



Self Concept and Social Anxiety Correlation in Adolescents

Korelasi Antara Konsep Diri dan Kecemasan Sosial pada Remaja

Aisyara Adianti Rahmah¹), Dwi Nastiti ^{*,2})

Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

This study examines the relationship between self-concept and social anxiety among senior high school students. General Background: Adolescent mental health remains a significant concern, particularly regarding emotional disorders in school settings. Specific Background: Social anxiety frequently emerges during adolescence and is associated with maladaptive self-perceptions. Knowledge Gap: Empirical evidence regarding the correlation between self-concept and social anxiety in the context of SMA Ma'arif Nu Pandaan remains limited. Aims: This study aims to determine the relationship between self-concept and social anxiety among students. Results: Using a quantitative correlational design with 167 students selected through simple random sampling, the findings revealed a significant negative correlation ($r = -0.436$, $p < 0.001$), indicating that higher self-concept scores are associated with lower social anxiety levels. Demographic analysis showed higher mean social anxiety scores among female students and those aged 17 years. Novelty: This research provides localized empirical data on adolescent psychological dynamics within an Indonesian senior high school context. Implications: The findings highlight the importance of strengthening positive self-concept development as part of school-based mental health strategies.

Keywords: Self Concept, Social Anxiety, Adolescents, Correlational Study, School Psychology

Penelitian ini mengkaji hubungan antara konsep diri dan kecemasan sosial di kalangan siswa SMA. Latar Belakang Umum: Kesehatan mental remaja tetap menjadi perhatian serius, terutama terkait gangguan emosional di lingkungan sekolah. Latar Belakang Khusus: Kecemasan sosial sering muncul selama masa remaja dan terkait dengan persepsi diri yang maladaptif. Kekurangan Penelitian: Bukti empiris mengenai korelasi antara konsep diri dan kecemasan sosial dalam konteks SMA Ma'arif Nu Pandaan masih terbatas. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menentukan hubungan antara konsep diri dan kecemasan sosial di kalangan siswa. Hasil: Menggunakan desain korelasi kuantitatif dengan 167 siswa yang dipilih melalui sampling acak sederhana, temuan menunjukkan korelasi negatif yang signifikan ($r = -0.436$, $p < 0.001$), menunjukkan bahwa skor konsep diri yang lebih tinggi terkait dengan tingkat kecemasan sosial yang lebih rendah. Analisis demografis menunjukkan skor kecemasan sosial rata-rata yang lebih tinggi di kalangan siswa perempuan dan mereka yang berusia 17 tahun. Keunikan: Penelitian ini menyediakan data empiris lokal tentang dinamika psikologis remaja dalam konteks sekolah menengah atas di Indonesia. Implikasi: Temuan ini menyoroti pentingnya memperkuat pengembangan konsep diri positif sebagai bagian dari strategi kesehatan mental berbasis sekolah.

Kata Kunci: Konsep Diri, Kecemasan Sosial, Remaja, Studi Korelasi, Psikologi Sekolah

OPEN ACCESS

ISSN 2541 2299 (online)

ISSN 2089 4155 (print)

Edited by:

Wanda Rahma Syanti

Reviewed by:

Dwi Nur Rachmah

IGA Novikayati

*Correspondence:

Dwi Nastiti

dwinastiti@umsida.ac.id

Received: 04 February 2026

Accepted: 13 February 2026

Published: 24 February 2026

Citation:

Aisyara Adianti Rahmah,

Dwi Nastiti (2026) Self

Concept and Social Anxiety

Correlation in Adolescents

Psikologia : Jurnal Psikologi. 1111.

doi: 10.21070/psikologia.v10i2.2143

INTRODUCTION

Pada masa remaja di sekolah, individu berada dalam fase perkembangan, berupaya mencapai tingkat perkembangan pribadi yang optimal di berbagai aspek kehidupan[1]. Dalam beberapa tahun terakhir ini, masih banyak siswa (remaja) yang memiliki gangguan kecemasan sosial[2]. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) yang dirilis oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Sekitar 14 juta orang, atau 6% dari total penduduk Indonesia yang berusia 15 tahun ke atas, mengalami gangguan mental dan emosional pada tahun 2013. Angka ini mengalami peningkatan pada tahun 2018, di mana prevalensi gangguan mental dan emosional naik menjadi 9,8% dari total penduduk usia 15 tahun ke atas. Peningkatan ini menunjukkan bahwa gangguan mental emosional, seperti kecemasan, masih banyak dialami oleh masyarakat, termasuk di kalangan siswa atau remaja. Fenomena ini menggarisbawahi pentingnya intervensi kesehatan mental yang lebih efektif, terutama di kalangan remaja yang rentan terhadap gangguan emosional.[3]. Pada masa *Covid-19* Iqbal menyatakan bahwa remaja adalah kelompok usia yang paling cenderung mengalami kecemasan dan kesedihan.[4]. Dengan adanya kecemasan dapat menimbulkan efek pada setiap individu yakni berdampak pada pertumbuhan dan fungsi peran sosial, sehingga konsekuensi yang terjadi ialah hambatan perilaku dan reaksi emosional terhadap perubahan perilaku[5]. Remaja juga bisa menjadi pribadi yang lebih tertutup, menghindari interaksi sosial, dan bahkan mengalami gangguan psikologis seperti kecemasan sosial.[6].

Kecemasan sosial sendiri biasanya dialami oleh setiap individu, kecemasan sosial merupakan gambaran suatu keadaan cemas (anxiety) yang ditandai dengan adanya perasaan malu dan merasa diperhatikan oleh orang lain dengan perasaan yang negatif [7]. Kecemasan sosial dapat diartikan bahwa individu takut terhadap kehadiran mereka akan membuat orang lain merasa tidak nyaman [8]. Selain itu, kecemasan sosial juga dapat diartikan sebagai emosi yang tidak menyenangkan saat menghadapi masalah, situasi yang tidak pasti, atau hal-hal yang menimbulkan rasa takut, seperti kekhawatiran, ketegangan, jantung berdebar, dan wajah pucat. Akibatnya, respons emosional setiap individu bisa berbeda; beberapa orang mungkin merasa cemas, sementara yang lain tidak. [9]. Kecemasan sosial juga dapat dialami oleh siswa (remaja), seperti memiliki pemikiran dan perasaan yang merasa dikucilkan oleh teman, merasa tidak berguna, merasa mengkhianati dirinya sehingga siswa menganggap dirinya jelek, selalu merasa iri terhadap orang lain sehingga menyebabkan gangguan kecemasan [10]. Dapat disimpulkan bahwa kecemasan sosial dapat muncul ketika individu masih merasa dirinya tidak berguna.

Kecemasan sosial Greca & lopez mengatakan ada

beberapa aspek yang mempengaruhinya yaitu (1)Adanya rasa takut tentang penilaian negatif yang memiliki ciri ketakutan dan khawatir (2) menghindari dalam berinteraksi sosial pada orang asing yang memiliki ciri gugup, malu dan menghindar (3) menghindari sosial karena merasa tidak nyaman ketika banyak orang yang memiliki ciri tidak percaya diri [11]. Rasa takut penilaian negatif yang berarti ketakutan atau kekhawatiran terhadap sudut pandang seseorang terhadap siswa. Menghindari berinteraksi dengan orang lain berarti individu akan merasa malu ketika berbicara dengan orang yang baru dikenal, individu juga akan merasa gugup ketika berbicara dengan orang lain. Hal ini menjadikan seseorang merasakan sesuatu yang baru sehingga individu akan menghindar pada sosial.dan yang terakhir menghindari seseorang karena merasa tertekan yang berarti individu akan merasa bahwa ketika mengajak orang lain untuk bermain maka individu memiliki pemikiran takut terhadap penolakan [12].

Kecemasan sosial yang dialami oleh remaja dapat menyebabkan mereka melakukan perilaku negatif yang berpotensi merugikan[13]. Remaja mengalami kecemasan sosial karena takut dinilai negatif oleh orang lain ketika mereka melakukan sesuatu. Akibatnya, saat berinteraksi dengan banyak orang, mereka cenderung merasa diperhatikan, dinilai negatif, dan terkadang dipermalukan di depan umum. Selain itu, mereka lebih mungkin memiliki pergaulan terbatas, kurangnya keterampilan, dan kesulitan beradaptasi di sekolah.[14]. Menurut World Psychiatric Association, 3% hingga 15% orang di seluruh dunia dapat dianggap mengalami kecemasan sosial [15]. Didukung dengan penelitian Damaiyanti tentang yang menyatakan bahwa (56,5%) yang mengalami kecemasan sosial tinggi ditandai dengan rasa cemas dan takut berbicara didepan banyak orang[16].

Berdasarkan hasil wawancara peneliti terhadap guru BK di SMA Ma'arif Nu Pandaan ini menyatakan bahwa adanya kecemasan sosial pada kelas 11 ditandai dengan adanya gugup dan ketakutan berbicara di depan umum[11]. Didukung dengan survey awal peneliti yang dilakukan pada pertengahan bulan januari 2024 terhadap 50 siswa, didapatkan hasil bahwa sebanyak 25 siswa setuju mengenai kekhawatiran terhadap pikiran teman – teman mereka terhadap dirinya, 20 siswa setuju mengenai penolakan temannya, 26 siswa tidak setuju dengan rasa percaya diri terhadap dirinya, 18 siswa merasa dirinya tidak bisa berbaur dengan cepat terhadap orang baru yang dikenal. Disini disimpulkan bahwa peneliti mengatakan bahwa adanya permasalahan kecemasan sosial yang berdasarkan ciri-ciri gugup, rasa khawatir , dan juga tidak percaya diri. Sehingga sangat penting untuk melakukan penelitian terkait dengan kecemasan sosial[11].

Kecemasan yang berlebihan bisa berdampak negatif pada pikiran dan tubuh, bahkan bisa menyebabkan berbagai kondisi medis. Salah satu faktor penting untuk kehidupan yang berkualitas, baik secara fisik maupun gangguan psikologis, adalah memiliki konsep diri yang positif[17].

Menurut Burns, konsep diri merupakan gambaran tentang bagaimana seseorang melihat dirinya sendiri, baik dari sudut pandang pribadi maupun dari pandangan orang lain. Konsep diri mencakup persepsi individu tentang siapa dirinya, bagaimana ia berpikir orang lain memandangnya, serta bagaimana ia ingin dilihat oleh orang lain. Jika seorang individu memiliki pandangan positif terhadap dirinya sendiri, hal ini akan mempengaruhi motivasi dan keyakinan dalam kemampuan untuk mencapai apa yang diinginkannya. Sebaliknya, jika konsep diri yang dimiliki bersifat negatif, hal ini dapat menghambat perkembangan pribadi dan rasa percaya diri. Oleh karena itu, konsep diri yang positif berperan penting dalam mendorong individu untuk bertindak, meraih tujuan, dan menghadapi tantangan hidup dengan keyakinan bahwa mereka mampu.[18]. Konsep diri menurut Deaux menyimpulkan bahwa adanya sekumpulan perasaan dan keyakinan seseorang tentang individu yang berkaitan dengan ketertarikan, bakat, kemampuan, tampilan luar, dan atribut lainnya yang unik bagi setiap orang[19]. Sedangkan menurut Handayani konsep diri merupakan salah satu faktor penting dalam mencapai keberhasilan. Konsep diri merupakan suatu kepercayaan tentang keadaan dirinya yang mungkin sulit diubah[20]. Konsep diri, menurut Berzonsky, terdiri dari beberapa aspek, yaitu: (1) indikator fisik, (2) indikator sosial, (3) indikator moral-etik, dan (4) indikator psikis. [21]. Aspek fisik berkaitan dengan penilaian individu terhadap segala sesuatu yang dimilikinya secara fisik. Aspek sosial mencakup peran sosial yang dijalankan oleh seseorang dan bagaimana kinerja sosialnya dinilai. Aspek moral melibatkan nilai-nilai serta prinsip yang memberikan makna dan panduan dalam kehidupan. Sementara itu, aspek psikis mencakup pikiran, perasaan, serta sikap seseorang terhadap dirinya sendiri. [22].

Konsep diri terdiri dari konsep diri positif dan negatif.[23]. Seorang individu yang memiliki konsep diri positif dapat menghargai dirinya sendiri, sedangkan seorang individu yang memiliki konsep diri negatif maka akan cenderung mudah panik, cemas dan gelisah sehingga dapat mengganggu hubungan interaksi sosial individu[24]. Dapat disimpulkan bahwa siswa yang memiliki konsep diri yang negatif akan mengakibatkan siswa memiliki perasaan rasa bersalah terhadap hal apapun. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Velda Fiska Saputri & Endang Sri Indrawati tentang. Hasil analisis menunjukkan bahwa koefisien determinasi sebesar 0,240, yang menunjukkan bahwa konsep diri berpengaruh sebesar 20,4% terhadap kecemasan berbicara di depan umum. Temuan ini konsisten dengan hasil seminar yang mengungkap adanya hubungan antara konsep diri dan kecemasan pada siswa SMK 10 Surabaya tahun ajaran 2017/2018. Dari analisis yang dilakukan, diperoleh nilai r hitung

sebesar 0,664, yang kemudian dibandingkan dengan r tabel sebesar 0,281 pada $N = 49$ dengan taraf signifikansi 5%. karena r hitung lebih besar dari r tabel ($0,664 > 0,281$), ini menunjukkan adanya hubungan signifikan antara konsep diri dan kecemasan.[25].

Penelitian yang dilaksanakan oleh Hidayah tentang hubungan antara konsep diri dan kecemasan sosial pada siswa kelas 2 SMAN 1 Tumpang, konsep diri siswa berada pada tingkat tinggi sebesar 18%, tingkat sedang 34%, dan tingkat rendah sebesar 48%. Sementara itu, kecemasan sosial siswa berada pada tingkat tinggi sebesar 23%, tingkat sedang 65%, dan tingkat rendah sebesar 12%. Nilai korelasi Pearson adalah $-0,561$, yang menunjukkan bahwa hipotesis diterima. Siswa kelas 2 SMAN 1 Tumpang menunjukkan hubungan negatif dan signifikan antara konsep diri dan kecemasan sosial..[26]. Berdasarkan hasil yang dilakukan konsep diri mempunyai hubungan terhadap kecemasan sosial, dalam penelitian ini juga terdapat perbedaan terhadap penelitian lain yaitu pada penelitian ini membahas tentang konteks pelajar SMA, sebagaimana hasil yang di dapatkan peneliti ini terdapat adanya permasalahan tentang hubungan konsep diri dengan kecemasan sosial[24]. Sejalan dengan penelitian Andi ainun yang berjudul Hubungan Konsep Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Di Kota Makassar mengatakan bahwa berdasarkan usia tingkat kecemasan berbicara di depan umum lebih tinggi pada usia 18-25 tahun[27]. Sedangkan yang memiliki permasalahan kecemasan sosial sedangkan juga dapat terjadi pada konteks pelajar SMA sebagaimana yang muncul pada survey awal peneliti.

Berdasarkan sejumlah pemaparan di atas kemudian menimbulkan banyaknya pertanyaan, apakah ada hubungannya antara konsep diri dengan kecemasan sosial pada siswa SMA Ma'arif Nu Pandaan? Penelitian ini berfokus untuk membantu mengidentifikasi apakah ada atau tidaknya korelasi antara konsep diri dengan kecemasan sosial pada siswa SMA Ma'arif Nu Pandaan. Hipotesis yang dituju peneliti adanya hubungan negatif yang kuat antara konsep diri dengan kecemasan sosial pada siswa SMA Ma'arif Nu Pandaan.

METHOD

Pada penelitian ini, metode yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan jenis korelasional. Penelitian korelasional merupakan penelitian yang memerlukan pelaksanaan untuk pengumpulan data dan menentukan apakah ada keterkaitan dan tingkat keterkaitan antara dua variabel atau lebih [28]. Variabel independen (X) pada penelitian ini adalah Konsep Diri, sementara variabel dependen (Y) pada penelitian ini adalah Kecemasan Sosial. Populasi pada penelitian ini merupakan pelajar kelas 11 SMA Ma'arif Nu Pandaan, Kabupaten Pasuruan, yang berjumlah 314 siswa. Sehingga Sampel yang digunakan dalam penelitian ini ialah berjumlah 167 siswa yang dihitung menggunakan tabel bantu Isaac dan Michael dengan tingkat kesalahan

5%. Sampel merupakan remaja berusia 16-18 tahun dan merupakan pelajar SMA MA'ARIF NU di Kecamatan Pandaan, Kabupaten Pasuruan. Maka pengambilan populasi dilakukan dengan menggunakan *simple random sampling*.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrumen penelitian meliputi skala kecemasan sosial dan skala konsep diri. Skala kecemasan sosial merupakan emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan ketidaknyamanan saat berada di sekitar orang lain. Individu yang mengalaminya cenderung memiliki rasa malu karena khawatir tidak dapat berinteraksi dengan orang lain dengan baik[11]. Skala konsep diri adalah pandangan individu terhadap dirinya yang terbentuk dari pengalaman-pengalaman berinteraksi dengan orang lain sejak masa kanak-kanak, yang dipengaruhi oleh lingkungan sekitarnya[12]. Skala kecemasan sosial merupakan skala adopsi dari Robiah Adawiyah dengan teori dari Greca & Lopez yang memiliki 3 aspek: yaitu (1)adanya rasa takut tentang penilaian negatif; (2)menghindari dalam berinteraksi sosial pada orang asing; (3)menghindari sosial karena merasa tidak nyaman ketika banyak orang[11]. Skala konsep diri merupakan skala adopsi dari Kristanti dengan teori Berzonsky yang memiliki 4 aspek yaitu aspek fisik: aspek sosial: aspek moral etik, dan aspek psikis[12]. Hasil *try out* peneliti terhadap skala kecemasan sosial terdiri dari 38 aitem memiliki aitem valid sebanyak 33 dan 5 gugur dan koefisien reliabilitas skala sebesar 0,886. Skala konsep diri terdiri dari 40 aitem memiliki 34 aitem valid dan 6 aitem gugur dan koefisien reliabilitas skala sebesar 0,673. Analisis data menggunakan teknik analisis korelasi (*pearson product moment*) dibantu dengan program statistic JASP versi 16.4 *for windows* untuk mengetahui tentang ada tidaknya hubungan antara konsep diri dengan kecemasan sosial di SMA Ma'arif Nu Pandaan

RESULT AND DISCUSSION

A. Hasil

Table 1. Data Demografis

Data demografis

Data demografis pada tabel 1 diatas yang diperoleh dari penelitian ini diambil dengan cara menyebarkan kuisioner pada 167 siswa di SMA Ma'arif Nu Pandaan yang terdiri dari skala konsep diri sebanyak 34 aitem dan kecemasan sosial sebanyak 33 aitem. Berdasarkan data demografis berjenis kelamin perempuan lebih dominan mengalami kecemasan sosial. Sedangkan jika dilihat dari usia lebih dominan pada usia 17 tahun.

Uji Analisis Data

Sebelum menganalisis, peneliti melakukan pengujian asumsi lebih dahulu. Uji asumsi tersebut

mencakup uji linearitas dan uji normalitas. Pengeluhan data dilakukan menggunakan program statistic JASP versi 16.4 *for windows*. Apabila nilai signifikan p dari uji normalitas lebih besar dari 0.05 (>0.05) data dianggap berdistribusi normal. Berdasarkan hasil uji normalitas menunjukkan nilai $p=0.005$ (> 0.05) dengan nilai statistic Shapiro-wilk sebesar 0.991.

Table 2. Hasil Uji Normalitas

Uji normalitas

Nilai signifikansi (p) adalah 0,490 ($>0,05$), yang menunjukkan bahwa data terdistribusi normal, menurut hasil uji normalitas Shapiro wilk yang ditunjukkan pada tabel 2 di atas.

Sementara hasil uji linearitas pada output JASP dapat diamati pada grafik berikut :

Table 3. Hasil Uji Linearitas

Uji linearitas

Berdasarkan hasil uji linearitas yang disajikan pada tabel 3 di atas Ada hubungan linear antara variabel konsep diri dan kecemasan sosial. Dengan kata lain, semakin tinggi konsep diri siswa SMA Ma'arif Nu Pandaan, semakin rendah kecemasan sosial mereka.

Selanjutnya dilakukan Analisa hipotesis menggunakan uji korelasi *pearson product moment*. Adapun hasil uji hipotesis dapat dilihat di tabel sebagai berikut:

Table 4. Hasil Uji Hipotesis

Uji hipotesis

Berdasarkan hasil tabel 4 diatas dapat diketahui nilai koefisien korelasi (r) sebesar -0,436 dengan signifikansi (p) $=<0,001$ ($<0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan anantara konsep diri dengan kecemasan sosial pada siswa SMA Ma'arif Nu Pandaan. Hasil ini menunjukkan bahwa hipotesis diterima. Siswa SMA Ma'arif Nu Pandaan memiliki tingkat kecemasan sosial yang lebih rendah jika mereka memiliki konsep diri yang lebih baik.

Table 5. Kategorisasi Konsep diri

Berdasarkan tabel 5 mengenai kategori usia konsep diri, peneliti mengelompokkan skor konsep diri berdasarkan nilai rata-rata 87 dan standar deviasi 4 ke dalam tiga kategori: rendah, sedang, dan tinggi. Pada kategori ini didapatkan hasil bahwa lebih banyak usia 17 tahun yang berjumlah 41 (28) siswa. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tingkat konsep diri paling banyak ditemukan pada siswa usia 17 tahun yang termasuk dalam kategori sedang jika dilihat dari usianya.

Table 6. Ktegorisasi Kecemasan sosial

Berdasarkan tabel 6 tentang kategori usia kecemasan sosial, Peneliti membagi skor kecemasan sosial ke dalam tiga kategori: rendah, sedang, dan tinggi. Untuk variabel kecemasan sosial pada usia 15 tahun, 9 siswa (6%) termasuk dalam kategori tinggi, 17 siswa (11%) termasuk

dalam kategori sedang, dan tidak ada siswa yang termasuk dalam kategori rendah. Untuk variabel konsep diri pada usia 16 tahun, 9 siswa (6%) termasuk dalam kategori tinggi, dan 17 siswa (11%) termasuk dalam kategori sedang.

B. Pembahasan

Penelitian ini berfokus untuk membantu mengidentifikasi apakah ada keterkaitan antara konsep diri dengan kecemasan sosial pada siswa SMA Ma'arif Nu Pandaan. Berdasarkan hasil uji korelasi yang telah dilakukan peneliti, dapat diketahui bahwa adanya hubungan negatif yang kuat antara konsep diri dengan kecemasan sosial pada siswa SMA Ma'arif Nu Pandaan dengan nilai koefisien korelasi (r) sebesar $-0,436$ dan nilai signifikansi (p) $< 0,001$ ($< 0,05$). Sehingga yang mempunyai arti bahwa hipotesis dalam penelitian ini dinyatakan diterima. Semakin tinggi tingkat konsep diri maka akan semakin rendah kecemasan sosial pada siswa SMA Ma'arif Nu Pandaan. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah tingkat konsep diri, maka semakin tinggi tingkat kecemasan sosial pada siswa SMA Ma'arif Nu Pandaan. Sejalan dengan penelitian Kristanti yang berjudul Hubungan antara konsep diri dengan kecemasan sosial pada remaja di SMAN 1 Purwodadi yang menunjukkan nilai koefisien (r) sebesar $0,328$ dengan taraf signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$)[12].

Konsep diri dibagi menjadi 2 yaitu konsep diri yang buruk dan konsep diri yang baik. Apabila seorang individu cenderung memiliki konsep diri yang negatif maka individu akan mengalami cemas, mudah panik dan mengganggu hubungan interaksi sosialnya[24]. Sejalan dengan penelitian terdahulu Puspitasari mendapatkan hasil nilai (r) dengan skor sebesar $0,617$ dengan signifikansi 5% dan 1% yaitu $0,244$ dan $0,317$ hasil analisis data yang diperoleh (r) hitung lebih besar dari (r) tabel atau $0,244 < 0,617 > 0,317$ Yang artinya konsep diri berpengaruh terhadap kecemasan sosial [29].

Pada masa remaja, banyak individu mengalami kecemasan sosial. Hal ini terjadi karena masa remaja merupakan periode pubertas, di mana individu mulai menghadapi tanggung jawab perkembangan sosial yang lebih besar. Remaja mulai terlibat dalam interaksi sosial yang lebih intens di lingkungan sekitar mereka. Melalui interaksi ini, mereka dapat mengembangkan keterampilan sosial dan memenuhi kebutuhan pribadi, yang pada akhirnya membantu mempersiapkan mereka untuk menghadapi kehidupan dewasa.[30]. Berdasarkan hasil kategorisasi konsep diri pada usia 15, 16, dan 17 tahun, sebagian luas subjek penelitian berada dalam kategori sedang. Pada usia 15, terdapat 19 siswa (13%), usia 16 sebanyak 36 siswa (26%), dan usia 17 sebesar 41 siswa (28%). Dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa mayoritas siswa berusia 16 tahun, sebanyak 36 siswa (26%),

termasuk dalam kategori sedang untuk konsep diri..

Hasil kategorisasi kecemasan sosial juga di peroleh hasil bahwa Sebagian luas dari subjek penelitian berada pada kategori sedang baik pada usia 15 sebesar 17 siswa (11%), usia 16 sebesar 42 siswa (28%) dan usia 17 sebesar 46 siswa (31%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa jika berdasarkan usia 15,16, dan 17 pada kecemasan sosial lebih banyak pada usia 16 tahun yang berjumlah 42 siswa (28%) yang dikategorisasikan sedang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa memiliki hubungan antara konsep diri dengan kecemasan sosial jika ditinjau dari usianya. Sehingga hasil kategorisasi pada penelitian ini menunjukkan hasil bahwa pada usia 16 tahun memiliki keterkaitan antara konsep diri dengan kecemasan sosial pada siswa SMA Ma'arif Nu Pandaan yang dikategorikan sedang. Sejalan dengan penelitian Andi tajudin menunjukkan bahwa banyak remaja yang mengalami kecemasan sosial pada usia 13-18 tahun[31].

Berdasarkan hasil yang dilakukan konsep diri mempunyai hubungan terhadap kecemasan sosial, dalam penelitian ini juga terdapat perbedaan terhadap penelitian lain yaitu pada penelitian ini membahas tentang konteks pelajar SMA, sebagaimana hasil dari penelitian ini terdapat adanya permasalahan tentang hubungan konsep diri dengan kecemasan sosial. Sedangkan perbedaan dengan penelitain-penelitian sebelumnya lebih banyak menggunakan subjek SMK, remaja bahkan Mahasiswa yang memiliki permasalahan kecemasan sosial[24]. Sedangkan pada siswa SMA lebih rentan mengalami kecemasan pada usia 13-18 tahun. Oleh karena itu, kebaruan dalam penelitian ini ada pada hubungan antara konsep diri dengan kecemasan sosial pada siswa SMA Ma'arif Nu Pandaan.

Adapun limitasi atau keterbatasan dalam penelitian ini yaitu penelitian ini menggunakan Google Forms untuk mengelola survei secara online dan mendistribusikan cakupan survei kepada responden secara offline. Pembagian skala penelitian ini juga dilakukan secara langsung. Penelitian ini juga masih minim referensi penjelasan terkait penelitian terdahulu, sehingga kurangnya ketelitian peneliti pada menjelaskan ruang lingkup penelitian.

CONCLUSION

Penelitian ini menemukan hubungan negatif yang signifikan antara konsep diri siswa SMA Ma'arif NU Pandaan dan kecemasan sosial. Kecemasan sosial membuat siswa menjadi sulit untuk bersosialisasi sehingga siswa perlu untuk memiliki konsep diri yang baik. Berdasarkan hasil penelitian, siswa diharapkan untuk meningkatkan konsep diri, dengan cara menggunakan layanan dan bimbingan konseling pada siswa yang dimana pengetahuan, penghambatan, penyelesaian, pengelolaan, dan peningkatan adalah tugas bimbingan dan konseling. Bimbingan dan konseling memiliki empat lingkup utama: personal, public, pembelajaran dan jabatan. Selain itu, ada tujuh dukungan yang disediakan: penyesuaian, data, penyebaran, penugasan, dan

pemahaman materi konseling individu, konseling kelompok, dan bimbingan kelompok. Semua komponen ini bertujuan untuk memfasilitasi perkembangan ciri khas siswa secara optimal, terutama dalam mengembangkan dan meningkatkan konsep diri yang baik[1]. Sehingga ketika siswa memiliki konsep diri tinggi maka siswa akan terhindar dari permasalahan kecemasan sosial. Apabila terdapat kekurangan terhadap penelitian ini mohon diberikan masukan. Bagi peneliti selanjutnya semoga penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber dalam penelitian.

Acknowledgements

Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Bapak Kepala Sekolah SMA Ma'arif Nu Pandaan atas izin yang diberikan untuk menjadikan sekolah ini sebagai tempat penelitian. Dukungan dan kesempatan yang diberikan sangat berharga bagi kelancaran dan keberhasilan penelitian ini. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi sekolah dan pendidikan pada umumnya. dan kemudian kepada para responden sekolah menengah atas SMA Ma'arif Nu Pandaan yang telah mengisi kuisioner penelitian ini dan dapat berkontribusi dengan membantu jalannya penelitian. Serta semua pihak yang sudah turut serta membantu peneliti baik secara langsung maupun tidak langsung dan selalu memberikan dukungan kepada peneliti.

REFERENCES

- [1] N. Ardiyanta, S. Latif, and R. R. Z., “Improving Positive Self-Concept Through Group Guidance Services,” *ALIBKIN Journal of Guidance and Counseling*, vol. 3, no. 2, pp. 1–12, 2014.
- [2] N. M. P. Batiari, B. Budiharto, and T. Suratmi, “Adolescent Anxiety: Risk Factors Based on the Social Ecological Model,” *Indonesian Journal of Psychology and Mental Health*, vol. 7, no. 1, pp. 36–53, 2022, doi:10.20473/jpkm.v7i12022.36-53.
- [3] Ministry of Health Republic of Indonesia, *Basic Health Research Report 2018*. Jakarta: Balitbangkes, 2018.
- [4] M. Iqbal and L. Rizqulloh, “Early Detection of Mental Health During Covid-19 Pandemic Using SRQ,” *Praxis Journal*, vol. 3, no. 1, pp. 20–25, 2020, doi:10.24167/praxis.v3i1.2730.
- [5] A. S. Bjornsson et al., “Social Trauma and Its Association With PTSD and Social Anxiety Disorder,” *Journal of Anxiety Disorders*, vol. 72, p. 102228, 2020, doi:10.1016/j.janxdis.2020.102228.
- [6] A. S. Diwanda and A. Wakhid, “Body Shaming and Social Anxiety in Adolescents,” *Journal of Psychiatric Nursing*, vol. 5, no. 2, pp. 271–280, 2022.
- [7] D. B. Primadiana et al., “Smartphone Addiction and Social Anxiety in Adolescents,” *Psychiatry Nursing Journal*, vol. 1, no. 1, pp. 21–27, 2019, doi:10.20473/pnj.v1i1.14325.
- [8] Y. S. G. Hoffman et al., “Social Anxiety and Intimate Loneliness Across Age,” *Aging and Mental Health*, vol. 25, no. 7, pp. 1246–1253, 2021, doi:10.1080/13607863.2020.1774741.
- [9] D. Istiqomah and B. A. Habsy, “Reality Counseling for Social Anxiety in Junior High Students,” *Indonesian Journal of Educational Counseling*, vol. 3, no. 1, pp. 61–70, 2019.
- [10] R. Pribadi, “Negative Self-Image and Social Anxiety in Urban Female Adolescents,” *Calyptra*, vol. 8, no. 2, pp. 1–16, 2019.
- [11] R. Adawiyah, “Self-Concept and Social Anxiety in High School Students,” Undergraduate Thesis, UIN Malang, 2020.
- [12] D. W. Kristanti, “Self-Concept and Social Anxiety in Adolescents,” Undergraduate Thesis, Sultan Agung Islamic University, 2021.
- [13] N. N. Olivia et al., “Self-Concept and Social Anxiety in Adolescents,” *Journal of Psychological Studies*, vol. 6, no. 1, pp. 11–15, 2024.
- [14] Z. N. Yudianfi, “Social Anxiety Among Rural Adolescents,” *Psikoborneo Journal*, vol. 10, no. 2, pp. 2003–2005, 2022.
- [15] D. J. Stein et al., “Cross-National Epidemiology of Social Anxiety Disorder,” *BMC Medicine*, vol. 15, p. 143, 2017, doi:10.1186/s12916-017-0889-2.
- [16] S. Damaiyanti et al., “Obesity and Social Anxiety in High School Students,” *Jurnal Ners*, vol. 7, no. 1, pp. 27–31, 2022.
- [17] M. D. Annisa, “Self-Concept and General Anxiety in Early Adolescents,” *Widyawacana Journal*, vol. 343, no. 100, pp. 1–10, 2018.
- [18] I. D. Harahap and D. Pranungsari, “Self-Concept, Adversity Quotient, and Future Anxiety,” *Journal of Applied Psychology and Education*, vol. 2, no. 1, pp. 1–10, 2020.
- [19] V. F. Saputri and E. S. Indrawati, “Self-Concept and Public Speaking Anxiety,” *Empati Journal*, vol. 6, no. 1, pp. 425–430, 2017.
- [20] A. Juliyanti and H. Pujiastuti, “Mathematics Anxiety and Self-Concept,” *Prima Journal of Mathematics Education*, vol. 4, no. 2, pp. 75–82, 2020.
- [21] H. Jahju, *Self-Concept Across Age Characteristics*. Jakarta: Prenada Media, 2017.
- [22] D. Nurhaini, “Self-Concept, Self-Control, and Consumptive Behavior,” *Psikoborneo Journal*, vol. 6, no. 1, pp. 92–100, 2018.
- [23] S. M. Rezeki, “Self-Concept, Social Support, and Social Anxiety,” Undergraduate Thesis, University of Medan, 2018.
- [24] S. L. Pratiwi et al., “Self-Concept and Social Anxiety in University Students,” *Konseling Edukasi*, vol. 7, no. 1, pp. 94–102, 2023.
- [25] P. Suminar et al., “Self-Concept and Student Anxiety,” *Thalaba Journal*, vol. 5, no. 1, pp. 1–10, 2022.
- [26] A. S. Diwanda and A. Wakhid, “Body Shaming and Social Anxiety,” *Journal of Education Faculty*, vol. 5, no. 2, pp. 1–16, 2022.
- [27] A. A. F. Salsabila, “Self-Concept and Public Speaking Anxiety,” *Journal of Educational Perspectives*, vol. 2, no. 1, pp. 1–4, 2022.
- [28] Sugiyono, *Quantitative, Qualitative and R&D Research Methods*, 2nd ed. Bandung: Alfabeta, 2019.
- [29] Y. W. Puspitasari, “Negative Self-Concept and Social Anxiety,” *Widya Wacana Journal*, vol. 12, no. 1, pp. 1–9, 2017.
- [30] T. P. Hendrawan et al., “Social Anxiety in Late Adolescents,” *Journal of Guidance and Counseling*, vol. 8, no. 2, pp. 1101–1107, 2024.
- [31] A. Tajuddin and Haenidar, “Self-Esteem and Social Anxiety in Late Adolescents,” *Journal of Psychology*, vol. 1, no. 1, pp. 56–65, 2019.

LIST TABLE

1. Hasil Uji Normalitas	5
2. Hasil Uji Hipotesis	5
3. Kategorisasi Konsep diri	5
4. Ktegorisasi Kecemasan sosial	5

LIST FIGURE

1. Hasil Uji Linearitas	5
-------------------------------	---

Table 7, Data Demografis

Subjek	Jumlah	Persentase	Rata-Rata Variabel Konsep Diri	Rata-Rata Variabel Kecemasan Sosial
Jenis Kelamin				
Laki-laki	44	29530%	87,000	86,136
Perempuan	105	70470%	86.619	91.552
Rata-rata			86.73154	89.95302
Usia				
14	1	0,671%	83	87
15	25	16779%	87.6	89.2
16	58	38926%	87.19	88.793
17	65	43624%	86.046	91.323
Rata-rata			86.73154	89.95302

Table 8. Hasil Uji Normalitas

Shapiro-Wilk Test for Bivariate Normality

			Shapiro-Wilk	p
Konsep diri	-	Kecemasan sosial	0.991	0.490

Table 9. Hasil Uji Hipotesis

Pearson's Correlations

		Pearson's r	p
Konsep diri	Kecemasan sosial	0.436 **	< .001

* p < .05, ** p < .01, *** p < .001

Table 10. Kategorisasi Konsep diri

Usia	Kategori	Interval Score	f	Konsep Diri	%
15	Rendah	X <	83	2	1%
	Sedang	≤ X <	90	19	13%
	Tinggi	X ≥	90	5	3%
16	Rendah	X <	83	3	2%
	Sedang	≤ X <	90	39	26%
	Tinggi	X ≥	90	16	11%
17	Rendah	X <	83	11	7%
	Sedang	≤ X <	90	41	28%
	Tinggi	X ≥	90	13	9%

Table 11. Hasil Uji Linearitas

