

BAB I
PENDAHULUAN
A. Latar Belakang

Kecemasan merupakan keadaan ketika seseorang merasakan kekhawatiran terhadap kemungkinan buruk yang dapat terjadi di masa mendatang, mengalami kesulitan dalam mengendalikan kekhawatiran tersebut, dan memandang situasi yang dihadapi sebagai sesuatu yang mengancam atau menakutkan (Nugraha, 2020). Kecemasan juga dapat dipahami sebagai perpaduan antara rasa khawatir dan takut yang melibatkan respons emosional maupun sensasi fisik ketika individu merasa gelisah atau gugup terhadap suatu keadaan (Riyadi, 2013). Ghufroon dan Risnawita (2017) menjelaskan bahwa kecemasan merupakan pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan dan ditandai oleh perasaan cemas, ketegangan, serta kondisi emosional tertentu yang dialami individu.

Salah satu bentuk kecemasan yang dapat dialami individu adalah kecemasan terhadap masa depan. Masa depan merupakan fase kehidupan yang akan dijalani individu pada waktu mendatang dan berkaitan dengan berbagai harapan, tujuan, serta rencana kehidupan. Ketika memikirkan masa depan, individu dapat menghadapi berbagai kemungkinan yang belum pasti sehingga menimbulkan kekhawatiran terhadap hal-hal yang belum tentu terjadi. Ketidakpastian tersebut dapat semakin dirasakan ketika individu dihadapkan pada tuntutan untuk menentukan pilihan hidup dan mempersiapkan diri menghadapi perubahan yang akan datang (Zaleski, 1996).

Kondisi tersebut menjadi penting pada masa remaja akhir. Remaja akhir yang berada pada rentang usia sekitar 18–21 tahun merupakan fase perkembangan yang penting dalam proses peralihan dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan. Pada fase ini, individu mulai dihadapkan pada tuntutan untuk mencapai kemandirian secara psikologis, sosial, dan ekonomi serta mulai mengambil keputusan mengenai pendidikan, pekerjaan, dan perencanaan kehidupan di masa depan. Perubahan dalam aspek kognitif, emosional, dan psikososial pada masa ini turut memengaruhi cara individu memandang diri, lingkungan, serta masa depannya (Hurlock, 1999).

Pada tahap remaja akhir, individu juga berada dalam proses pematangan identitas diri, pembentukan nilai hidup, dan penyusunan rencana masa depan yang semakin konkret dan realistis (Santrock, 2012). Pilihan mengenai pendidikan, pekerjaan, dan kemandirian hidup menjadi semakin penting karena keputusan tersebut berkaitan dengan kehidupan individu pada masa dewasa. Kondisi tersebut menuntut kesiapan psikologis yang lebih matang dalam menghadapi berbagai kemungkinan di masa depan (Winurini, 2021). Sejalan dengan teori perkembangan psikososial Erikson, remaja berada pada tahap *identity versus role confusion*, yaitu tahap ketika individu dituntut untuk membentuk identitas diri yang stabil. Proses pembentukan identitas tersebut tidak hanya berkaitan dengan pemahaman individu terhadap dirinya saat ini, tetapi juga dengan orientasi terhadap masa depan, termasuk harapan, cita-cita, serta perencanaan kehidupan yang akan dijalani. Pada remaja yang tinggal di panti asuhan, proses tersebut dapat menjadi lebih kompleks karena remaja menjalani tahap perkembangan menuju kemandirian dalam

lingkungan pengasuhan yang berbeda dengan keluarga pada umumnya. Keterbatasan kehadiran orang tua secara langsung serta kebutuhan untuk mempersiapkan kehidupan setelah keluar dari panti dapat menimbulkan tuntutan tersendiri bagi remaja dalam menentukan pendidikan, pekerjaan, dan kemandirian di masa depan. Dalam kondisi tersebut, dukungan dari pengasuh menjadi penting karena pengasuh merupakan figur dewasa yang berinteraksi secara langsung dan berperan dalam memberikan perhatian, arahan, serta pendampingan kepada remaja dalam menghadapi berbagai tuntutan perkembangan.

Dalam kondisi tersebut, muncul konsep kecemasan menghadapi masa depan (*future anxiety*). Zaleski (1996) mendefinisikan *future anxiety* sebagai keadaan perasaan takut, khawatir, dan cemas terhadap perubahan negatif yang mungkin terjadi di masa depan. Kecemasan menghadapi masa depan tidak hanya berkaitan dengan ketidakpastian mengenai apa yang akan terjadi, tetapi juga dengan persepsi individu bahwa dirinya tidak memiliki kemampuan atau kontrol yang memadai untuk menghadapi berbagai kemungkinan tersebut. Individu yang mengalami kecemasan menghadapi masa depan dapat mengalami kesulitan dalam menyusun rencana kehidupan, menetapkan tujuan jangka panjang, serta merasa terancam oleh berbagai kemungkinan yang akan dihadapi.

Kecemasan menghadapi masa depan dapat terlihat melalui aspek kognitif, afektif, dan motorik. Pada aspek kognitif, kecemasan dapat ditunjukkan melalui pikiran mengenai kemungkinan terjadinya kegagalan, keraguan terhadap kemampuan diri, serta ketidakpastian dalam menentukan arah kehidupan. Pada aspek afektif, kecemasan dapat ditunjukkan melalui munculnya perasaan takut,

gugup, tidak tenang, dan khawatir ketika memikirkan masa depan. Sementara itu, aspek motorik dapat terlihat melalui perilaku menghindari, menunda, atau menarik diri dari pembicaraan maupun situasi yang berkaitan dengan masa depan (Zaleski, 1996).

Kecemasan menghadapi masa depan dapat menjadi perhatian khusus pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Remaja panti asuhan tidak hanya menghadapi tugas perkembangan yang umum dialami remaja akhir, tetapi juga perlu mempersiapkan diri menghadapi kehidupan setelah keluar dari panti. Kondisi tersebut dapat berkaitan dengan keterbatasan dukungan keluarga, pengalaman kehilangan orang tua, serta ketidakpastian mengenai pendidikan, pekerjaan, tempat tinggal, dan kemampuan untuk hidup secara mandiri. Situasi tersebut dapat meningkatkan persepsi terhadap tuntutan dan ketidakpastian masa depan (Molin, 1990).

Ainsworth (1989) dan Masten (2014) menjelaskan pentingnya lingkungan dan dukungan sosial dalam perkembangan individu. Dalam konteks panti asuhan, dukungan yang diperoleh remaja tidak hanya berasal dari teman sebaya, tetapi juga dari pengasuh yang berinteraksi secara langsung dengan mereka dalam kehidupan sehari-hari. Pengasuh dapat menjadi salah satu sumber dukungan yang membantu remaja menghadapi tuntutan selama berada di panti sekaligus mempersiapkan diri untuk menjalani kehidupan setelah keluar dari panti.

Berdasarkan hasil wawancara awal terkait kecemasan menghadapi masa depan yang dilakukan peneliti terhadap tiga remaja akhir yang tinggal di panti asuhan menunjukkan bahwa pada aspek kognitif, ditandai dengan adanya

ketidakpastian, keraguan, dan penilaian negatif terhadap kemampuan diri dalam menghadapi kehidupan setelah keluar dari panti asuhan. Ketidakjelasan arah kehidupan belum adanya rencana pasti untuk bekerja atau melanjutkan pendidikan. Selain itu, muncul pula antisipasi negatif terhadap kemungkinan kegagalan, kesulitan penyesuaian diri. Keraguan turut dirasakan terhadap kemampuan untuk hidup mandiri, yang disertai dengan pikiran-pikiran cemas ketika membayangkan kehidupan pasca keluar dari panti.

Kecemasan menghadapi masa depan pada aspek afektif tampak dari beragam reaksi emosi yang muncul saat berhadapan dengan situasi terkait kehidupan setelah keluar dari panti asuhan. Reaksi tersebut bervariasi, mulai dari perasaan berat dalam membayangkan tantangan hidup ke depan, hingga rasa gugup dan gelisah yang timbul ketika mendengar teman-teman membicarakan rencana kuliah atau pekerjaan. Selain itu, muncul pula kekhawatiran yang bersumber dari belum adanya keyakinan untuk mampu menjalani kehidupan secara mandiri setelah lulus dari panti.

Sementara itu pada motorik, Pada aspek motorik, kecemasan menghadapi masa depan tampak melalui dua kecenderungan respons perilaku yang berbeda. Sebagian menunjukkan upaya aktif dalam menghadapi kekhawatiran tersebut, yang terlihat dari keterlibatan dalam kegiatan dan proses belajar di panti, serta sikap belajar lebih giat sembari turut membantu berbagai kegiatan sehari-hari sebagai bentuk persiapan diri dan latihan kemandirian menjelang kehidupan di luar panti. Di sisi lain, muncul pula kecenderungan penghindaran, yang ditunjukkan melalui

sikap menghindari dan menunda pembicaraan mengenai rencana masa depan, bahkan menarik diri ketika topik tersebut dibahas.

Selain itu, hasil wawancara tersebut menunjukkan bahwa kecemasan menghadapi masa depan pada remaja akhir panti asuhan, dapat disimpulkan bahwa kecemasan menghadapi masa depan muncul dalam aspek kognitif, afektif, dan motorik. Hasil wawancara juga menunjukkan bahwa pengasuh panti menjadi salah satu sumber dukungan bagi remaja dalam menghadapi tuntutan kehidupan dan mempersiapkan masa depan. Namun, dukungan tersebut belum sepenuhnya menghilangkan keraguan dan kekhawatiran yang masih dirasakan oleh sebagian remaja. Dengan demikian, hasil wawancara menggambarkan bahwa remaja akhir panti asuhan masih menghadapi ketidakpastian dalam mempersiapkan kehidupan setelah keluar dari panti, terutama berkaitan dengan pendidikan, pekerjaan, kemampuan diri, dan kemandirian. Kondisi tersebut menunjukkan pentingnya dukungan sosial dari pengasuh dalam membantu remaja menghadapi tuntutan dan ketidakpastian masa depan anak panti.

Hal ini sesuai dengan faktor yang mempengaruhi kecemasan masa depan salah satunya ialah dukungan sosial Zaleski (1996) . Dukungan sosial merupakan salah satu faktor lingkungan yang dapat berkaitan dengan kondisi psikologis individu. Sarafino dan Smith (2012) mendefinisikan dukungan sosial sebagai bantuan yang diperoleh individu dari orang lain dalam bentuk rasa nyaman, kepedulian, penghargaan, maupun bantuan secara fisik dan nonfisik. Dukungan sosial dapat diberikan melalui beberapa bentuk, antara lain dukungan emosional, informasional, penghargaan, dan instrumental. Dukungan emosional berupa

perhatian, kepedulian, empati, dan penerimaan; dukungan informasional berupa nasihat, arahan, dan informasi; dukungan penghargaan berupa penguatan dan penilaian positif sedangkan dukungan instrumental berupa bantuan secara langsung dalam memenuhi kebutuhan individu.

Dalam konteks panti asuhan, pengasuh merupakan salah satu sumber dukungan sosial yang penting bagi remaja. Panti asuhan memberikan pelayanan sosial yang diperlukan anak, termasuk pendidikan, kesehatan, serta perkembangan mental dan fisik agar anak dapat menjalani kehidupan secara mandiri dan bermartabat di masyarakat pada masa mendatang (Krisnahari, 2017). Oleh karena itu, pengasuh tidak hanya berperan dalam memenuhi kebutuhan dasar, tetapi juga dapat memberikan perhatian, motivasi, arahan, serta bantuan yang diperlukan remaja dalam menghadapi berbagai tuntutan perkembangan.

Cohen dan Wills (1985) melalui Buffering Hypothesis menjelaskan bahwa dukungan sosial dapat berfungsi sebagai sumber daya yang membantu individu menghadapi situasi yang menekan dan mengurangi dampak negatif stres. Dukungan sosial dapat memberikan rasa aman, penerimaan, serta bantuan ketika individu menghadapi kondisi yang dipersepsikan sebagai tekanan. Dalam konteks remaja akhir di panti asuhan, dukungan sosial dari pengasuh dapat menjadi salah satu sumber daya yang membantu remaja menghadapi ketidakpastian dan tuntutan yang berkaitan dengan kehidupan setelah keluar dari panti.

Santrock (2019) menjelaskan bahwa keluarga atau orang tua maupun orang tua asuh merupakan salah satu sumber dukungan penting bagi perkembangan remaja. Dalam konteks panti asuhan, pengasuh menjalankan fungsi pengasuhan dan

menjadi figur dewasa yang berinteraksi dengan remaja dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, dukungan sosial pengasuh menjadi relevan untuk dikaji dalam kaitannya dengan kecemasan menghadapi masa depan pada remaja akhir. Dukungan yang diberikan pengasuh dapat membantu remaja memperoleh arahan, penguatan, perhatian, dan bantuan dalam mempersiapkan kehidupan yang lebih mandiri.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa dukungan emosional dari pengasuh dirasakan dalam bentuk nasihat dan semangat agar tidak menyerah dalam belajar, serta kehadiran sosok pengasuh yang dianggap dekat dan mampu memberikan ketenangan di saat muncul perasaan cemas. Meskipun demikian, keterbatasan waktu pengasuh untuk mendengarkan keluhan kesah membuat dukungan emosional yang diterima belum sepenuhnya optimal. Selain dari pengasuh, lingkungan panti secara tidak langsung menjadi salah satu sumber dukungan dalam menghadapi tuntutan masa depan, meskipun kecemasan yang dirasakan tetap membuat kecenderungan untuk menghindari pembicaraan mengenai masa depan.

Dukungan informasional dari pengasuh memberikan nasihat turut berperan sebagai bentuk pengarahan dalam memenuhi kebutuhan dan mendampingi proses perkembangan diri remaja. Hal ini menunjukkan bahwa pengasuh berupaya memberikan informasi, arahan, dan masukan yang dapat membantu remaja dalam menghadapi berbagai permasalahan maupun tuntutan kehidupan yang dijalani.

Dukungan penghargaan dari pengasuh tampak melalui pemberian dorongan positif serta kesempatan untuk berkembang, yang mencerminkan adanya kepercayaan terhadap kemampuan yang dimiliki remaja. Bentuk dukungan tersebut

memberikan pengaruh berupa perasaan dihargai dan diyakini mampu berkembang, sehingga turut memperkuat keyakinan diri remaja dalam menjalani proses perkembangannya.

Pada aspek dukungan instrumental dari pengasuh diperoleh dalam bentuk bantuan nyata terkait urusan sekolah serta pemenuhan kebutuhan pendidikan remaja. Bantuan tersebut mencerminkan adanya upaya konkret dari pengasuh dalam menunjang aktivitas belajar dan memenuhi kebutuhan yang menunjang proses pendidikan remaja di panti asuhan. Temuan tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial pengasuh telah tersedia dalam kehidupan remaja, tetapi belum sepenuhnya diterima atau dimanfaatkan secara optimal.

Sejumlah penelitian sebelumnya menunjukkan adanya keterkaitan antara dukungan sosial dan kecemasan. Yuniarti (2017) menunjukkan bahwa dukungan sosial berkaitan dengan tingkat kecemasan yang dialami individu, di mana dukungan sosial yang lebih tinggi berkaitan dengan tingkat kecemasan yang lebih rendah. Temuan tersebut memberikan dasar bahwa dukungan sosial merupakan salah satu faktor lingkungan yang perlu diperhatikan dalam memahami kecemasan. Namun, kecemasan menghadapi masa depan memiliki karakteristik yang lebih spesifik karena berkaitan dengan ketidakpastian, tuntutan, dan kemungkinan kehidupan yang akan dihadapi individu pada masa mendatang.

Kecemasan masa depan diawali ketika individu menghadapi ketidakpastian mengenai berbagai kemungkinan yang dapat terjadi di masa mendatang. Ketidakpastian tersebut kemudian mendorong individu untuk melakukan antisipasi terhadap kejadian yang belum terjadi. Dalam perspektif Seymour Epstein (1972),

kecemasan berkaitan dengan tingkat *arousal* atau keterbangkitan individu serta *expectancy*, yaitu harapan atau perkiraan individu terhadap kemungkinan terjadinya suatu peristiwa. Proses tersebut kemudian menjadi lebih spesifik dalam konsep *future anxiety* yang dikemukakan oleh Zalesky (1996). Ketika individu memandang masa depan sebagai sesuatu yang tidak pasti dan berpotensi menimbulkan perubahan yang tidak menguntungkan, muncul penilaian terhadap masa depan sebagai ancaman. Penilaian tersebut dapat disertai dengan persepsi bahwa individu tidak memiliki kemampuan atau kontrol yang cukup untuk menghadapi kemungkinan yang akan terjadi. Kondisi ini kemudian mendorong munculnya antisipasi negatif, seperti membayangkan kegagalan, mengkhawatirkan kemungkinan buruk, meragukan kemampuan diri, atau memikirkan secara berulang berbagai masalah yang mungkin terjadi di masa depan. Antisipasi negatif tersebut selanjutnya memunculkan respons emosional, seperti takut, khawatir, gelisah, dan was-was terhadap masa depan. Apabila individu terus-menerus memusatkan perhatian pada kemungkinan negatif dan merasa tidak mampu mengendalikan keadaan yang akan datang, kecemasan dapat semakin kuat dan berkembang menjadi kecemasan masa depan (*future anxiety*). Dukungan sosial dari pengasuh ditempatkan sebagai faktor protektif yang berfungsi sebagai penyangga (*buffer*) dalam proses tersebut, bukan sebagai bagian dari tahapan terbentuknya kecemasan. Cohen dan Wills (1985) melalui *Buffering Hypothesis* menjelaskan bahwa dukungan sosial dapat mengurangi dampak negatif stres atau tekanan terhadap kondisi psikologis individu. Dukungan sosial dapat berperan terutama pada tahap penilaian terhadap masa depan dan antisipasi negatif. Perhatian dan penerimaan

dari pengasuh dapat memberikan rasa aman, sedangkan nasihat dan bimbingan dapat membantu remaja memahami permasalahan serta mempertimbangkan kemungkinan masa depan secara lebih realistis. Bantuan dan informasi yang diberikan pengasuh juga dapat meningkatkan keyakinan bahwa remaja memiliki sumber daya untuk menghadapi tuntutan yang akan datang (Printz et al., 1999).

Urgensi tersebut semakin kuat berdasarkan telaah penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa kecemasan menghadapi masa depan dapat berkaitan dengan berbagai faktor, baik yang berasal dari dalam diri individu maupun dari lingkungan sosialnya. Penelitian terdahulu lebih banyak mengkaji faktor internal seperti self-efficacy dan adversity quotient, maupun dukungan sosial dari orang tua, teman, keluarga, dan lingkungan secara umum, sedangkan belum ditemukan penelitian yang secara khusus mengkaji keterkaitan dukungan sosial pengasuh panti dengan kecemasan menghadapi masa depan pada remaja panti asuhan, khususnya di Jember. Padahal, pengasuh merupakan figur dewasa yang berinteraksi secara langsung dengan remaja, memberikan arahan, memenuhi kebutuhan, serta mendampingi mereka dalam menghadapi berbagai tuntutan kehidupan. Selain itu, adanya perbedaan hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa faktor yang berkaitan dengan kecemasan dapat berbeda sesuai dengan karakteristik individu dan konteks lingkungan. Oleh karena itu, penelitian ini diperlukan untuk memperoleh gambaran mengenai kecemasan menghadapi masa depan pada remaja akhir di panti asuhan Jember serta mengetahui keterkaitannya dengan dukungan sosial pengasuh. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengembangan pola pengasuhan dan pendampingan yang lebih suportif sehingga

dapat membantu remaja panti dalam mempersiapkan diri menghadapi pendidikan, pekerjaan, kemandirian, dan kehidupan setelah keluar dari panti asuhan.

B. Rumusan Masalah

Apakah terdapat pengaruh dukungan sosial pengasuh panti terhadap kecemasan menghadapi masa depan pada remaja panti asuhan di Jember?

C. Tujuan Penelitian

Mengetahui pengaruh dukungan sosial pengasuh panti terhadap kecemasan menghadapi masa depan pada remaja panti asuhan di Jember.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk menambah pemahaman pada ranah ilmu psikologi dan bahan referensi yang diharapkan dapat menambah wawasan terkait dukungan sosial yang berhubungan dengan kecemasan pada remaja yang berada di Panti Asuhan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Panti Asuhan

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi yang relevan untuk mempelajari kecemasan masa depan yang dialami remaja yang tinggal di Panti Asuhan. Hasilnya dapat menjadi acuan dalam meningkatkan pendekatan pengasuhan yang lebih empatik dan suportif.

b. Bagi Lembaga Sosial dan Pemerintah Daerah

Penelitian ini dapat dijadikan dasar dalam merancang program pembinaan dan pendampingan psikologis bagi remaja panti, khususnya yang menjelang masa transisi keluar dari panti asuhan.

c. Bagi peneliti baru

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan wawasan baru mengenai kecemasan saat akan berhadapan dengan masa depan yang dapat terjadi pada remaja dan dapat dijadikan sumber informasi dan referensi untuk kemungkinan penelitian topik-topik yang berkaitan baik yang bersifat melengkapi ataupun lanjutan.

E. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini ditunjukkan melalui perbandingan dengan beberapa penelitian terdahulu yang memiliki keterkaitan dengan variabel kecemasan menghadapi masa depan maupun faktor-faktor yang memengaruhinya. Adapun penelitian terdahulu yang relevan adalah sebagai berikut:

1. Hubungan Self-efficacy dengan Future Career anxiety pada mahasiswa Tingkat akhir di Institut Teknologi dan Sains Mandala Jember oleh Shabrina Inas Quasimah (2024).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara tingkat self-efficacy dengan future career anxiety pada mahasiswa tingkat akhir di Institut Teknologi dan Sains Mandala Jember. Studi ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional, yang berfokus pada pengujian keterkaitan antar variabel melalui analisis koefisien korelasi. Instrumen yang digunakan terdiri dari skala future career anxiety dan

skala self-efficacy, sementara teknik pengambilan sampel dilakukan dengan metode simple random sampling pada 156 mahasiswa.

Hasil analisis memperoleh nilai korelasi (r) sebesar 0,120 dengan signifikansi (p) sebesar 0,137 ($p > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara future career anxiety dan self-efficacy. Temuan ini mengindikasikan bahwa mahasiswa tingkat akhir di Institut Teknologi dan Sains Mandala Jember memiliki tingkat future career anxiety sebesar 52%, sementara tingkat self-efficacy mereka berada pada angka 53%.

2. Pengaruh Adversity Quotient Terhadap *Future anxiety* pada Mahasiswa oleh Aulia Maharani Elsafir¹), Agus Salim (2024)

Perkembangan zaman dan tuntutan akademik membuat mahasiswa semakin rentan mengalami kecemasan terkait masa depan. Salah satu faktor internal yang berperan dalam munculnya kecemasan tersebut adalah adversity quotient, yaitu kemampuan individu dalam menghadapi dan mengatasi kesulitan. Penelitian ini bertujuan menguji pengaruh adversity quotient terhadap *future anxiety* pada mahasiswa. Subjek penelitian terdiri dari 200 mahasiswa di Provinsi DI Yogyakarta, dengan teknik pengambilan sampel random sampling. Instrumen yang digunakan adalah skala *future anxiety* (reliabilitas 0,915) dan skala adversity quotient (reliabilitas 0,876). Analisis data dilakukan menggunakan korelasi product moment melalui IBM SPSS Statistics

25. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa berada pada kategori *future anxiety* tingkat sedang. Selain itu, ditemukan pengaruh

signifikan antara *adversity quotient* dan *future anxiety*, dengan nilai korelasi $r = -0,414$, yang berarti semakin tinggi *adversity quotient*, semakin rendah tingkat kecemasan masa depan. *Adversity quotient* memberikan sumbangan efektif sebesar 17,31% terhadap *future anxiety*. Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa kemampuan menghadapi kesulitan memiliki peran penting dalam menurunkan kecemasan mahasiswa mengenai masa depan.

3. Hubungan *Adversity Quotient* dengan Kecemasan Menghadapi Masa Depan Remaja Jalanan Yang Tinggal Di Lingkungan Pondok Sosial (Liponsos) Wonorejo Surabaya oleh Elok Sri Wahyuni (2022)

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara *adversity quotient* dengan kecemasan menghadapi masa depan pada remaja jalanan yang tinggal di Pondok Sosial (Liponsos) Wonorejo Surabaya. Penelitian melibatkan 20 remaja jalanan sebagai subjek. Pendekatan yang digunakan merupakan penelitian korelasional, dengan analisis data menggunakan uji Rank-Order yang dikembangkan oleh Spearman. Pengumpulan data dilakukan melalui penggunaan skala *adversity quotient* serta skala kecemasan menghadapi masa depan. Hasil penelitian mengindikasikan bahwa tidak terdapat hubungan antara *adversity quotient* dengan kecemasan menghadapi masa depan pada remaja jalanan yang tinggal di Liponsos Wonorejo. Berdasarkan uji Rank-Order Spearman, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,206 pada taraf signifikansi 5%. Nilai tersebut menunjukkan bahwa p lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa hubungan antar kedua variabel tidak signifikan. Dengan demikian, dapat ditegaskan

bahwa “tidak ada hubungan antara *adversity quotient* dan kecemasan menghadapi masa depan pada remaja jalanan yang tinggal di lingkungan pondok sosial (Liponsos) Wonorejo.” Dengan hasil tersebut, hipotesis penelitian dinyatakan tidak diterima.

4. Hubungan Dukungan Sosial dengan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja oleh Ernest dkk (2023)

Penelitian ini mengkaji apakah dukungan sosial berhubungan dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Klabat. Kecemasan mencari pekerjaan merupakan masalah umum yang dialami oleh lulusan pendidikan tinggi, dan dukungan sosial diduga berperan dalam membantu individu menghadapi fase transisi tersebut. Penelitian menggunakan desain kuantitatif deskriptif korelasional dengan pendekatan cross sectional. Sampel berjumlah 93 mahasiswa yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Hasil menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat dukungan sosial yang tinggi (90,3%) dan berada pada kategori kecemasan menghadapi dunia kerja tingkat sedang (73,1%). Analisis statistik menggunakan Spearman's rho menghasilkan nilai $p > 0,05$, yang berarti tidak terdapat hubungan signifikan antara dukungan sosial dan kecemasan dalam menghadapi dunia kerja. Temuan ini mengindikasikan bahwa kecemasan mahasiswa memasuki dunia kerja dipengaruhi oleh faktor lain di luar dukungan sosial. Penelitian merekomendasikan agar mahasiswa mengembangkan mekanisme koping yang efektif untuk mengelola kecemasan menjelang dunia kerja. Penelitian selanjutnya diharapkan menambahkan

variabel lain seperti konsep diri atau mekanisme koping untuk memahami faktor-faktor yang memengaruhi kesiapan menghadapi dunia kerja..

5. hubungan antara dukungan sosial orang tua dengan kecemasan menghadapi masa depan pada komunitas pemusik reguler remaja di kota Semarang oleh Saragi & Endang (2019)

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial orang tua dengan kecemasan menghadapi masa depan pada pemusik reguler di Kota Semarang. Kecemasan menghadapi masa depan dipahami sebagai kondisi emosional yang ditandai dengan respons fisiologis, rasa tegang yang tidak menyenangkan, serta kekhawatiran mengenai masa depan diri, baik dalam aspek pendidikan, pekerjaan, maupun kehidupan keluarga. Dukungan sosial orang tua merujuk pada persepsi individu terhadap bantuan atau dukungan positif yang diberikan orang tua, yang dapat berupa dukungan emosional, informasional, instrumental, maupun penghargaan, sehingga individu merasa nyaman, diperhatikan, dihargai, dihormati, dan dicintai. Populasi dalam penelitian ini adalah komunitas pemusik reguler remaja di Kota Semarang. Sampel penelitian berjumlah 84 orang dengan teknik convenience sampling. Data dikumpulkan menggunakan dua skala, yaitu skala dukungan sosial orang tua (48 aitem, $\alpha = 0,978$) dan skala kecemasan menghadapi masa depan (34 aitem, $\alpha = 0,975$). Analisis data dilakukan dengan menggunakan regresi sederhana. Hasil penelitian mengindikasikan adanya hubungan negatif antara dukungan sosial orang tua dan kecemasan menghadapi masa depan pada pemusik reguler remaja di Kota Semarang ($r_{xy} = -0,706$, $p = 0,000$). Dukungan

sosial orang tua memberikan kontribusi efektif sebesar 49,8% terhadap variabel kecemasan menghadapi masa depan.

Keaslian Penelitian saat ini dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial Pengasuh Panti Terhadap Kecemasan Menghadapi Masa Depan Pada Remaja Panti asuhan Jember Di Jember” memiliki keaslian karena secara spesifik meneliti pengaruh dukungan sosial pengasuh panti terhadap kecemasan menghadapi masa depan pada remaja panti asuhan di Panti asuhan Jember , yang membedakannya dari penelitian sebelumnya. Fokus pada pengasuh panti sebagai sumber dukungan sosial merupakan aspek baru, mengingat dukungan orang tua atau dukungan orang tua asuh menempati tingkatan paling penting dalam dukungan sosial pada remaja menurut Santrock (2019), serta sebagian besar penelitian terdahulu menitikberatkan pada dukungan teman sebaya, atau faktor psikologis lain.

Simpulan umum gap penelitian dari kelima penelitian terdahulu dapat disimpulkan bahwa : Berdasarkan telaah terhadap lima penelitian terdahulu, ditemukan adanya kesenjangan penelitian yang menjadi dasar bagi penelitian ini. Penelitian sebelumnya lebih banyak mengkaji kecemasan melalui faktor internal, seperti self-efficacy dan adversity quotient, serta faktor eksternal berupa dukungan sosial dari orang tua, teman, keluarga, maupun lingkungan secara umum. Namun, belum ditemukan penelitian yang secara khusus mengkaji dukungan sosial yang diberikan oleh pengasuh panti sebagai variabel yang berkaitan dengan kecemasan menghadapi masa depan pada remaja yang tinggal di panti asuhan, khususnya di wilayah Jember. Padahal, pengasuh panti

merupakan salah satu figur dewasa yang berinteraksi secara langsung dengan remaja dan berperan dalam memenuhi kebutuhan, memberikan arahan, serta mendampingi remaja dalam kehidupan sehari-hari.

Selain itu, hasil penelitian terdahulu mengenai faktor-faktor yang berkaitan dengan kecemasan menunjukkan adanya perbedaan temuan. Sebagian penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara faktor yang diteliti dengan kecemasan, sedangkan penelitian lainnya menunjukkan hasil yang tidak signifikan. Perbedaan temuan tersebut menunjukkan bahwa kecemasan dapat dipengaruhi oleh karakteristik individu dan konteks lingkungan yang berbeda. Oleh karena itu, diperlukan penelitian lebih lanjut pada kelompok yang memiliki karakteristik khusus, salah satunya remaja yang tinggal di panti asuhan. Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini berfokus pada pengaruh dukungan sosial pengasuh panti terhadap kecemasan menghadapi masa depan pada remaja panti asuhan di Jember.