

KRISIS PSIKOSOSIAL PADA REMAJA: STUDI PERBANDINGAN SISWA KELAS X SMA AZ-ZAHRA PALEMBANG

Kerin Ari Chaniago¹, Latiffa Amanda Putri Nur², Dhieta Rizky Palupi Prameswari³,
Innaya Aulia Putri⁴, Wahdania⁵, Keisyah Nadya Zahroh⁶, Dwi Erma Nadhifa⁷,
Yusuf Hartono⁸, Khadijah Lubis⁹, Anisa Siti Nurjanah¹⁰
kerinarichaniago@gmail.com¹, latiffanur2@gmail.com², palupidhieta@gmail.com³,
innayaaulia48@gmail.com⁴, wahdaania16@gmail.com⁵, keisyahzahro@gmail.com⁶,
dwierma.nadhifa@gmail.com⁷, yhartono@unsri.ac.id⁸, khadijahlubis93@fkip.unsri.ac.id⁹,
anisa.sitinurjanah@fkip.unsri.ac.id¹⁰

Universitas Sriwijaya

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat dan perbedaan krisis psikososial di antara siswa kelas X di SMA Az-Zahra Palembang. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif komparatif, dengan melibatkan 38 siswa melalui teknik pengambilan sampel total sampling, yakni menjadikan seluruh populasi sebagai sampel penelitian. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner skala Guttman yang mencakup empat aspek, yaitu aspek individu dan psikologis, aspek keluarga, aspek akademik, serta aspek sosial dan relasional, yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Proses analisis data dilakukan dengan menggunakan statistik deskriptif serta uji Independent Samples t-test. Temuan dari penelitian ini menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,202 ($p > 0,05$), sehingga tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara siswa kelas X.1 dan X.3. Hasil ini menunjukkan bahwa krisis psikososial dialami oleh siswa dengan cara yang relatif sama. Oleh sebab itu, layanan bimbingan dan konseling harus diberikan secara menyeluruh kepada seluruh siswa.

Kata Kunci: Krisis Psikososial, Siswa, Remaja.

ABSTRACT

This study aims to analyze the level and differences of psychosocial crises among tenth-grade students at Az-Zahra High School, Palembang. The method used in this study is comparative quantitative, involving 38 students through a total sampling technique, namely making the entire population as a research sample. The instrument used is a Guttman scale questionnaire that covers four aspects, namely individual and psychological aspects, family aspects, academic aspects, and social and relational aspects, which have been tested for validity and reliability. The data analysis process was carried out using descriptive statistics and the Independent Samples t-test. The findings of this study showed a significance value of 0.202 ($p > 0.05$), so there was no significant difference between students in grades X.1 and X.3. These results indicate that psychosocial crises are experienced by students in a relatively similar way. Therefore, guidance and counseling services must be provided comprehensively to all students.

Keywords: Psychosocial Crisis, Students, Adolescents.

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah periode perkembangan yang ditandai oleh perubahan fisik, emosional, kognitif, dan sosial yang terjadi dengan cepat dan dinamis. Perubahan fisik, seperti tahap pubertas, sering kali memengaruhi cara seseorang melihat dirinya sendiri, termasuk persepsi tubuhnya dan keinginan untuk diterima oleh orang lain. Selain itu, kemajuan kognitif memungkinkan remaja untuk berpikir lebih kritis dan abstrak, meskipun mereka belum sepenuhnya matang secara emosional. Hal ini membuat mereka rentan terhadap kebingungan identitas, perubahan emosi yang tidak stabil, serta kesulitan dalam pengambilan keputusan.

Menurut Erik Erikson (1968), tahap remaja berada dalam konflik identitas vs. kebingungan peran, yaitu saat individu berusaha mengetahui siapa dirinya dan peran apa yang harus dijalani dalam masyarakat. Ketidakmampuan mengatasi krisis ini dapat mengakibatkan kebingungan identitas, rendahnya rasa percaya diri, serta tantangan dalam membangun hubungan sosial. Dengan demikian, krisis psikososial menjadi elemen penting dalam perkembangan remaja.

Selanjutnya, krisis psikososial dapat terjadi ketika seseorang menghadapi tekanan yang melebihi kemampuannya untuk mengatasi masalah. Gerald Caplan (1964) mengemukakan bahwa krisis muncul ketika seseorang tidak dapat menjaga keseimbangan mental akibat tekanan yang dialami, sehingga menimbulkan ketegangan emosional dan perilaku yang tidak adaptif. Pramesti dan Thohir (2025) menyatakan bahwa tantangan psikososial bagi remaja di zaman digital menjadi semakin rumit dan membutuhkan pendekatan konseling yang efisien agar remaja bisa tumbuh dengan baik.

Selain faktor internal, krisis psikososial juga dipengaruhi oleh faktor eksternal, khususnya lingkungan tempat individu tinggal. Urie Bronfenbrenner (1979) menjelaskan bahwa pertumbuhan individu dapat dipengaruhi oleh interaksi berbagai sistem lingkungan, mulai dari keluarga, sekolah, hingga masyarakat. Ketidakselarasan dalam hubungan di sistem tersebut, seperti konflik dalam keluarga, tekanan akademik, dan hubungan sosial yang bermasalah, dapat meningkatkan kemungkinan timbulnya krisis psikososial pada siswa.

Berdasarkan teori tersebut, krisis psikososial yang dialami siswa dapat dikategorikan ke dalam empat aspek utama, yaitu aspek pribadi dan psikologis, aspek keluarga, aspek pendidikan, serta aspek sosial dan hubungan. Keempat aspek tersebut saling berhubungan dan mencerminkan kompleksitas masalah yang dihadapi siswa dalam kehidupan sehari-hari. Ayuningrum dkk. (2025) menegaskan bahwa krisis identitas remaja di era digital semakin nyata dan berdampak pada kondisi psikososial mereka secara keseluruhan.

Namun, gejala krisis psikososial di kalangan siswa seringkali tidak terdeteksi secara sistematis di lingkungan sekolah, baik karena terbatasnya alat ukur maupun kurangnya kesadaran mengenai pentingnya deteksi dini. Banyak permasalahan yang muncul, seperti penurunan prestasi, pelanggaran peraturan, atau perubahan perilaku, sebenarnya mencerminkan adanya krisis psikososial yang lebih mendalam.

Oleh karena itu, pemahaman yang mendalam tentang kondisi psikososial siswa sangat penting sebagai dasar dalam merancang program bimbingan dan konseling yang efektif. Dengan identifikasi yang akurat, intervensi yang dilakukan dapat bersifat pencegahan maupun perbaikan, sehingga membantu siswa mengembangkan strategi coping yang beradaptasi dengan baik.

METODOLOGI

Studi ini memanfaatkan pendekatan kuantitatif melalui jenis penelitian komparatif. Sugiyono (2019) mengemukakan bahwa metode kuantitatif adalah suatu cara penelitian yang berpijak pada filosofi positivisme, digunakan untuk menyelidiki populasi atau sampel tertentu dengan mengumpulkan data menggunakan alat penelitian dan menganalisisnya dengan cara statistik. Penelitian komparatif sendiri merupakan penelitian yang bersifat membandingkan keberadaan satu variabel atau lebih pada dua atau lebih sampel yang berbeda atau pada waktu yang berbeda (Sugiyono, 2019).

Sejalan dengan pendapat tersebut, Creswell (2014) menyebutkan bahwa penelitian kuantitatif adalah pendekatan untuk menguji teori objektif melalui pengukuran variabel dan

analisis data menggunakan prosedur statistik. Lebih lanjut, Nazir (2014) menjelaskan bahwa penelitian komparatif adalah sejenis penelitian deskriptif yang ingin mencari jawaban secara mendasar tentang sebab akibat dengan menganalisis faktor-faktor penyebab terjadinya perbedaan antara dua kelompok atau lebih. Oleh karena itu, pendekatan kuantitatif komparatif dalam kajian ini dipilih untuk membandingkan tingkat krisis psikososial antara siswa kelas X.1 dan X.3 di SMA Az-Zahra Palembang.

Alat penelitian yang digunakan berupa kuesioner mengenai krisis psikososial yang dirancang berdasarkan penggabungan beberapa teori, yaitu teori perkembangan psikososial, teori krisis, dan teori ekologi perkembangan. Dari penggabungan teori tersebut, krisis psikososial dibagi menjadi empat aspek utama: aspek individu dan psikologis, aspek keluarga, aspek akademik, serta aspek sosial dan relasional. Setiap aspek dirinci menjadi indikator dan kemudian diorganisir menjadi item pernyataan dalam bentuk kuesioner.

Skala yang dipakai untuk pengukuran adalah skala Guttman dengan dua pilihan jawaban, yaitu "ya" dan "tidak". Penilaian dilakukan secara biner, di mana jawaban "ya" mendapatkan skor 1 dan jawaban "tidak" memperoleh skor 0. Nilai dari setiap item kemudian dijumlahkan untuk mendapatkan total nilai yang menggambarkan tingkat krisis psikososial siswa. Sebelum digunakan, alat penelitian diuji untuk validitas dan reliabilitasnya. Uji validitas dilaksanakan dengan teknik korelasi Product Moment, sedangkan uji reliabilitas dilakukan menggunakan koefisien Alpha Cronbach untuk menilai konsistensi internal alat tersebut.

Subjek pada penelitian ini adalah siswa kelas X di SMA Az-Zahra Palembang dengan jumlah responden sebanyak 38 siswa. Arikunto (2019) menjelaskan bahwa jika populasi kurang dari 100 orang, maka seluruh populasi akan dijadikan sampel untuk penelitian. Sejalan dengan itu, Sugiyono (2019) mengemukakan bahwa sampel jenuh, atau yang sering disebut total sampling, adalah metode pengambilan sampel di mana semua anggota populasi diikutsertakan, dan ini dilakukan ketika jumlah populasi relatif sedikit. Dengan demikian, metode pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah total sampling, yaitu dengan menjadikan seluruh populasi sebagai sampel.

Data dikumpulkan dengan cara menyebarkan kuesioner secara langsung kepada para siswa. Sugiyono (2019) menyatakan bahwa kuesioner adalah metode pengumpulan data yang melibatkan pemberian serangkaian pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab. Data yang berhasil dikumpulkan kemudian dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk memberikan gambaran tentang tingkat krisis psikososial siswa, serta dilakukan uji Independent Samples t-test untuk mengetahui adanya perbedaan di antara kelompok siswa. Menurut Sugiyono (2019), uji Independent Samples t-test digunakan untuk menguji perbedaan rata-rata dari dua kelompok data yang bersifat independen atau tidak saling berhubungan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan di SMA Az-Zahra Palembang, yang melibatkan dua kelas, yaitu X.1 dan X.3, dengan total 38 siswa, dengan 19 siswa per kelas. Pemilihan sampel dilakukan secara langsung berdasarkan kelas yang tersedia di lokasi penelitian. Peneliti menggunakan angket psikososial yang dibagikan kepada semua responden untuk melihat kondisi psikososial siswa. Angket ini dirancang untuk mengukur berbagai aspek kondisi psikososial siswa, seperti interaksi sosial, kondisi emosional, dan penyesuaian diri dengan lingkungan sekolah.

Untuk mengumpulkan data, angket dibagikan kepada siswa di setiap kelas. Kemudian,

siswa diminta untuk mengisi angket tentang situasi dan pengalaman yang mereka alami. Data yang dikumpulkan kemudian dianalisis untuk mengetahui tingkat dan karakteristik psikososial siswa di kedua kelas yang diteliti. Data tentang kondisi psikososial siswa di kelas X.1 dan X.3 dikumpulkan dari hasil angket psikososial yang disebarluaskan. Penemuan ini kemudian digunakan sebagai dasar untuk melakukan analisis lebih lanjut tentang perbedaan dan kecenderungan kondisi psikososial antar kelompok sampel.

Sebelum menyajikan hasil dari analisis data, sangat penting untuk mengingat bahwa penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, sampel yang diambil cenderung kecil, mencakup siswa dari dua kelas dengan total 38 peserta dari satu sekolah. Keterbatasan dalam jumlah dan variasi sampel ini mengakibatkan data yang diperoleh menjadi kurang beragam, yang dapat mempengaruhi kekuatan analisis statistik. Kedua, karena penelitian ini dilakukan di satu lembaga pendidikan, hasilnya tidak dapat digeneralisasikan untuk populasi yang lebih luas. Dengan demikian, hasil dari studi ini harus dipahami dengan hati-hati dengan mempertimbangkan batasan-batasan yang ada.

Untuk menganalisis perbedaan tingkat krisis psikososial antara siswa kelas X.1 dan X.3, data dianalisis menggunakan uji Independent Samples t-test. Menurut Sugiyono (2019), uji Independent Samples t-test digunakan untuk membandingkan rata-rata dari dua kelompok data yang terpisah, dengan tujuan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan signifikan antara keduanya. Proses pengolahan data dilakukan menggunakan program SPSS agar hasil analisis diperoleh dengan tepat dan objektif.

Berikut hasil psikososial siswa kelas X.1 dan X.3

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means
		F	Sig.	t
Hasil Psikososial	Equal variances assumed	.014	.907	1.300
	Equal variances not assumed			1.300

Independent Samples Test

		t-test for Equality of Means		
		df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference
Hasil Psikososial	Equal variances assumed	36	.202	2.632
	Equal variances not assumed	35.498	.202	2.632

Independent Samples Test

		t-test for Equality of Means		
		Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
			Lower	Upper
Hasil Psikososial	Equal variances assumed	2.025	-1.475	6.738
	Equal variances not assumed	2.025	-1.477	6.740

Berdasarkan analisis data yang dilakukan dengan uji Independent Samples t-test, ditemukan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,202. Nilai ini lebih tinggi dari 0,05, yang berarti tidak ada perbedaan signifikan dalam tingkat krisis psikososial antara kelompok siswa yang dianalisis. Di samping itu, mean difference yang sebesar 2,632 menunjukkan adanya perbedaan rata-rata antara kelompok, tetapi perbedaan ini tidak cukup berarti secara statistik untuk dianggap signifikan.

Temuan ini juga didukung oleh dua asumsi yang diuji, yaitu varians yang dianggap setara dan varians yang tidak dianggap setara, di mana keduanya memberikan nilai signifikansi yang sama, yaitu 0,202. Hal ini menunjukkan bahwa hasil analisis adalah konsisten dan tidak ada perbedaan signifikan di antara kelompok. Secara keseluruhan, temuan tersebut menunjukkan bahwa tingkat krisis psikososial siswa kelas X di SMA Az-Zahra Palembang relatif sama tanpa banyak perbedaan antara satu kelompok dan lainnya.

Hasil penelitian menunjukkan tidak adanya perbedaan signifikan pada tingkat krisis psikososial siswa. Hal ini dapat diartikan bahwa kebanyakan siswa mengalami kondisi psikososial yang serupa dalam aspek pribadi, keluarga, akademik, dan sosial. Terkait teori perkembangan psikososial, kondisi ini sejalan dengan pandangan Erikson yang mengatakan bahwa remaja berada pada tahap yang sama, yaitu pencarian identitas. Karena berada di fase yang identik, siswa cenderung menghadapi tantangan perkembangan yang serupa, sehingga tingkat krisis yang mereka alami pun tidak jauh berbeda.

Di samping itu, mengacu pada teori krisis Caplan, sebuah krisis terjadi ketika individu dihadapkan pada tekanan yang melebihi kapasitas coping yang mereka miliki. Dalam konteks penelitian ini, kemungkinan besar siswa memiliki tingkat coping yang cukup seimbang, sehingga tidak menimbulkan perbedaan signifikan di antara kelompok mereka. Dari perspektif lingkungan, teori ekologi perkembangan Bronfenbrenner juga dapat menjelaskan hasil ini. Siswa yang berada dalam lingkungan sekolah, keluarga, dan sosial yang serupa cenderung terpengaruh oleh faktor yang sama. Elemen seperti sistem pendidikan, cara orang tua mendidik, serta interaksi dengan teman sejawat dapat mengakibatkan kondisi psikososial siswa menjadi lebih beragam. Sejalan dengan hal tersebut, Ramadhan dkk. (2025) menegaskan bahwa dinamika psikososial remaja sangat dipengaruhi oleh lingkungan teman sebaya, dan siswa yang berada dalam lingkungan sekolah yang sama cenderung memiliki kondisi psikososial yang tidak jauh berbeda.

Selain itu, kurangnya perbedaan yang signifikan juga bisa diakibatkan oleh karakteristik sampel yang cukup kecil dan berasal dari satu sekolah yang sama. Lathifah dkk. (2024) dalam penelitiannya tentang deteksi dini masalah perilaku psikososial pada remaja di sekolah menengah atas menemukan bahwa kondisi psikososial siswa dalam satu lingkungan sekolah yang sama cenderung homogen karena dipengaruhi oleh faktor budaya dan sistem pembelajaran yang identik. Hal ini menyebabkan variasi kondisi siswa menjadi terbatas, sehingga perbedaan yang ada tidak cukup kuat secara statistik. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa krisis psikososial pada siswa bukanlah pengalaman yang hanya dialami oleh kelompok tertentu, melainkan merupakan fenomena yang cukup merata. Oleh karena itu, program bimbingan dan konseling di sekolah perlu dirancang untuk mencakup semua siswa, dan tidak hanya terfokus pada kelompok tertentu saja..

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan dalam tingkat krisis psikososial antara siswa kelas X.1 dan X.3 di SMA Az-Zahra Palembang, dengan nilai signifikansi mencapai 0,202 ($p > 0,05$). Sesuai dengan aturan dalam

pengambilan keputusan untuk uji Independent Samples t-test, jika nilai Sig. (2-tailed) lebih dari 0,05, maka tidak ada perbedaan signifikan antara kelompok yang diuji. Dengan demikian, mengingat nilai signifikansi 0,202 lebih besar dari 0,05, dapat disimpulkan bahwa tingkat krisis psikososial antara siswa kelas X.1 dan X.3 di SMA Az-Zahra Palembang adalah serupa.

Walaupun terdapat perbedaan rata-rata yang tercatat sebesar 2,632, perbedaan tersebut tidak memiliki makna statistik. Ini menunjukkan bahwa krisis psikososial dialami cukup merata di kalangan siswa. Beberapa faktor yang mempengaruhi situasi ini mencakup kesamaan dalam tahap perkembangan remaja, kemampuan coping yang hampir sama, serta kondisi sosial, keluarga, dan pendidikan yang sebanding. Oleh karena itu, krisis psikososial bukanlah isu yang hanya dialami oleh kelompok tertentu, melainkan merupakan fenomena umum di antara siswa kelas X.

Saran

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penelitian ini, beberapa rekomendasi yang dapat diajukan adalah sebagai berikut. Sekolah disarankan untuk mengembangkan layanan bimbingan dan konseling yang bersifat preventif dan menyeluruh untuk semua siswa, bukan hanya bagi mereka yang menunjukkan tanda-tanda masalah. Guru Bimbingan Konseling perlu melakukan pemantauan secara teratur terhadap kondisi psikososial siswa agar dapat memberikan intervensi yang sesuai. Selain itu, diharapkan bahwa pihak sekolah dan orang tua dapat menciptakan suasana yang mendukung untuk membantu siswa mengatasi tekanan psikososial. Untuk peneliti di masa depan, disarankan agar menggunakan sampel yang lebih besar dan melibatkan lebih banyak sekolah sehingga hasil penelitian dapat bervariasi dan memiliki kemampuan untuk digeneralisasikan lebih luas. Hal ini dikarenakan penelitian ini memiliki keterbatasan pada jumlah sampel yang relatif kecil, yaitu hanya 38 siswa dari dua kelas di satu sekolah, sehingga hasil penelitian belum dapat mewakili kondisi psikososial siswa secara lebih luas..

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ayuningrum, D., Rokhman, F., Riza, I. S., Maulana, Y., & Maulana, D. (2025). Krisis identitas remaja dalam era digital: Tinjauan psikososial. *GAPAI: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 3(1).
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Caplan, G. (1964). *Principles of preventive psychiatry*. New York: Basic Books.
- Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. Thousand Oaks: Sage Publications.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: W. W. Norton & Company.
- Lathifah, A. Z., Wulansari, N. M. A., & Nuraeni, A. (2024). Deteksi dini masalah perilaku psikososial pada remaja di sekolah menengah atas. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 12(1).
- Nazir, M. (2014). *Metode Penelitian*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Pramesti, R. A., & Thohir, M. (2025). Dinamika permasalahan psikososial remaja di era digital dan efektivitas intervensi konseling. *Liberosis: Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling*, 17(1), 161–170.
- Ramadhan, G., Nurjanna, U., Rahayu, N. A., Natasya, N., & Amril, A. (2025). Dinamika psikososial dalam perkembangan remaja: Pengaruh teman sebaya. *Religi: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 2(2).
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.