

KECEMASAN SOSIAL DITINJAU DARI HARGA DIRI PADA REMAJA STATUS SOSIAL EKONOMI RENDAH

DEBY PRATIWI*
RINA MIRZA**
MUKHAIRA EL AKMAL***

*Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Prima Indonesia

**Dosen Fakultas Psikologi Universitas Indonesia

***Dosen Fakultas Psikologi Universitas Indonesia

E-mail: debyhrp@gmail.com

E-mail: rinamirza@gmail.com

E-mail: mukhairaelakmal@gmail.com

Abstract:

This study aims to determine the relationship between self-esteem and social anxiety. The research subjects used in this study were adolescents with low socioeconomic status in Environment VIII Belawan I numbering 115 people. Data obtained from a scale to measure self-esteem and social anxiety. The calculation is done by conducting the analysis prerequisite test (assumption test) which consists of a normality test and a linearity test. Analysis of the data used is to use Product Moment correlation with the help of SPSS 17 for Windows. The results of data analysis showed a correlation coefficient of -0.595 and a significance value of 0.000 ($p < 0.05$). The results of the analysis of these data indicate a negative relationship between self-esteem and social anxiety. The results of this study indicate that the contribution given variable self-esteem to anxiety is 35.5 percent, the remaining 64.5 percent is influenced by other factors not examined. From the results of this study it can be concluded that the research hypothesis, namely there is a negative relationship between self-esteem and social anxiety can be accepted.

Keywords: *Self-esteem, Social Anxiety*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan peralihan antara masa kehidupan anak-anak dengan masa kehidupan orang dewasa. Remaja dalam bahasa aslinya disebut *adolescence*, berasal dari bahasa latin *adolescere* yang berarti tumbuh atau tumbuh untuk mencapai kematangan. Masa remaja seringkali dikenal dengan masa mencari jati diri, oleh Erickson (dalam Ali & Asrori, 2011) disebut dengan

identitas ego (*ego identity*). Sehubungan dengan hal tersebut Santrock (2011), mengungkapkan bahwa masa remaja adalah periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan dewasa, yang dimulai pada sekitar usia 10 hingga 12 tahun dan berakhir pada usia 18 hingga 22 tahun.

Tugas-tugas perkembangan masa remaja menurut William Kay (dalam Jahja, 2011) adalah mampu menerima fisiknya sendiri berikut keragaman kualitasnya, mencapai kemandirian emosional dari orangtua atau figur-figur yang mempunyai otoritas, mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal dan belajar bergaul dengan teman sebaya atau orang lain, baik secara individual maupun kelompok, menemukan manusia model yang dijadikan identitasnya, menerima dirinya sendiri dan memiliki kepercayaan terhadap kemampuan pada dirinya sendiri, memperkuat *self control* (kemampuan mengendalikan diri) atau dasar skala nilai, prinsip-prinsip atau falsafah hidup, serta mampu meninggalkan rekasi dan penyesuaian diri (sikap atau perilaku) kekanak-kanakan.

Menurut Polak (dalam Abdulsyani, 2015) status (kedudukan) memiliki dua aspek yakni aspek yang pertama yaitu aspek struktural yang bersifat hierarkis, artinya aspek ini secara relatif mengandung perbandingan tinggi atau rendahnya terhadap status-status lain, sedangkan aspek status yang kedua yaitu aspek fungsional atau peranan sosial yang berkaitan dengan status-status yang dimiliki seseorang. Kedudukan atau status berarti posisi atau tempat seseorang dalam sebuah kelompok sosial. Makin tinggi kedudukan seseorang maka makin mudah pula dalam memperoleh fasilitas yang diperlukan dan diinginkan. Status dimaksudkan menurut Polak adalah sebagai kedudukan sosial seorang oknum dalam kelompok serta dalam masyarakat. Sehubungan dengan itu, menurut Soekanto (dalam Abdulsyani, 2015) status sosial merupakan tempat seseorang secara umum dalam masyarakatnya yang berhubungan dengan orang lain, hubungan dengan orang lain dalam lingkungan pergaulannya, prestisenya dan hak-hak serta kewajibannya.

Petirim (dalam Abdulsyani, 2015) menyatakan bahwa jika seseorang memiliki sesuatu yang dihargai atau dibanggakan dalam jumlah yang lebih daripada yang lainnya maka ia akan dianggap memiliki status yang lebih tinggi

dalam masyarakat. Sebaliknya apabila seseorang memiliki kuantitas sesuatu yang dibanggakan lebih sedikit, maka ia akan dianggap mempunyai status dalam masyarakat yang lebih rendah. Status sosial yang tinggi maupun rendah bersifat kumulatif, artinya bagi mereka yang mempunyai status ekonomi yang tinggi biasanya relatif mudah untuk menduduki status-status yang lain, seperti status sosial, politik ataupun kehormatan tertentu dalam masyarakat. Begitu juga bagi seseorang yang mempunyai status ekonomi yang rendah biasanya mereka akan cenderung semakin sulit untuk dapat naik status, atau bahkan dapat dikatakan seorang yang miskin cenderung menjadi-jadi kemiskinannya.

Berdasarkan Badan Pusat Statistik periode Maret-September 2017 lalu, pada bulan September 2017 jumlah penduduk miskin (penduduk dengan pengeluaran per kapita per bulan di bawah garis kemiskinan) di Indonesia mencapai 26,58 juta orang (10,12 persen), berkurang sebesar 1,19 juta orang dibandingkan dengan kondisi Maret 2017 yang sebesar 27,77 juta orang (10,64 persen) (www.bps.go.id).

Pada hakikatnya apa yang dirasakan oleh anak yang kehidupan perekonomiannya tinggi tidak berbeda dengan yang dirasakan anak yang hidup dalam perekonomian rendah. Namun untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan pokok seperti kebutuhan sandang, pangan dan papan pada anak yang hidup dalam kemiskinan sering kali terbentur pada berbagai hambatan kemudian dapat menjadi masalah besar bagi anak yang hidup dalam lingkungan sosial yang ekonominya rendah.

Terdapat beberapa kasus yang di alami remaja berstatus sosial ekonomi rendah, salah satunya adalah ketegangan dan kecemasan yang dimiliki oleh Elva Susanti siswi SMA I Bangkinang, Kabupaten Kampar Riau, hingga menyebabkannya melakukan penghindaran sosial dan memilih untuk bunuh diri. Hal tersebut dikarenakan Elva berasal dari keluarga yang tidak mampu sering *dibully* oleh teman-temannya (www.news.okezone.com).

Selain contoh kasus di atas ada kasus lain yaitu peneliti telah melakukan observasi dan wawancara kepada remaja status sosial ekonomi rendah yang tinggal di Lingkungan-VIII Belawan-I. Peneliti melihat bahwa terdapat remaja

yang memiliki kecemasan saat ia bertemu dengan orang lain. Hal tersebut didukung berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti oleh beberapa remaja, salah satunya adalah MD (16), ia mengatakan bahwa kendalanya selama ini adalah berhubungan di depan banyak orang, apalagi ia bersekolah di sekolah yang mayoritas adalah anak yang berasal dari status ekonomi sosial ke atas. ketika di sekolah MD tidak memiliki teman, ia mengatakan bahwa sebenarnya ia malu untuk berteman dengan teman-teman di sekolahnya, ia juga takut untuk memulai pembicaraan apabila berhadapan dengan salah satu teman sekolahnya karena ia berpikir bahwa apapun yang akan ia katakan akan menjadi bahan luconan teman-temannya padahal ia sendiri belum pernah mencoba untuk memulai percakapan tersebut. Sehingga pernah beberapa kali MD berharap untuk tidak pergi ke sekolah karena cemas jika menemui teman-temannya.

Pada kasus-kasus di atas, terdapat permasalahan yang menyangkut kecemasan. Kecemasan dapat menimbulkan dampak yang buruk kepada orang lain, kecemasan bisa membuat seseorang berpikiran yang tidak rasional seperti yang dilakukan oleh Elva susanti seorang korban *bullying* yang lebih memilih bunuh diri akibat tidak dapat mengatasi kecemasan yang ia alami. Sama halnya yang dialami oleh MD yang enggan membentuk hubungan pertemanan karena takut dipandang negatif oleh teman-temannya karena mereka merupakan anak yang hidup di dalam lingkungan status sosial ekonomi yang rendah. Berdasarkan hal tersebut kecemasan menyebabkan sebagian orang sulit untuk berkomunikasi dengan lingkungan sekitar dan sangat sulit untuk menjalin hubungan dengan orang lain.

Hampir semua orang pernah mengalami kecemasan, tetapi hampir semua orang tidak dapat melukiskan secara objektif apa yang dirasakannya. Menurut Horney (dalam Alwisol, 2007) semua orang mengalami *creature anxiety* yakni perasaan cemas yang normal muncul pada masa bayi, ketika bayi yang lahir dalam keadaan tak berdaya dan rentan itu dihadapkan dengan kekuatan alam yang keras dan tidak bisa di kontrol.

Jantz dan McMurray (2011) mendefinisikan kecemasan sebagai rasa sakit yang menyakitkan atau rasa gelisah dalam pikiran yang biasanya melebihi dari rasa sakit yang akan datang atau sakit yang telah diantisipasi, kekhawatiran atau

minat yang menakutkan, rasa takut yang abnormal yang sering ditandai dengan dengan tanda-tanda fisiologis seperti berkeringat ketegangan dan denyut nadi meningkat oleh keraguan tentang realitas dan sifat yang mengancam dan keraguan terhadap diri sendiri untuk mengatasinya.

Menurut Weekes (dalam Suparni & Astutik, 2016) gejala dari kecemasan adalah sebagai berikut, yaitu: Gelisah, adanya perasaan tidak berdaya, tidak nyaman dan menarik diri, insomnia, gangguan pola makan, komunikasi verbal menurun, perasaan terancam atau ketakutan yang luar biasa, pikiran terpusat pada gangguan fisiknya dan kesadaran diri menurun, merasa mual dan banyak berkeringat, gemetar, dan sukar tidur. Nevid, dkk., (2005) mengatakan gangguan kecemasan terdiri dari gangguan kecemasan umum, serangan panik, gangguan obsesif kompulsif, gangguan stres paska trauma, gangguan stres akut dan kecemasan sosial (fobia sosial).

Rasa cemas ketika berada dalam lingkungan sosial ini sering kali disebut dengan istilah kecemasan sosial. Gangguan kecemasan sosial sering disebut dengan fobia sosial. Kecemasan sosial adalah ketakutan yang berlebihan terhadap evaluasi negatif dari orang lain. Orang dengan kecemasan sosial takut untuk mengatakan atau melakukan sesuatu yang memalukan atau membuat dirinya merasa hina.

Kecemasan Sosial menurut Davison, dkk., (2014) adalah ketakutan menetap dan tidak rasional yang umumnya berkaitan dengan keberadaan orang lain. Salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan sosial adalah harga diri. Definisi lain diutarakan oleh Hofmann dan Dibartolo (2014) bahwa kecemasan sosial adalah kecemasan (ketidaknyamanan emosional, ketakutan dan kekhawatiran) tentang situasi sosial, interaksi dengan orang lain, dan dievaluasi atau diteliti oleh orang lain.

Pengukuran kecemasan sosial dilakukan oleh Nolan & Walters (2000) dengan menggunakan *Social Anxiety Scale For Adolescents* (SAS-A), yang terdiri atas 3 faktor, yaitu :

- a. *Fear of Negative Evaluation*, adanya ketakutan akan penilaian negatif dari orang lain.

- b. *Social Avoidance and Distress in New Situation*, mencerminkan adanya penghindaran sosial dan rasa tertekan dalam situasi yang baru pada seseorang.
- c. *Social Avoidance and Distress-General*, faktor ini berhubungan dengan adanya penghindaran sosial dan rasa tertekan yang dialami secara umum.

Setiap individu yang mengalami kecemasan sosial memiliki gejala yang berbeda-beda. Gejala tersebut dapat dikategorikan menjadi gejala psikis, gejala fisik, dan gejala kognitif. Hal senada dijelaskan oleh Butler (1999) yang mengatakan bahwa gejala dari gangguan kecemasan sosial (fobia sosial) adalah :

- a. Efek pada pemikiran, yaitu : takut terhadap apa yang difikirkan orang lain terhadap kamu, sulit berkonsentrasi atau mengingat apa yang dikatakan oleh orang lain, memusatkan perhatian pada diri sendiri dan menjadi sangat berhati-hati terhadap apa yang akan dilakukan dan katakan, memikirkan sesuatu kesalahan yang mungkin terjadi sebelum waktunya, memikirkan hal-hal yang kamu pikir salah, pikiran kosong dan tidak mampu memikirkan apa yang harus dikatakan.
- b. Efek pada perilaku, yaitu : berbicara dengan cepat atau tanpa suara, bergumam dan mencampur kata-kata, menghindari tatap mata dengan orang lain, melakukan sesuatu yang tidak memancing perhatian orang lain, menjaga keamanan di tempat yang aman atau berbicara dengan orang yang yang dianggap aman dengan topik yang dirasa aman, menghindari situasi sosial yang sulit.
- c. Efek pada tubuh, yaitu : tanda-tanda kecemasan dapat dilihat seperti wajah memerah, berkeringat atau gemetar, merasa tegang, seperti rasa sakit dan nyeri yang hilang karena tidak bisa berelaksasi, perasaan panik, seperti jantung berdebar, pusing atau mual, sesak napas.
- d. Efek pada emosi atau perasaan, yaitu: gugup, cemas, takut, takut pada sesuatu yang akan terjadi dan kesadaran diri, frustrasi dan marah terhadap diri sendiri atau orang lain, merasa tidak percaya diri, perasaan rendah diri, merasa sedih atau depresi, putus asa tentang apa yang bisa berubah.

Antony dan Swinson (2008) menyimpulkan bahwa terapi untuk mengatasi kecemasan sosial terdiri dari tiga strategi utama, yakni :

-
- a. Strategi berbasis pemaparan (*exposure*), yaitu menghadapi langsung situasi yang menakutkan secara terus menerus sampai rasa takut tidak lagi muncul.
 - b. Strategi kognitif, yaitu digunakan untuk membantu mengidentifikasi pemikiran yang memicu kecemasan dan menggantinya dengan cara berpikir yang lebih realistis.
 - c. Pelatihan keterampilan komunikasi dasar, digunakan sebagai mengajarkan seseorang yang mengalami kecemasan sosial untuk berkomunikasi dengan tegas, bertemu orang lain dengan lebih mudah, memberikan presentasi yang efektif dan menggunakan komunikasi non verbal dengan tepat.

Rogers (dalam Guidon, 2010) mendefinisikan harga diri sebagai tingkat terhadap apa yang orang sukai, penilaian dan penerimaan diri mereka sendiri. Rogers percaya bahwa pengembangan diri berasal dari kombinasi dari apa yang dialami dan apa yang disisipkan berasal dari nilai dan preferensi afeksi. Menurut Upton (2012) harga diri adalah perasaan kebernilaian diri kita, suatu penilaian yang kita buat tentang seberapa hebat diri kita.

Coopersmith (dalam Hidayat & Bashori, 2016) mengemukakan empat aspek harga diri, yaitu:

- a. Kekuasaan (*power*), yaitu: kemampuan untuk dapat mengatur dan mengendalikan tingkah laku diri sendiri dan orang lain.
- b. Keberartian (*significance*), yaitu: kepedulian, perhatian dan afeksi yang diterima individu dari orang lain. Hal tersebut merupakan penghargaan dan ekspresi minat orang lain terhadap individu serta merupakan tanda penerimaan dan popularitas individu.
- c. Kebajikan (*virtue*), yaitu: ketaatan mengikuti kode moral, etika dan prinsip-prinsip keagamaan yang ditandai oleh ketaatan untuk menjauhi tingkah laku yang dilarang dan melakukan tingkah laku yang diperbolehkan oleh moral, etika dan agama.
- d. Kemampuan (*competence*), yaitu: sukses memenuhi tuntutan prestasi yang ditandai oleh keberhasilan individu dalam mengerjakan berbagai tugas atau pekerjaan dengan baik.

Beberapa pembahasan di atas, dapat dikatakan bahwasannya dengan harga diri yang tinggi menunjang seseorang untuk memiliki kecemasan sosial yang

rendah. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Liaqat dan Akram (2014) terhadap 150 orang disabilitas yang terdiri dari 75 laki-laki dan 75 perempuan menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan dan negatif antara harga diri dengan kecemasan sosial. Artinya semakin tinggi harga diri maka semakin rendah kecemasan sosial pada remaja, begitu pula sebaliknya.

Faktor lain yang mempengaruhi kecemasan sosial adalah perilaku asertif. Hal ini terbukti pada penelitian yang dilakukan oleh Misnani (2016) terhadap 87 siswa SMP Negeri 27 Samarinda yang menunjukkan bahwa adanya korelasi negatif antara perilaku asertif dengan kecemasan sosial. Orang yang memiliki asertivitas yang tinggi seperti memiliki ketegasan dalam mengekspresikan pendapat maka tidak akan terpengaruh terhadap evaluasi negatif dari orang lain. Artinya semakin tinggi perilaku asertif yang dimiliki seseorang maka semakin rendah kecemasan sosial dan sebaliknya.

Kepercayaan diri juga mempunyai pengaruh terhadap kecemasan sosial. Hal tersebut dibuktikan pada penelitian yang dilakukan oleh Mutahari (2016) pada 123 siswa kelas VII di SMP Negeri 2 Kalasan tahun ajaran 2015-2016, menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan sosial pada siswa kelas VII di SMP Negeri 2 Kalasan. Individu yang tidak percaya diri akan mengalami demotivasi diri serta ketahanan hidup yang rendah karena dirinya selalu diliputi perasaan cemas dan persepsi negatif terhadap orang lain, dengan kata lain orang yang kurang percaya diri akan cenderung sedapat mungkin menghindari situasi untuk berhubungan interaksi dengan orang lain. Hal tersebut karena dirinya takut kalau orang lain akan mengejek atau menyalahkannya. Sehingga semakin rendah kepercayaan diri maka semakin tinggi kecemasan sosial pada remaja.

Kesepian juga merupakan salah satu faktor dari kecemasan sosial, sehingga melalui penelitian yang dilakukan oleh Misnani (2016) terhadap 87 siswa SMP Negeri 27 Samarinda yang menunjukkan bahwa adanya korelasi positif antara kesepian dengan kecemasan sosial. Kesepian memiliki hubungan dengan kecemasan sosial, individu yang menderita kesepian juga sering menderita kecemasan sosial, karena ketika hubungannya dengan orang lain tidak memuaskan seperti yang ia harapkan maka akan muncul rasa untuk menarik diri

dari lingkungan sosial. Hal tersebut berarti semakin rendah kesepian maka semakin rendah kecemasan sosial pada remaja di SMP Negeri 27 Samarinda. Dan sebaliknya, semakin tinggi kesepian maka semakin tinggi pula kecemasan sosial pada remaja di SMP Negeri 27 Samarinda.

Fenomena di atas menjadi motivasi penulis untuk meneliti tentang “Hubungan Antara Harga Diri Dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja Status Sosial Ekonomi Rendah Di Lingkungan-VIII Kelurahan Belawan I, Kecamatan Medan-Belawan”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan metode penelitian kuantitatif. Subjek yang dijadikan responden penelitian ini yaitu remaja yang berstatus sosial ekonomi rendah di Lingkungan VIII Kelurahan Belawan I, Kecamatan Medan-Belawan.

Teknik sampling yang digunakan menggunakan “*total sampling*” yaitu teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel (Sugiyono, 2016). Berdasarkan teknik tersebut, maka penelitian ini menggunakan sampel sebanyak 115 remaja.

Penelitian ini menggunakan dua skala, yaitu skala harga diri dan skala kecemasan sosial yang dikonstruksikan oleh peneliti sendiri.

Skala harga diri dikonstruksikan berdasarkan aspek harga diri yaitu kekuasaan, keberartian, kebajikan, kemampuan. Sedangkan skala kecemasan sosial dikonstruksikan berdasarkan pengukuran kecemasan sosial diantaranya *Fear of Negative Evaluation, Social Avoidance and Distress in New Situation, Social Avoidance and Distress in General*.

HASIL PENELITIAN

Perhitungan dalam penelitian ini dilakukan dengan melakukan uji prasyarat analisis (uji asumsi) yang terdiri dari uji normalitas dan uji linieritas. Analisis data yang digunakan adalah menggunakan korelasi *Product Moment (Pearson Correlation)* dengan bantuan SPSS 17 for Windows.

Tabel 1. Hasil Analisis Uji Normalitas

Var	Mean	Std	KS-Z	Sig	Ket
Kecemasan Sosial	70.86	13.565	.988	.284	Normal
Harga Diri	60.97	14.074	1.128	.157	Normal

Berdasarkan uji normalitas yang dilakukan terhadap variabel Kecemasan Sosial diperoleh koefisien KS-Z = .988 dengan sig sebesar .284 untuk uji 2 (dua) ekor dan Sig sebesar .142 untuk uji 1 (satu) ekor ($p > 0.05$), yang berarti bahwa data pada variabel kecemasan sosial memiliki sebaran atau berdistribusi normal. Uji normalitas pada variabel Harga Diri diperoleh koefisien KS-Z = 1.128 dengan Sig. sebesar .157 untuk uji 2 (dua) ekor dan Sig. sebesar .0785 untuk uji 1 (satu) ekor ($p > 0.05$). Berdasarkan hasil tersebut data variabel harga diri memiliki sebaran atau berdistribusi normal karena $p > 0.05$.

Tabel 2. Hasil Analisis Uji Linieritas

Variabel	F	Sig	Keterangan
Kecemasan Sosial Harga Diri	57.395	.000	Linear

Berdasarkan tabel 2 dapat dikatakan bahwa variabel kecemasan sosial dan harga diri memiliki hubungan linear. Hal ini terlihat dari nilai sig yang diperoleh yaitu 0.000 maka $p < 0.05$, dapat disimpulkan bahwa kedua variabel memiliki hubungan linear dan telah memenuhi syarat untuk dilakukan analisa korelasi *Product Moment*.

Tabel 3. Hasil Analisa Uji Hipotesis

	Kecemasan Sosial
Harga Diri	-.595** (0.000)

** $p < 0.05$

Berdasarkan hasil analisis antara kecemasan sosial dengan harga diri, diperoleh koefisiensi *product moment (Pearson Correlation)* yang diperoleh adalah $r = -0.595$ dengan sig sebesar 0.000 ($p < 0.05$). Dari hasil perhitungan tersebut, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini menunjukkan ada hubungan yang negatif antara harga diri dengan kecemasan sosial pada remaja status sosial ekonomi rendah di Lingkungan VIII Kelurahan Belawan I, Kecamatan Medan-belawan, artinya semakin tinggi harga diri, maka semakin rendah kecemasan sosial, dan sebaliknya semakin rendah harga diri, maka semakin tinggi kecemasan sosial.

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kausalitas antara harga diri dengan kecemasan sosial. Hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 115 remaja yang berstatus sosial ekonomi rendah, di Lingkungan VIII Belawan I, yang menjadi subjek penelitian, diperoleh bahwa terdapat hubungan negatif antara harga diri dengan kecemasan sosial, semakin tinggi harga diri maka semakin rendah kecemasan sosial, dan sebaliknya semakin rendah harga diri, maka semakin tinggi kecemasan sosial. Hal ini sesuai dengan teori dari Baron dan Byrne (2004) yang menyatakan bahwa harga diri merujuk pada sikap seseorang terhadap dirinya sendiri, mulai dari sangat negatif sampai sangat positif.

Baumister (dalam Larsen & Buss, 2008) menyatakan bahwa seseorang dengan harga diri yang rendah mungkin akan menghindar untuk mencoba dalam menjalin pertemanan yang baru serta takut akan penolakan. Dalam Hidayat dan Bashori (2016) apabila seseorang yang memiliki harga diri rendah tidak mendapatkan penanganan yang seharusnya, hal itu akan merugikan individu tersebut karena situasi akan terus memburuk bagi dirinya. Harga diri rendah akan menyebabkan yang bersangkutan memiliki harapan negatif sepanjang perjalanan hidupnya. Hal ini nantinya dapat membuat individu enggan memperjuangkan apapun, kehidupan subjek banyak diisi dengan berbagai kecemasan dalam menghadapi persoalan yang ditemuinya.

Kaplan, dkk., (dalam Ardiani & Hadjam, 2011) berpendapat kecemasan sosial merupakan kegiatan yang tidak rasional dan menetap biasanya berhubungan dengan kehadiran orang lain, individu menghindari situasi dimana ia mungkin dievaluasi atau dikritik yang membuatnya merasa terhina atau dipermalukan, dan menunjukkan tanda-tanda kecemasan atau menampilkan perilaku yang memalukan.

Secara implisit hal tersebut menjelaskan bahwa pendekatan ini menunjukkan adanya keterkaitan antara harga diri dengan kecemasan sosial. Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Ma'rifah dan Budiani (2012) pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Dagangan Madiun. Penelitian tersebut ditemukan bahwa harga diri mempengaruhi kecemasan sosial. Hasil penelitiannya

menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan dan negatif antara harga diri dengan kecemasan sosial ($p = 0.001$) ($r = -0.368$). Diartikan bahwa semakin tinggi harga diri yang dimiliki remaja maka akan semakin rendah kecemasan sosial pada remaja dan sebaliknya, semakin rendah harga diri yang dimiliki remaja maka akan semakin tinggi kecemasan sosial pada remaja.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa harga diri dapat mempengaruhi kecemasan sosial.

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat dikemukakan beberapa kesimpulan sebagai berikut:

Secara keseluruhan terdapat kecemasan sosial pada beberapa remaja status sosial ekonomi rendah di Lingkungan VIII Belawan I, hal itu dibuktikan dengan perilaku remaja yang melakukan penghindaran sosial terhadap orang lain di lingkungan sekolah maupun lingkungan tempat tinggal mereka. Kecemasan sosial dalam diri remaja tersebut menyebabkan beberapa dari remaja tersebut mengalami rasa kurang percaya diri untuk berkomunikasi dengan orang lain, malu terhadap situasi yang mereka alami, tidak berani untuk mengapresiasi perasaan terhadap orang lain sehingga seringkali memendam karena takut diperolok-olok oleh lawan bicara, serta tak jarang untuk menutup diri dan memandang diri mereka lebih rendah dibanding teman-temannya.

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penelitian, maka dapat dikemukakan saran-saran sebagai berikut :

Disarankan bagi remaja agar memiliki sikap dan pikiran yang positif serta terbuka terhadap masukan dari orang lain, disarankan juga agar remaja mampu mengenali kelebihan dan kekurangan yang ia miliki sehingga mampu meningkatkan rasa percaya dirinya.

Bagi orangtua diharapkan agar memberikan atau menyediakan waktu untuk mendengarkan keluh-kesah anak-anaknya terkait permasalahan yang menyebabkan anaknya untuk menutup diri dari pergaulan dan lingkungan sekitar.

Bagi masyarakat Indonesia disarankan untuk belajar menghargai satu sama lain tanpa mengenal perbedaan terutama berdasarkan status ekonomi sosial.

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat meneliti faktor-faktor lain yang mempengaruhi kecemasan sosial seperti faktor kesepian, konsep diri fisik, perilaku asertif dan kepercayaan diri serta dapat mengembangkan metode dan aspek-aspek dalam membuat skala yang akan digunakan dalam penelitian sehingga mendapatkan hasil yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdulsyani. 2015. *Sosiologi: Skematika, Teori, Dan Terapan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Ali, M. & Asrori, M. 2011. *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT BumiAksara.
- Alwisol. 2007. *Psikologi Kepribadian*. Malang : Universitas Muhammadiyah.
- Antony, M. M & Swinson, R. C. 2008. *The Shyness & Social Anxiety Workbook Second Edition*. Canada : New Harbinger
- Ardiani, T. A & Hadjam, M. N. R. 2011. *Psikologi Abnormal*. Bandung : CV Lubuk Agung.
- Baron, R. A & Byrne, D. 2004. *Psikologi Sosial*. Jakarta : Erlangga.
- Bps.go.id. 2017. *Presentase Penduduk Miskin*. Diakses pada 25 April 2018 dari: <https://www.bps.go.id/pressrelease/2018/01/02/1413/persentase-penduduk-miskin-september-2017-mencapai-10-12-persen.html>.
- Butler, G. 1999. *Overcoming Social Anxiety And Shyness*. London : Robinson.
- Davison, G. C., Neale, J. M & Kring, A. N. 2014. *Psikologi Abnormal Edisi ke-9*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Guidon, M. H. 2010. *Self Esteem Across the lifespan: Issues and interventions*. New York: Taylor&Francis. Diakses pada tanggal 21 April 2018 dari: https://books.google.co.id/books?id=EcoPo06GYCMC&pg=PA5&dq=self+esteem+definition&hl=en&sa=X&redir_esc=y#v=onepage&q=rogers&f=false.
- Hidayat, K & Bashori, K. 2016. *Psikologi Sosial : Aku, Kami dan Kita*. Jakarta : Erlangga.
- Hofmann, S. T & Dibartolo, P. M. 2014. *Social Anxiety: Clinical, Developmental, and Social Perspectives Third Edition*. United Kingdom : Academic Press.
- Jahja, Y. 2011. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana Media Group
- Jantz, G. L & McMurray, A. 2011. *Overcoming Anxiety Worry, And Fear*. Washington DC: House Publisher.
- Larsen, R. J. & Buss, D. M. 2008. *Personality Psychology*. Boston : McGraw-Hill.

- Liaqat & Akram. 2014. *Relationship between Self-Esteem and Social Anxiety Among Physically Handicapped People*. **International Journal Of Innovation And Scientific Research**, ISSN 2351-8014 Vol. 9 No. pp.307-316. Diakses pada tanggal 03 Maret 2018 dari: www.ijisr.issr-journals.org
- Ma'rifah & Budiani. 2012. Hubungan Antara Attachment Style Dan Self-Esteem Dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja. **Journal Psikologi: Teori & Terapan**, Vol. 3, No. 1. Diakses pada tanggal 03 Maret 2018 dari : <https://journal.unesa.ac.id>.
- Misnani. 2016. Hubungan Perilaku Asertif Dan Kesepian Dengan Kecemasan Sosial Korban *Bullying* Pada Siswa SMP Negeri 27 Samarinda. **Jurnal Psikoborneo**, 2016, 4 (4): 793 – 803. Diakses pada tanggal 03 Maret 2018 dari: <https://ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id>.
- Mutahari. 2016. Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Sosial Pada Siswa Kelas VII Smp Negeri 2 Kalasan Tahun Ajaran 2015-2016. *E-Journal Bimbingan dan Konseling Edisi 3 Tahun ke-5*. Diakses pada tanggal 03 Maret 2018 dari: <https://journal.student.uny.ac.id>.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A & Greene, B. 2005. **Psikologi Abnormal Edisi Ke Lima Jilid 1**. Jakarta: Erlangga.
- News.okezone. 2018. **Tak Tahan Di-Bully Kawan Sekolah, Siswi SMA di Riau Tewas Terjun ke Sungai**. Diunduh pada 25 April 2018 , dari: <https://news.okezone.com/read/2017/07/31/340/1747338/tak-tahan-di-bully-kawan-sekolah-siswi-sma-di-riau-tewas-terjun-ke-sungai>.
- Nolan, H. M. I & Waltres, K. S. 2000. *Social Anxiety Scale For Adolescent : Normative Data and Further Evidence of Construct Validity*. **Journal Of Clinical Child Psychology**, Vol. 29. No. 3. Diakses pada tanggal 03 February 2018 dari : <https://researchgate.net>.
- Santrock, J. W. 2007. **Perkembangan Anak**. Jilid 1 Edisi Kesebelas. Jakarta: Erlangga.
- Sugiyono. 2016. **Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif Dan R & D**. Bandung: Alfabeta.
- Upton, P. 2012. **Psikologi Perkembangan**. Jakarta: Erlangga.