

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia mengalami berbagai tahap transisi dalam hidupnya, salah satunya adalah peralihan dari masa remaja menuju dewasa, yang dikenal sebagai masa beranjak dewasa (*emerging adulthood*). Periode ini berlangsung antara usia 18 hingga 25 tahun dan merupakan fase yang sedang dijalani oleh mahasiswa (Santrock, 2012). *Emerging adulthood* adalah tahap usia yang ditandai dengan keinginan untuk eksplorasi dan dipenuhi dengan berbagai kemungkinan. Umumnya, mahasiswa dalam tahap perkembangan *emerging adulthood* cenderung menghadapi banyak stressor akibat adanya ketidaksesuaian antara tuntutan lingkungan dengan kemampuan mereka untuk menghadapinya (Linnas et al., 2024). Dalam konteks akademik, stres pada mahasiswa dapat disebabkan oleh perubahan gaya belajar dari sekolah menengah ke perguruan tinggi, tuntutan tugas perkuliahan, target pencapaian nilai, serta tekanan untuk meraih prestasi akademik. Selain itu, mahasiswa juga dihadapkan pada tantangan mengatur diri sendiri dan mengembangkan kemampuan berpikir yang lebih kompleks, yang dapat memperburuk tingkat stres mereka (Gamayanti et al., 2018).

Dalam perjalanan menuju kedewasaan (*emerging adulthood*), transisi pendidikan menjadi mahasiswa menghadirkan tantangan tersendiri. Masa peralihan ini sering kali diwarnai oleh perubahan signifikan dan potensi stres. Perubahan dari status sebagai siswa senior di sekolah menengah atas menjadi mahasiswa baru di

universitas mencerminkan kembali fenomena "*top-dog*" di mana seseorang yang sebelumnya termasuk kelompok tertua dan memiliki kekuasaan, kini menjadi bagian dari kelompok termuda dan lebih rentan (Santrock, 2012). Transisi ini, mahasiswa baru menghadapi tekanan tersendiri akibat perubahan lingkungan, pergaulan, metode belajar, dan pola hidup (Jl et al., 2024).

Berbagai perubahan yang dialami oleh mahasiswa baru tidak menutup kemungkinan akan menimbulkan banyaknya masalah yang tentunya akan menghambat pada proses perkuliahan mereka. Penelitian terdahulu mengungkapkan bahwa 25% mahasiswa di Indonesia mengalami depresi, 51% mengalami kecemasan, dan 39% mengalami stres, tingginya prevalensi kecemasan dan stres pada mahasiswa semester awal dapat dikaitkan dengan tekanan besar yang mereka hadapi dalam beradaptasi dengan lingkungan belajar yang baru (Astutik et al., 2020). Hal ini seperti diungkapkan oleh Egziabher dan Edwards (dalam Pratiwi et al., 2023) Salah satu tugas perkembangan mahasiswa adalah kemampuan beradaptasi dengan lingkungannya tanpa mengalami kecemasan. Namun, dalam kenyataannya, transisi menjadi seorang mahasiswa seringkali memunculkan kecemasan terkait kondisi sosial, Seperti diungkapkan oleh La Greca and Lopez (1998) bahwa Tugas-tugas sosial yang menantang selama transisi dari sekolah dapat memicu perasaan kecemasan sosial, terutama karena mereka berharap diterima oleh teman sebaya dan didukung oleh teman dekat. Namun, mereka mungkin merasa ragu mengenai kemampuan mereka untuk "menyesuaikan diri" di lingkungan yang baru (Strategies et al., 2015). Hal ini selaras dengan salah satu penelitian yang menjelaskan bahwa tantangan yang harus dihadapi oleh mahasiswa

tahun pertama adalah kemampuan beradaptasi dengan lingkungan baru, mahasiswa tahun pertama memiliki kebutuhan untuk membangun keterikatan sosial dengan lingkungan sekitarnya, mereka ingin memberikan kesan positif di hadapan orang lain, harapan untuk menciptakan kesan yang baik inilah yang pada akhirnya dapat memicu kecemasan sosial (Kusumastuti, 2020).

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan, beberapa mahasiswa baru mengungkapkan pengalaman kecemasan sosial dalam berbagai situasi di kampus. Saat pertama kali memasuki lingkungan kampus, banyak mahasiswa baru mengalami cemas dalam menjalin interaksi, mahasiswa baru tidak tahu bagaimana memulai percakapan, hal ini mengakibatkan mahasiswa baru memunculkan pikiran takut akan evaluasi negatif dari orang lain di lingkungan barunya. Akibatnya, mereka lebih nyaman berinteraksi secara online seperti melalui *whatsapp* dan cenderung menghindari percakapan langsung, yang justru semakin menghambat kemampuan mereka dalam membangun hubungan sosial di kampus. Seiring berjalannya waktu, tekanan ini semakin terasa, terutama ketika mereka menyadari bahwa pergaulan di kampus sering kali didominasi oleh kelompok-kelompok tertentu. Mereka merasa harus segera memiliki teman agar tidak terlihat sendirian, tetapi pada saat yang sama, mereka ragu untuk memulai interaksi karena takut ditolak atau dianggap tidak menarik. Hal ini menyebabkan mereka semakin menjauh dari lingkungan sosial dan memilih untuk menghindari situasi yang mengharuskan mereka berbicara atau berkenalan dengan orang baru. Bahkan setelah beberapa bulan masa perkuliahan berlangsung, kecemasan sosial ini masih dirasakan dalam berbagai situasi, seperti ketika berhadapan dengan dosen atau staf

kampus dalam situasi formal, mereka tetap merasa gugup dan lebih memilih diam, kecuali jika dosen yang terlebih dahulu memulai percakapan. Kesulitan ini berdampak pada kemampuan mereka untuk beradaptasi dengan lingkungan kampus, membuat mereka semakin menarik diri dan sulit membangun rasa percaya diri dalam interaksi sosial.

Sehingga dari fenomena yang terungkap melalui wawancara, terlihat jelas bahwa kecemasan sosial menjadi salah satu tantangan utama yang dihadapi oleh mahasiswa baru. Menurut La Greca dan Lopez (1998), kecemasan sosial adalah perasaan takut terhadap situasi sosial yang melibatkan penampilan diri, di mana seseorang harus berinteraksi dan dinilai oleh orang lain. Perasaan ini juga mencakup ketakutan akan perlakuan yang membuat tidak nyaman, seperti diawasi, dipermalukan, atau dihina (Strategies et al., 2015). Sedangkan menurut Butler Kecemasan sosial merujuk pada perasaan takut, gugup, dan cemas yang muncul ketika seseorang berinteraksi dengan orang lain. Kecemasan ini muncul saat seseorang membayangkan bahwa orang lain atau dirinya sendiri mungkin melakukan hal yang memalukan di hadapan orang lain. (Mardiana & Endriani, 2023). Beberapa gejala yang menunjukkan kecemasan sosial pada seseorang meliputi kecenderungan untuk menghindari lingkungan sosial. Selain itu, kecemasan sosial juga ditandai dengan berbagai gejala fisik, seperti tangan gemetar, tubuh terasa dingin, keringat berlebih, sakit perut, mual, pusing, dan detak jantung yang cepat (Nevid et al., 2018). Gejala-gejala ini sering dialami oleh mahasiswa baru yang sedang beradaptasi di lingkungan kampus yang baru. Kecemasan sosial tersebut timbul karena berbagai faktor, seperti genetik, jenis kelamin, hubungan

dengan orang tua (Strategies et al., 2015). Selain itu diungkapkan oleh Leary (1982) adalah harga diri, Kecemasan sosial terjadi ketika seseorang ingin tampil baik di depan orang lain tetapi merasa tidak yakin atau takut gagal melakukannya. Ketidakpastian, kurangnya kepercayaan diri, atau khawatir terjadi sesuatu yang merusak citra yang ingin mereka tunjukkan, sehingga mengurangi penghargaan orang lain terhadap mereka, Sehingga dengan penurunan atau rendahnya penghargaan diri (*Self-Esteem*) tersebut dapat menimbulkan rasa cemas saat berinteraksi sosial (Schlenker & Leary, 1982).

Menurut Rosenberg (1995), *Self-esteem* atau harga diri, merupakan sikap individu terhadap diri mereka sendiri, yang dapat bersifat positif maupun negatif. Harga diri mencakup penerimaan serta penghargaan terhadap diri sendiri. (Reo et al., 2024). Menurut Baron dan byrne (2004) *Self-esteem* adalah penilaian diri yang dilakukan oleh setiap individu, berupa sikap terhadap diri sendiri yang dapat berada pada spektrum positif maupun negative (Byrne, 2004). Wawancara dengan beberapa mahasiswa baru menunjukkan bahwa mereka cenderung memiliki persepsi negatif terhadap penampilan maupun kemampuan diri. Salah satu subjek mengungkapkan kesulitan dalam memilih pakaian yang sesuai dengan gaya berpakaian remaja pada umumnya, meskipun telah berusaha mengabaikan perasaan tersebut, ia tetap merasa kurang menarik di mata orang lain. Hal ini mengakibatkan perasaan cemas dan tidak nyaman ketika berada dalam lingkungan sosial, karena khawatir akan penilaian negatif dari orang lain. Selain itu, ketika melihat teman-teman lain dapat menyelesaikan tugas atau menyampaikan materi dengan baik, subjek merasa dirinya kurang mampu dan tidak memiliki keterampilan yang sama.

Perasaan ini membuatnya meragukan kemampuannya dan merasa tertinggal dibandingkan dengan pencapaian orang lain, selain itu diungkapkan bahwa sejak kecil mereka jarang terlibat dalam situasi sosial besar. Akibatnya, subjek sering merasa cemas dan tertekan dalam situasi akademik maupun sosial, kekhawatiran ketika harus memaparkan materi atau melakukan presentasi di depan kelas yang berisi orang-orang baru. Hal ini diperburuk oleh perasaan tidak dapat memberikan kontribusi yang berarti dalam kelompok belajar, terutama ketika subjek gagal menyelesaikan tugas yang diberikan. Subjek sering meragukan kemampuannya untuk berkontribusi secara efektif dalam kelompok, merasa dirinya tidak bermanfaat bagi kelompok, Ketidakpastian ini membuatnya merasa tidak memiliki keyakinan untuk berhasil dalam melakukan hal-hal yang seharusnya dapat ia lakukan, hal ini menimbulkan ketakutan bahwa kontribusinya akan dinilai kurang oleh anggota kelompok lain, sehingga subjek merasa cemas setiap kali harus berpartisipasi dalam diskusi atau kerja sama tim, yang semakin memperkuat keraguannya terhadap kemampuan pribadi dalam interaksi akademik. Akibatnya, subjek mengalami kecemasan sosial yang semakin intens, merasa takut dianggap tidak kompeten atau tidak berguna dalam kelompok, sehingga cenderung menarik diri atau enggan berpartisipasi aktif dalam kegiatan kelompok. Perasaan tidak berdaya dan takut akan penolakan dari orang lain terutama kelompok pertemanan, membuat subjek cenderung menarik diri atau bahkan menghindari situasi sosial yang memerlukan interaksi atau kontribusi langsung.

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa transisi dari sekolah menengah ke universitas merupakan fase yang penuh tantangan bagi mahasiswa baru, terutama

dalam hal adaptasi sosial. Perubahan lingkungan, tuntutan akademis yang lebih tinggi, dan kebutuhan untuk membangun hubungan baru, menciptakan tekanan yang signifikan. Bagi mahasiswa baru dengan *self-esteem* rendah, tantangan ini menjadi semakin berat. Mereka sering kali merasa tidak cukup baik untuk bersaing dengan teman-teman sekelas yang tampak lebih percaya diri dan kompeten. Kondisi ini memicu perasaan takut akan evaluasi negatif dari orang lain dan kekhawatiran tentang penampilan serta prestasi akademis. Mahasiswa baru yang berjuang dengan *self-esteem* rendah mungkin merasa terasing dan kesulitan untuk mengekspresikan diri, sehingga mereka merasa tidak memiliki tempat dalam lingkungan sosial yang baru. Kombinasi dari perasaan tidak berharga dan keraguan terhadap kemampuan diri ini menyebabkan timbulnya kecemasan sosial. Hal ini seperti yang diungkapkan oleh Ashbaugh, et al (dalam Khurnia Swasti et al., 2020) Seseorang yang menilai dirinya lebih buruk daripada orang lain dan menurunkan kemampuan dan performansinya sehingga ia benar-benar lebih buruk sehingga ia mengalami penurunan fungsi dan keterampilan sosial serta kualitas interaksi sosial yang ia lakukan.

Di sisi lain, individu dengan *self-esteem* tinggi cenderung memandang kecemasan sebagai tantangan yang bisa diatasi, yang pada akhirnya berdampak positif pada hasil yang dicapai. Mereka biasanya tidak merasa cemas dalam situasi sosial, mampu menghargai diri dalam berbagai keadaan, dan lebih efektif dalam mengelola kecemasan sosial. Individu dengan *self-esteem* tinggi memiliki pandangan positif terhadap diri mereka sendiri, sehingga mereka bisa menghadapi situasi sosial tanpa takut ditolak atau mengalami kegagalan (Tobing, 2024). Oleh

karena itu, self-esteem memainkan peran penting dalam menentukan tingkat kecemasan sosial yang dialami mahasiswa baru selama proses penyesuaian diri di lingkungan kampus yang baru.

Penelitian mengenai kecemasan sosial sangat mendesak untuk dilakukan mengingat dampak negatif yang signifikan terhadap kesejahteraan subjektif, kualitas hidup, fungsi sosial, dan perkembangan karier individu (Wittchen & Fehm, 2003). Penderita kecemasan sosial seringkali menilai diri mereka lebih rendah dibandingkan orang lain, yang kemudian memengaruhi performa dan kemampuan mereka dalam berbagai aspek kehidupan (Khurnia Swasti et al., 2020). Penurunan kemampuan sosial dan kualitas interaksi menjadi isu yang membutuhkan perhatian serius. Di samping itu, individu yang mengalami kecemasan sosial sering melakukan kesalahan dalam memproses informasi selama interaksi sosial dan cenderung bertindak berdasarkan interpretasi subjektif yang negatif terhadap situasi sosial (Torres & Guerra, 2002). Oleh karena itu, penelitian yang mendalam sangat diperlukan untuk mengembangkan intervensi yang efektif dalam menangani kecemasan sosial dan memitigasi dampak negatifnya, sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan individu yang terpengaruh.

Dari segi kebaruan, fokus penelitian pada mahasiswa baru menjadi sangat relevan. Mahasiswa baru berada pada fase transisi penting dalam hidup, di mana mereka harus menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, menghadapi tuntutan akademik yang meningkat, dan membangun jaringan sosial baru (Kusumastuti, 2020). Kecemasan sosial yang dialami oleh kelompok ini dapat menghambat proses adaptasi, menurunkan kemampuan mereka dalam membangun hubungan sosial

yang sehat, serta berdampak negatif pada kinerja akademik (Kholisa et al., 2024). Oleh karena itu, penelitian yang berfokus pada kecemasan sosial di kalangan mahasiswa baru sangat diperlukan untuk merancang strategi pencegahan dan intervensi yang efektif, dengan memahami lebih dalam dinamika kecemasan sosial di kalangan mahasiswa baru, intervensi yang lebih tepat sasaran dapat dikembangkan untuk membantu mereka mengatasi kecemasan ini, sehingga mereka dapat mencapai kesejahteraan serta kesuksesan akademik dan sosial yang lebih baik. Manfaat dari hasil penelitian ini juga sangat relevan dalam memahami hubungan antara *self-esteem* dan kecemasan sosial pada mahasiswa baru. Mahasiswa dengan *self-esteem* yang rendah cenderung lebih rentan terhadap kecemasan sosial, terutama saat menghadapi situasi-situasi baru yang menantang, seperti beradaptasi dengan lingkungan kampus, menjalin relasi baru, atau berbicara di depan umum.

Lebih lanjut, penelitian ini juga menjadi penting karena hasil-hasil penelitian sebelumnya mengenai hubungan antara *self-esteem* dan kecemasan sosial masih menunjukkan ketidakkonsistenan. Beberapa penelitian menemukan bahwa *self-esteem* yang rendah berhubungan erat dengan kecemasan sosial yang tinggi, sementara penelitian lain menunjukkan hasil yang lebih bervariasi. Perbedaan temuan ini menunjukkan perlunya penelitian lebih lanjut untuk memperjelas hubungan antara kedua variabel tersebut, khususnya pada mahasiswa baru yang sedang dalam fase transisi kehidupan.

Dengan memahami pengaruh *self-esteem* terhadap kecemasan sosial, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi penting dalam pengembangan

program intervensi yang lebih tepat. Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi kampus dan lembaga terkait untuk merancang program pendukung yang dapat meningkatkan *self-esteem* mahasiswa baru, yang pada akhirnya dapat mengurangi kecemasan sosial dan meningkatkan keberhasilan akademik serta kesejahteraan emosional mereka. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat ditemukan pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana perbaikan *self-esteem* dapat membantu mengurangi kecemasan sosial dan meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa baru di lingkungan kampus.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjabaran latar belakang diatas, maka dapat ditarik rumusan masalah dalam rencana penelitian ini adalah apakah ada Pengaruh *Self-Esteem* terhadap Kecemasan Sosial Pada Mahasiswa Baru Universitas Muhammadiyah Jember?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, maka dapat diketahui bahwa rencana penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh *Self-Esteem* terhadap Kecemasan Sosial Pada Mahasiswa Baru Universitas Muhammadiyah Jember.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi. Hasil penelitian ini dapat memperkaya literatur terkait kecemasan sosial di kalangan mahasiswa, terutama yang dikaitkan dengan *self-esteem*. Selain itu, penelitian ini juga dapat menjadi referensi bagi penelitian

selanjutnya yang berfokus pada faktor-faktor psikologis yang mempengaruhi adaptasi sosial di lingkungan akademik.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Peneliti dapat mengembangkan keterampilan dalam melakukan penelitian ilmiah, seperti pengumpulan data, analisis, dan interpretasi hasil penelitian. Hasil penelitian ini dapat menjadi landasan bagi penelitian lanjutan yang berkaitan dengan faktor-faktor psikologis lain yang mempengaruhi mahasiswa baru.

b. Bagi Mahasiswa Baru

Penelitian ini dapat memberikan pemahaman kepada mahasiswa baru mengenai pentingnya *self-esteem* dalam menghadapi kecemasan sosial, sehingga mereka dapat lebih sadar dan mulai memperbaiki *self-esteem* mereka untuk mengurangi kecemasan sosial. Mahasiswa baru dapat mendapatkan informasi mengenai meningkatkan kepercayaan diri dan kemampuan adaptasi di lingkungan sosial kampus.

c. Bagi Universitas

Universitas dapat menggunakan hasil penelitian ini untuk merancang strategi peningkatan kesejahteraan psikologis mahasiswa baru, misalnya melalui workshops, seminar, atau program pengembangan *self-esteem*. Penelitian ini juga dapat menjadi referensi bagi universitas dalam upaya menciptakan lingkungan kampus yang lebih inklusif dan mendukung adaptasi sosial mahasiswa baru.

E. Keaslian Penelitian

Sebelum penelitian ini dilakukan, terdapat beberapa penelitian terdahulu yang telah dilakukan oleh peneliti lain yang menjadi dasar kajian literatur untuk penelitian ini. Beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya merupakan penelitian yang dilakukan di luar negeri maupun di Indonesia sendiri, diantaranya :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Rizka Tami Untari, Syaiful Bahri, Fajriani Fajriani (2017) dengan judul Pengaruh harga diri terhadap kecemasan sosial remaja pada siswa di SMA Negeri Banda Aceh, Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui besarnya pengaruh harga diri terhadap kecemasan sosial pada remaja, penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dilakukan di beberapa SMA yang ada di Banda Aceh, Penelitian ini melibatkan subjek pada tahap remaja madya, yakni usia 16-18 tahun. Sampel diperoleh melalui teknik *stratified random sampling*, dengan total 314 siswa kelas XI dan XII dari berbagai sekolah. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala psikologi. Untuk mengukur harga diri, digunakan skala yang dikembangkan berdasarkan teori Minchinton (2010), terdiri dari 57 item valid dari 62 item yang disusun. Sementara itu, skala kecemasan sosial diadaptasi dari terjemahan *Social Anxiety Scale for Adolescents (SAS-A)* milik La Greca dan Lopez, yang terdiri dari 48 item valid dari 49 item. Hasil penelitian menunjukkan bahwa harga diri berpengaruh negatif dan signifikan terhadap kecemasan sosial pada siswa. Artinya, semakin tinggi harga diri siswa SMA Negeri Banda Aceh, semakin rendah tingkat kecemasan sosialnya. Sebaliknya, semakin rendah harga diri, semakin tinggi tingkat kecemasan

sosial yang dialami. Meskipun pengaruh harga diri terhadap kecemasan sosial tergolong lemah, tetap terdapat hubungan antara kedua variabel tersebut.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Andi Tajuddin dan Haenidar Haenidar (2019) dengan judul Hubungan Antara Harga Diri Dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja Akhir, Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara harga diri dengan kecemasan sosial pada remaja akhir. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala harga diri dan kecemasan sosial berupa skala likert yang dalam penelitian ini menggunakan empat tingkatan. Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti bahwa hasilnya adalah ada hubungan antara variabel harga diri dengan kecemasan sosial, dimana jika P yang digunakan untuk signifikansi dibawah atau sama dengan 0,05 ($p < 0,05$). Kolerasi antara harga diri dengan kecemasan sosial adalah 0,010 dan p sebesar 0,985. Semakin tinggi harga diri maka semakin rendah kecemasan sosial begitupun sebaliknya rendahnya harga diri maka semakin tinggi kecemasan sosial. besarnya kolerasi atau r antara harga diri dengan kecemasan sosial sangat signifikansi yaitu sebesar 0,010 dan $p = 0,958$. Hal ini menunjukkan adanya hubungan antara harga diri dengan kecemasan sosial.
3. Penelitian berikutnya Kadek A. D. Putri dan Stefani Virlia (2023), dengan judul Pengaruh Harga Diri Dan Adiksi Media Sosial Terhadap Tingkat Kecemasan Sosial Pada Remaja Pengguna Tiktok, penelitian ini bertujuan mengkaji ulang peran mengenai pengaruh harga diri dan adiksi media sosial

terhadap kecemasan sosial pada remaja pengguna TikTok, Peneliti mengambil partisipan remaja dengan rentang umur 18-21 tahun yang merupakan pengguna aktif TikTok dengan minimal bermain 2 jam per harinya penelitian ini memperoleh 182 responden dengan 42 responden laki-laki dan 140 perempuan, Skala kecemasan sosial yaitu skala yang dikembangkan oleh Erliksson dkk (1985) yang disebut dengan *the social anxiety scale for social media use*. Skala harga diri yang digunakan adalah skala yang dikembangkan oleh Rosenberg (1965) yang disebut dengan *self-esteem scale*. Skala adiksi media sosial yang digunakan merupakan skala yang dikembangkan oleh Şahin (2018) yang disebut dengan *social media addiction scale student form*. Skala kecemasan sosial yaitu skala yang dikembangkan oleh Erliksson dkk (1985) yang disebut dengan *the social anxiety scale for social media use*. Berdasarkan Tabel 2 menjelaskan jika variabel adiksi media sosial memiliki pengaruh signifikan terhadap kecemasan sosial dengan nilai $p < .001$ sedangkan variabel harga diri tidak memiliki pengaruh terhadap kecemasan dengan nilai $p > .001$. Uji koefisien regresi digunakan untuk mengetahui variabel independen dapat berpengaruh bersamaan secara signifikan terhadap variabel dependen. menjelaskan jika harga diri tidak memiliki hubungan terhadap kecemasan sosial. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan jika, harga diri tidak memiliki pengaruh terhadap kecemasan sosial Harga diri terbentuk ketika seorang anak lahir dan mulai berhadapan ataupun berinteraksi dengan orang di lingkungannya (Hidayati, 2016). Berdasarkan pernyataan tersebut menjelaskan jika tinggi rendahnya

harga diri remaja itu sudah ada sejak lahir dan tidak dipengaruhi oleh lingkungan sekitarnya.

4. Penelitian selanjutnya oleh Jonathan Kellerman, Lonnie Zeltzer, Leah Ellenberg, Jerry Dash dan, David Rigler. (1980), dengan judul *Psychological effects of illness in adolescence. I. Anxiety, self-esteem, and perception of control*, yang bertujuan memahami apakah ada perbedaan dalam tingkat kecemasan, harga diri, dan pandangan tentang kendali atas kesehatan (*health locus of control*) antara remaja sehat dan remaja yang menderita penyakit kronis atau serius, Kelompok penelitian ini terdiri dari 517 remaja. Di antaranya, 349 remaja sehat secara fisik yang berasal dari populasi sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas di wilayah metropolitan Los Angeles, serta 168 remaja (usia 144 bulan atau lebih tua) yang dipilih secara acak dari pasien yang menjalani pengobatan di berbagai klinik di Rumah Sakit Anak Los Angeles. Skala-skala berikut diberikan kepada kelompok penelitian: *State-trait anxiety inventory (Form X2: Trait)* untuk mengukur kecemasan. *Rosenberg scale of self-esteem* untuk mengukur harga diri. *Health locus of control scale* dengan sistem penilaian Likert empat poin yang lebih singkat (skor lebih tinggi menunjukkan kecenderungan merasa kendali atas kesehatan berada di luar diri mereka). Baik pada remaja yang sehat maupun yang sakit, ada korelasi signifikan antara semua skala. Hubungan umum yang ditemukan adalah sebaliknya, yaitu remaja dengan harga diri yang lebih tinggi cenderung kurang cemas dan lebih merasa memiliki kendali atas kesehatan mereka dibandingkan dengan teman-teman mereka

yang memiliki harga diri rendah. Korelasi ini tidak berarti menunjukkan sebab-akibat, sehingga sulit menentukan apakah harga diri yang rendah menyebabkan kecemasan yang tinggi atau sebaliknya. Demikian pula, apakah perasaan memiliki kendali tinggi atas kesehatan merupakan penyebab atau akibat dari harga diri yang tinggi, atau kedua faktor ini mungkin dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diketahui. Pola korelasi ini serupa baik pada remaja sehat maupun yang sakit.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Regina Aldiyus dan Free Dirga Dwatra (2021), dengan judul Hubungan Harga Diri dengan Kecemasan Sosial Penyalahgunaan Narkoba pada Masa Rehabilitasi di BNNP Sumatera Barat, tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara *Self esteem* dan kecemasan sosial penyalahgunaan narkoba pada masa rehabilitasi di BNNP Sumatera Barat. Pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional digunakan penelitian ini Populasi dalam penelitian ini adalah pengguna napza yang menjalankan rehabilitasi di BNNP Sumatera Barat. peneliti menggunakan 30 orang subjek yang masih melakukan rehabilitas di BNNP Sumatera Barat. Harga diri dan kecemasan sosial diukur menggunakan skala yang diadaptasi dari Mustofa (2018) dan harga diri disusun berdasarkan teori coopersmith. Skala yang digunakan untuk variabel kecemasan sosial yaitu dengan mengadaptasi dari skala yang disusun oleh Mustofa (2018). Dari hasil uji statistik diperoleh koefisien korelasi sebesar -0,482. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan dengan arah negatif. Dengan demikian hipotesis yang mengatakan bahwa ada hubungan antara harga diri

dan kecemasan sosial pada penyalahguna narkoba pada masa rehabilitasi di BNNP Sumatera Barat diterima. diperoleh $F= 0,268$ dengan signifikan sebesar $p= 0,993$, hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai $p>0,05$ maka ada hubungan yang linear secara signifikan antara variabel harga diri dan kecemasan sosial. maka diperoleh koefisien korelasi antara variabel harga diri dengan kecemasan sosial yaitu sebesar $-0,482$ dengan taraf signifikan $p=0,007$. Hal ini menunjukkan adanya korelasi yang berarah negatif antara kedua variabel tersebut. Artinya adanya hubungan negatif yang signifikan antara harga diri dan kecemasan sosial penyalahgunaan narkoba pada masa rehabilitasi.

Keaslian penelitian ini terletak pada fokusnya yang spesifik terhadap populasi mahasiswa baru, berbeda dari penelitian sebelumnya yang lebih umum menggunakan populasi siswa, remaja pengguna media sosial aktif, atau mahasiswa secara keseluruhan. Selain itu, hasil-hasil penelitian sebelumnya menunjukkan temuan yang belum konsisten terkait hubungan antara self-esteem dan kecemasan sosial, seperti yang disebutkan dalam penelitian yang dilakukan oleh Kadek A. D. Putri dan Stefani Virlia (2023), dengan judul Pengaruh Harga Diri Dan Adiksi Media Sosial Terhadap Tingkat Kecemasan Sosial Pada Remaja Pengguna Tiktok, dengan hasil bahwa hipotesis ditolak dengan tidak adanya pengaruh *Self esteem* terhadap kecemasan sosial pada pengguna media sosial aktif yakni tiktok, selain itu penelitian dari Rizka Tami Untari, Syaiful Bahri, Fajriani Fajriani (2017) dengan judul Pengaruh harga diri terhadap kecemasan sosial remaja pada siswa di SMA Negeri Banda Aceh, yang mana dikatakan bahwasannya *Self esteem* memberikan

pengaruh terhadap kecemasan sosial walupun memiliki signifikan atau pengaruh yang lemah, sedangkan penelitian dari Penelitian yang dilakukan oleh Regina Aldiyus dan Free Dirga Dwatra (2021), dengan judul Hubungan Harga Diri dengan Kecemasan Sosial Penyalahgunaan Narkoba pada Masa Rehabilitasi di BNNP Sumatera Barat, yang menjelaskan bahwasannya terdapat hubungan antara *Self esteem* dengan kecemasan sosial dengan taraf pengaruh yang signifikan. Sehingga penelitian ini bertujuan untuk mengisi celah tersebut dengan memperjelas dinamika yang terjadi khususnya pada mahasiswa baru, yang menghadapi transisi signifikan dalam hidupnya. Dari beberapa penelitian di atas, diketahui bahwa penelitian mengenai *self-esteem* dan kecemasan sosial sendiri masih memerlukan eksplorasi lebih lanjut, terutama dalam konteks mahasiswa baru.

