



Hubungan Antara Konsep Diri dan Dukungan Sosial Dengan Kecemasan Sosial Pada Siswa Kelas X Listrik di SMK Negeri 2 Medan

The Relationship Between Self-Concept and Social Support with Social Anxiety in Class X Electric Students in SMK Negeri 2 Medan

Sabrini Mentari Rezeki, Muhammad Rajab Lubis, & Abdul Munir

Magister Psikologi, Universitas Medan Area

Abstrak

Tujuan dalam penelitian ini adalah 1) Hubungan antara konsep diri dengan kecemasan sosial pada siswa kelas X Listrik di sekolah SMK Negeri 2 Medan. 2) Hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan sosial pada siswa kelas X Listrik di sekolah SMK Negeri 2 Medan. 3) Hubungan konsep diri dan harga diri dengan kecemasan sosial pada siswa kelas X Listrik di sekolah SMK Negeri 2 Medan. Jenis penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan metode kolerasional. Metode penelitian kolerasional digunakan untuk mendeteksi sejauh mana variasi-variasi pada suatu faktor yang berkaitan dengan variasi-variasi pada suatu atau lebih faktor lain berdasarkan pada koefisien korelasi. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X Listrik di Sekolah SMK Negeri 2 Medan berjumlah 180 siswa, dan sampel dalam penelitian ini berjumlah 90 siswa. Berdasarkan hasil dari pembahasan penelitian ini menunjukkan 1) Ada hubungan antara konsep diri dengan kecemasan sosial siswa kelas X Listrik SMK Negeri 2 Medan. Kesimpulan ini diperoleh dari hasil perhitungan yaitu nilai $t_{hitung} = 4,669$. 2) Ada hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan sosial siswa kelas X Listrik SMK Negeri 2 Medan. Kesimpulan ini diperoleh dari hasil perhitungan yaitu nilai $t_{hitung} = 7,783$ pada taraf alpha 5%. 3) Ada hubungan antara konsep diri dan dukungan sosial secara bersama-sama terhadap kecemasan sosial siswa. Kesimpulan ini diperoleh dari hasil perhitungan yaitu nilai $F_{hitung} = 39,735$.

Kata Kunci: Konsep Diri, Dukungan Sosial, Kecemasan Sosial

Abstract

The objectives of this study are 1) The relationship between self-concept and social anxiety in students of class X Listrik in SMK Negeri 2 Medan. 2) The relationship between social support and social anxiety in students of class X Electricity in SMK Negeri 2 Medan. 3) The relationship between self-concept and self-esteem with social anxiety in students of class X Electricity in SMK Negeri 2 Medan. This type of research is a quantitative approach with correlational methods. Correlation research method is used to detect the extent of variations in a factor related to variations in one or more other factors based on the correlation coefficient. and the sample in this study was 90 students. Based on the results of the discussion of this study shows 1) There is a relationship between self-concept and social anxiety of students of class X Electric SMK Negeri 2 Medan. This conclusion is obtained and the result of the calculation is the calculated value = 4,669. 2) There is a relationship between social support and social anxiety of students of class X Listrik SMK Negeri 2 Medan. This conclusion is obtained from the results of the calculation that is the calculated value = 7,783 at the alpha level of 5%. 3) There is a relationship between self-concept and social support collectively to students' social anxiety. This conclusion is obtained from the calculation results that is the value of $F_{hitung} = 39,735$.

Keywords: Self Concept, Social Support, Social Anxiety

How to Cite: Rezeki, S.M. Lubis, M.R. & Abdul, M. (2021). Hubungan Antara Konsep Diri dan Dukungan Sosial Dengan Kecemasan Sosial Pada Siswa Kelas X Listrik di SMK Negeri 2 Medan. *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 3(2) 2021: 141-144,



PENDAHULUAN

Pada dasarnya siswa diharapkan untuk memiliki hubungan interaksi yang baik terhadap teman sebaya maupun lingkungan, hal ini membantu siswa dalam memenuhi salah satu kebutuhan manusia yaitu manusia tidak bisa hidup sendiri atau *homo sapiens*.

Hal ini sangat bertentangan dengan kenyataan dapat dilihat dari hasil penelitian sebelumnya yang memiliki kenaikan kecemasan sosial yang tinggi pada siswa di sekolah maupun di lingkungan masyarakat.

Kecemasan sosial yang terjadi pada siswa di sekolah diperkirakan 10% hingga 20% (Maertz, 2001; Siess, 2013; Joshi, 2013). Hasil penelitian yang dilakukan di Indonesia (Provinsi Jawa Tengah) pada tahun 2013 didapatkan data sebanyak 15,8% individu yang mengalami kecemasan sosial (Vriend, 2013). Terdapat peningkatan sekitar 9,6% gejala kecemasan sosial pada awal usia remaja pada usia 10 tahun (Miers, 2013). Bentuk dari kecemasan sosial yang ekstrim pada remaja adalah membisu dengan hanya memilih berbicara pada situasi tertentu sebesar 70% hingga 95% (Deilbaz, et. al, 2011). Kecemasan sosial ditandai dengan adanya persepsi marabahaya dalam situasi sosial serta munculnya potensi penolakan oleh orang lain. Pada wanita yang mengalami kecemasan sosial tinggi cenderung menampilkan banyak perilaku negatif dari pada perilaku positif seperti kontak mata yang kurang, kurang tersenyum, sedikit berbicara dan gelisah yang berlebihan.

Brecht, 2000 menjelaskan bahwa kecemasan sosial merupakan rasa takut dan khawatir yang berlebihan jika berada bersama dengan orang lain dan merasa cemas pada situasi sosial karena kekhawatiran akan mendapat penilaian atau bahkan evaluasi dari orang lain, tetapi akan merasa baik ketika sedang sendirian. Pendapat di atas berarti bahwa individu ini cenderung menutup diri dan pada umumnya disertai dengan perilaku menghindar karena tidak tahan terhadap kritikan yang mungkin akan diterimanya. Hal tersebut sering dikaitkan dengan ketakutan yang berlebihan bahwa orang lain akan mengadilinya.

Konsep diri merupakan hal penting dalam membentuk tingkah laku, sehingga terkait dengan dunia pendidikan, saat ini pendidik semakin menyadari dampak konsep diri terhadap tingkah laku anak dalam kelas dan terhadap prestasinya Soemanto, (1998). Seperti dikemukakan oleh Burns (1993) bahwa konsep diri yang positif dapat membantu seseorang untuk meningkatkan kepercayaan terhadap dirinya sehingga dapat memotivasi seseorang untuk dapat menjadi lebih baik lagi. Mead (dalam Burns, 1993) menjelaskan konsep diri sebagai pandangan, penilaian, dan perasaan individu mengenai dirinya yang timbul sebagai hasil dari suatu interaksi sosial. Konsep diri mempunyai pengaruh yang cukup besar terhadap perilaku individu, yaitu individu akan bertingkah laku sesuai dengan konsep diri yang dimiliki Rahmat, (1996). Pernyataan tersebut didukung oleh Burns (1993) yang menyatakan bahwa konsep diri akan mempengaruhi cara individu dalam bertingkah laku di tengah masyarakat.

Dukungan sosial dapat dianggap sebagai sesuatu keadaan yang bermanfaat bagi individu yang diperoleh dari orang lain yang dapat dipercaya. Dari keadaan tersebut individu akan mengetahui bahwa orang lain memperhatikan, menghargai, dan mencintainya. Dukungan sosial adalah suatu pemikiran terbaik sebagai suatu konstruk multidimensional yang terdiri dari komponen fungsional dan struktural. Dukungan sosial merujuk kepada tindakan yang orang lain lakukan ketika mereka menyampaikan bantuan (Roberts & Gilbert, 2009).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode penelitian *Ex Post Facto* yaitu metode yang digunakan dalam penelitian yang meneliti hubungan sebab-akibat yang tidak

dimanipulasi oleh peneliti. Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel bebas dan variabel terikat.

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah variabel Bebas yaitu Kosep Diri (X.1), Dukungan Sosial (X.2), variabel Terikat yaitu kecemasan sosial (Y). Dari hasil skrining yang dilakukan terdapat 90 siswa kelas X listrik yang mengalami kecemasan sosial. *Total sampling* adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi (Sugiyono,2007).

Alasan mengambil total sampling karena menurut Sugiyono (2007) jumlah populasi yang kurang dari 100 seluruh populasi dijadikan sampel penelitian semuanya. Sampelnya adalah 90 orang siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji validitas dilakukan di SMK Negeri 2 Medan. Hasil uji validitas tiap-tiap item angket diolah dengan menggunakan rumus korelasi *product moment* kemudian dikonsultasikan dengan tabel *r product moment* dimana $n = 40$ pada taraf signifikan 0,05 sehingga diperoleh $r_{tabel} = 0,312$. Interpretasi data jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ maka item angket dikatakan valid dan jika sebaliknya maka item angket dikatakan tidak valid. Berdasarkan tabel analisis berganda diatas, maka dapat dibuat model persamaan regresi $Y = 33,513 X_1 + 0,408 X_2 + 0,595$, dengan Y adalah kecemasan sosial, X_1 adalah konsep diri dan X_2 adalah dukungan sosial. Konstanta sebesar 33,513 menyatakan bahwa tanpa adanya variabel konsep diri dan dukungan sosial, maka besar variabel kecemasan sosial adalah sebesar 33,513 satuan.

Koefisien regresi pada variabel konsep diri sebesar 0.408 yang menggambarkan bahwa setiap kenaikan satu satuan pada variabel konsep diri maka akan mengurangi kecemasan sosial sebesar 0.408 Koefisien regresi pada variabel dukungan sosial sebesar 0.595 yang menggambarkan setiap penambahan satu satuan pada dukungan sosial akan mengurangi kecemasan sosial sebesar 0,595 satuan. Dari hasil penelitian ternyata, terdapat hubungan antara konsep diri dengan kecemasan sosial

SIMPULAN

Dari hasil ini membuktikan bahwa konsep diri cukup baik untuk mengurangi kecemasan sosial siswa. Demikian juga dengan dukungan sosial siswa mempunyai hubungan yang signifikan dengan kecemasan sosial siswa. Berdasarkan deskripsi data dan tingkat kecenderungan data dalam penelitian ini, ditemukan secara umum data dukungan sosial siswa tergolong pada kategori cukup baik. Dari hasil ini diharapkan dukungan sosial siswa masih dapat ditingkatkan, setidaknya dapat dipertahankan, agar kecemasan sosial mereka dapat dikurangi. Kemudian dari hasil analisis tentang data konsep diri siswa juga masih tergolong pada kategori baik. Dari data ini hendaknya konsep diri siswa masih perlu ditingkatkan. Peningkatan konsep diri akan berakibat menurunnya kecemasan sosial siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Arini, A. T. 2006. Orang Tua dan Konsep Diri Anak. Konsep Diri Positif, Menentukan Prestasi Anak. Yogyakarta: Kanisius.
- Arikunto, S, 2010. Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktek. Jakarta: Rineka Cipta.
- Burns, R. B. 1993. "Konsep Diri (Teori, Pengukuran, Perkembangan, dan Perilaku)". Alih bahasa: Eddy. Jakarta : Arcan.
- Chaplin, J.P.2001.Kamus Lengkap Psikologi.PT. Raja Grafindo Persada.Kuncono. 2005. Aplikasi Komputer.

Sabrini Mentari Rezeki, M. Rajab Lubis, & Abdul Munir, Hubungan Antara Konsep Diri dan Dukungan Sosial Dengan Kecemasan Sosial Pada Siswa Kelas X Listrik di SMK Negeri 2 Medan

- Hagger, M. S., Vello Hein, & Nikos L. D. Chatzisarantis. (2011). "Achievement Goals, Physical Self-Concept, and Social Physique Anxiety in a Physical Activity Context". *Journal of Applied Social Psychology*, 2011, 41, 6, pp. 1299–1339. Wiley Periodicals, Inc.
- Myers G, David. 2012. Psikologi Sosial Edisi 10. penerbit Salemba Humanik: Jakarta.
- Rakhmat Jalaluddin. M.SC. 2005. Psikologi Komunikasi Edisi Revisi. Bandung Remadja Karya.
- Santrock, J.W. 2006. Adolescence (Perkembangan Remaja). Terjemahan. Jakarta: Penerbit Erlangga.