

PENGARUH HARGA DIRI TERHADAP KECEMASAN SOSIAL BAGI KORBAN *BULLYING* DI SMAN 10 LUWU

NURUL FAUSIAH'

*NURULFAUSIAH, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan/ Pendidikan Bimbingan Konseling,
Universitas Muhammadiyah Palopo*

Nurulfausiah17@gmail.com

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self-esteem* terhadap kecemasan sosial bagi remaja korban *bullying*. Variable independen yang digunakan adalah *self-esteem*, variable dependen yang digunakan adalah kecemasan sosial. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dan dengan tambahan uji validitas dan uji reliabilitas. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *probability sampling* dengan jenis metode *stratified random sampling*. Responden dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI Mipa 1, 2, dan 3 SMAN 10 Luwu yang berjumlah 84 orang, alat yang digunakan adalah aplikasi SPSS *type 22*. Hal ini menunjukkan adalah pengaruh *self-esteem* terhadap kecemasan sosial bagi korban *bullying*.

Kata Kunci : *self-esteem*, kecemasan sosial

ABSTRACT

This study aimed to determine the effect of self-esteem on social anxiety for adolescent victims of bullying. The independent variable was self-esteem and the dependent variable was social anxiety. This study applied quantitative research methods with additional validity and reliability tests. The sampling technique used was probability sampling technique with the type of stratified random sampling method. Respondents in this study were students of class XI mipa 1, 2, and 3 SMAN 10 Luwu namely 84 people. The tool used is the SPSS type 22 application. The results of this show that there is effect of self-esteem on social anxiety for victims of bullying.

Keywords: *Self-esteem, social anxiety.*

PENDAHULUAN

Kekerasan terhadap anak dan remaja kini marak terjadi, baik secara psikis, fisik maupun seksual. Kekerasan pada umumnya adalah perilaku yang merupakan bagian dari beberapa bentuk kekerasan terhadap anak dan remaja. Keterlibatan dalam insiden *bullying* ini tampaknya semakin meningkat dari tahun ke tahun. Perilaku dan kekerasan ini sering terjadi di tempat-tempat yang paling aman bagi anak-anak dan remaja, tempat mereka tinggal dan bersekolah. Dan tantangan terberat yang dihadapi remaja adalah meningkatnya pengaruh kelompok sebaya, perubahan perilaku sosial, nilai-nilai baru dalam kelompok sosial, pilihan pertemanan, dukungan, penolakan sosial, dan pilihan kepemimpinan.

Ketika *self-esteem* remaja terganggu atau remaja mengembangkan harga diri yang rendah, remaja yang terus-menerus mengalami perilaku juga mempengaruhi *self-esteem* mereka. Ini dapat menyebabkan

stres, yang kemudian dapat berkembang menjadi depresi dan, dalam kasus yang lebih parah, bunuh diri.

Bullying jelas lebih berbahaya bagi korban dari pada *bullying*. Dampak yang dialami oleh korban *bullying* tidak hanya fisik, tetapi juga psikologis. Andina (2014) mencatat bahwa efek *bullying* tidak selalu langsung terlihat. Efeknya kumulatif selama beberapa tahun ke depan, dan muncul gejala yang memperburuk kesehatan mental anak. Korban *bullying* cenderung bereaksi negatif, sulit mempercayai orang lain, kurang asertif, agresif, sulit mengendalikan amarah, rendah diri, dan merasa terasing.

Salah satu dampak negatif yang dialami oleh korban *bullying* adalah kecemasan sosial atau keengganan bersosialisasi, takut dinilai negatif, dan malu. Kecemasan sosial adalah suatu kondisi di mana seseorang percaya bahwa orang lain memandang dirinya secara berbeda dari dirinya sendiri. Hal inilah yang

dialami siswa SMAN 10 LUWU. Beberapa siswa ingin orang lain mengevaluasi diri mereka secara negatif dan menghindari *bullying*.

Karena faktor-faktor penyebab kecemasan sosial berkaitan dengan pengalaman traumatis seperti pelecehan, intimidasi, dan ancaman teman sebaya, peneliti percaya bahwa penganiayaan, intimidasi, dan ancaman teman sebaya adalah faktor-faktor yang menyebabkan kecemasan sosial pada korban *bullying*.

Sebuah penelitian oleh Liaqat dan Akram (2014) tentang hubungan antara *self-esteem* dan kecemasan sosial pada remaja penyandang cacat fisik di sekolah pendidikan khusus di Punjab Selatan menemukan bahwa *self-esteem* yang lebih rendah dikaitkan dengan kecemasan sosial yang lebih tinggi dan sebaliknya.

Myers (2012) menyatakan bahwa orang dengan *self-esteem* rendah sering melihat hal-hal negatif ketika mereka merasa terancam. Orang dengan *self-esteem* rendah mungkin mengalami kesulitan menavigasi interaksi sosial yang menyebabkan kecemasan sosial. Oleh karena itu peneliti percaya bahwa *self-esteem* remaja pada korban *bullying* dapat mempengaruhi dan menyebabkan kecemasan sosial, yang pada akhirnya dapat mempengaruhi *self-esteem* seseorang. Beberapa penelitian tentang kecemasan sosial menunjukkan bahwa ada hubungan antara kecemasan sosial dan *self-esteem*. *Self-esteem* yang rendah berkaitan dengan keyakinan bahwa orang tidak mampu menilai orang lain secara positif, kita cenderung percaya bahwa.

Kecenderungan seseorang untuk menilai dirinya sendiri berkaitan dengan tingkat harga dirinya. Mujiyati (2015) menyatakan bahwa siswa yang berulang kali diperlakukan secara negatif menyebabkan

rendahnya *self-esteem* pada diri sendiri dan orang lain, serta menyebabkan siswa menarik diri dari lingkungan sosial.

Penelitian Seprina, Liow, Sulistiyawati, dan Andriani (2009) pada remaja korban *bullying* di SMP dan SMA menunjukkan bahwa *self-esteem* berkorelasi dengan *bullying* jika korbannya memiliki *self-esteem* yang tinggi. Penelitian Liow (2009) tidak menemukan hubungan antara *harga diri* dengan *bullying* remaja pada korban *bullying*. Sebuah studi oleh Seixas, Coelcho, dan Nicholas (2013) pada remaja di sekolah menengah Lisbon menunjukkan hasil yang bertentangan bahwa korban intimidasi memiliki kesamaan dengan pelaku intimidasi mereka. Artinya, *self-esteem* yang tinggi. Mengakui bahwa perbedaan *harga diri* disebabkan oleh perbedaan reaksi pelaku intimidasi remaja terhadap intimidasi. Remaja korban *bullying* dengan *harga diri* yang tinggi lebih mungkin untuk menangani *bullying* dengan sukses,

dan sebaliknya. Temuan perbedaan penelitian ini menjadi salah satu dasar untuk penelitian lebih lanjut para peneliti.

Kasus *bullying* di kalangan remaja dianggap sebagai bahan candaan, sehingga tidak menyadari dampak yang diakibatkan pada korban. Berdasarkan hasil wawancara awal dengan guru BK di SMAN 10 Luwu pada tanggal 06 Desember 2021, pengetahuan tentang *bullying* yang dilakukan peneliti kepada siswa SMAN 10 Luwu (XI) menunjukkan hasil bahwa *bullying* dianggap sebagai bahan candaan, karena pelaku yang mem-*bully* beranggapan bahwa hal tersebut sebagai hiburan semata. Menurut para siswa di sekolah tersebut mengatakan bahwa pihak sekolah mengetahui adanya kasus *bullying*, namun karena dalam keseharian sekolah telah menjadi hal yang biasa, maka tidak terlalu ditanggapi dengan serius.

Sudah diketahui bahwa *bullying* sedang meningkat tanpa kita sadari. Hal ini

terjadi secara tidak sadar ketika tindakan tersebut dapat melukai atau membuat anak trauma. Sekolah dan guru memainkan peran yang sangat penting dalam mencegah bullying di sekolah. Peran sekolah dan guru dalam mencegah bullying dapat dilakukan dengan membentuk karakter anak. Triknya adalah mengatakan apa yang benar dan apa yang salah. Anak-anak cenderung melakukan bullying secara tidak sadar karena pola asuh dan lingkungan orang tua mereka. Oleh karena itu, sebagai guru atau orang tua pengganti, guru harus pandai memecahkan masalah. Jika anak Anda melaporkan menjadi korban bullying, cobalah untuk menanggapi dengan empati. Kedua, jangan cepat-cepat menyalahkan atau mengkritik anak yang melakukan bullying. Dapat dikatakan bahwa tindakan tersebut dapat sangat mempengaruhi jiwa seseorang. Membuat anak merasa nyaman di pihak korban atau si pelaku intimidasi setidaknya akan mengurangi intimidasi. Jika

perlu, terapkan hukuman khusus pada anak yang melakukan intimidasi.

Uraian di atas memperlihatkan bahwa tingginya kasus *bullying* menimbulkan berbagai konsekuensi negatif seperti tingkat *self-esteem* dapat memengaruhi dan menimbulkan kecemasan sosial pada remaja, oleh sebab itu penelitian tentang **“Pengaruh *self-esteem* terhadap kecemasan sosial bagi remaja korban *bullying* di SMAN 10 Luwu”** penting untuk dilakukan.

TINJAUAN PUSTAKA

Srisayekti & Setiady, (2015) *self-esteem* adalah salah satu aspek terpenting dalam pembentukan kepribadian. Jika seseorang tidak bisa menghargai dirinya sendiri, maka akan sulit baginya untuk menghargai orang lain. Oleh karena itu, *self-esteem* merupakan salah satu faktor terpenting dalam membentuk citra diri dan memiliki berbagai pengaruh pada sikap dan perilaku.

Ellies Sutrisna (2010) Ini menunjukkan apa itu *self-esteem* tentang diri Anda. Karena *self-esteem* adalah kunci untuk mencapai kesejahteraan dan efektivitas pribadi, itu adalah sumber energi, antusiasme, vitalitas, dan optimisme yang mengilhami kepribadian kita dan membawa kita menuju kesuksesan. *Self-esteem* tergantung pada seberapa layak Anda merasa dan seberapa besar Anda mencintai diri sendiri. Semakin positif harga diri Anda, semakin baik hasil yang dapat Anda capai.

Dari beberapa di atas, peneliti menyimpulkan bahwa harga diri (*self-esteem*) adalah Ini adalah penilaian individu tentang seberapa penting mereka dan merupakan bentuk penilaian harga diri, apakah positif atau negative.

Srisayekti & Setiady, (2015) Kecemasan sosial menyebabkan orang berpikir bahwa sesuatu yang mereka katakan atau lakukan membuat orang lain melihat atau menilai mereka secara negatif atau buruk, mereka

cenderung berpikir bahwa mereka akan menyadari kelemahan atau kecanggungan mereka ketika berbicara dengan orang lain, dan remaja itu ditinggalkan, diabaikan, dikritik, atau ditolak. karena perilaku yang tidak dapat diterima. Selain itu, menurut Dayakisni dan Hudaniah (2009), Gangguan kecemasan sosial adalah ketakutan terhadap orang lain, selalu disertai dengan rasa malu yang ditandai dengan kecanggungan, kekakuan, hambatan, dan kecenderungan untuk menghindari interaksi sosial.

Beberapa definisi kecemasan sosial di atas menyimpulkan bahwa kecemasan sosial adalah kecemasan dalam situasi sosial, seperti kecemasan atau takut dinilai negatif oleh orang lain, kecemasan selama interaksi sosial seperti diskusi kelompok, wawancara, atau presentasi publik.

METODE PENELITIAN

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data kuantitatif yang merupakan data yang diperoleh dalam bentuk angka-angka yang dapat dihitung. Adapun sumber data yang digunakan diperoleh dari angket atau kuesioner yang dibagikan kepada responden dengan menggunakan sampel acak atau *probability sampling* sebagai teknik pengumpulan data.

Teknik pengumpulan data merupakan langkah/cara yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu

Angket dalam penelitian ini, peneliti mengumpulkan data menggunakan kuesioner tipe skala Likert. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi individu atau kelompok individu tentang fenomena sosial. Dalam penelitian, fenomena sosial ini secara khusus

ditentukan oleh peneliti dan disebut sebagai variabel penelitian. Jawaban dari angket tersebut diberi bobot skor atau nilai sebagai berikut:

1. Sangat sesuai akan diberi skor 5
2. Sangat sesuai diberi skor 4
3. Ragu-ragu akan diberi skor 3
4. Tidak sesuai akan diberi skor 2
5. Sangat tidak sesuai akan diberi skor 1

Kualitas data penelitian hipotetis sangat tergantung pada kualitas data yang digunakan dalam penelitian. Kualitas dan penelitian ditentukan oleh alat yang digunakan untuk mengumpulkan data dan menghasilkan data yang berlaku. Uji yang digunakan untuk menguji kualitas data dalam penelitian ini adalah uji validitas dan uji reliabilitas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam bab ini, saya menjelaskan hasil pengolahan dan pembahasan studi yang menunjukkan dampak *self-esteem* terhadap kecemasan sosial pada siswa kelas XI mipa

1-3 di SMAN 10 Luwu. Data hasil survai dikumpulkan melalui kuesioner online menggunakan google form. Berdasarkan lampiran table deskroftifyang di olah dengan bantuan program aplikasi SPSS versi 22. Rasponen pada penelitian ini adalah kelas XI SMAN 10 Luwu. Pada penelitian ini, peneliti mendapatkan data dengan itu menyebarkan koesioner di kelas MIPA 1,2,3 sebanyak 84 eksampler.

Berdasarkan tabel 1.3 dapat dinyatakan bahwa besarnya nilai korelasi atau hubungan (R) yaitu sebesar 0,591. Hal ini membuktikan bahwa *Self-Esteem* siswa kelas XI SMA Negeri 10 Luwu sesuai dengan interval koefisien yaitu Uji R *square* digunakan untuk mengetahui seberapa besar sumbangan secara simultan variable *Self-Esteem*. Pengujian ini dilakukan dengan melihat nilai R *square*. Hasil Uji R *square* dapat dilihat pada tabel 1.3 diketahui bahwa nilai R *square* adalah sebesar 0,350. Hal ini berarti bahwa sebesar 35,0% variabel

dependen atau Kecemasan sosial dipengaruhi oleh variabel independen yaitu *Self-Esteem*.

Uji hipotesis (uji t) pada tabel 1.4 dapat diketahui bahwa untuk *self-esteem* (X) $t \text{ hitung} = 6.642 > t \text{ table} = 1.990$ dengan signifikan $0,000 < 0,05$ artinya terdapat pengaruh dan signifikan terhadap *self-esteem*.

Sedangkan nilai *Rsquare* adalah sebesar 0,350. Hal ini berarti bahwa sebesar 35,0% variabel dependen atau kecemasan sosial dipengaruhi oleh variabel independen yaitu *self-esteem*, sedangkan sisanya yaitu sebesar 65,0% dijelaskan oleh faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi kecemasan sosial.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh negatif *self-esteem* terhadap kecemasan sosial, sehingga dapat dinyatakan bahwa semakin remaja korban *bullying* memiliki *self-esteem* rendah maka

akan semakin tinggi kecenderungan kecemasan sosial yang dialami, sebaliknya apabila seorang remaja korban *bullying* memiliki *self-esteem* tinggi, maka ia akan memiliki kecenderungan untuk mengalami kecemasan sosial yang rendah.

Sumbangan efektif yang relatif kecil pada variabel *self-esteem* terhadap kecemasan sosial yang dialami korban *bullying*, kemungkinan disebabkan karena banyak faktor yang memengaruhi kecemasan sosial pada remaja korban *bullying*. Faktor-faktor lain yang memengaruhi kecemasan sosial selain *self-esteem* yang belum diteliti dan diungkapkan adalah *strangers*, genetik, evaluasi diri yang negatif, pengalaman masa lalu yang menyakitkan, dan kemampuan sosial yang kurang.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengaruh *self-esteem* terhadap kecemasan sosial, yaitu dengan nilai $R_{squared} : 0,350$

hasil tersebut menunjukkan bahwa pengaruh *self-esteem* terhadap kecemasan sosial adalah sebesar : 35,0% sedangkan sisanya itu 65,0% di jelaskan oleh faktor-faktor lainnya, semakin remaja korban *bullying* memiliki *self-esteem* rendah maka semakin tinggi kecemasan sosialnya. Begitu pula sebaliknya.

DAFTAR PUSTAKA

- Andina, E. (2014). *Budaya Kekerasan Antara Anak Di Sekolah*. Infi Singkat Vol. VI, No. 09/I/P3DI/Mei/2014.
- Coopersmith, Stanly. (1967). *The Antecedents of Self Esteem*. San Fransisco: W. H. Freeman.
- Dayaksikni, T. & Hudainah (2009). *Psikologi Sosial*, Malang: UMM Press.
- Ghozali, Imam. 2018. *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBN SPSS 25*. Semarang: Badan Penarbit Universitas Diponegoro.
- Hofmann SG, Dibartolo PM. 2010. *From Social Anx-iety to Social Pobia* New York: Ally & Bacon

- La Greca, A. M, Lopez, N (1998). Social anxie among adolescent: linkages with peer relation and friendships. *Jounal of abnormal Child Psychology*. Vol. 26(2) : 83-94
- Leay, M. R. (1983). *Understanding social Anxiety*. America : SAGA Publicatons
- Misnani, J. (2016). Hubungan Perilaku Asertif dan Kesepian dengan Kecemasan Sosial Korban Bullying Pada Siswa. *Psikoborneo*, 4(4), 516–521.
<https://media.neliti.com/media/publications/129183-ID-perilaku-asertif-dan-kecenderungan-kenak.pdf>
- Mujiyati. (2015). Peningkatan *Self-esteem* Siswa Korban *Bullying* Melalui Teknik Assertive Treining. *Jurnal Fokus konseling*. Volume 1 No. 1, Januari 2015 Hlm.1-12.
- Nurihsan, A. J. (2011). *Dinamika Perkembangan Anak dan Remaja*, Bandung: Rifaka Aditama.
- Priyatna, A. (2010). *Let's End Bullying*. Elax Media Komputindo
- Srisayekti, W., & Setiady, D. A. (2015). Harga-diri (*Self-esteem*) Terancam dan Perilaku Menghindar. *Jurnal Psikologi*, 42(2), 141. <https://doi.org/10.22146/jpsi.7169>.
- Sumara, D; Humaedi, S; Santoso, M. D. (2017). Knakalan remaja dan Penanganannya. *Penelitian & PPM*, 4(kenakalan remaja), 129-389.
- Sugiyono. 2018. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Bab R&D* Bandung:Afabete