

**HUBUNGAN HARGA DIRI DENGAN KECENDERUNGAN KECEMASAN
SOSIAL PADA DEWASA AWAL DI KOTA MALANG**

SKRIPSI

**Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk Memperoleh Derajat Sarjana S-1
Psikolog**



Ananda Cahaya Putra

20090000114

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG
MALANG
2024**

LEMBAR PERSETUJUAN

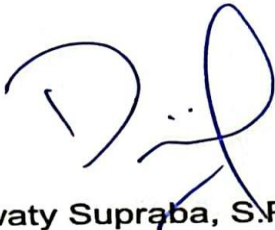
Nama : Ananda Cahaya Putra
NIM : 20090000114
Universitas : Universitas Merdeka Malang
Fakultas : Fakultas Psikologi
Program : S1 Psikologi
Studi :
Judul Skripsi : Hubungan Harga Diri dengan Kecenderungan Kecemasan Sosial pada Dewasa Awal di Kota Malang

Malang, 13 Agustus 2024

DISETUJUI DAN DITERIMA

Ketua Program Studi Psikologi

Dosen Pembimbing



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si



Dr. Nawang Warsi W., S.Psi., M.Si., Psikolog



Dr. Nawang Warsi W., S.Psi., M.Si., Psikolog

**Hubungan Harga Diri dengan Kecenderungan Kecemasan Sosial Pada
Dewasa Awal di Kota Malang**

Dipersiapkan dan disusun oleh
Ananda Cahaya Putra
20090000114

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 17 Juli 2024

Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji



Dr. Nawang Warsi W., S.Psi., M.Si., Psikolog

Sekretaris Penguji



Dr. Rinto Wahyu W., S.Psi., M.Si

Anggota Penguji



Al Thuba Septa Priynggasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana.

Malang, 13 Agustus 2024

Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi W., S.Psi., M.Si., Psikolog

PERNYATAAN ORISIONALITAS SKRIPSI

Yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Ananda Cahaya Putra
Nomor Pokok : 20090000114
Program Studi : Psikologi
Bidang Kajian Skripsi : Psikologi Sosial
Judul Skripsi : Hubungan Harga Diri dengan Kecenderungan Kecemasan Sosial pada Dewasa Awal di Kota Malang
Lokasi Tempat Penelitian : Malang
Alamat Rumah Asal : JL. Muria Dalam no 16, Kelurahan Oro-Oro Dowo, Kecamatan Klojen, Kota Malang
No.Telp/Email : 0857065211187 / anandacp03@gmail.com

Dengan ini menyatakan bahwa saya benar-benar melakukan penelitian dan penulisan skripsi tersebut adalah benar-benar karya saya dan tidak melakukan plagiasi. Jika didapati saya melakukan plagiasi maka saya bersedia untuk dicabut gelar dan akademik saya.

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 13 Agustus 2024



Ananda Cahaya Putra

MOTTO

“Tidak ada manusia yang baik-baik saja, semua sedang berjuang dengan ujiannya masing-masing. Maka ingatlah bahwa cukup Allah sebagai penolong kami dan sebaik-baik pelindung”

(Qs. Ali-Imran: 173)

“Dan bersabarlah kamu, sesungguhnya janji Allah itu adalah benar dan sekali-kali janganlah orang yang tidak meyakini itu membuat kamu gelisah”

(Qs. Ar-Rum: 60)

“Hidup bukan saling mendahului, bermimpilah sendiri-sendiri”

(Hindia - Besok Mungkin Kita Sampai)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, skripsi ini penulis persembahkan untuk kedua orang tua saya, Papa dan Mama yang selalu memberikan dukungan serta doanya yang tidak pernah putus, teruntuk keluarga besar, teman-teman serta orang-orang yang selalu memberikan doa, semangat, dukungan serta membantu dalam menunjang kelancaran penelitian peneliti. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat sebagai bahan acuan peneliti lain.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji Syukur saya panjatkan kepada Allah SWT Karena berkat serta perlindungannya pada akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Harga Diri dengan Kecenderungan Kecemasan Sosial pada Dewasa Awal di Kota Malang” sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar sebagai Sarjana Psikologi. Dalam proses pengerjaan skripsi peneliti mengucapkan terima kasih yang tak terhingga atas segala bantuan dan dukungannya kepada :

1. Prof. Dr. Anwar Sanusi, SE., M.Si, selaku rektor Universitas Merdeka Malang
2. Ibu Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang dan juga sebagai Dosen Pembimbing Utama. Saya mengucapkan terima kasih banyak untuk pendampingan, bimbingan, kritikan serta saran yang diberikan pada saya sehingga mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
3. Bapak Muhammad Untung Manara, S.Psi., M.Si., Ph.D. Selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang
4. Ibu Dr. Agustin Rahmawati, S.Psi., M.Si., Psikolog Selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang
5. Bapak Taufiqrrahman, S.Psi., MA, selaku dosen wali, terima kasih banyak karena bantuan selama penulis mengerjakan skripsi.
6. Bapak Susanto selaku staf Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang. terima kasih atas bantuan bapak telah membuka kan pintu ruang dosen, jika tidak saya tidak bisa mengikuti sidang skripsi semester ini. Terima kasih pak
7. Bapak dan Ibu dosen serta staf Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang. Terima kasih atas bimbingan dan ilmu yang diberikan pada saya

selama menjadi mahasiswa.

8. Terima kasih Papa dan Mama, ucapan terima kasih rasanya tidak cukup untuk semua yang telah berikan sampai saat ini. Dukungan dan kasih sayang sehingga penulis mampu berjuang untuk menyelesaikan pendidikan hingga sarjana. Terima kasih atas segala dukungan dan doa-doa sehingga penulis kuat menghadapi segala tantangan hingga saat ini. Semoga kelulusan penulis memberikan kebahagiaan dan kebersyukuran yang dinantikan.
9. Untuk kakak-kakakku terima kasih telah memberikan dukungan dan memberikan doa selama proses mengerjakan skripsi.
10. Terima kasih juga kepada Devi (makk), Diva (diprut), Imanda (mandet), Jeremy (Pak ket), Novi Anrisa (budee), dan Laras yang sudah memberikan dukungan, memberikan energi positif, menemani segala kesulitan dalam mengerjakan skripsi hingga saat ini.
11. Kepada Rio, Raga, Flo, Gege, Friska, Juni, Salsa, Neita, Ave, Abi, Rofidah dan teman-teman lainnya yang tidak dapat saya sebutkan. Terima kasih telah memberikan semangat selama mengerjakan skripsi, memberikan energi positif, menemani segala kesulitan dalam mengerjakan skripsi hingga saat ini.
12. Seluruh responden yang telah berpartisipasi. Terima kasih banyak karena telah membantu kelancaran proses penelitian.
13. Dan terima kasih untuk diri sendiri sudah mampu bertahan, kuat, dan berjuang hingga skripsi ini selesai dengan baik dan tepat waktu. Walaupun selama proses melaluinya banyak sekali rintangan berat, masalah yang datang, akhirnya skripsi ini bisa selesai dengan baik dan tepat waktu. Segala kesulitan dan kesedihan yang sudah dilalui penulis ucapkan terima kasih karena sudah menjadi seorang yang kuat untuk diri sendiri.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala berkat dan anugerahnya, yang selalu menyertai penulis dalam penyelesaian skripsi, sehingga dengan penyertaannya pula, penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“HUBUNGAN HARGA DIRI DENGAN KECENDERUNGAN KECEMASAN SOSIAL PADA DEWASA AWAL DI KOTA MALANG ”**.

Skripsi ini dibuat untuk mengetahui hubungan pada harga diri dengan kecemasan sosial pada dewasa awal guna memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar kesarjanaan S1 program studi Psikologi.

Atas segala kekurangan dan ketidak sempurnaan dalam penyusunan skripsi ini, penulis sangat mengharapkan masukan, kritik dan saran yang bersifat membangun kearah perbaikan dan penyempurnaan skripsi ini. Cukup banyak kesulitan yang penulis alami dalam penulisan skripsi ini, tetapi Puji Syukur penulis dapat mengatasi dan menyelesaikan dengan baik.

Akhir kata penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak dan semoga amal baik yang telah diberikan kepada penulis mendapatkan balasan dari Tuhan Yang Maha Esa.

Malang, 13 Agustus 2024

Ananda Cahaya Putra

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN ORISIONALITAS SKRIPSI	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
INTISARI	xv
<i>ABSTRACT</i>	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II KAJIAN PUSTAKA	6
A. Kecemasan Sosial	6
1. Pengertian Kecemasan Sosial	6
2. Aspek Kecemasan Sosial	7
3. Faktor Penyebab Kecemasan Sosial	7
4. Gejala-gejala Kecemasan Sosial.....	10
B. Harga Diri	11
1. Pengertian Harga Diri	11
2. Aspek Harga Diri	12
3. Faktor yang mempengaruhi Harga Diri	15
C. Dewasa Awal	18
D. Keterkaitan harga diri dengan kecemasan sosial	20
E. Hipotesis.....	22
BAB III METODE PENELITIAN.....	23
A. Desain Penelitian	23

B. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel	23
C. Partisipan Penelitian	25
D. Cara Pengumpulan Data	28
1. Skala Harga Diri	29
2. Skala Kecemasan sosial	30
3. Validitas dan Reliabilitas	31
E. Cara Analisis Data	32
1. Uji Asumsi	32
2. Uji Hipotesis	33
F. Prosedur Penelitian	35
BAB IV HASIL PEMBAHASAN	36
A. Deskripsi Responden Penelitian	36
B. Kategorisasi Data	37
C. Statistik Deskriptif dan Reliabilitas Alat Ukur	38
D. Hasil Uji Hipotesis	39
E. Pembahasan	41
BAB V PENUTUP	44
A. Kesimpulan	44
B. Saran	44
DAFTAR PUSTAKA	45
LAMPIRAN	48

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Skoring Tabel Harga Diri dan Kecemasan Sosial	29
Tabel 2 Interpretasi Koefisien Korelasi	34
Tabel 3 Data demografi sampel penelitian berdasarkan jenis kelamin	36
Tabel 4 Kategori data	37
Tabel 5 Kategorisasi data harga diri	37
Tabel 6 Kategorisasi data kecemasan sosial	38
Tabel 7 Nilai Maksimal dan Minimal, Rata-rata (M), Standar Deviasi (SD), dan Alpha Cronbach (α)	38
Tabel 8 Hasil Uji Normalitas Kolmogrov-Smirnov Variabel X dan Y	39
Tabel 9 Hasil Uji Linearitas Variabel X dan Y	40
Tabel 10 Hasil Uji Hipotesis korelasi pearson product moment	41

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Pemikiran	21
-----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Penelitian.....	49
Lampiran 2 Tabulasi data skala penelitian	55
Lampiran 3 Realibilitas skala penelitian	60
Lampiran 4 Uji Normalitas.....	62
Lampiran 5 Uji Linearitas	64
Lampiran 6 Uji Hipotesis	66
Lampiran 7 Lembar Pernyataan Persetujuan Publikasi	68
Lampiran 8 Surat Keterangan Kemiripan Hasil Turnitin	70
Lampiran 9 Daftar Riwayat Hidup.....	73

**Hubungan Harga Diri dengan Kecenderungan Kecemasan Sosial Pada
Dewasa Awal Di Kota Malang**

Ananda Cahaya Putra

Fakultas Psikologi, Universitas Merdeka Malang

Email : anandacp03@gmail.com

INTISARI

Kecemasan sosial adalah ketakutan berlebihan menerima kritik dari orang lain yang mengarahkan individu menghindari interaksi dengan sekelompok orang atau kelompok sosial. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara harga diri dengan kecemasan sosial pada dewasa awal di Kota Malang. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel *accidental sampling* menggunakan skala kuesioner yang disebarakan pada 100 responden dewasa awal di Kota Malang. Hasil penelitian ini menunjukkan koefisien korelasi $r = 0,807$ dengan $p = 0,000$ yang menandakan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan positif hubungan antara harga diri dengan kecemasan sosial pada dewasa awal di Kota Malang. Hubungan tersebut menunjukkan semakin tinggi harga diri maka semakin tinggi kecemasan sosial begitu pula sebaliknya.

Kata Kunci : Harga Diri, Kecemasan Sosial, Dewasa Awal

***The Relationship Between Self-esteem and Social Anxiety Tendencies in
Early Adulthood in Malang City***

Ananda Cahaya Putra

Faculty of Psychology, Merdeka Malang University

Email : anandacp03@gmail.com

ABSTRACT

Social anxiety is the excessive fear of receiving criticism from others that leads the individual to avoid interaction with a group of people or social groups. The purpose of this study is to find out whether there is a relationship between self-esteem and social anxiety in early adulthood in Malang City. The research method used was quantitative with an accidental sampling technique using a questionnaire scale distributed to 100 early adult respondents in Malang City. The results of this study showed a correlation coefficient of $r = 0.807$ with $p = 0.000$ which indicates that there is a very significant positive relationship between self-esteem and social anxiety in early adulthood in Malang City. The relationship shows that the higher the self-esteem, the higher the social anxiety and vice versa.

Keywords:; Self-Esteem, Social Anxiety, Early Adulthood