



Hubungan antara Self Esteem dengan Social Anxiety pada Remaja Berstatus Sosial Ekonomi Rendah

Dwike Nur Kholiza^{1✉}, Herio Rizki Dewinda², Andhika Anggawira³

^{1,2,3}Universitas Putra Indonesia YPTK Padang

anggawira4ever@yahoo.co.uk

Abstract

Adolescence is an important period, because times and music-creations need to be adapted to many things. A teenager is expected to have good self-esteem, and it becomes important to help overcome social anxiety. This study aims to determine the relationship between Self Esteem and Social Anxiety in Adolescents with Low Socio-Economic Status at SMA N 1 Talamau. The independent variable in this study is Self Esteem and the determined variable is Social Anxiety. The measuring instrument used in this study is the Self Esteem and Social Anxiety scale. The sampling technique in this study used a purposive sampling technique. The sample in this study found 53 students of SMA N 1 Talamau. Test the validity and reliability in this study using the Alpha Cronbach technique. The item discriminatory index on the Self Esteem scale moves from $r_{ix} = 0.376$ to $r_{ix} = 0.734$ with a reliability coefficient of $\alpha = 0.937$ while the Social Anxiety scale moves from $r_{ix} = 0.396$ to $r_{ix} = 0.798$ with a reliability coefficient of $\alpha = 0.945$. Based on data analysis, it can be concluded that there is a significant relationship between Self Esteem and Social Anxiety, with a correlation (r) -0.718 with a significant level of 0.000 which means the hypothesis is accepted. This shows that there is a significant negative relationship between Self Esteem and Social Anxiety in adolescents with low socioeconomic status at SMA N 1 Talamau.

Keywords: Self Esteem, Social Anxiety, Youth, Social, Economics.

Abstrak

Masa remaja merupakan masa yang penting, karena merupakan masa peralihan dan memerlukan penyesuaian dalam banyak hal. Seorang remaja diharapkan mempunyai self esteem yang baik, dan hal itu menjadi penting untuk membantu mengasi sosial anxiety. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara Self Esteem dengan Social Anxiety Pada Remaja Berstatus Sosial Ekonomi Rendah di SMA N 1 Talamau. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Self Esteem dan variable terikat adalah Social Anxiety. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala Self Esteem dan Social Anxiety. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 53 orang Siswa SMA N 1 Talamau. Uji validitas dan reliabilitas pada penelitian ini menggunakan teknik Alpha Cronbach. Indeks daya beda aitem pada skala Self Esteem bergerak dari $r_{ix} = 0,376$ sampai dengan $r_{ix} = 0,734$ dengan koefisien reliabilitas sebesar $\alpha = 0,937$ sedangkan pada skala Social Anxiety bergerak dari $r_{ix} = 0,396$ sampai dengan $r_{ix} = 0,798$ dengan koefisien reliabilitas sebesar $\alpha = 0,945$. Berdasarkan analisis data, dapat di simpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara Self Esteem dengan Social Anxiety, dengan nilai korelasi (r) -0.718 dengan taraf signifikan $0,000$ yang berarti hipotesis diterima. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara Self Esteem dengan Social Anxiety pada remaja berstatus sosial ekonomi rendah di SMA N 1 Talamau. Kata kunci: Kata kunci dituliskan dalam 5 kata yang merupakan subset dari judul makalah, ditulis dengan menggunakan huruf kecil kecuali untuk singkatan, dan dipisahkan dengan tanda baca koma untuk antar kata.

Kata kunci: Self Esteem, Social Anxiety, Remaja, Sosial, Ekonomi.

Psyche 165 Journal is licensed under a Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License.



1. Pendahuluan

Sekolah Menengah Atas (SMA) adalah salah satu bentuk satuan pendidikan formal yang menyelenggarakan pendidikan umum pada jenjang pendidikan menengah sebagai lanjutan dari Sekolah Menengah Pertama (SMP), Madrasah Tsanawiyah (MTs), atau bentuk lain yang sederajat. Peserta didik SMA adalah mereka yang berusia antara 16 sampai 18 tahun dimana pada usia ini sedang berada pada fase remaja [1]. Masa SMA bisa dikatakan merupakan masa peralihan seseorang dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa.

Faktanya dilihat dari masa perkembangan remaja, siswa SMA jika ditinjau dari segi perkembangan merupakan masa transisi anak-anak menuju masa dewasa dimana terjadi perubahan-perubahan yang signifikan baik perubahan pada tubuh, psikologis dan kognitif [2]. Istilah remaja dikenal dengan “*adolescence*” yang berasal dari kata latin “*adolescere*” yang memiliki arti tumbuh atau tumbuh untuk mencapai kematangan. Masa remaja sering dikenal masa mencari jati diri, dan disebut dengan identitas ego (*ego identity*) [3].

Ciri khas yang menonjol pada remaja adalah masalah yang menyangkut penilaian terhadap dirinya sendiri

sehingga mereka terikat dengan adanya penerimaan lingkungan. 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. Individu dengan status sosial ekonomi yang tergolong mampu, dia akan dapat berinteraksi sosial dengan baik [4]. Hal tersebut mengindikasikan remaja dengan status sosial ekonomi baik akan lebih mudah dalam berinteraksi dan bersosialisasi dengan lingkungannya begitu juga sebaliknya dengan remaja yang berstatus sosial ekonomi rendah. Seseorang dengan status ekonomi rendah cenderung lebih tegang dan seseorang dengan status ekonomi tinggi cenderung lebih santai [5].

Remaja yang merasa mengalami penolakan dari lingkungannya, minder dan rendah diri akan memicu timbulnya kecemasan sosial (*social anxiety*). *Social anxiety* seringkali dirasakan oleh remaja karena remaja masih mempersepsikan orang lain seolah-olah memperhatikan terhadap dirinya. *Social anxiety* adalah perasaan tidak nyaman dengan kehadiran orang lain, yang selalu disertai oleh perasaan malu yang ditandai dengan kejanggalan dan ketakutan, hambatan dan kecenderungan untuk menghindari interaksi sosial [6]. Pendapat tersebut merujuk kecemasan sosial pada faktor internal individu tentang bagaimana cara pandang (perspektif) terhadap lingkungan sosial [7].

Social anxiety hadir karena ada kekhawatiran memperoleh evaluasi negatif dari orang lain saat individu terlibat dalam aktivitas atau situasi sosial tertentu. Dalam bahasa yang sederhana, *Social anxiety* adalah perasaan malu dinilai atau diperhatikan oleh orang lain karena adanya prasangka bahwa orang lain menilai negatif terhadap dirinya [8].

Status ekonomi yang mapan akan mempengaruhi semakin tingginya self esteem, dan status sosial ekonomi yang rendah akan memicu rendahnya self esteem [5]. Orang yang memiliki self esteem tinggi merasa percaya diri dan sebagai akibatnya mereka dapat secara efektif menangani semua jenis situasi, yang pada akhirnya mengurangi kemungkinan *social anxiety*. *Self esteem* bekerja sebagai sosiometri yang memberi seseorang perasaan dicintai dan dihargai oleh orang-orang [9].

Berdasarkan hasil wawancara dengan 6 (enam) orang siswa SMA N 1 Talamau yang berstatus sosial ekonomi rendah pada tanggal 18 Maret 2021, mengatakan bahwa mereka merasakan perasaan yang cemas, tidak nyaman dan tertekan saat berhadapan dengan orang baru ataupun berada di keramaian, hal tersebut menjadikan dirinya lebih penyendiri dan terkadang menghindari teman-temannya. Dapat disimpulkan dari hasil wawancara tersebut bahwa memang ada *social anxiety* yang mereka alami. Saat

berada dikeramaian mereka merasa orang-orang melihat dengan sinis, berpikir hal buruk tentang dirinya, begitu juga ketika akan tampil di depan kelas ataupun didepan banyak orang, hal tersebut tidak hanya berdampak pada psikologis tapi juga berdampak pada perubahan kondisi fisiknya seperti tangan menjadi dingin, berkeringat, sakit perut, suara mengecil dan gemetar.

Hal tersebut didukung oleh wawancara yang telah dilakukan dengan 4 (empat) wali kelas dan 2 (dua) guru bimbingan konseling di SMA N 1 Talamau pada tanggal 20 Maret 2021, dapat diperoleh informasi dan kesimpulan bahwa memang ada beberapa kasus pada siswa tersebut yang berhubungan dengan kecemasan sosial dengan latar belakang sosial ekonomi rendah, beberapa contoh kasusnya siswa sampai berhenti sekolah, tidak masuk kelas, bolos, tidak ikut dalam diskusi kelas, menurunnya nilai dan minat belajar siswa, menyendiri, dan jarang bersosialisasi ataupun berinteraksi dengan teman-temannya.

Seperti MK (16) memilih berhenti sekolah karena merasa minder dan terkucilkan dari teman-temannya, awalnya MK sering tidak mengikuti sekolah daring dan tidak masuk saat pembelajaran sekolah offline karena masalah tidak memiliki smartphone, pembayaran uang sekolah dan buku, meskipun sudah diajak berdiskusi orang tua dengan wali kelas dan dibantu oleh pihak sekolah, MK tetap memilih untuk berhenti sekolah. MK mengatakan bahwa kendalanya selama ini adalah munculnya perasaan minder ketika bertemu dengan banyak orang, ia tidak memiliki teman dekat di sekolah dan jarang berinteraksi dengan teman-temannya. Munculnya perasaan malu untuk berteman karena ia berpikir apapun yang dikatakan atau dilakukannya akan salah, diejek dan dipermalukan oleh teman-temannya. Merasa bukan anak gaul dan berasal dari keluarga yang kurang mampu menjadikan MK berpikiran negatif tentang dirinya, sehingga lebih memilih untuk menyendiri karena cemas saat harus berinteraksi dan bersosialisasi dengan teman-temannya.

1.1. *Social Anxiety*

Social anxiety adalah ketakutan yang menetap terhadap situasi sosial yang berhubungan dengan performa diri dan menghadapi evaluasi dari orang lain, diamati, takut dipermalukan, dan dihina [10]. *Social anxiety* sebagai proses yang ditandai dengan ketakutan dan lebih berhati-hati dengan orang yang disekitarnya [11].

Ketakutan akan evaluasi negatif, diekspos, dan menghindar dari lingkungan sosial (menyendiri) merupakan ciri khas dari *social anxiety* [12]. *Social anxiety* merupakan ketakutan menetap dan tidak rasional yang umumnya berkaitan dengan keberadaan orang lain. Salah satu faktor yang mempengaruhi *social anxiety* adalah *self esteem* [4].

Beberapa karakteristik dari *social anxiety* yaitu memiliki reaksi negatif terhadap situasi sosial yang memungkinkan terjadinya evaluasi negatif, kurangnya

percaya diri untuk dapat berinteraksi dengan orang lain, tingkah laku menghindar, dan meningkatnya respon fisiologis [12].

Social anxiety adalah perasaan tidak nyaman dalam kehadiran orang lain yang selalu disertai oleh perasaan malu yang ditandai dengan kejanggalan atau kekakuan, hambatan dan kecenderungan untuk menghindari interaksi sosial. Kecemasan sendiri merupakan suatu respon yang beragam terhadap situasi-situasi yang mengancam dan suatu pengalaman subjektif dari ketegangan atau kegugupan (*nervousness*) [13].

Berdasarkan pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud dengan *social anxiety* adalah kondisi dimana seseorang merasa tidak nyaman saat berada dalam situasi dan interaksi sosial dengan orang lain karena cemas dengan penilaian negatif dari orang lain.

1.2. Aspek-Aspek Social Anxiety

Tiga aspek *social anxiety*, yaitu : a) Ketakutan akan evaluasi negatif. b) Penghindaran sosial dan rasa tertekan dalam situasi yang baru atau berhubungan dengan orang asing atau baru. c) Penghindaran sosial dan rasa tertekan yang dialami secara umum atau dengan orang yang dikenal [11]. Aspek *social anxiety* yaitu: penghindaran pada situasi-situasi sosial, kecemasan bahwa akan dikritik oleh orang lain, perasaan diri bahwa tidak berharga yang dimiliki [14].

1.3. Self Esteem

Self esteem (harga diri) adalah perasaan kebernilaian diri kita, suatu penilaian yang kita buat tentang seberapa hebat diri kita [4]. *Self esteem* merujuk pada sikap seseorang terhadap dirinya sendiri mulai dari sangat negatif sampai sangat positif [15]. *Self esteem* sebagai sesuatu yang merupakan kebutuhan setiap orang dan terasa mulai dari tingkat yang rendah hingga tinggi. Kebutuhan untuk dihargai ini dalam kehidupan bermasyarakat mempunyai pengaruh yang sangat besar terhadap perilaku seseorang [16]. *Self esteem* merupakan hasil evaluasi tentang diri kita sendiri, artinya bukan hanya menilai seperti apa diri kita sendiri, namun juga menilai kualitas-kualitas yang adapada diri sendiri [14].

Empat tipe pengertian self esteem. Pertama, *self esteem* dipandang sebagai sikap, seperti sikap-sikap lainnya, *self esteem* menunjuk pada suatu objek tertentu yang melibatkan reaksi kognitif, emosi, dan perilaku, baik positif maupun negatif. Kedua, *self esteem* dipandang sebagai perbandingan mendekati ideal self dan begitu sebaliknya. Ketiga, *self esteem* dianggap sebagai respons psikologis seseorang terhadap dirinya sendiri, lebih dari sekedar sikap. Keempat, *self esteem* dipahami sebagai komponen dari kepribadian atau self system seseorang.

1.4. Aspek-Aspek Self Esteem

Empat aspek self esteem 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*), sukses memenuhi tuntutan prestasi yang ditandai oleh keberhasilan individu dalam mengerjakan berbagai tugas atau pekerjaan dengan baik [18].

Ada tiga aspek self esteem yaitu: a) Perasaan diterima (*feeling of belonging*) Perasaan individu bahwa dirinya merupakan bagian dari suatu kelompok dan dirinya diterima seperti dihargai anggota kelompoknya. Kelompok tersebut bisa keluarga, teman sebaya atau kelompok lainnya. b) Perasaan mampu (*feeling of competence*) Perasaan dan keyakinan individu akan kemampuannya yang ada pada dirinya sendiri dalam mencapai suatu hasil yang diharapkan misalnya perasaan seseorang saat mengalami keberhasilan atau kegagalan. c) Perasaan berharga (*feeling of worth*) Perasaan di mana individu merasa dirinya berharga atau tidak, di mana perasaan ini banyak dipengaruhi pengalaman masa lalu [19].

2. Metodologi Penelitian

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif korelasional dengan variabel penelitian dependennya adalah *social anxiety* (Y) dan variabel independennya adalah *self esteem* (X). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI dan XII yang berstatus sosial ekonomi rendah di SMA N 1 Talamau, yang berjumlah 53 orang. Adapun teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah teknik purposive sampling. Purposive sampling adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu [20]. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala. Model Skala yang digunakan *social anxiety* dan *self esteem* adalah model skala likert. Skala Likert digunakan untuk mengatur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial [20].

Format respon jawaban skala social anxiety dan skala *self esteem* berdasarkan empat pilihan jawaban, yaitu SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai), dan STS (Sangat Tidak Sesuai). Peneliti tidak menggunakan pilihan jawaban tengah "N" (Netral). Apabila pilihan jawaban tengah disediakan, maka subjek akan cenderung memilih jawaban tengah, sehingga data mengenai perbedaan diantara subjek

menjadi kurang informatif dan sikap subjek yang sebenarnya tidak dapat diketahui secara jelas.

Suatu item dapat dianggap memiliki daya diskriminasi yang memuaskan jika berkorelasi signifikan terhadap skor total atau jika melakukan penilaian langsung terhadap koefisien korelasi bisa digunakan batas nilai berkriteria $r_{xy} > 0,3$. Dan sebaliknya item skala dikatakan gugur jika koefisien korelasi lebih kecil dari 0,3 ($r_{xy} < 0,3$). Juga dilakukan uji normalitas menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov. Uji Linieritas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linear atau tidak. Dua variabel dikatakan mempunyai hubungan yang linear bila signifikansi (linearity) kurang dari 0,05 [21].

Koefisien validitas skala *self esteem* memiliki nilai corrected item-total correlation berkisar antara 0,376 sampai dengan 0,734. Dengan koefisien reliabilitasnya sebesar 0,937. Koefisien validitas skala *self esteem* memiliki nilai corrected item-total correlation berkisar antara 0,396 sampai dengan 0,798. Dengan koefisien reliabilitasnya sebesar 0,945. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji analisis One Sample Kolmogorov-Smirnov yang dinyatakan berdistribusi normal jika signifikansi (p) lebih besar dari 0,05, menyatakan bahwa data dinyatakan berdistribusi normal jika signifikansi lebih besar dari 5% atau 0,05 [22].

3. Hasil dan Pembahasan

3.1 Hasil

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah populasi data berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji analisis One Sample Kolmogorov-Smirnov yang dinyatakan berdistribusi normal jika signifikansi (p) lebih besar dari 0,05. Data dinyatakan berdistribusi normal jika signifikansi lebih besar dari 5% atau 0,05. Berdasarkan hasil pengolahan data dengan menggunakan program SPSS versi 21.0 [22]. Hasil pengolahan data dengan menggunakan program IBM SPSS versi 21.0 terlihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Uji Normalitas *Self Esteem* dengan *Social Anxiety*

Variabel	N	KSZ	P	Sebaran
<i>Self Esteem</i>	53	0.744	0.638	Normal
<i>Social Anxiety</i>	53	0.583	0.886	Normal

Berdasarkan tabel 1 di atas, maka diperoleh nilai signifikansi pada skala *self esteem* sebesar $p = 0,638$ dengan $KSZ = 0,744$ hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai $p > 0,05$, artinya sebaran skala *self esteem* terdistribusi secara normal, sedangkan untuk *social anxiety* diperoleh nilai signifikansi sebesar $p = 0,886$ dengan $KSZ = 0,583$, hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai $p > 0,05$, artinya sebaran terdistribusi secara normal. Hasil uji linieritas *self esteem* dengan *social anxiety* terlihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Uji Linieritas *Self Esteem* dengan *Social Anxiety*

N	Df	Mean Square	F	Sig
53	1	756.172	55.373	0.000

Berdasarkan tabel 2 di atas, di peroleh nilai $F = 55.373$ dengan signifikan sebesar $p = 0,000$ ($p < 0,05$), artinya varians pada skala *self esteem* dengan *social anxiety* tergolong linear. Hasil uji korelasi antara *self esteem* dengan *social anxiety* dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Uji Korelasi Antara *Self Esteem* dengan *Social Anxiety*

P	(α)	Nilai Korelasi (r)	R squared	Kesimpulan
0,000	0,01	-0.718	0.516	Sig (2-tailed) 0.000 < 0,01 level of significant (α), berarti hipotesis diterima

Berdasarkan tabel 3 di atas, maka diperoleh koefisien korelasi antara *self esteem* dengan *social anxiety*, yaitu sebesar $r = -0,718$ dengan taraf signifikansi $p = 0,000$. Hal ini menunjukkan adanya korelasi yang tinggi dengan arah negatif antara kedua variabel, yang artinya jika *self esteem* tinggi maka *social anxiety* rendah, sebaliknya jika *self esteem* rendah maka *social anxiety* tinggi. Hasil uji *self esteem* dengan *social anxiety* dapat dilihat pada Tabel 4.

Tabel 4. Descriptive Statistic Skala *Self Esteem* dengan *Social Anxiety*

Variable	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
<i>Self Esteem</i>	53	66.70	6.738	56	83
<i>Social Anxiety</i>	53	74.92	5.309	63	85

Berdasarkan nilai mean empirik, maka dapat dilakukan pengelompokan yang mengacu pada kriteria pengkategorisasian dengan tujuan menempatkan individu kedalam kelompok-kelompok yang terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur [21]. Kategori *self esteem* dan *social anxiety* dapat dilihat pada Tabel 5.

Tabel 5 Kategori *Self Esteem* dengan *Social Anxiety*

Variabel	Skor	Jumlah	Presentase (%)	Kategori
<i>Self esteem</i>	56-59	9	17%	Rendah
	60-72	34	64%	Sedang
	73-83	10	19%	Tinggi
<i>Social anxiety</i>	63-69	6	11%	Rendah
	70-79	35	66%	Sedang
	80-85	12	23%	Tinggi

Berdasarkan Tabel 5 dapat dijelaskan bahwa 9 orang (17%) siswa yang memiliki *Self Esteem* yang rendah, 34 orang (64%) siswa yang memiliki *Self Esteem* yang sedang dan 10 orang (19%) siswa yang memiliki *Self Esteem* yang tinggi. Sementara itu, ada 6 orang (11%) siswa yang memiliki *social anxiety* yang rendah, 35 orang (66%) siswa yang memiliki *social anxiety* yang sedang dan 12 orang (23%) siswa yang memiliki *social anxiety* yang tinggi.

Berdasarkan hasil uji korelasi Product Moment (Pearson) yang dilakukan dengan bantuan IBM SPSS versi 24.0, dimana level of significant (α) 0,01 dan diperoleh nilai koefisien korelasi (r_{xy}) -0,718 menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *self esteem* dengan *social anxiety* pada siswa kelas XI dan XII di SMA N 1 Talamau dengan arah negatif, artinya jika *self esteem* siswa kelas XI dan XII di SMA N 1 Talamau tinggi maka *social anxiety* siswa rendah, sebaliknya jika *self esteem* siswa XI dan XII di SMA N 1 Talamau rendah maka *social anxiety* siswa tinggi. Hal ini diperkuat dengan hasil uji signifikansi dengan bantuan IBM SPSS versi 21.0, didapatkan $p = 0,000 < 0,01$ level of significant (α), sesuai dengan pernyataan diatas maka hipotesis diterima.

Seseorang dengan *self esteem* yang tinggi menunjang untuk memiliki *social anxiety* yang rendah. *Self esteem* memberikan pengaruh negatif dan signifikan terhadap *social anxiety* [22]. Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self esteem* dengan *social anxiety*, artinya semakin tinggi *self esteem* maka semakin rendah *social anxiety*, sebaliknya semakin rendah *self esteem* maka semakin tinggi *social anxiety* [23].

Berdasarkan analisis di atas terhadap 53 orang sampel pada siswa kelas XI dan XII di SMA N 1 Talamau didapatkan 9 orang (17%) siswa yang memiliki *self esteem* yang rendah, 34 orang (64%) siswa yang memiliki *self esteem* yang sedang dan 10 orang (19%) siswa yang memiliki *self esteem* yang tinggi. Sementara itu, ada 6 orang (11%) siswa yang memiliki *Social Anxiety* yang rendah, 35 orang (66%) siswa yang memiliki *social anxiety* yang sedang dan 12 orang (23%) siswa yang memiliki *social anxiety* yang tinggi. Berdasarkan hal tersebut disimpulkan bahwa *self esteem* dengan *social anxiety* pada siswa kelas XI dan XII SMA N 1 Talamau mayoritas berada pada kategori sedang. *Self esteem* merupakan salah satu faktor internal yang merupakan kunci terpenting dalam pembentukan perilaku seseorang. *Self esteem* dapat berpengaruh pada proses berpikir, keputusan-keputusan yang diambil, dan nilai-nilai tujuan individu [24]. Seseorang yang memiliki *self esteem* rendah akan memiliki perasaan takut gagal ketika terlibat dalam hubungan sosial, dan hal tersebut merupakan karakteristik timbulnya *social anxiety* [13].

Adapun sumbangan efektif dari variable *self esteem* terhadap *social anxiety* adalah sebesar 52% dan 48% lagi dipengaruhi oleh faktor lain. Faktor-faktor lain yang mempengaruhi *social anxiety* yaitu, *Subtle kinds of avoidance* (menghindari situasi yang menyulitkan), *Safety behaviors* (perilaku aman), *Dwelling on the problem* (menjauhi masalah), *Demoralization and depression*; *frustration and resentment* (hilang semangat dan depresi; frustrasi dan kebencian/ rasa marah), dan *Effect on performance* (efek pada kinerja).

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil uji korelasi antara variabel *self esteem* dan *social anxiety* didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan signifikan antara *self esteem* dengan *social anxiety* pada siswa kelas XI dan XII di SMA N 1 Talamau dengan arah negatif, yang berarti jika *self esteem* siswa kelas XI dan XII di SMA N 1 Talamau tinggi maka *social anxiety* siswa rendah, sebaliknya jika *self esteem* siswa XI dan XII di SMA N 1 Talamau rendah maka *social anxiety* siswa tinggi. Adapun sumbangan efektif dari variable *self esteem* terhadap *social anxiety* adalah sebesar 52%.

Daftar Rujukan

- [1]. Bistari, A. D. (2021). Metode Pembelajaran : Implementasi Pembelajaran Daring pada Masa Pandemi di Dunia Pendidikan dari Tingkat Sekolah Dasar Hingga Sekolah Menengah Atas. <https://doi.org/10.31219/osf.io/bp47w>.
- [2]. Amali, B. A. (2020). Upaya Meminimalisasi Kecemasan Siswa Saat Berbicara di Depan Umum dengan Metode Expressive Writing Therapy. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 8(2), 109. <https://doi.org/10.22219/jipt.v8i2.12306>.
- [3]. Aprianti, M. (2019). Perbedaan Kompetensi Sosial pada Remaja Pria dan Remaja Wanita. *Biopsikososial: Jurnal Ilmiah Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Mercubuana Jakarta*, 3(2), 154. <https://doi.org/10.22441/biopsikososial.v3i2.9803>.
- [4]. Hidayat, P. (2020). Interaksi Sosial Online Dan Kecemasan Sosial sebagai Prediktor Kecanduan Internet pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Psyche*, 14(2), 83–92. <https://doi.org/10.33557/jpsyche.v14i2.1159>.
- [5]. Yenrizal, Y. (2017). Penyebaran Nilai-Nilai Lingkungan di Masyarakat Petani Pedesaan (Studi Etnografi Komunikasi pada Masyarakat Desa Tenam Bungkok, Semende Darat Kabupaten Muara Enim, Provinsi Sumatera Selatan). *Jurnal Studi Sosial dan Politik*, 1(2), 179–193. <https://doi.org/10.19109/jssp.v1i2.4042>.
- [6]. Fahlevi, R. Y., Yusuf, A., & Krisnana, I. (2020). Hubungan Cyberbullying dengan Kecemasan Sosial dan Penarikan Sosial pada Remaja. *Fundamental and Management Nursing Journal*, 3(2), 38. <https://doi.org/10.20473/fmnnj.v3i2.21720>.
- [7]. Istiana, I. (2018). Perbedaan Harga Diri Remaja Ditinjau dari Status Keluarga pada Sma Al - Ulum Medan. *Psikologi Konseling*, 11(2). <https://doi.org/10.24114/konseling.v10i1.9630>.
- [8]. Lupitasari, L. (2021). Pengaruh Harga Diri terhadap Citra Tubuh pada Remaja Putri Kelas X SMA. *Acta Psychologia*, 1(2), 162–167. <https://doi.org/10.21831/ap.v1i2.43148>.
- [9]. Geletko, J. L. (n.d.). Relationship Between Self-Esteem and Academic Achievement Among College Undergraduates. <https://doi.org/10.33915/etd.2743>.
- [10]. Ariasti, D., & Ningsih, E. D. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Lingkungan Sosial dengan Perilaku Merokok. *Kosala: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(1), 34. <https://doi.org/10.37831/kjik.v8i1.186>.
- [11]. Halim, F. (2019). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Kepercayaan Diri terhadap Kecemasan Belajar Mahasiswa Pendas di Pokjar Jeneponto dan Takalar Tahun 2018. *Pedagogik Journal of Islamic Elementary School*, 2(2), 129–146. <https://doi.org/10.24256/pjijes.v2i2.917>.
- [12]. Masela, M. S. (2019). Hubungan Antara Gaya Hidup Dan Konsep Diri dengan Interaksi Sosial pada Remaja.

- Psikovidya*, 23(1), 64–85. <https://doi.org/10.37303/psikovidya.v23i1.128>.
- [13]. Madani, B. F., & Ambarini, T. K. (2021). Hubungan antara Perfeksionisme dengan Kecenderungan Kecemasan Sosial pada Remaja Akhir Pengguna Instagram. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(1), 242. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.24626>.
- [14]. Ekajaya, D. S., & Jufriadi. (2019). Hubungan antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Sosial pada Narapidana Menjelang Bebas di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Muaro Padang. *Psyche 165 Journal*, 93–102. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v12i1.55>.
- [15]. Devi, Y. R., & Fourianalistyawati, E. (2018). HUBUNGAN antara Self Esteem Dengan Penyesuaian Diri sebagai Peran Ibu Rumah Tangga pada Ibu Berhenti Bekerja di Jakarta. *Psibernetika*, 11(1). <https://doi.org/10.30813/psibernetika.v11i1.1154>.
- [16]. Maryam, E. W. (2018). Buku Ajar Psikologi Sosial Jilid I. <https://doi.org/10.21070/2018/978-602-5914-29-4>.
- [17]. Abdussamad, Y. P. W., & Supradewi, R. (2020). Hubungan Antara Citra Tubuh Dan Harga Diri pada Remaja Akhir Penyandang Cacat Tuna Daksa. *Proyeksi*, 13(1), 98. <https://doi.org/10.30659/jp.13.1.98-108>.
- [18]. Takwin, B. (2021). Catatan Editor: Mengkaji Perubahan Sosial dalam Perspektif Psikologi Sosial. *Jurnal Psikologi Sosial*, 19(3), 155–157. <https://doi.org/10.7454/jps.2021.18>.
- [19]. Sufi, M. A., Aspin, A., & Silondae, D. P. (2020). Hubungan Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial pada Remaja Panti Asuhan. *Jurnal Sublimapsi*, 1(3). <https://doi.org/10.36709/sublimapsi.v1i3.14293>.
- [20]. Firman, F.-. (2018). Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif. <https://doi.org/10.31227/osf.io/4nq5e>.
- [21]. Abdussamad, Z. (2022). Buku Metode Penelitian Kualitatif. <https://doi.org/10.31219/osf.io/juwxn>.
- [22]. Gio, P. U., & rosmaini, elly. (2018). Belajar Olah Data dengan Spss, Minitab, R, Microsoft Excel, Eviews, Lisrel, Amos, Dan Smartpls. <https://doi.org/10.31227/osf.io/2z79c>.
- [23]. Rusman, A. A., & Nasution, F. (2020). Hubungan Antara Self Efficacy dan Iklim Kelas dengan Self Regulated Learning Siswa SMK Negeri 2 Medan. *AL-IRSYAD*, 10(2). <https://doi.org/10.30829/al-irsyad.v10i2.8937>.