

Role Model: Pilar Harapan bagi Anak Yatim Piatu di Kota Malang

Ronaldo Anthony¹, Lukman Hakim²

Psikologi, Universitas Merdeka Malang. 08999939888

e-mail: ronaldo.anthony@student.unmer.ac.id¹, lukman.hakim@unmer.ac.id²

Kata Kunci:

Yatim Piatu
Role Model
Mahasiswa

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pentingnya peran role model bagi mahasiswa yatim-piatu dalam mengembangkan motivasi akademik dan pribadi. Mahasiswa yatim-piatu sering menghadapi tantangan emosional dan sosial yang signifikan, yang dapat mempengaruhi kinerja akademis dan kesejahteraan psikologis mereka. Role model yang positif dapat memberikan inspirasi, dukungan, dan panduan yang diperlukan untuk mengatasi hambatan-hambatan ini. Melalui metode kualitatif dengan wawancara mendalam terhadap dua anak yatim-piatu, penelitian ini menemukan bahwa kehadiran role model berkontribusi secara signifikan terhadap peningkatan rasa percaya diri, aspirasi akademik, dan ketahanan dalam menghadapi kesulitan. Selain itu, role model membantu mahasiswa dalam membentuk identitas diri yang positif dan memberikan contoh konkret tentang cara mengatasi tantangan hidup. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa institusi pendidikan tinggi perlu mengembangkan program mentoring dan dukungan yang melibatkan role model dari berbagai latar belakang untuk membantu mahasiswa yatim-piatu mencapai potensi penuh mereka. Implikasi dari penelitian ini menggaris bawahi pentingnya kebijakan dan program yang mendukung keberadaan role model di lingkungan akademis.

Keyword:

Orphan
Role Model
Student

ABSTRACT

The study aims to examine the importance of the role model for orphaned students in developing academic and personal motivation. Orphaned students often face significant emotional and social challenges, which can affect their academic performance and psychological well-being. A positive role model can provide the inspiration, support, and guidance needed to overcome these obstacles. Through a qualitative method with in-depth interviews of two orphans, the study found that the presence of role models contributed significantly to increased self-confidence, academic aspirations, and resilience in the face of difficulties. In addition, role models help students to form a positive self-identity and provide concrete examples of how to overcome life's challenges. The results of this study suggest that higher education institutions need to develop mentoring and support programmes involving role models from a variety of backgrounds to help orphaned students reach their full potential. The implications of this research underline the importance of policies and programmes that support the existence of role models in the academic community.

I. PENDAHULUAN

Orang tua adalah sosok terpenting bagi seorang anak. Proses pembelajaran dimulai sejak dini, dan diberikan orang tua kepada anak. Fungsi orang tua pada anak adalah sebagai guru, membantu anak agar bisa mengatasi setiap permasalahan yang muncul [1]. Dimulai dari hal yang terkecil, seperti bagaimana cara anak menyelesaikan masalah yang sedang dihadapinya. Anak-anak yatim piatu cenderung mengalami hambatan emosional [2]. Dikarenakan gagalnya fungsi orang tua dalam memberikan perlindungan terhadap anak mengakibatkan anak menjadi sulit mengontrol emosinya. Menurut Bandura, perilaku yang dipelajari merupakan hasil dari kemampuan individu dalam menginterpretasikan pengetahuan dan informasi, menginterpretasikan model yang ditiru, memprosesnya secara kognitif, dan memutuskan tindakan untuk tujuan yang diinginkan [3]. Ketika belajar, setiap orang menyadari bahwa tindakan yang mereka lakukan memiliki tujuan dan konsekuensi. Bentuk pembelajaran sosial Albert Bandura melibatkan individu dalam memproses sendiri pengetahuan dan informasi yang diperoleh dengan mengamati model di lingkungan [4]. Masalah dengan cepat muncul dalam kehidupan para santri yatim piatu. Yang pertama adalah ketidakmampuannya untuk menanggapi tantangan yang dilemparkan kepadanya. Karena kurangnya dukungan dalam hidupnya, ia tidak dapat menyelesaikan masalah dengan sukses. Hal ini dapat menyebabkan Anda menghadapi tantangan baru. Oleh karena itu, santri yatim piatu dalam hal ini membutuhkan teladan dalam kehidupan sehari-hari [5]. Hal ini menjadi titik tolak bagi peneliti yang ingin melakukan investigasi lebih mendalam mengenai topik ini, khususnya mengenai peran penting psikologi anak usia dini di Universitas Merdeka Malang. Peneliti melakukan observasi pada beberapa anak yatim piatu.

II. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan jenis metode fenomenologi. Pendekatan fenomenologi digunakan untuk mengembangkan pemahaman atau menjelaskan arti dari suatu peristiwa yang dialami seseorang atau kelompok [6]. Senada dengan pendapat Creswell, fenomenologi juga digunakan untuk mengungkap suatu makna dari peristiwa atau pengalaman individu. Dalam hal ini peneliti memiliki alasan untuk menggunakan pendekatan fenomenologi, yakni ialah untuk memahami lebih dalam terkait dampak dari role model terhadap anak yatim piatu [7]. Dan untuk menjelaskan realitas sebagaimana yang dirasakan anak yatim piatu. Metode pengumpulan data dalam penelitian kali ini adalah observasi dan wawancara. Wawancara adalah percakapan tatap muka mengenai suatu permasalahan tertentu, merupakan proses tanya jawab secara lisan yang dilakukan oleh dua orang atau lebih yang bertemu secara tatap muka. Menurut Kartono (dalam Basuki, 2006), observasi adalah studi yang disengaja dan sistematis terhadap fenomena sosial dan gejala psikologis melalui observasi dan pencatatan.

Menurut peneliti, dengan metode observasi dan wawancara yang akan dilakukan dapat membantu peneliti mengkaji lebih dalam terkait role model terhadap anak yatim piatu. Dalam penelitian

ini metode wawancara yang di pakai adalah Wawancara terstruktur. Wawancara terstruktur ini adalah wawancara yang menggunakan pertanyaan-pertanyaan yang sama untuk semua responden. Pertanyaan hanya mencakup topik umum untuk membantu responden fokus. Sedangkan untuk observasi yang dilakukan menggunakan observasi partisipatif. Dimana observasi ini digunakan untuk mengambil bagian dan terlibat secara langsung yang dilakukan subjek, untuk mendapatkan sudut pandang dari subjek. Dalam hal ini peneliti akan mengamati subjek dalam beberapa waktu yakni mulai pagi hingga sore hari, dan mencatat ataupun merekam percakapan yang ada di hari itu. Dalam penelitian ini, peneliti mengajak 2 responden yang akan dijadikan sebagai informan dalam penelitian.

Sedangkan untuk meningkatkan pemahaman, kita harus terus menganalisis dengan mencoba mencari makna. Penelitian ini menggunakan analisis data fenomenologis interpretatif (IPA), yang artinya analisis ini bertujuan untuk memahami bagaimana individu memberi makna pada pengalaman pribadi mereka terhadap fenomena tertentu. Dengan menggunakan analisis fenomenologis interpretatif ini, peneliti dapat menggali lebih dalam tentang pengalaman mahasiswa/I yatim piatu terkait role model. Adapun Langkah-langkah Menggunakan IPA untuk Tema Ini; 1. Pengumpulan data, 2. Transkripsi dan Pembacaan Data, 3. Pengkodean Awal, 4. Pengembangan Tema, 5. Organisasi Tema, 6. Interpretasi dan Penulisan.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Responden dalam penelitian ini adalah dua anak yatim piatu, dimana kedua responden ini seorang mahasiswa dan mahasiswi dari Universitas Merdeka Malang. Kedua anak yatim piatu ini seringkali mengalami kesulitan dalam menghadapi permasalahan yang muncul dalam kehidupan sehari-harinya. Dalam hal ini peneliti mewawancarai lebih dalam kedua anak yatim piatu ini, guna mendapatkan informasi lebih dalam terkait *role model*. Peneliti pun mendapatkan jawaban terkait sosok yang dianggapnya role model dari responden A, “ada, salah satu sahabatku. Menurutku dia bisa menjadi sosok role model, karena dia bisa memberikan energi positif dan membantu mengatasi setiap permasalahan yang sedang aku hadapi. Seperti kemarin, setelah bercerita ke kamu soal ada laki-laki yang mau deketin aku. Aku juga bercerita ke sahabatku itu, dia dapat memberikan masukan dan beberapa sudut pandang yang gak aku pikirkan”. (Responden A, dalam wawancara, 2024). Sedangkan untuk responden F “saya memang tidak memiliki banyak teman, tetapi saya mempunyai beberapa teman yang dekat dengan saya dan itu berkualitas. Mereka tidak bisa disebut teman biasa karena mereka ada berperan juga dalam kehidupan saya, terutama R (teman responden F)”. (Responden F, dalam wawancara, 2024).

Dalam penelitian kali ini, peneliti akan membahas lebih dalam tentang pentingnya role model bagi mahasiswa yatim piatu. Menurut penelitian sebelumnya kehadiran orang tua dapat membantu anak dalam fase dewasa awal, terutama untuk memahami dunia lebih baik. Orang tua dapat membantu anak

memahami masalah melalui dua sisi sudut pandang yang berbeda sekaligus dapat menyeimbangkan antara tuntutan dan responsif yang perlu dimunculkan oleh anak melalui pola asuh. Sedangkan *role model* menurut Bandura ialah, individu yang berperan sebagai model untuk ditiru, dan proses peniruan ini dapat membentuk perilaku seseorang [8]. Seorang *role model* bisa setiap orang ; orang tua, saudara, teman. Dapat dilihat dari temuan penelitian yang ada, ada beberapa hal tentang *role model* yang terpenuhi dan yang tidak terpenuhi.

Role model yang terpenuhi yaitu ketika responden A dan responden F mendapatkan dukungan emosional, dalam hal ini dukungan emosional ini dapat berupa empati dari *significant other* K dan *significant other* R, kepedulian, perhatian, dan dorongan terhadap orang yang dilakukan oleh orang-orang terdekatnya (teman kuliah, dan sahabat dari responden A dan responden F) dan juga orang-orang di lingkungan sosialnya (rekan kerja dari responden A dan responden F). Selain itu dukungan informasi adalah suatu bentuk dukungan yang lebih bersifat nasehat, memberitahukan hal yang baik, atau umpan balik terhadap apa yang sudah dilakukan oleh responden A dan responden F tersebut.

Dukungan sosial ini dapat membantu seseorang mengatasi masalah yang tidak bisa responden atasi sendiri, dan membantu mengendalikan stress serta meningkatkan kemampuan untuk mengevaluasi diri [9]. Dukungan ini akan melatih responden untuk menumbuhkan rasa kasih sayang dan kepedulian yang tinggi terhadap sesama. Selain itu juga dengan adanya ikatan emosional antar responden A dengan *significant other* K dan responden F dengan *significant other* R adalah sebuah dampak baik yang dihasilkan, yakni regulasi emosi, memiliki hubungan sosial yang baik, memiliki kesejahteraan psikologis yang baik. Hal ini sejalan dengan teori yang di kembangkan oleh John Bowlby mengenai teori keterikatan (*attachment theory*).

Sedangkan untuk dampak *role model* yang tidak terpenuhi ialah, peniru tertua. Peniru tertua ini yang dimaksud adalah orang tua, sedangkan anak yatim piatu otomatis tidak memiliki peniru tertua. Menurut teori ini, individu, terutama anak-anak, belajar perilaku dan norma sosial dengan meniru orang-orang di sekitar mereka, terutama yang mereka anggap sebagai *role model*. Tanpa *role model* yang positif, anak-anak dapat mengalami berbagai dampak negatif. Tanpa *role model*, mahasiswa yatim-piatu mungkin merasa kehilangan arah dan motivasi, yang dapat berdampak negatif pada kemajuan akademis dan kehidupan pribadi mereka [10]. Hal ini yang menyebabkan mengapa *role model* itu penting untuk anak yatim piatu, dengan mendapatkan *role model* yang positif. Hal itu akan membawa dampak yang bagi responden dan *role model* itu sendiri, teori yang menyebutkan adanya dampak buruk bila tidak adanya *role model* bagi yatim piatu adalah Teori "Peniru Tertua" atau Teori Modeling yang sering dikaitkan dengan konsep dasar dari Teori Pembelajaran Sosial (*Social Learning Theory*) oleh Albert Bandura.

Adapun dampak dari tidak adanya role model bagi responden A dan responden F, yakni kedua responden merasa kebingungan ketika dihadapkan suatu masalah. Hal ini membuat responden A sering berpikir terlebih dahulu situasi yang sedang dihadapinya sebelum menceritakan masalahnya kepada significant other K. Sedangkan untuk responden F, ia tanpa ragu untuk menceritakan permasalahannya kepada significant other R. Dalam teori belajar menurut Albert Bandura, role model berfungsi sebagai mentor dalam kehidupan anak. Oleh karena itu, kedua responden membutuhkan role model untuk mendapat arahan dalam menghadapi kesulitan dan kebingungan yang sedang kedua responden hadapi.

IV. KESIMPULAN

Kesimpulan pada penelitian ini adalah mahasiswa yatim-piatu sering menghadapi berbagai kesulitan emosional, sosial, dan finansial yang dapat menghambat perkembangan mereka. Dalam situasi ini, memiliki *role model* yang sangat penting. *Role model* dapat memberikan inspirasi, motivasi, dan panduan yang konkret tentang bagaimana menghadapi dan mengatasi masalah. Mereka juga bisa menjadi sumber dukungan emosional dan moral, yang membantu mahasiswa yatim-piatu merasa lebih percaya diri dan termotivasi untuk mencapai tujuan mereka. Selain itu, *role model* yang baik dapat membantu mereka mengembangkan nilai-nilai positif, keterampilan kepemimpinan, dan ketahanan mental yang diperlukan untuk sukses di dunia akademis dan kehidupan secara umum. Dengan demikian, peran *role model* sangat vital dalam mendukung perkembangan pribadi dan profesional mahasiswa yatim-piatu, memberikan mereka harapan dan arah yang jelas untuk masa depan.

Pentingnya role model bagi mahasiswa yatim-piatu tidak bisa diabaikan karena mereka memainkan peran kunci dalam mendukung perkembangan emosional, akademis, dan sosial. Role model menyediakan bimbingan, motivasi, dan inspirasi yang sangat diperlukan oleh mahasiswa yatim-piatu untuk mengatasi tantangan hidup yang unik. Kehadiran role model yang positif membantu mereka merasa didukung dan dihargai, yang dapat meningkatkan rasa percaya diri dan ketahanan emosional. Tanpa dukungan ini, mahasiswa yatim-piatu berisiko mengalami isolasi sosial, stres yang tinggi, dan rendahnya rasa percaya diri.

Selain dampak emosional, role model juga berkontribusi signifikan terhadap prestasi akademis dan perencanaan karir mahasiswa yatim-piatu. Dengan memberikan contoh nyata dan bimbingan praktis, role model membantu mahasiswa menetapkan tujuan akademis yang realistis dan merancang strategi untuk mencapainya. Role model dapat memberikan nasihat tentang pilihan jurusan, teknik belajar yang efektif, serta cara mengembangkan keterampilan yang relevan dengan karir yang diinginkan. Hal ini penting karena mahasiswa yatim-piatu sering kali kekurangan bimbingan dari keluarga inti dalam hal pendidikan dan pengembangan karir.

Secara keseluruhan, kehadiran role model yang positif dapat mempengaruhi masa depan mahasiswa yatim-piatu secara signifikan. Mereka tidak hanya mendapatkan bimbingan praktis dan emosional, tetapi juga pengembangan nilai-nilai dan karakter yang kuat. Institusi pendidikan dan organisasi sosial perlu menyadari pentingnya peran ini dan mengembangkan program mentorship yang terstruktur untuk menghubungkan mahasiswa yatim-piatu dengan role model yang sesuai. Dengan demikian, mahasiswa yatim-piatu dapat lebih mudah mengatasi tantangan mereka dan mencapai potensi penuh dalam berbagai aspek kehidupan.

DAFTAR RUJUKAN

- [1] K. Lestari Anugrahwati and A. A. K. Sri Wiraswati, "Pentingnya Penerimaan Diri Bagi Remaja Panti Asuhan Islam," *J. Interv. Psikol.*, vol. 12, no. 2, pp. 107–122, 2020, doi: 10.20885/intervensipsikologi.vol12.iss2.art4.
- [2] A. Bandura, "Social learning theory," *Prentice-Hall*, 1977.
- [3] B. M. Bass and R. E. Riggio, *Transformational Leadership*, 2nd Editio. New York: Lawrence Erlbaum Associates Publishers, 2005. doi: <https://doi.org/10.4324/9781410617095>.
- [4] O. Hasan, "Studi Fenomenologi Praktik Akuntansi Untuk Pengeluaran Eksplorasi Pada Perusahaan Pertambangan Di Pt Vale Indonesia Tbk.," *J. Akunt. STIE Muhammadiyah Palopo*, vol. 5, no. 2, pp. 1–14, 2020, doi: 10.35906/ja001.v5i2.533.
- [5] R. A. Ghani, I. Saripah, and N. A. Nadhirah, "Role Model Siswa Dalam Penentuan Karir Remaja," *J. Educ. FKIP UNMA*, vol. 9, no. 1, pp. 123–130, 2023, doi: 10.31949/educatio.v9i1.4118.
- [6] B. Sulisty, *Metode penelitian*. Jakarta: Wedatama Widya Sastra, 2006, 2006.
- [7] D. Haryanti, E. M. Pamela, and Y. Susanti, "Perkembangan Mental Emosional Remaja Di Panti Asuhan," *J. Keperawatan Jiwa*, vol. 4, no. 2, pp. 97–104, 2019.
- [8] H. J. LESILOLO, "Penerapan Teori Belajar Sosial Albert Bandura Dalam Proses Belajar Mengajar Di Sekolah," *KENOSIS J. Kaji. Teol.*, vol. 4, no. 2, pp. 186–202, 2019, doi: 10.37196/kenosis.v4i2.67.
- [9] F. F. Marsiglia and J. M. Booth, "Cultural Adaptation of Interventions in Real Practice Settings," *Physiol. Behav.*, vol. 176, no. 5, pp. 139–148, 2018, doi: 10.4049/jimmunol.1801473.The.
- [10] R. Maya and M. Sarbini, "ATENSI AL-QUR'AN TERHADAP ANAK YATIM: Studi Al-Tafsir Al-Wasith Karya Wahbah Al-Zuhaili," *Al - Tadabbur J. Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir*, vol. 3, no. 02, p. 157, 2018, doi: 10.30868/at.v3i02.315.

Harga Diri: Hubungannya dengan Kecenderungan Kecemasan Sosial pada Dewasa Awal di Kota Malang

Ananda Cahaya Putra¹, Nawang Warsi Wulandari²
^{1,2}*Psikologi, Universitas Merdeka Malang. 085706521187*
e-mail: anandacp03@gmail.com¹, nawang.warsi@unmer.ac.id²

Kata Kunci:

Harga Diri
Kecemasan Sosial
Dewasa Awal

ABSTRAK

Kecemasan sosial adalah ketakutan berlebihan menerima kritik dari orang lain yang mengarahkan individu menghindari interaksi dengan sekelompok orang atau kelompok sosial. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara harga diri dengan kecemasan sosial pada dewasa awal di Kota Malang. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel *accidental sampling* menggunakan skala kuesioner yang disebar pada 100 responden dewasa awal di Kota Malang. Hasil penelitian ini menunjukkan koefisien korelasi $r = 0,807$ dengan $p = 0,000$ yang menandakan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan positif hubungan antara harga diri dengan kecemasan sosial pada dewasa awal di Kota Malang. Hubungan tersebut menunjukkan semakin tinggi harga diri maka semakin tinggi kecemasan sosial begitu pula sebaliknya.

Keyword:

Self-Esteem
Social Anxiety
Early Adulthood

ABSTRACT

Social anxiety is the excessive fear of receiving criticism from others that leads the individual to avoid interaction with a group of people or social groups. The purpose of this study is to find out whether there is a relationship between self-esteem and social anxiety in early adulthood in Malang City. The research method used was quantitative with an accidental sampling technique using a questionnaire scale distributed to 100 early adult respondents in Malang City. The results of this study showed a correlation coefficient of $r = 0.807$ with $p = 0.000$ which indicates that there is a very significant positive relationship between self-esteem and social anxiety in early adulthood in Malang City. The relationship shows that the higher the self-esteem, the higher the social anxiety and vice versa.

I. PENDAHULUAN

Kecemasan sosial yaitu ketakutan berlebihan menerima kritik dari orang lain yang mengarahkan individu menghindari interaksi dengan sekelompok orang atau kelompok sosial. Hal ini didukung oleh Varcarolis, yaitu kecemasan sosial ditandai oleh rasa takut yang muncul karena malu dan evaluasi negatif oleh orang lain dalam situasi sosial sehingga cenderung untuk menghindari situasi sosial yang ditakutinya[1].

Di Indonesia sendiri penelitian yang dilakukan oleh [2] ditemukan presentasi yang cukup tinggi dari hasil *self-report Social Anxiety Disorder*, yaitu 15,8% dari 311 orang Indonesia. Kasus-kasus kecemasan sosial lebih banyak ditemukan pada jenis kelamin wanita (baik dewasa maupun anak-anak), orang-orang yang memiliki pendidikan dan kondisi sosial ekonomi yang lebih rendah [3]. Menurut temuan penelitian yang dilakukan Pramudita dalam [4] dengan subjek penelitian mahasiswa berusia 18-25 tahun di Kota Malang, perempuan mengalami tingkat kecemasan sosial yang lebih besar daripada laki-laki. Kejadian ini senada dengan penelitian [5] bahwa mahasiswa di Kota Malang mengalami kecemasan sosial sebesar 22,27% dan terindikasi mengalami gangguan kecemasan sosial sebesar 20,85%. Pada umumnya perempuan mengalami kecemasan sosial lebih tinggi daripada laki-laki [4] Perempuan yang mengalami kecemasan sosial yang tinggi, cenderung berperilaku lebih negatif daripada positif, seperti kurang tersenyum, tidak banyak bicara, kurangnya kontak mata, dan merasakan gelisah yang berlebihan [6].

Kecemasan sosial memicu individu berhenti menjalankan apa yang ingin dilakukan dan umumnya individu yang cenderung mengalami kecemasan sosial menjauhi situasi sosial, jika tidak dilakukan antisipasi dalam jangka waktu yang lama hal ini akan terus berkembang lebih jauh dan kemungkinan akan berdampak pada hubungan sosial, pendidikan, kesehatan, keberlangsungan pekerjaan atau karier, dan aktivitas lainnya [5]

Kecemasan sosial memiliki beberapa faktor pembantu, [7] mengatakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi seorang individu dalam kecemasan sosial yaitu, *self esteem, self confidence and feelings on inferiority* (harga diri, kepercayaan diri, dan perasaan inferior). Berdasarkan faktor yang mempengaruhi kecemasan sosial, peneliti memilih faktor harga diri (*self-esteem*) sebagai variabel bebas atau variabel yang mempengaruhi kecemasan sosial pada dewasa awal untuk diteliti. Penentuan tersebut dikarenakan harga diri menjadi salah satu faktor internal yang terpenting dalam pembentukan perilaku seseorang. Harga diri dapat berdampak pada proses berpikir, keputusan-keputusan yang diambil, dan nilai-nilai tujuan individu [8].

Penelitian Biemans dkk dalam [9] yang menyatakan bahwa, ketika seorang individu memiliki harga diri yang rendah maka mereka merasa kurang dihargai, merasa kurang terhubung secara sosial, mereka merasa kesepian, dan kecemasan sosial. Penelitian yang dilakukan oleh [10] yang meneliti tentang keterkaitan antara harga diri dan kecemasan sosial, yang menunjukkan bahwa

ketika seorang anak mengalami kecemasan sosial maka harga dirinya akan menurun. Ketika harga diri seseorang tinggi maka akan mampu ketika berinteraksi sosial dengan orang lain.

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan dari harga diri dengan kecenderungan kecemasan sosial pada dewasa awal di Kota Malang.

II. METODE

Penelitian ini memakai pendekatan kuantitatif sehingga pada analisisnya memakai data berwujud angka yang diambil lewat langkah pengukuran dan diolah memakai metode analisis statistika [11]. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah harga diri sementara variabel terikat dalam penelitian ini ialah kecemasan sosial. Pengambilan data pada penelitian ini menggunakan kuisioner dengan skala harga diri yang diadaptasi dari [12] sejumlah 29 aitem menggunakan aspek dari teori [13] dengan skor reliabilitas 0,943 dan alat ukur kecemasan sosial yang diadaptasi dari [12] sejumlah 29 aitem menggunakan aspek dari teori [14] dengan skor reliabilitas 0,951.

Populasi dalam penelitian ini berjumlah 190.670 jiwa dilansir dari malangkota.bps.go.id pada 2023. Selanjutnya sampel yang digunakan dalam penelitian ini diputuskan berdasarkan rumus slovin dan mendapatkan hasil sebanyak 99,9 dewasa awal lalu dibulatkan menjadi 100 yang berusia 18-25 tahun. Setelah data yang diperlukan sudah lengkap, selanjutnya adalah melakukan uji analisis data. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji normalitas, uji linearitas dan uji korelasi product moment. Seluruh uji analisis data dilakukan dengan menggunakan SPSS 24 *for windows*.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menggunakan dewasa awal yang berdomisili di Kota Malang sebanyak 100 dewasa awal yang berusia 18 – 25 tahun. Pengambilan data dalam penelitian ini dengan cara mengisi skala secara *online* dalam bentuk *google form*.

Tabel 1.Data demografi sampel penelitian berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase %
Laki-laki	41	40,6%
Perempuan	59	59,4%
Total	100	100%

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dari sebanyak 100 sampel yang diteliti, penelitian ini didominasi dengan perempuan dewasa awal sejumlah 59 responden dengan persentase 59,4% dari total keseluruhan sampel, sedangkan responden laki-laki berjumlah 41 responden dengan persentase sebesar 40,6%.

Selanjutnya adalah kategorisasi data jawaban dari kedua variabel yang sudah dikelompokkan sesuai dengan angkanya. Disajikan dalam tabel sebagai berikut :

Tabel 2.Kategorisasi data harga diri

Kategori	Skor	Jumlah	Persentase
Rendah	$X < 58$	3	3%
Sedang	$58 \leq X < 87$	75	75%
Tinggi	$X \geq 87$	22	22%
Jumlah		100	100%

Berdasarkan data yang didapatkan di atas, maka dapat dilihat bahwa dewasa awal yang memiliki skor harga diri rendah sebanyak 3 dengan persentase 3%, skor harga diri sedang sebanyak 75 dengan persentase 75%, selanjutnya skor harga diri tinggi sebanyak 22 dengan persentase 22%.

Tabel 3. Kategorisasi data kecemasan sosial

Kategori	Skor	Jumlah	Persentase
Rendah	$X < 58$	2	2%
Sedang	$58 \leq X < 87$	69	69%
Tinggi	$X \geq 87$	29	29%
Jumlah		100	100%

Berdasarkan data yang telah diperoleh di atas, dapat dilihat bahwa dewasa awal yang memiliki skor kecemasan sosial rendah sebanyak 2 dengan persentase 2%, diikuti dengan skor kecemasan sosial sedang sebanyak 69 dengan persentase 69%, dan skor kecemasan sosial tinggi sebanyak 29 dengan persentase 29%.

Selanjutnya dilakukan uji normalitas untuk memenuhi syarat dalam uji hipotesis, hasil uji normalitas disajikan dalam tabel berikut :

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas

N (Jumlah Subjek)	Nilai <i>Kolmogorov Smirnov</i>	Signifikansi	Keterangan
100	0,104	$P > 0,05$	Normal

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan bahwa kedua variabel berdistribusi dengan normal dengan angka 0,104 berdasarkan acuan jika $P > 0,05$ maka dinyatakan normal. Setelah melakukan uji normalitas, dilakukan uji linearitas untuk mengetahui apakah kedua variabel berdistribusi dengan linear.

Tabel 5. Hasil Uji Linearitas

Variabel	F	P	Keterangan
Harga diri dan Kecemasan sosial	187,498	0,00	Linear

Berdasarkan hasil uji linearitas, nilai signifikansi yang terdapat pada *linearity* didapatkan sebesar 0,00 yang mana nilai tersebut lebih kecil dari nilai signifikansi yaitu 0,05. Maka dari itu,

dapat disimpulkan bahwa memang terdapat hubungan yang linear antara variabel harga diri dengan kecemasan sosial. Terakhir adalah uji hipotesis untuk mengetahui adakah hubungan antara harga diri dengan kecemasan sosial, disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 6. Hasil Uji Hipotesis

Variabel	Pearson correlation	Sig	Keterangan
Harga diri dan Kecemasan Sosiall	0,807	0,000	Berhubungan

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat pada nilai Sig menunjukkan nilai 0,000 Dimana nilai tersebut lebih kecil dari nilai signifikansi 0,005. Maka dapat disimpulkan bahwa uji hipotesis membuktikan bahwa ada hubungan yang terjadi antara harga diri dengan kecemasan sosial dewasa awal di Kota Malang, selanjutnya dilihat dari nilai *pearson correlation* dari kedua variabel bernilai 0,807 yang menurut pedoman derajat hubungan, antara variabel harga diri dengan kecemasan sosial memiliki korelasi yang kuat.

Setelah melakukan uji analisa data secara statistik, dibuktikan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini terbukti benar, yaitu terdapat hubungan antara harga diri dengan kecemasan sosial pada dewasa awal di Kota Malang. Hasil analisa data didukung dengan beberapa penelitian yang relevan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan [15] didapati bahwa besarnya korelasi antara harga diri dengan kecemasan sosial sangat signifikansi. Hal ini menunjukkan terdapat hubungan antara harga diri dengan kecemasan sosial. Penelitian lain oleh [16] penelitian ini mengungkapkan adanya korelasi positif antara harga diri dan kecemasan memilih pasangan. Korelasi positif yang dihasilkan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa wanita dewasa awal merasakan kecemasan karena khawatir tidak bisa memenuhi standar diri mereka.

IV. SIMPULAN

Berdasarkan kajian teori dan hasil analisis data serta pembahasan terkait hubungan antara harga diri dengan kecenderungan kecemasan sosial pada dewasa awal di Kota Malang, maka penulis menarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan positif antara harga diri dengan kecemasan sosial dengan kata lain, semakin tinggi harga diri seorang individu maka semakin tinggi individu tersebut mengalami kecemasan sosial begitu pula sebaliknya.

DAFTAR RUJUKAN

- [1] E. M. Varcarolis, *Manual of Psychiatric Nursing Care Planning: Assessment Guides, Diagnoses, Psychopharmacology*. Elsevier Health Sciences, 2011.

- [2] N. Vriends, M. C. Pfaltz, P. Novianti, and J. Hadiyono, "Taijin Kyofusho and Social Anxiety and Their Clinical Relevance in Indonesia and Switzerland," *Front. Psychology*, vol. 4, 2013, doi: 10.3389/fpsyg.2013.00003.
- [3] R. Hidalgo, S. Barnett, and J. Davidson, "Social anxiety disorder in review: Two decades of progress," *The international journal of neuropsychopharmacology / official scientific journal of the Collegium Internationale Neuropsychopharmacologicum (CINP)*, vol. 4, pp. 279–98, Oct. 2001, doi: 10.1017/S1461145701002504.
- [4] D. R. Permatasari, D. R. Diah, and H. Khotimah, "Ketidakpuasan bentuk tubuh dengan kecenderungan kecemasan sosial pada perempuan di fase dewasa awal di Kota Malang," *JPT*, vol. 17, no. 2, pp. 180–186, Oct. 2022, doi: 10.26905/jpt.v17i2.9073.
- [5] C. Suryaningrum, "College student's social anxiety: a study of the young people mental health in digital age," *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, vol. 9, p. 1, Feb. 2021, doi: 10.29210/150100.
- [6] T. B. Kashdan, P. Rose, and F. D. Fincham, "Curiosity and exploration: facilitating positive subjective experiences and personal growth opportunities," *J Pers Assess*, vol. 82, no. 3, pp. 291–305, Jun. 2004, doi: 10.1207/s15327752jpa8203_05.
- [7] G. Butler, M. Fennell, and A. Hackmann, *Cognitive-behavioral therapy for anxiety disorders: Mastering clinical challenges*. In *Cognitive-behavioral therapy for anxiety disorders: Mastering clinical challenges*. New York, NY, US: The Guilford Press, 2008, pp. xv, 224.
- [8] F. Apsari, "Hubungan Antara Harga Diri dan Disiplin Sekolah dengan Perilaku Bullying Pada Remaja," *Jurnal Penelitian Humaniora*, vol. 14, no. 1, pp. 9–16, 2013.
- [9] M. Fatima, S. Niazi, and S. Ghayas, "Relationship between Self-Esteem and Social Anxiety: Role of Social Connectedness as a Mediator," *Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology*, vol. 15, no. 2, pp. 12–17, Apr. 2018.
- [10] N. Bano, Z. R. Ahmad, and A. Z. Ali, "Relationshop of Self Esteem and Social Anxiety: A Comparative Study Between Male and Female Adolescents," *Pakistan Journal of Clinical Psychology*, pp. 15–23, Nov. 2012.
- [11] S. Azwar, "Jenis Penelitian," in *Metode Penelitian Psikologi*, 2nd ed., Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017, pp. 5–6.
- [12] 160901045 Zainatul Dilla, "Hubungan Antara Harga Diri Dengan Kecemasan Sosial Memilih Pasangan Hidup Pada Wanita Dewasa Awal Di Kecamatan Sampoiniet Kabupaten Aceh Jaya," masters, UIN Ar-Raniry, 2022. Accessed: May 12, 2024. [Online]. Available: <http://repository.ar-raniry.ac.id>
- [13] M. Rosenberg, "Rosenberg Self-Esteem Scale." 1965. doi: 10.1037/t01038-000.
- [14] A. M. La Greca and N. Lopez, "Social anxiety among adolescents: Linkages with peer relations and friendships," *Journal of Abnormal Child Psychology*, vol. 26, no. 2, pp. 83–94, 1998, doi: 10.1023/A:1022684520514.

- [15] A. Tajuddin and H. Haenidar, "HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DENGAN KECEMASAN SOSIAL PADA REMAJA AKHIR," *JURNAL PSIKOLOGI SKIsO (Sosial Klinis Industri Organisasi)*, vol. 1, no. 1, Art. no. 1, Apr. 2019.
- [16] V. Utami, L. Hakim, and Junaidin, "HUBUNGAN HARGA DIRI DENGAN KECEMASAN MEMILIH PASANGAN HIDUP PADA PEREMPUAN DEWASA AWAL," *Diskursus Ilmu Psikologi & Pendidikan*, vol. 2, no. 1, pp. 15–20, Dec. 2019, doi: 10.36761/jp.v2i1.431.