal berikut:

1. Gambaran Krisis Identitas Remaja MAN 2 Langsa memiliki tingkat krisis identitas pada kategori sedang hingga tinggi, dengan rata-rata skor 75,21. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja masih berada dalam fase pencarian jati diri yang cukup kompleks, ditandai dengan adanya kebingungan peran, keraguan dalam pengambilan keputusan, serta kesulitan menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan.
2. Gambaran Tingkat Kecemasan Tingkat kecemasan pada remaja MAN 2 Langsa berada pada kategori kecemasan sedang hingga tinggi, dengan rata-rata skor 45,15. Hal ini mengindikasikan bahwa kecemasan menjadi salah satu masalah psikologis yang cukup dominan pada remaja, terutama yang berkaitan dengan tuntutan akademik, tekanan sosial, dan proses perkembangan identitas diri.
3. Pengaruh Krisis Identitas Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Remaja Hasil uji regresi menunjukkan bahwa krisis identitas berpengaruh signifikan terhadap tingkat kecemasan, dengan nilai  $t$  hitung = 7,221, signifikansi  $p = 0,000$ , dan koefisien regresi 0,491. Artinya, semakin tinggi krisis identitas yang dialami remaja, semakin tinggi pula tingkat

kecemasan yang mereka rasakan. Temuan ini menguatkan teori perkembangan Erikson serta hasil penelitian sebelumnya bahwa krisis identitas memiliki kontribusi penting terhadap munculnya kecemasan pada masa remaja.

## **B. Saran**

Berdasarkan temuan studi tersebut, peneliti memberikan rekomendasi berikut:

1. Bagi Sekolah (MAN 2 Langsa) Perlu memperkuat layanan bimbingan konseling, khususnya konseling perkembangan dan konseling kelompok, agar siswa dapat terbantu dalam mengelola krisis identitas serta mengurangi kecemasan. Program ekstrakurikuler juga dapat diarahkan untuk mendukung pembentukan identitas positif siswa.
2. Bagi Guru dan Wali Kelas Diharapkan mampu memberikan perhatian lebih pada perkembangan psikososial siswa, tidak hanya pada aspek akademik. Guru dapat menjadi pendamping yang membantu siswa dalam mengambil keputusan dan memberikan motivasi positif terkait masa depan mereka.
3. Bagi Orang Tua Perlu memberikan dukungan emosional, komunikasi yang baik, serta kepercayaan kepada anak dalam proses pencarian identitas. Pola asuh yang demokratis dan penuh kasih sayang akan membantu remaja membangun identitas yang sehat sehingga kecemasan dapat ditekan.
4. Bagi Siswa Diharapkan lebih aktif dalam mengeksplorasi potensi diri, mengikuti kegiatan positif, serta berani mengambil keputusan dengan

pertimbangan yang matang. Selain itu, siswa perlu belajar strategi coping yang adaptif untuk mengatasi tekanan dan kecemasan yang muncul.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya Dalam penelitian ini, hanya krisis identitas yang disorot sebagai faktor yang memengaruhi kecemasan. Untuk menyajikan gambaran yang lebih lengkap tentang faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan pada remaja, para peneliti di masa mendatang didorong untuk memasukkan variabel tambahan, seperti dukungan sosial, kecerdasan emosional, religiusitas, atau faktor kontekstual keluarga.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Association, American Psychiatric. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. American psychiatric association, 2013.

- Awang, Jellyan Alviani, Iky S P Prayitno, and Jacob Daan Engel. "Strategi Pendidikan Agama Kristen Bagi Remaja Dalam Membentuk Konsep Diri Guna Menghadapi Krisis Identitas Akibat Penggunaan Media Sosial." *KHARISMATA: Jurnal Teologi Pantekosta* 4, no. 1 (2021): 98–114.
- Azwar, Saifuddin. "Metode Penelitian, Pustaka Pelajar." *Yogyakarta: Pustaka Buku*, 2007.
- Bahri, Marlistiani, and Farid Imam Kholidin. "Terjebak Dalam Ketakutan: Kualitatif Tinjauan Sistematis Kecemasan Sosial Pada Kehidupan Remaja." *Al-Musyrif: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* 7, no. 1 (2024): 98–110.
- Balistreri, Elizabeth, Nancy A Busch-Rossnagel, and Kurt F Geisinger. "Development and Preliminary Validation of the Ego Identity Process Questionnaire." *Journal of Adolescence* 18, no. 2 (1995): 179–92.
- Branje, Susan, Elisabeth L. de Moor, Jenna Spitzer, and Andrik I. Becht. "Dynamics of Identity Development in Adolescence: A Decade in Review." *Journal of Research on Adolescence* 31, no. 4 (2021): 908–27. <https://doi.org/10.1111/jora.12678>.
- Chorpita, Bruce F, and David H Barlow. "The Development of Anxiety: The Role of Control in the Early Environment." *The Neurotic Paradox, Vol 2*, 2018, 227–64.
- Chrisnawati, Giatika, and Tutuk Aldino. "Aplikasi Pengukuran Tingkat Kecemasan Berdasarkan Skala Hars Berbasis Android" V, no. 2 (2019): 277–82. <https://doi.org/10.31294/jtk.v4i2>.
- Creswell, John W. *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative*. Vol. 7. Prentice Hall Upper Saddle River, NJ, 2002.
- Creswell, John W, and J David Creswell. "Research Design: Qualitative." *Quantitative, and Mixed Methods*, 2009.
- Djollong, Andi Fitriani, Rizal Firdaus, Darmayasa Darmayasa, Sitti Sapiah, Imas Masturoh, Salamah Thomasita Batubara, and Muhammad Shofi Mubarak. *Buku Ajar Pendidikan Karakter*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia, 2024.
- Dumar, Bergita, Sri Mulyani, Ida Wahyuni, and Mery Eka Yaya Fujianti. "Aplikasi Theory Middle Range 'The Health Promotion Model of Pender' Terhadap Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Pada Remaja Putri Di Masa Pubertas: Literature Riview." *Indonesian Health Science Journal* 5, no. 1 (2025): 20–33.
- Erikson, Erik H. *Identity Youth and Crisis*. WW Norton & company, 1968.
- Erikson, Erik Homburger. "Identity Youth and Crisis, New York (WW Norton)

1968.” 1968.

Fassi, Luisa, Kirsten Thomas, Douglas A Parry, Amelia Leyland-Craggs, Tamsin J Ford, and Amy Orben. “Social Media Use and Internalizing Symptoms in Clinical and Community Adolescent Samples: A Systematic Review and Meta-Analysis.” *JAMA Pediatrics* 178, no. 8 (August 2024): 814–22. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2024.2078>.

Gunarsa, Singgih D. *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*. BPK Gunung Mulia, 2008.

Hamilton, M A X. “The Assessment of Anxiety States by Rating.” *British Journal of Medical Psychology*, 1959.

Hidayah Nur, Huriati. “Krisis Identitas Diri Pada Remaja ‘Identity Crisis of Adolescents.’” *Sulesana Volume* 10 (2016): 49–62.

Hidayat, Aziz Alimul. *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia: Aplikasi Konsep Dan Proses Keperawatan*. Health Books Publishing, 2021.

Hidayat, Rivany Azzahra, Reni Nuryani, and Sri Wulan Lindasari. “Kecemasan Siswa SMA Terhadap Perubahan Seleksi SBMPTN Menjadi SNBT Tahun 2023.” *Jurnal Keperawatan Jiwa* 11, no. 2 (2023): 305. <https://doi.org/10.26714/jkj.11.2.2023.305-314>.

I-NAMHS. “Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS)” 17 (2022): 302.

Kamil, Haikal Hamdul, Siti Masrifah, Suci Triana, and Hidayani Syam. “Peran Konseling Islam Dalam Membantu Siswa Mengatasi Krisis Identitas Remaja Di Sekolah.” *Jurnal Multidisiplin Ilmu Akademik* 2, no. 1 (2025): 238–48.

Kroger, Jane, and James E Marcia. “The Identity Statures: Origins, Meanings, and Interpretations.” In *Handbook of Identity Theory and Research*, 31–53. Springer, 2011.

Kroger, Jane, Monica Martinussen, and James E Marcia. “Identity Status Change during Adolescence and Young Adulthood: A Meta-Analysis.” *Journal of Adolescence* 33, no. 5 (2010): 683–98.

Kuantitatif, Pendidikan Pendekatan. “Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D.” *Alfabeta, Bandung*, 2016.

Mahmud, Akilah. “Krisis Identitas Di Kalangan Generasi Z Dalam Perspektif Patologi Sosial Pada Era Media Sosial.” *Jurnal Ushuluddin: Media Dialog Pemikiran Islam* 26, no. 2 (2024).

Maisaroh, Ekka Nur, Fakultas Psikologi, Universitas Islam, and Sultan Agung.

“RELIGIUSITAS DAN KECEMASAN MENGHADAPI UJIAN NASIONAL ( UN ) RELIGIOSITY AND NATIONAL EXAMINATION ( UN ) ANXIETY AMONG STUDENTS,” 2011, 78–88.

Mar’at, Samsunuwiyati. “Desmita Psikologi Perkembangan.” *Bandung: Remaja Rosdakarya*, 2009.

Marcia, James E. “Development and Validation of Ego-Identity Status.” *Journal of Personality and Social Psychology* 3, no. 5 (1966): 551.

———. “Identity in Adolescence.” *Handbook of Adolescent Psychology* 9, no. 11 (1980): 159–87.

Mellani, Ni Luh Putri Kristina. “Gambaran Tingkat Kecemasan Anak Remaja Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Sma Negeri 8 Wilayah Kerja Puskesmas Iii Denpasar Utara Tahun 2021.” Poltekkes Kemenkes Denpasar, 2021.

Nevid, Jeffrey S, Jeanette Murad, Ratri Medya, Wisnu C Kristiaji, Beverly Greene, and Spencer A Rathus. *Psikologi Abnormal*. Erlangga, 2005.

Ngatini, Yustina. *Remaja Dan Pergumulannya Di Era Digital*. Penerbit P4I, 2025.

Office of the Surgeon General. “Social Media and Youth Mental Health: The U.S. Surgeon General’s Advisory.” *The U.S. Surgeon General’s Advisory*, 2023, 25. <https://www.hhs.gov/surgeongeneral/priorities/youth-mental-health/social-media/index.html>.

Organization, World Health. *Report of the Sixth Meeting of the WHO Strategic and Technical Advisory Group of Experts for Maternal, Newborn, Child and Adolescent Health and Nutrition, 15–17 November 2022*. World Health Organization, 2023.

Papalia, Diane E, and Gabriela Martorell. *Desenvolvimento Humano-14*. McGraw Hill Brasil, 2021.

Potterton, Rachel, Amelia Austin, Lauren Robinson, Hannah Webb, Karina L. Allen, and Ulrike Schmidt. “Identity Development and Social-Emotional Disorders During Adolescence and Emerging Adulthood: A Systematic Review and Meta-Analysis.” *Journal of Youth and Adolescence* 51, no. 1 (2022): 16–29. <https://doi.org/10.1007/s10964-021-01536-7>.

Putri, Adrika Febriany, and Irhamni Rahman. “Intervensi Sosial Remaja Dalam Meregulasi Emosi Dari Berperilaku Agresi Melalui Modifikasi Perilaku Dengan Teknik Perilaku Kognitif (CBT).” *Sosial Simbiosis: Jurnal Integrasi Ilmu Sosial Dan Politik* 1, no. 4 (2024): 110–21.

Ramadhan, A Dani Dimas, Ach Thorqur Rohim, Nabilatul Maulidiyah, Anisa

- Pratiwi, and Firman Firdausi. *Psikologis Agama Pada Remaja*. Penerbit: Kramantara JS, 2025.
- Ramadhani, Putri Sari. “Analisis Faktor Krisis Identitas Pada Remaja Di Kecamatan Ujung Kota Parepare.” IAIN Parepare, 2024.
- Rangkuti, Miftahul Nur Khairi, Najwa Nurhasyifa, Putri Nabila Nasution, and Sri Wahyuni. “Peranan Bimbingan Konseling Dalam Perkembangan Sosial Peserta Didik Di Sekolah Desa Timbang Lawan.” *PEMA* 5, no. 1 (2025): 183–94.
- Sadock, Benjamin J, and Virginia A Sadock. *Kaplan and Sadock’s Synopsis of Psychiatry*. New Delhi: Wolters Kluwer, 2007, 2007.
- Santrock, John W. *Adolescence: An Introduction*. Wm C Brown Publishers, 1987.
- Santrock, John W, Kirby Deater-Deckard, and Jennifer E Lansford. *Psicologia Dello Sviluppo*. McGraw Hill, 2021.
- Sherlina, Ananda Putri. “Tingkat Kecemasan Pada Remaja Dalam Menghadapi Masa Depan.” *Karimah Tauhid* 3, no. 1 (2024): 989–97.
- Sheskin, David J. *Handbook of Parametric and Nonparametric Statistical Procedures*. Chapman and hall/CRC, 2003.
- Spielberger, Charles D. “State-Trait Anxiety Inventory for Adults,” 1983.
- Stuart, Gail Wiscarz. *Principles and Practice of Psychiatric Nursing-E-Book: Principles and Practice of Psychiatric Nursing-E-Book*. Elsevier Health Sciences, 2012.
- Tarigan, Joy Maranatha. *Remaja Dan Masalahnya - Google Books*. Sukabumi: CV Jejak, 2022.
- Wingo, Joel L. “Book Review: IGen: Why Today’s Super-Connected Kids Are Growing up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy—and Completely Unprepared for Adulthood (and What That Means for the Rest of Us).” SAGE Publications Sage UK: London, England, 2019.

#### LAMPIRAN 1. Surat Keterangan Adopsi Instrumen

##### Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)