

## PREVALENS *SOCIAL ANXIETY DISORDER* PADA REMAJA DI SMA NEGERI 4 DENPASAR

Minako Kusumadewi<sup>1</sup>, Ni Ketut Putri Ariani<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana

<sup>2</sup>Bagian Psikiatri Fakultas Kedokteran Universitas Udayana - RSUP Sanglah

### ABSTRAK

*Social anxiety disorder* (SAD) merupakan salah satu gangguan psikiatri tersering di berbagai negara di dunia. Terlepas dari tingginya angka kejadian SAD, masih banyak kasus yang tidak terdeteksi dan tidak mendapatkan penanganan. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui prevalens SAD khususnya pada remaja di SMA Negeri 4 Denpasar agar dapat memberikan gambaran nyata terkait kejadian SAD di masyarakat. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasional deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*, dimana responden penelitian dipilih melalui *simple random sampling*. Penelitian dilakukan sewaktu pada bulan Juli 2016. Alat ukur SAD yang digunakan adalah kuesioner *social phobia inventory* (SPIN) dan variabel yang diteliti antara lain usia, jenis kelamin, dan tingkat keparahan. Hasil penelitian menemukan : (1) Prevalens SAD dari 43 responden di SMA Negeri 4 Denpasar adalah sebesar 23,3%, (2) SAD ditemukan setara pada kelompok usia 16 tahun dan 17 tahun (50%), (3) sebagian besar berjenis kelamin laki-laki (60%), (4) serta dengan tingkat keparahan ringan (18,6%). Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa prevalens SAD di SMA Negeri 4 Denpasar tergolong tinggi jika dibandingkan dengan beberapa literatur lain. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai dasar penelitian lebih lanjut untuk mengetahui prevalens SAD di populasi lainnya.

**Kata kunci :** prevalens, remaja, *social anxiety disorder*

---

### ABSTRACT

One of the most common psychiatry problem found all over the world is social anxiety disorder (SAD). Some studies already mentioned about the high incidence rate of SAD, but there are still so many cases undetected and often goes untreated. The aim of this study was to determine the prevalence of SAD specially in adolescent that goes to SMA Negeri 4 Denpasar, with hope to provide information about SAD in society. This study used descriptive-observational method with cross-sectional approach, and conducted by using questionnaire in form of social phobia inventory (SPIN). This study was done in July 2016. Respondents were chosen by simple random sampling and variables that are discussed in this study are age, gender, and level of severity. Based on this study : (1) Out of the 43 respondents, this study obtained prevalence of SAD in SMA Negeri 4 Denpasar is 23.3%, (2) SAD rate was found equal in 16 and 17 years old age group (50%), (3) mostly in male compared to female (60%), (4) and mostly with mild level of severity (18.6%). So, based on the result of this study the prevalence of SAD in SMA Negeri 4 Denpasar belong into high category compared to few other researches that are already existed. This result are hoped to be used as a base for further research related to the prevalence of SAD and other variable related to SAD.

**Keywords :** prevalence, adolescent, social anxiety disorder

## PENDAHULUAN

*Social anxiety disorder* (SAD) adalah kecemasan yang timbul saat situasi atau keadaan sosial tertentu tanpa adanya ancaman nyata pada situasi tersebut. Secara umum kecemasan merupakan hal yang normal, akan tetapi pada penderita SAD kecemasan terjadi secara berlebihan dan mempengaruhi fungsinya dalam kehidupan sehari-hari. Gangguan tersebut membawa konsekuensi negatif pada hubungan sosial dan performa di sekolah ataupun tempat kerja.<sup>1</sup>

Beberapa penelitian menyatakan bahwa SAD merupakan salah satu gangguan kecemasan yang paling sering terjadi. *Social anxiety disorder* merupakan gangguan tersering ketiga setelah depresi dan *generalized anxiety disorder* atau GAD dengan prevalens bervariasi antara 7% hingga 13%.<sup>1,2</sup> Sebanyak 10% hingga 20% kasus gangguan kecemasan yang ada di klinik kesehatan merupakan SAD.<sup>3</sup>

Gangguan ini umumnya muncul pada onset akhir masa anak-anak atau awal dari masa remaja, tapi dapat terjadi lebih lambat atau baru muncul setelah dipicu kejadian traumatis.<sup>4</sup> Berdasarkan data yang ada, dapat diperkirakan bahwa puncak dari munculnya SAD adalah pada awal masa remaja.<sup>5</sup> Tidak hanya memberi efek secara psikis, SAD pada remaja dapat mempengaruhi kemampuan dalam bidang akademis, terutama karena tuntutan untuk berbicara di depan publik dan model pembelajaran yang mengharuskan interaksi antar kelompok.<sup>6,7</sup>

Sebagian besar anak dengan kecemasan sosial memiliki prognosis baik untuk mengatasi kecemasannya sebelum mencapai usia dewasa. Kasus SAD yang tidak mendapat penanganan tepat dan sudah terjadi secara kronis akan lebih susah untuk ditangani.<sup>1</sup> Pencegahan dan penanganan dini sangat

penting, karena data menunjukkan bahwa SAD pada remaja yang tidak mendapatkan penanganan akan beresiko tinggi untuk memicu gangguan psikiatri lain ketika sudah beranjak dewasa.<sup>8</sup>

Dikarenakan perihal tersebut, maka penulis ingin meneliti dan membahas lebih lanjut terkait prevalens *social anxiety disorder* atau SAD pada remaja, terutama di Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 4 Denpasar.

## BAHAN DAN METODE

Metode penelitian ini menggunakan jenis penelitian observasional deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional* untuk mengetahui prevalens *social anxiety disorder* di SMA Negeri 4 Denpasar. Variabel yang diteliti dalam penelitian ini adalah: remaja, jenis kelamin, *social anxiety disorder* dan tingkat keparahan. Penelitian dilakukan sewaktu pada bulan Juli 2016 dan teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *simple random sampling* dengan estimasi besar sampel adalah sebanyak 43 orang.

Responden yang memenuhi syarat adalah responden yang telah mengisi lembar persetujuan/*informed consent*. Sedangkan responden dengan riwayat gangguan psikiatri, penyakit medis, penyalahgunaan obat-obatan dan tidak dapat menyelesaikan kuesioner dieksklusi dari penelitian ini. Instrumen dari penelitian ini adalah kuesioner

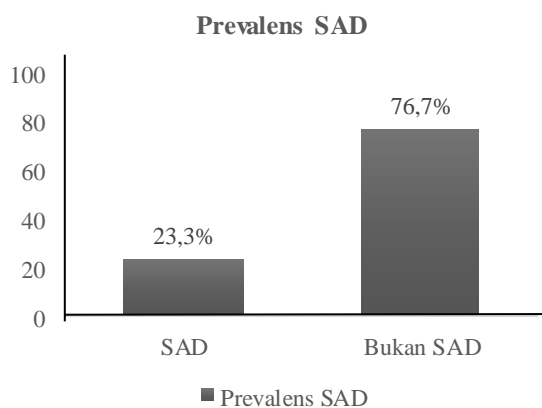
## HASIL

Penelitian dilakukan di SMA Negeri 4 Denpasar dengan jumlah responden sebanyak 43 orang. Sebagian besar responden berusia 16 tahun (46,5%) dan berjenis kelamin perempuan (51,2%). Karakteristik dari responden penelitian ini dapat dilihat pada **Tabel 1**.

karakteristik responden untuk mendapatkan data diri dan alat ukur berupa kuesioner *social phobia inventory* (SPIN) yang sebelumnya telah diuji validitas dan reliabilitasnya oleh peneliti.

Kuesioner *social phobia inventory* terdiri dari 17 item *self-report* yang mengevaluasi tiga aspek yaitu rasa takut, perilaku menghindar, dan kewaspadaan fisiologis. Responden dapat dinyatakan mengalami SAD jika total nilai pengisian diatas 20. Setelah dilakukan proses pengambilan data di SMA Negeri 4 Denpasar, data yang terkumpul diolah dan dianalisis menggunakan

Berdasarkan **Gambar 1.** dapat dilihat hasil pengisian kuisisioner dimana sebanyak 10 dari 43 siswa SMA Negeri 4 Denpasar (23,3%) tergolong mengalami *social anxiety disorder*.



**Gambar 1.** Prevalens *Social Anxiety Disorder* (SAD) di SMA Negeri 4 Denpasar

Berdasarkan **Tabel 2, 3, dan 4.** *social anxiety disorder* (SAD) ditemukan setara pada kelompok usia 16 tahun dan 17 tahun (50%), sebagian besar berjenis kelamin laki-laki (60%), serta rerata dari kasus SAD memiliki tingkat keparahan ringan (18,6%).

teknik komputerisasi dengan perangkat komputer. **Tabel 1.** Karakteristik Responden

	n (%)
<b>Usia</b>	
15 tahun	9 (20,9)
16 tahun	20 (46,5)
17 tahun	14 (32,6)
<b>Total</b>	<b>43 (100)</b>
<b>Jenis Kelamin</b>	
Laki-laki	21 (48,8)
Perempuan	22 (51,2)
<b>Total</b>	<b>43 (100)</b>

**Tabel 3.** *Social Anxiety Disorder* (SAD) Berdasarkan Tingkat Keparahan

Usia	SAD n(%)	Bukan SAD n(%)
15 tahun	0 (0)	9 (27,3)
16 tahun	5 (50)	15 (45,5)
17 tahun	5 (50)	9 (27,3)
<b>Total</b>	<b>10 (100)</b>	<b>33 (100)</b>

**Tabel 2.** *Social Anxiety Disorder* (SAD) Berdasarkan Usia

**Tabel 4.** *Social Anxiety Disorder* (SAD) Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	SAD n(%)	Bukan SAD n(%)
Laki-laki	6 (60)	15 (45,5)
Perempuan	4 (40)	18 (54,5)
<b>Total</b>	<b>10 (100)</b>	<b>33 (100)</b>

Tingkat Keparahan	n (%)
Normal	33 (76,7)
Ringan	8 (18,6)
Sedang	1 (2,3)
Berat	0 (0)
Sangat Berat	1 (2,3)
<b>Total</b>	<b>43 (100)</b>

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengisian kuisioner didapatkan dari 43 orang siswa SMA Negeri 4 Denpasar sebesar 23,3% tergolong sebagai SAD. Prevalens ini dapat digolongkan tinggi jika dibandingkan dengan penelitian yang telah dilakukan di India, yakni didapatkan prevalens SAD sebesar 10,3% pada anak usia sekolah 14 – 17 tahun.<sup>3</sup> Prevalens SAD di SMA Negeri 4 Denpasar juga dapat digolongkan tinggi jika dibandingkan dengan penelitian lain yang dilakukan di Iran dimana didapatkan prevalens SAD pada anak SMA di kota Abhar adalah sebesar 17,2%.<sup>8</sup>

Perbedaan prevalens SAD dapat diakibatkan oleh beberapa hal, antara lain karena perbedaan kuisioner dan alat ukur yang digunakan. Penyebab lain yang mungkin menyebabkan perbedaan prevalens SAD adalah adanya perbedaan sosial-kultural pada setiap populasi.<sup>8</sup> Status ekonomi dan pendidikan orang tua juga disebutkan menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya SAD.<sup>3</sup>

Mengetahui prevalens SAD ini sangat penting karena SAD dapat menyebabkan permasalahan dan efek negatif pada kehidupan sosial, edukasi, dan pekerjaan, serta sangat mempengaruhi kualitas hidup dari orang tersebut.<sup>8</sup> Mengingat bahwa SAD merupakan <https://ojs.unud.ac.id/index.php/eum>

salah satu kelainan psikiatri yang banyak terjadi akan tetapi sering kali tidak terdeteksi dan tidak tertangani karena kebanyakan orang tidak mencari penanganan awal.<sup>9</sup>

Dilihat dari persebaran SAD di SMA Negeri 4 berdasarkan kelompok usia, SAD paling banyak terdeteksi pada kelompok usia 16 dan 17 tahun dengan presentase masing-masing sebesar 50%. Hasil penelitian menunjukkan prevalens SAD menurut kelompok usia setara antara kelompok usia 16 tahun dan 17 tahun, sedangkan SAD tidak terdeteksi pada kelompok usia 15 tahun. Hal ini sedikit berbeda jika dibandingkan dengan penelitian di India yang menemukan bahwa prevalens SAD tinggi pada kelompok usia pertengahan remaja yaitu 15 tahun.<sup>3</sup> Prevalens SAD tertinggi ditemukan pada kelompok usia 15 hingga 17 tahun jika dibandingkan dengan kelompok usia lainnya.<sup>4</sup>

*Social anxiety disorder* (SAD) pada umumnya muncul di awal masa remaja atau akhir masa anak-anak.<sup>4</sup> Perubahan fisik, lingkungan sosial, dan perubahan psikologis yang terjadi dijelaskan sebagai salah satu faktor yang mendasari terjadinya SAD pada remaja.<sup>10</sup> Gangguan SAD terjadi sebagai akibat jangka panjang dari ketidakcocokan dengan lingkungan, pengalaman di-bully, ditolak, dan diabaikan oleh lingkungan sekitar. Ketika anak gagal menyesuaikan dirinya dengan keluarga, teman, atau lingkungan sosial lainnya akan memicu terjadinya SAD.<sup>3</sup>

Hasil analisis data penelitian menunjukkan sebagian besar responden yang dideteksi mengalami SAD merupakan laki-laki (60%). Hal ini tidak sejalan dengan penelitian lainnya dimana dinyatakan kasus SAD lebih sering terjadi pada perempuan.<sup>3,9</sup> Perbedaan prevalens antara laki-laki dan perempuan dinyatakan tidak berbeda secara signifikan pada beberapa penelitian, oleh karena itu jenis

kelamin dinyatakan tidak mempengaruhi prevalens dari SAD.<sup>11</sup> Perbedaan tersebut belum dapat diketahui penyebabnya, tetapi diduga karena adanya pengaruh hormonal dan perbedaan ekspektasi dalam lingkungan sosial.<sup>4</sup>

Berdasarkan tingkat keparahan, hasil penelitian menunjukkan dari 23,3% siswa yang mengalami SAD sebagian besar tergolong dalam kategori ringan (18,6%). Semakin muda onset munculnya SAD maka gejala yang muncul akan semakin luas dan diikuti ketakutan dalam berinteraksi.<sup>4</sup>

Onset usia yang lebih muda dikaitkan dengan depresi, penyalahgunaan obat dan konsumsi alkohol, kecenderungan untuk bunuh diri, kecenderungan untuk hospitalisasi medis ataupun psikiatri, serta dikaitkan dengan kegagalan fungsi sosial.<sup>9</sup> Oleh karena itu, deteksi dini SAD sangat penting untuk dilakukan karena kasus kecemasan pada anak susah terdiagnosis, sehingga dengan mengetahui lebih awal adanya SAD penanganan dapat diberikan dan prognosis menjadi lebih baik.<sup>7</sup>

## SIMPULAN

Prevalens *Social Anxiety Disorder* (SAD) pada siswa dan siswi usia 15 hingga 17 tahun di SMA Negeri 4 Denpasar adalah 23,3%. SAD ditemukan terbanyak pada jenis kelamin laki-laki dan persebarannya setara antara kelompok usia 16 dan 17 tahun, dengan rerata tingkat keparahan ringan.

**DAFTAR PUSTAKA**

1. National Institute for Health and Care Excellence (NICE). Social Anxiety Disorder : Recognition, Assesment, and Treatment. 2013. Diakses pada tanggal 15 Oktober 2015. Diunduh dari: [www.guidance.nice.org.uk/cg159](http://www.guidance.nice.org.uk/cg159)
2. Topham, P., Russel, G. Social Anxiety in Higher Education. *The Psychologist*. 2012; 25(4):280-282.
3. Chhabra, V., Bhatia, M., Gupta, S., Kumar, P., Srivastava, S. Prevalence of Social Phobia in School-going Adolescent in an Urban Area. *Delhi Journal of Psychiatry*. 2009; 12( 1):18-22.
4. Cenderlund, R. Social Anxiety Disorder in Children and Adolescents: Assesment, Maintaining Factors, and Treatment. Sweden: Stockholm University. 2013. Diakses pada tanggal 15 Oktober 2015. Diunduh dari: [www.diva-portal.org/smash/get/diva2:650125/FULLTEXT01.pdf](http://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:650125/FULLTEXT01.pdf)
5. Tillfors, M., Carlbring., P. Treating University Students with Social Phobia and Public Speaking Fears: Internet Delivered Self Help with or without Live Group Exposure Session. *Depression and Anxiety*. 2008; 25(8):708-17.
6. Russel, G., Shaw., S. Study to Investigate Prevalence of Social Anxiety in Sample of Higher Education in UK. *Journal of Mental Health*. 2009; 18(3): 198-206.
7. Miller, L., Gold, S., Laye-Gindhu, A., Martinez, Y., Yu, C., Waechter, V.n Transporting a School Based Intervention for Social Anxiety in Canadian Adolescents. *Canadian Journal of Behavioral Science*. 2011; 43(4): 287-296.
8. Asgari, M., Amini, K., Sahbaie, F. Prevalence of Social Phobia Disorder in High School Students in Abhar City-Iran. *Journal of Fundamentals of Mental Health*. 2016; 18(1): 42-47.
9. Dalrymple, K., Zimmerman, M. Age of Onset of Social Anxiety Disorder in Depressed Outpatients. *J Anxiety Disorder*. 2011; 25(1): 131-137.
10. Oort, F., Greaves-Lord, K., Ormel, J., Verhulst, FC., Huizink, AC. Risk Indicators of Anxiety Throughout Adolescence: the TRAILS Study. *Depression and Anxiety*. 2011; 28(6):485-91.
11. McLean, C., Asnaani, A., Litz., B., Hofmann, S. Gender Differences in Anxiety Disorders: Prevalence, Course of Illness, Comorbidity, and Burden of Illness. *J Psychiatry Res*. 2011; 45(8): 1027-1035.