



Hubungan Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Sosial pada Siswa Kelas VII A dan VII B SMP Negeri 20 Surakarta Tahun Ajaran 2024 / 2025

Viony Rahmawati

Universitas Sahid Surakarta, Indonesia

Jl. Adi sucipto No.154,Jajar,Laweyan,Jawa Tengah 57144,Indonesia.

Email : rahmaviony@gmail.com

Abstract. Adolescence is a challenging developmental phase, where social anxiety can affect students' social well-being. Self-confidence is believed to be a key factor in reducing social anxiety. This study aims to explore the relationship between self-confidence and social anxiety. This research employs a quantitative method using self-confidence and social anxiety scales as instruments. Data analysis was conducted using Pearson correlation techniques in SPSS version 23. The results indicate a significant negative correlation between self-confidence and social anxiety among middle school students. The higher a student's self-confidence, the lower their social anxiety, and vice versa. It is expected that this study can serve as a foundation for developing intervention programs aimed at enhancing students' self-confidence, enabling them to interact more effectively and achieve academic success.

Keywords: Self-Confidence, Social Anxiety, Student

Abstrak. Masa remaja merupakan fase perkembangan yang penuh tantangan, salah satunya adalah kecemasan sosial dapat mempengaruhi kesejahteraan interaksi sosial siswa. Kepercayaan diri diyakini sebagai faktor dalam mengurangi kecemasan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara kepercayaan diri dan kecemasan sosial. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan instrumen berupa skala kepercayaan diri dan skala kecemasan sosial. Analisis ini menggunakan teknik korelasi Pearson menggunakan SPSS versi 23. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kepercayaan diri dan kecemasan sosial pada siswa SMP. Semakin tinggi kepercayaan diri siswa, semakin rendah kecemasannya, begitu juga sebaliknya. Diharapkan penelitian ini dapat menjadi landasan dalam pengembangan program intervensi yang bertujuan meningkatkan kepercayaan diri siswa agar mereka dapat lebih optimal dalam berinteraksi sosial dan mencapai keberhasilan akademik.

Kata Kunci: Kepercayaan Diri, Kecemasan Sosial, Siswa

1. LATAR BELAKANG

Sebagai makhluk sosial, dalam pemenuhan kebutuhannya, manusia melakukan sebuah interaksi sosial dengan lingkungannya, termasuk juga remaja (Rita Eka Izzaty, 2008) Faktor sekolah menjadi penting dalam usaha menumbuhkan kepercayaan diri pada diri siswa. Hal ini menurut (Indrajat, 2013) dikarenakan bahwa sekolah merupakan panutan kedua setelah orang tua. Selain itu, lingkungan sekolah yang mendukung perkembangan siswa juga sangat menentukan pencapaian tingkat kepercayaan diri pada diri siswa. Selain itu, faktor siswa itu sendiri juga menjadi sangat penting karena memang hal ini menyangkut perkembangan diri siswa itu sendiri.

Dalam proses observasi di sebuah sekolah yaitu SMP Negeri 20 Surakarta, peneliti mengamati fenomena yang menarik terkait dengan kepercayaan diri dan kecemasan sosial dikalangan siswa. Observasi dilakukan pada saat kegiatan belajar mengajar dan pada saat istirahat berlangsung.

Di kelas, terdapat siswa yang menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang tinggi dengan secara aktif mengangkat tangan untuk berpartisipasi dalam diskusi, berdiskusi dengan antusias, serta bertindak sebagai pemimpin kelompok. Namun, di sisi lain ada juga siswa yang cenderung lebih pendiam dan jarang berpartisipasi dalam diskusi, terlihat ragu ketika diminta untuk berbicara di depan teman-temannya.

Dalam situasi interaksi sosial, siswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi terlihat lebih nyaman dalam bergaul dengan teman-temannya. Mereka mudah beradaptasi dengan lingkungan baru dan cenderung memiliki lebih banyak teman. Sebaliknya, siswa yang menunjukkan tanda-tanda kecemasan sosial sering terlihat menghindari interaksi, memilih untuk duduk sendiri, atau hanya berpartisipasi jika diajak oleh teman dekat.

Dari observasi awal ini, terlihat bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kepercayaan diri dan kecemasan sosial pada siswa SMP. Siswa yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi cenderung lebih aktif dan berprestasi dalam interaksi sosial, sementara siswa dengan tingkat kepercayaan diri yang rendah lebih mungkin mengalami kecemasan dalam situasi sosial. Hal ini menimbulkan kebutuhan untuk mengeksplorasi lebih dalam mengenai pengaruh kepercayaan diri terhadap kecemasan sosial dan mencari cara untuk mendukung pengembangan kepercayaan diri di kalangan siswa.

Masa remaja merupakan periode penting dalam perkembangan individu, di mana anak mulai menghadapi berbagai tantangan sosial yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologisnya. Salah satu tantangan yang kerap dialami oleh remaja, khususnya siswa SMP, adalah kecemasan sosial. Kecemasan sosial adalah rasa takut yang intens terhadap situasi sosial tertentu, seperti berbicara di depan kelas, berinteraksi dengan teman sebaya, atau mengikuti kegiatan kelompok. Kondisi ini tidak hanya menghambat interaksi sosial, tetapi juga dapat memengaruhi pencapaian akademik dan hubungan interpersonal siswa. Oleh karena itu, pemahaman mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan sosial, termasuk kepercayaan diri, menjadi sangat penting.

Kepercayaan diri atau self-confidence adalah salah satu faktor penting yang diyakini memiliki hubungan erat dengan kecemasan sosial. Siswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi umumnya merasa lebih nyaman dalam situasi sosial dan lebih mampu beradaptasi dalam kelompok. Sebaliknya, rendahnya kepercayaan diri seringkali membuat siswa lebih rentan terhadap kecemasan sosial, karena mereka merasa kurang mampu atau takut mendapat penilaian negatif dari orang lain. Kepercayaan diri ini penting untuk membangun ketahanan psikologis yang dapat membantu siswa menghadapi situasi sosial yang menantang.

Banyak penelitian menunjukkan bahwa kepercayaan diri memiliki pengaruh signifikan terhadap kecemasan sosial. Penelitian yang dilakukan oleh beberapa ahli menunjukkan bahwa individu dengan tingkat kepercayaan diri yang rendah lebih rentan mengalami kecemasan sosial yang tinggi. Pada siswa SMP, yang berada dalam tahap awal pembentukan identitas diri, kepercayaan diri menjadi salah satu modal penting untuk mengurangi rasa cemas dalam berinteraksi dengan orang lain. Di usia ini, tekanan dari lingkungan sosial, seperti teman sebaya dan guru, juga semakin besar, sehingga penting bagi siswa untuk memiliki kepercayaan diri yang baik.

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi lebih jauh hubungan antara kepercayaan diri dan kecemasan sosial pada siswa SMP. Diharapkan penelitian ini dapat memberikan wawasan bagi pihak sekolah, orang tua, dan praktisi pendidikan mengenai pentingnya peningkatan kepercayaan diri pada siswa sebagai langkah untuk mengurangi kecemasan sosial. Dengan demikian, diharapkan siswa dapat mengembangkan kemampuan sosial yang sehat dan optimal dalam lingkungan sekolah maupun dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan latar belakang masalah, maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul: ” **Hubungan antara Kepercayaan diri dan Kecemasan sosial pada siswa SMP**”

2. KAJIAN TEORITIS

Kecemasan Sosial

Pengertian Kecemasan sosial

Menurut Leary dan Kowalski (1995) kecemasan sosial (social anxiety) adalah ketakutan atau kekhawatiran yang dialami individu saat berada dalam situasi sosial, terutama ketika merasa dirinya sedang dinilai atau diamati oleh orang lain. Kecemasan sosial muncul ketika seseorang takut tidak mampu menampilkan diri sesuai dengan ekspektasi sosial atau merasa akan dinilai negatif oleh orang lain. Kondisi ini dapat mengganggu kemampuan seseorang dalam berinteraksi sosial dan menyebabkan perasaan gugup, malu, atau bahkan keinginan untuk menghindari situasi sosial tersebut.

(Kowalski, 1995) secara umum membagi orang-orang yang memiliki kecemasan sosial atas dua tipe, yakni, pertama, seseorang yang memiliki kecemasan berlebihan terhadap penilaian dan evaluasi dari orang lain, dan kedua, seseorang yang memiliki imajinasi-imaginasinya negatif tentang interaksi sosialnya.

Menurut (Leary, (1995)), mengenai kecemasan sosial dikenal sebagai Self-Presentation Theory atau Model of Social Anxiety. Mereka mengajukan bahwa kecemasan sosial terjadi

ketika individu merasa ada ketidakcocokan antara bagaimana mereka ingin dipersepsikan oleh orang lain dan bagaimana mereka yakin diri mereka akan dipersepsikan. Dalam teori ini, kecemasan sosial muncul dari dua komponen utama:

1. Motivasi untuk Tampil Baik (Motivation to Make a Good Impression: Individu cenderung ingin menampilkan diri secara positif dan diterima dalam konteks sosial.
2. Keyakinan akan Kegagalan dalam Menampilkan Diri (Expectation of Not Meeting Social Standards): Ketika seseorang merasa tidak mampu memenuhi standar sosial atau takut akan penilaian negatif, kecemasan sosial pun meningkat.

Leary dan Kowalski menyatakan bahwa intensitas kecemasan sosial bergantung pada kekuatan motivasi untuk mendapatkan penerimaan sosial dan seberapa besar individu merasa dirinya tidak sesuai dengan harapan sosial tersebut

Aspek-aspek Kecemasan Sosial

Menurut (Leary, (1995)) mengidentifikasi beberapa aspek utama dari kecemasan sosial:

1. Aspek Kognitif (Cognitive Aspects):
 - Kekhawatiran tentang Penilaian Negatif: Individu yang mengalami kecemasan sosial seringkali merasa khawatir akan dinilai negatif atau dievaluasi buruk oleh orang lain dalam situasi sosial.
 - Persepsi Diri yang Buruk: Pikiran negatif tentang diri sendiri yang berhubungan dengan kemampuan untuk berinteraksi dengan orang lain.
 - Pikiran tentang Potensi Kegagalan Sosial: Kekhawatiran tentang kemungkinan gagal dalam situasi sosial atau tidak dapat memenuhi ekspektasi sosial.
2. Aspek Fisik (Physical Aspects):
 - Reaksi Fisiologis: Tanda-tanda fisik seperti berkeringat, detak jantung yang cepat, tangan gemetar, atau rasa pusing yang sering terjadi saat berada dalam situasi sosial yang menegangkan.
 - Kecemasan yang Mengganggu Fungsi Tubuh: Gejala fisik ini terkadang mempengaruhi kemampuan seseorang untuk berfungsi secara normal dalam interaksi sosial.
3. Aspek Perilaku (Behavioral Aspects):
 - Penghindaran Sosial: Individu yang mengalami kecemasan sosial cenderung menghindari situasi sosial atau interaksi dengan orang lain karena takut akan evaluasi negatif.
 - Perilaku Menarik Diri: Ada kecenderungan untuk menarik diri atau membatasi interaksi sosial guna mengurangi perasaan cemas.

4. Aspek Evaluasi Sosial (Social Evaluation Aspects):

Kekhawatiran terhadap Evaluasi dari Orang Lain: Individu dengan kecemasan sosial sering kali terfokus pada bagaimana mereka akan dipersepsikan oleh orang lain dalam konteks sosial, yang menyebabkan kecemasan akan penolakan atau kritik.

Aspek-aspek ini saling terkait dan membentuk pengalaman kecemasan sosial yang kompleks, yang melibatkan kekhawatiran kognitif, reaksi fisik, dan dampak perilaku terhadap kehidupan sosial seseorang.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan sosial

Menurut (Leary, (1995)) mengidentifikasi beberapa faktor yang memengaruhi kecemasan sosial pada individu:

1. Pengalaman Sosial Sebelumnya: Pengalaman sosial yang kurang baik, seperti penolakan, kritik, atau penghinaan dari orang lain, dapat meningkatkan kecemasan sosial. Individu yang sering mengalami pengalaman negatif dalam situasi sosial cenderung mengembangkan kecemasan sosial yang lebih tinggi.
2. Harga Diri Rendah: Individu dengan harga diri rendah biasanya merasa kurang mampu atau tidak berharga, sehingga lebih rentan mengalami kecemasan sosial karena khawatir akan dinilai negatif oleh orang lain.
3. Dukungan Sosial : Kurangnya dukungan sosial dari keluarga, teman, atau lingkungan dapat meningkatkan kecemasan sosial, karena individu merasa tidak memiliki sumber daya emosional untuk menghadapi tekanan sosial.
4. Tingkat Kepercayaan Diri : Kepercayaan diri yang rendah sering kali terkait dengan kecemasan sosial. Individu yang tidak percaya pada kemampuannya untuk berinteraksi sosial akan merasa cemas saat berada dalam situasi sosial.
5. Temperamen dan Faktor Genetik : Beberapa individu mungkin memiliki kecenderungan bawaan untuk lebih sensitif terhadap situasi sosial atau lebih rentan terhadap kecemasan. Faktor genetik dan temperamen seperti ketakutan berlebih terhadap situasi baru dapat memengaruhi tingkat kecemasan sosial seseorang.
6. Lingkungan dan Budaya : Norma sosial dan tekanan dari lingkungan atau budaya tertentu dapat memengaruhi tingkat kecemasan sosial seseorang. Dalam budaya yang sangat kompetitif atau menekankan kesempurnaan, individu mungkin lebih rentan mengalami kecemasan sosial karena takut tidak memenuhi standar sosial yang tinggi.

Bentuk-bentuk kecemasan sosial

Menurut (Leary, (1995)), kecemasan sosial memiliki dua bentuk utama, yaitu:

1. Kecemasan Sosial Berbasis Kognitif: Ini berkaitan dengan kekhawatiran tentang bagaimana individu dipersepsikan oleh orang lain. Pikiran cemas ini meliputi rasa takut akan evaluasi negatif, kritikan, atau penolakan dari orang lain.
2. Kecemasan Sosial Berbasis Fisik : Bentuk ini meliputi respons fisik yang muncul saat individu merasa cemas dalam situasi sosial, seperti jantung berdebar, berkeringat, dan gemetar. Respon fisik ini sering kali memperparah perasaan cemas karena individu merasa kehilangan kendali di depan orang lain.

Kedua bentuk kecemasan ini berinteraksi, di mana pikiran negatif tentang evaluasi sosial memicu respons fisik yang semakin memperkuat kecemasan sosial.

Kepercayaan diri

Pengertian Kepercayaan diri

Menurut Ghufon dan Rasnawita (2010) kepercayaan diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuan, kualitas, dan kompetensi diri sendiri. Kepercayaan diri mencakup sikap positif terhadap diri sendiri yang membuat seseorang merasa yakin dapat menghadapi berbagai tantangan dan situasi dalam hidup. Individu yang memiliki kepercayaan diri tinggi cenderung memiliki sikap optimis, tidak mudah putus asa, dan lebih berani mengambil risiko serta keputusan.

Aspek-aspek Kepercayaan Diri

Aspek-aspek kepercayaan diri menurut Lauster (dalam Ghufon & Risnawita S, 2014:36) adalah sebagai berikut:

1. Keyakinan kemampuan diri Keyakinan kemampuan diri adalah sikap positif seseorang tentang dirinya. Ia mampu secara sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya.
2. Optimis Optimis adalah sikap positif yang dimiliki seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya.
3. Objektif Orang yang memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.
4. Bertanggung jawab Bertanggung jawab adalah kesediaan orang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.
5. Rasional dan realistis Rasional dan realistis adalah analisis terhadap suatu masalah, sesuatu hal, dan suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

Faktor-faktor yang mempengaruhi Kepercayaan Diri

Menurut (Ghufon M. &, 2010) , kepercayaan diri dipengaruhi beberapa faktor, diantaranya:

- (a) Konsep diri, terbentuknya kepercayaan diri seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang di peroleh dalam pergaulannya dalam suatu kelompok, hasil interaksi yang terjadi akan menghasilkan konsep diri.
- (b) Harga diri, adalah penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri. Menurut Ghufron seseorang yang berpendapat bahwa tingkat harga diri seseorang akan mempengaruhi tingkat kepercayaan diri.
- (c) Pengalaman, pengalaman dapat menjadi faktor munculnya rasa percaya diri, sebaliknya pengalaman juga dapat menjadi faktor menurunnya rasa percaya diri seseorang.

Kepercayaan Diri pada remaja

Menurut (Ghufron M. &, 2014), kepercayaan diri pada remaja adalah keyakinan individu terhadap kemampuan, kualitas, dan potensi diri dalam menghadapi tantangan, terutama dalam konteks sosial dan akademik. Kepercayaan diri pada remaja sangat penting karena usia remaja adalah masa pembentukan identitas, di mana individu mulai mengeksplorasi peran sosial, membangun hubungan, dan menyesuaikan diri dengan perubahan fisik serta emosional.

Kepercayaan diri mempengaruhi bagaimana remaja berinteraksi dengan teman sebaya, merespons tekanan sosial, dan menghadapi berbagai situasi yang menuntut adaptasi. Remaja dengan kepercayaan diri yang baik biasanya lebih mampu mengatasi hambatan, bersikap lebih optimis, serta berani mengambil keputusan dan risiko. Di sisi lain, rendahnya kepercayaan diri dapat membuat remaja lebih rentan terhadap perasaan cemas, rendah diri, dan kesulitan dalam bersosialisasi.

Hubungan antara *Kepercayaan diri* dengan Kecemasan Sosial

Hubungan antara kepercayaan diri dan kecemasan sosial sering kali ditemukan dalam penelitian psikologi sosial. Secara umum, banyak studi menunjukkan bahwa kepercayaan diri yang lebih tinggi berkaitan dengan tingkat kecemasan sosial yang lebih rendah. Individu dengan kepercayaan diri tinggi biasanya memiliki penilaian yang lebih positif tentang diri mereka dalam konteks sosial, sehingga mereka lebih siap dan nyaman dalam situasi sosial, serta lebih mampu mengatasi ketakutan akan penilaian negatif.

Sebaliknya, rendahnya kepercayaan diri dapat meningkatkan kerentanan terhadap kecemasan sosial, karena individu dengan self-esteem rendah cenderung lebih khawatir akan kesan yang ditimbulkan di hadapan orang lain dan lebih rentan terhadap pikiran negatif tentang diri sendiri.

Salah satu penelitian tentang hubungan ini adalah yang dilakukan oleh (Kocovski, (2000).), yang menemukan bahwa kepercayaan diri yang rendah berhubungan positif dengan kecemasan sosial, di mana mereka yang memiliki kepercayaan diri rendah lebih cenderung mengalami gejala kecemasan sosial yang signifikan jurnal2 terkait 2 variabel, penelitian sebelumnya

3. METODE PENELITIAN

Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel-variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Variabel tergantung (Y) : Kecemasan Sosial
2. Variabel bebas (X) : Kepercayaan Diri

Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. Definisi Kecemasan sosial

Vt dalam penelitian ini diungkap menggunakan skala kecemasan sosial yang disusun oleh peneliti dimodifikasi berdasarkan aspek-aspek vt yang dikemukakan oleh Menurut (Leary, (1995)), yaitu: Kognitif, fisik, Perilaku, Evaluasi Sosial. Seberapa tinggi vt akan ditunjukkan oleh skor yang diperoleh subjek melalui alat ukur skala model Likert. Semakin tinggi skor skala penyesuaian yang diperoleh subjek menunjukkan semakin tinggi vt subjek, dan sebaliknya.

2. Definisi kepercayaan diri

Vb dalam penelitian ini diungkap menggunakan skala kepercayaan diri yang disusun oleh peneliti dimodifikasi berdasarkan aspek-aspek vt yang dikemukakan oleh (Ghufron M. &., 2014) yaitu: Keyakinan kemampuan diri, Optimis, Objektif, Bertanggung jawab, Rasional dan realistis. Seberapa tinggi vt akan ditunjukkan oleh skor yang diperoleh subjek melalui alat ukur skala model Likert. Semakin tinggi skor skala penyesuaian yang diperoleh subjek menunjukkan semakin tinggi vt subjek, dan sebaliknya.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII sebanyak 60 siswa, sedangkan sampel dalam penelitian ini yaitu siswa kelas 30 siswa VII A dan 30 siswa kelas VII B.

Teknik Pengumpulan Data

Sumber data

- a. Data primer

Data primer adalah data yang diperoleh secara langsung dari subjek penelitian dan merupakan data utama dalam penelitian. Data penelitian tersebut diperoleh dari skala

psikologi yang digunakan dalam penelitian, yaitu skala kepercayaan diri dan skala kecemasan social.

Skala psikologi menurut Azwar (2012: 5-6) mengacu kepada alat ukur aspek atau atribut afektif. Adapun karakteristik skala sebagai alat ukur psikologi, yaitu stimulusnya berupa pertanyaan atau pernyataan yang tidak langsung mengungkapkan atribut yang hendak diukur, melainkan mengungkapkan indikator perilaku dari atribut yang bersangkutan. Indikator-indikator perilaku dalam skala diterjemahkan dalam bentuk item-item. Penelitian ini menggunakan alat ukur skala berbentuk tertutup, artinya jawaban-jawaban dari pertanyaan telah disediakan, sehingga subjek penelitian hanya memilih jawaban yang sesuai dengan dirinya. Cara ini ditempuh dengan alasan agar jawaban tidak meluas dan akan berfokus pada tujuan pengukuhan serta memudahkan pelaksanaan penelitian.

b. Data sekunder

Data sekunder merupakan data pendukung yang diperoleh dari tempat penelitian, berupa pengumpulan data dan informasi tentang profil sekolah/tempat lokasi penelitian, jumlah pelajaran, daftar presensi siswa, surat keterangan sudah melakukan penelitian, serta dokumentasi. Data sekunder diperoleh dengan cara observasi dan *interview* kepada pihak-pihak yang terkait, seperti: kepala sekolah, guru, dan juga siswa yang menjadi subjek penelitian.

Metode pengumpulan data

a. Data primer

Data primer dalam penelitian ini diperoleh dari alat pengumpulan data berupa skala. Skala yang digunakan dalam penelitian ini meliputi skala kepercayaan diri dan skala kecemasan social.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini dibuat dan berpedoman pada skala model Likert yang telah dimodifikasi, yaitu menghilangkan pilihan ragu-ragu, sehingga subjek akan memilih jawaban yang pasti ke arah yang sesuai atau tidak sesuai dengan diri subjek. Menurut Hadi (1995) bahwa modifikasi skala model Likert dengan meniadakan kategori jawaban yang di tengah, berdasarkan beberapa alasan yaitu:

- b. Kategori *undecided* mempunyai arti ganda, dapat diartikan belum mempunyai jawaban, atau belum memberikan keputusan, bisa juga diartikan netral, setuju, tidak setuju, atau bahkan ragu-ragu. Kategori jawaban ganda (*multi interpretable*) ini tentu saja tidak diharapkan dalam suatu instrumen.

- c. Tersedianya jawaban yang di tengah dapat menimbulkan kecenderungan jawaban ke tengah (*central tendency effect*), terutama bagi subjek yang ragu-ragu atas arah kecenderungan jawaban ke arah setuju ataukah ke arah tidak setuju.
- d. Maksud kategori jawaban Sangat Setuju, Setuju, Tidak Setuju, dan Sangat Tidak Setuju terutama untuk melihat kecenderungan pendapat subjek ke arah setuju atau ke arah tidak setuju. Jika disediakan kategori jawaban tengah, akan menghilangkan banyak data penelitian sehingga dapat mengurangi sejumlah informasi yang dapat dijangkau dari subjek.

Hal senada juga diungkapkan oleh Arikunto (2007) bahwa kemungkinan jawaban di tengah sedapat mungkin dihindari. Pada penelitian ini subjek diminta untuk memilih salah satu dari empat alternatif jawaban yang sesuai dengan keadaan diri subjek.

Penyusunan aitem dalam skala ini dikelompokkan menjadi aitem *favourable* dan aitem *unfavourable* dibuat dalam empat alternatif jawaban. Cara penyekorannya adalah sebagai berikut:

Tabel 1.
Penilaian Pernyataan *Favourable* dan *Unfavourable*

Kategori Jawaban	Penilaian Aitem	
	<i>Favourable</i> (F)	<i>Unfavourable</i> (UF)
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

a) Skala Kecemasan Sosial

Vt dalam penelitian ini diungkap menggunakan skala kecemasan sosial yang disusun oleh Viony Rahmawati (2024) berdasarkan aspek-aspek vt yang dikemukakan oleh Leary & Kowalski (1995), yaitu aspek: Kognitif, fisik, perilaku, evaluasi sosial. Jumlah aitem total skala vt ini sebanyak 15 aitem yang terdiri dari 7 aitem *favourable* dan 8 aitem *unfavourable*. Skala vt ini kelas 7a memiliki koefisien validitas bergerak dari 0,057 sampai dengan 0,689 dengan $p < 0,05$ sedangkan kelas 7b memiliki koefisien validitas bergerak dari 0,139 sampai dengan 0,633 dengan $p < 0,05$ dan memiliki koefisien reliabilitas kelas 7a sebesar 0,714 dan memiliki koefisien reliabilitas kelas 7b sebesar 0,655 Skala vt ini dibuat oleh peneliti dengan beberapa aspek menurut (Leary, (1995)).

Skala vt ini merupakan skala model Likert, terdiri atas pernyataan-pernyataan dengan menggunakan empat pilihan jawaban, yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS). Penilaian aitem *favourable* bergerak dari skor 4 (sangat setuju), 3 (setuju), 2 (tidak setuju), 1 (sangat tidak setuju). Penilaian aitem

unfavourable bergerak dari skor 1 (sangat setuju), 2 (setuju), 3 (tidak setuju), 4 (sangat tidak setuju). Semakin tinggi skor yang diperoleh subjek, maka semakin tinggi pula penyesuaian sosial subjek tersebut, dan sebaliknya.

Tabel 2.

***Blue Print* Skala Kecemasan Sosial**

No.	Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
1.	Aspek Kognitif (Cognitive Aspects)	1.Kekhawatiran tentang Penilaian orang lain	1, 3	2, 4	4
2.	Aspek Fisik (Physical Aspects)	1.Kecemasan yang Menggangu Fungsi Tubuh	5, 7	6, 8	4
3.	Aspek Perilaku (Behavioral Aspects)	1.Penghindaran Sosial 2.Perilaku Menarik Diri	9, 11	10, 12	4
4.	Aspek Evaluasi Sosial (Social Evaluation Aspects)	1. Kekhawatiran terhadap Evaluasi dari Orang Lain	14	13, 15	3
Jumlah			7	8	15

b) Skala Kepercayaan Diri

Vb dalam penelitian ini diungkap menggunakan skala Kepercayaan Diri yang disusun oleh Viony Rahmawati (2024) berdasarkan aspek-aspek vb yang dikemukakan oleh (Ghufron dan Rasnawita (2010)) yaitu aspek: Keyakinan kemampuan diri, Optimis, Objektif, Bertanggung jawab, dan Rasional dan Realistis. Jumlah aitem total skala vb ini sebanyak 15 aitem yang terdiri dari 8 aitem favourable dan 7 aitem unfavourable.

Skala vb ini memiliki koefisien validitas kelas 7a bergerak dari 0,135 sampai dengan 0,621 dengan $p < 0,05$ sedangkan koefisien validitas kelas 7b bergerak dari 0,019 sampai dengan 0,703 dengan $p < 0,05$ dan memiliki koefisien reliabilitas kelas 7a sebesar 0,655 dan koefisien reliabilitas kelas 7b sebesar 0,642 Skala vb ini dibuat oleh peneliti menurut aspek tokoh kepercayaan diri menurut Harter (1993).

Skala vb ini merupakan skala model Likert, terdiri atas pernyataan-pernyataan dengan menggunakan empat pilihan jawaban, yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS). Penilaian aitem favourable bergerak dari skor 4 (sangat setuju), 3 (setuju), 2 (tidak setuju), 1 (sangat tidak setuju). Penilaian aitem unfavourable bergerak dari skor 1 (sangat setuju), 2 (setuju), 3 (tidak setuju), 4 (sangat

tidak setuju). Semakin tinggi skor yang diperoleh subjek, maka semakin tinggi pula penyesuaian sosial subjek tersebut, dan sebaliknya.

Tabel 3.
Blue Print Skala Kepercayaan Diri

No	Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
1.	Keyakinan Kemampuan Diri	1.Keyakinan mampu menghadapi situasi sulit.	17	16	2
2.	Aspek Optimis	1.Sikap positif terhadap situasi yang belum pasti. 2.Keyakinan bahwa usaha keras akan membawa keberhasilan.	19, 21	18,20	4
3.	Aspek Objektif	1. Kemampuan menerima kritik dan masukan dari orang lain.	22	23	2
4.	Aspek Bertanggung Jawab	1.Mampu menyelesaikan tugas dengan baik dan tepat waktu. 2.Berani mengakui kesalahan dan berusaha memperbaikinya.	24, 26	25	3
5	Aspek Rasional dan Realistis	1. Memilih solusi berdasarkan pertimbangan yang logis. 2.Fokus pada tindakan nyata untuk mencapai tujuan.	27, 28	29,30	4
Jumlah			8	7	15

Data sekunder

Pengumpulan data sekunder dalam penelitian ini dilakukan melalui observasi dan *interview* kepada pihak-pihak terkait. Selain itu, data sekunder yang dikumpulkan berupa dokumentasi tentang lokasi dan pelaksanaan penelitian, serta data lainnya yang dapat mendukung kelengkapan ataupun kesempurnaan penelitian ini.

Metode Analisis Data

Validitas instrumen penelitian

Validitas adalah tingkat kemampuan instrumen dalam mengukur atribut yang seharusnya diukur (Azwar, 2003). Uji validitas didasarkan pada validitas isi, yakni telaah dan revisi butir pernyataan berdasarkan pendapat profesional (*professional judgement*), yaitu pembimbing. Langkah selanjutnya adalah mencari korelasi antara tiap-tiap skor aitem dengan skor total aitemnya yang disebut dengan model uji validitas internal (Suryabrata, 2004). Indeks daya diskriminasi aitem merupakan indikator keselarasan atau konsistensi antara fungsi aitem dengan fungsi skala secara keseluruhan yang dikenal dengan istilah konsistensi aitem total (Azwar, 2003).

Uji validitas internal dalam penelitian ini menggunakan teknik *Bivariate Pearson* atau sering disebut sebagai korelasi *Product Moment Pearson*, yaitu dengan cara mengkorelasikan masing-masing skor aitem dengan skor total (Priyatno, 2009). Batasan mengenai besarnya nilai daya diskriminasi yakni apabila nilai indeks diskriminasi kurang dari 0,3 aitem dinyatakan gugur, sedangkan lebih dari 0,3 aitem dinyatakan valid (Priyatno, 2009). Guna mempermudah perhitungan, digunakan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 23.

Reliabilitas instrumen penelitian

Uji reliabilitas digunakan untuk menguji tingkat kestabilan hasil suatu pengukuran. Reliabilitas mengacu pada konsistensi atau keterpercayaan hasil ukur yang mengandung makna kecermatan pengukuran. Reliabilitas dinyatakan dengan koefisien reliabilitas yang angkanya berada dalam rentang 0 sampai dengan 1,00. Batasan mengenai besarnya nilai koefisien reliabilitas yakni apabila nilai koefisien reliabilitas kurang dari 0,6 adalah kurang baik, sedangkan 0,7 dapat diterima, dan di atas 0,8 adalah baik (Priyatno, 2009). Penelitian ini menggunakan batasan reliabilitas menurut Arikunto (2007) bahwa reliabilitas suatu skala dikatakan baik jika memiliki nilai *Cronbach's Alpha* $> 0,6$. Penentuan kriteria indeks reliabilitas sebagai berikut:

Uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan formula *Alpha Cronbach* yaitu dengan membelah aitem-aitem sebanyak dua atau tiga bagian, sehingga setiap belahan berisi aitem dengan jumlah yang sama banyak (Azwar, 2005). Teknik Alpha yang dikembangkan *Cronbach* dipilih untuk mengukur reliabilitas antaritem, karena teknik ini dinilai mampu menunjukkan

indeks konsistensi yang cukup sempurna. Guna mempermudah perhitungan digunakan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 23.

Uji hipotesis

Teknik analisis yang digunakan untuk menguji hipotesis yaitu untuk mengetahui hubungan antara vb dengan vt pada siswa kelas VII A dan VII B dalam penelitian ini adalah analisis korelasi, untuk mengetahui hubungan antara vb dengan vt. Guna mempermudah perhitungan digunakan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 23.

Tabel 4 Skala Kecemasan Sosial

No	PERNYATAAN	S	TS	SS	STS
1.	Saya tidak terlalu peduli dengan bagaimana orang menilai saya				
2.	Saya merasa cemas jika melakukan kesalahan kecil didepan orang lain.				
3.	Saya percaya bahwa orang lain tidak akan mengkritik saya hanya karena kesalahan kecil				
4	Saya sering berpikir orang lain menilai saya negatif				
5	Saya dapat menjaga tubuh saya tetap rileks saat berada di situasi sosial yang menegangkan				
6	Saya mengalami jantung berdebar-debar saat berbicara di depan kelas				
7	Saya merasa tubuh saya tidak mengalami gangguan meskipun diperhatikan banyak orang				
8	Saya sering berkeringat saat harus berbicara didepan umum				
9	Saya merasa nyaman dan tenang saat berbicara didepan kelompok besar				
10	Saya merasa canggung ketika berbicara dengan orang baru				
11	Saya mudah berinteraksi dengan orang lain				
12	Saya sering merasa gugup saat dalam kelompok besar				
13	Saya merasa khawatir ketika orang lain menilai penampilan saya				
14	Saya tidak terlalu peduli dengan apa yang orang lain pikirkan tentang saya				
15	Saya cemas ketika orang lain sedang mengamati saya				

Tabel 5 Skala Kepercayaan diri

No	PERNYATAAN	S	TS	SS	STS
1.	Saya merasa ragu apakah saya bisa melakukan sesuatu dengan benar				
2.	Saya yakin dapat menyelesaikan tugas sulit tanpa bantuan dari orang lain.				
3.	Saya merasa tidak mampu menghadapi tantangan baru				
4	Saya menghadapi kesulitan dengan keyakinan bahwa saya bisa mengatasinya				
5	Saya merasa bahwa usaha saya tidak akan mendapat hasil yang baik				
6	Saya selalu berpikir bahwa masa depan saya akan cerah				
7	Saya menerima masukan orang lain untuk memperbaiki diri				
8	Saya merasa tidak perlu mendengar pendapat orang lain tentang diri saya				

9	Saya bersedia menyelesaikan tugas hingga tuntas tanpa alasan				
10	Saya sering mengabaikan kewajiban saya ketika sulit				
11	Saya menerima tanggung jawab atas tindakan dan keputusan yang saya ambil				
12	Saya membuat keputusan berdasarkan pertimbangan logis dan fakta				
13	Saya mengakui bahwa kegagalan adalah bagian dari proses belajar				
14	Saya berpikir secara matang sebelum bertindak				
15	Saya sering menetapkan target yang tidak mungkin saya capai				

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Persiapan Penelitian

Orientasi kanchah / lokasi penelitian

Peneliti sebelumnya mencari tempat penelitian. Tujuan dilaksanakannya orientasi kanchah penelitian adalah untuk mengetahui gambaran secara singkat kesesuaian karakteristik kondisi tempat penelitian, serta segala persiapan yang berhubungan dengan penelitian yang akan dilakukan. Tahap selanjutnya adalah membuat soal kuesioner dan mem print kuesioner untuk disebar di 2 kelas yaitu kelas 7a dan 7b SMP Negeri 20 Surakarta. Penelitian ini dilaksanakan pada Senin, 9 Desember 2024 pukul 09.29 - selesai.

Persiapan penelitian

Persiapan pertama yang dilakukan peneliti adalah menentukan tempat atau kanchah, setelah itu peneliti membuat soal pernyataan, setelah itu peneliti melakukan perizinan kepada guru BK (Bimbingan Konseling) dan wali kelas 7a dan 7b untuk melaksanakan penelitian dengan menyebarkan kertas kuesioner untuk dikerjakan oleh peserta didik kelas 7a dan 7b. Objek penelitian ini adalah siswa kelas 7a yang berjumlah 30 peserta didik dan 7b yang berjumlah 30 peserta didik, jadi jumlah keseluruhannya berjumlah 60 responden.

Pelaksanaan Penelitian

1. Penentuan subjek penelitian / responden

Penelitian ini dilakukan pada peserta didik SMP kelas VII a dan VII b di sekolah SMP Negeri 20 Surakarta. Populasi penelitian terdiri dari 30 peserta didik kelas 7a dan 30 peserta didik kelas 7b jadi populasi keseluruhannya 60 peserta didik.

2. Pengumpulan data

Data dikumpulkan menggunakan **kuesioner** skala psikologis berbasis Likert yang mengukur tingkat kepercayaan diri siswa.

Instrumen Penelitian

- Kuesioner terdiri dari 30 item, dengan 15 item favorable dan 15 item unfavorable.
- Setiap item memiliki 4 pilihan jawaban (Sangat Setuju, Setuju, Tidak Setuju, Sangat Tidak Setuju).

Prosedur Pengumpulan Data

1. Peneliti mengadakan sosialisasi kepada siswa terkait tujuan dan manfaat penelitian.
2. Responden diberikan kuesioner secara offline di kelas.
3. Setelah selesai, kuesioner dikumpulkan untuk dianalisis lebih lanjut.

3. Pelaksanaan skoring

- Untuk item favorable: Sangat Setuju: 4, Setuju: 3, Tidak Setuju: 2, Sangat Tidak Setuju: 1.
- Untuk item unfavorable (dibalik skornya): Sangat Setuju: 1, Setuju: 2, Tidak Setuju: 3, Sangat Tidak Setuju: 4.
- Skor total dihitung dengan menjumlahkan skor dari seluruh item untuk setiap responden.

Hasil Analisis Data dan Interpretasi

Penghitungan analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan komputer program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 23

Uji validitas

Berdasarkan uji validitas kelas 7a pada spss versi 23 menghasilkan bahwa aitem valid/diterima pada pernyataan nomor 16,17,19,20,21,22,23,24,27,28,29,30 pada variabel X (kepercayaan diri) dan pernyataan nomor 1,3,4,5,6,7,8,9,10,11,13,14,15 pada variabel Y (kecemasan sosial). Kevalidan sebuah aitem ditunjukkan karena hasil uji validitas per aitem lebih besar dari ($>$) r tabel yaitu 0,254 yang diambil dari 60 responden.

Berdasarkan uji validitas kelas 7b pada spss versi 23 menghasilkan bahwa aitem valid/diterima pada pernyataan nomor 16,18,19,20,22,23,24,25,26,27,28 pada variabel X (kepercayaan diri) dan pernyataan nomor 5,6, 7,8,9,10,11,12,13,14,15 pada variabel Y (kecemasan sosial). Kevalidan sebuah aitem ditunjukkan karena hasil uji validitas per aitem lebih besar dari ($>$) r tabel yaitu 0,254 yang diambil dari 60 responden.

Tabel 6 Skala y kelas 7A

No pertanyaan	Rxy	R tabel	Valid/gugur
Aitem1	0,393	0,254	Valid
Aitem2	0,057	0,254	Gugur
Aitem3	0,372	0,254	Valid
Aitem4	0,378	0,254	Valid
Aitem5	0,337	0,254	Valid

Aitem6	0,613	0.254	Valid
Aitem7	0,414	0.254	Valid
Aitem8	0,689	0.254	Valid
Aitem9	0,466	0.254	Valid
Aitem10	0,595	0.254	Valid
Aitem11	0,687	0.254	Valid
Aitem12	0,096	0.254	Gugur
Aitem13	0,582	0.254	Valid
Aitem14	0,445	0.254	Valid
Aitem15	0,681	0.254	Valid

Tabel 7 Skala y 7b

No pertanyaan	Rxy	R tabel	Valid/gugur
Aitem1	0,161	0,254	Gugur
Aitem2	0,190	0,254	Gugur
Aitem3	0,152	0,254	Gugur
Aitem4	0,139	0,254	Gugur
Aitem5	0,388	0,254	Valid
Aitem6	0,633	0,254	Valid
Aitem7	0,456	0,254	Valid
Aitem8	0,337	0,254	Valid
Aitem9	0,619	0,254	Valid
Aitem10	0,260	0,254	Valid
Aitem11	0,528	0,254	Valid
Aitem12	0,356	0,254	Valid
Aitem13	0,594	0,254	Valid
Aitem14	0,251	0,254	Valid
Aitem15	0,585	0,254	Valid

Tabel 8 Skala x 7a

No pertanyaan	Rxy	R tabel	Valid/gugur
Aitem16	0,318	0,254	Valid
Aitem17	0,357	0,254	Valid
Aitem18	0,135	0,254	Gugur
Aitem19	0,475	0,254	Valid
Aitem20	0,445	0,254	Valid
Aitem21	0,619	0,254	Valid
Aitem22	0,621	0,254	Valid
Aitem23	0,270	0,254	Valid
Aitem24	0,395	0,254	Valid
Aitem25	0,242	0,254	Gugur

Aitem26	0,253	0,254	Gugur
Aitem27	0,407	0,254	Valid
Aitem28	0,620	0,254	Valid
Aitem29	0,368	0,254	Valid
Aitem30	0,492	0,254	Valid

Tabel 9 Skala x 7b

No pertanyaan	Rxy	R tabel	Valid/gugur
Aitem16	0,406	0,254	Valid
Aitem17	0,054	0,254	Gugur
Aitem18	0,703	0,254	Valid
Aitem19	0,394	0,254	Valid
Aitem20	0,542	0,254	Valid
Aitem21	0,229	0,254	Gugur
Aitem22	0,369	0,254	Valid
Aitem23	0,330	0,254	Valid
Aitem24	0,266	0,254	Valid
Aitem25	0,372	0,254	Valid
Aitem26	0,480	0,254	Valid
Aitem27	0,312	0,254	Valid
Aitem28	0,577	0,254	Valid
Aitem29	0,074	0,254	Gugur
Aitem30	0,019	0,254	Gugur

Uji reliabilitas

Berdasarkan uji reabilitas spss versi 23 menghasilkan bahwa reabilitas kelas 7a diterima atau memiliki konsistensi dari suatu pengukuran dilihat dari nilai cronbach's Alpha lebih dari 0,60 yaitu 0,655 pada variabel X dan 0,714 pada variabel Y.

Berdasarkan uji reabilitas spss versi 23 menghasilkan bahwa reabilitas kelas 7b diterima atau memiliki konsistensi dari suatu pengukuran dilihat dari nilai cronbach's Alpha lebih dari 0,60 yaitu 0,642 pada variabel X dan 0,647 pada variabel Y.

Uji hipotesis

Setelah dilakukan validitas dan reliabilitas, langkah selanjutnya adalah melakukan penghitungan untuk menguji hipotesisi yang diajukan dengan teknik analisis korelasi product momen.

Hasil bahwa nilai korelasi/hipotesis kelas 7a diterima karena kurang dari 0,5 yaitu 0,009 yang artinya adanya pengaruh/hubungan antara variabel X (kepercayaan diri) dan Y (kecemasan sosial).

Hasil bahwa nilai korelasi/hipotesis kelas 7b tidak diterima karena lebih dari 0,5 yaitu 0,266 yang artinya tidak adanya pengaruh/hubungan antara variabel X (kepercayaan diri) dan Y (kecemasan sosial)

Pembahasan

Hasil uji hipotesis kelas 7a menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima, yaitu ada hubungan yang signifikan kecemasan sosial pada kepercayaan diri Hal tersebut berdasarkan hasil *output* program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 23 dengan menggunakan penghitungan analisis korelasi product momen, yakni nilai *p-value Sig* sebesar 0,009 > dari nilai taraf signifikansi 0,05.

Hasil uji hipotesis kelas 7b menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini tidak diterima, yaitu ada hubungan yang signifikan kecemasan sosial pada kepercayaan diri Hal tersebut berdasarkan hasil *output* program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 23 dengan menggunakan penghitungan analisis korelasi product momen, yakni nilai *p-value Sig* sebesar 0,266 < dari nilai taraf signifikansi 0,05.

Sesuai dengan jurnal *Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 5(2), 45–52. Hal ini kemungkinan disebabkan karena penelitian yang dilakukan oleh Indriyani, Nurhayati, dan Handayani (2017) menunjukkan bahwa hubungan antara kecemasan sosial dan kepercayaan diri juga dipengaruhi oleh pengalaman interpersonal, seperti interaksi sehari-hari dengan teman sebaya, perasaan diterima dalam kelompok, dan penghargaan dari lingkungan sosial. Hal ini dapat menjelaskan mengapa hasil yang signifikan ditemukan pada kelas 7A, tetapi tidak pada kelas 7B. (Indriyani, N., Nurhayati, D., & Handayani, T. (2017). Hubungan antara kecemasan sosial dan kepercayaan diri pada remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 5(2), 45–52.)

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut: Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan penerimaan hipotesis pada dua kelas yang diuji:

1. Kelas 7a

Hipotesis diterima, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan sosial dan kepercayaan diri. Hal ini ditunjukkan oleh nilai *p-value (Sig)* sebesar **0,009**, yang lebih kecil dari taraf signifikansi **0,05**. Dengan demikian, semakin tinggi kecemasan sosial, semakin rendah kepercayaan diri, atau sebaliknya.

2. Kelas 7B

Hipotesis tidak diterima, yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan sosial dan kepercayaan diri. Hal ini ditunjukkan oleh nilai p-value (Sig) sebesar **0,266**, yang lebih besar dari taraf signifikansi **0,05**. Dengan demikian, kecemasan sosial tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kepercayaan diri pada kelas ini.

Secara keseluruhan, perbedaan hasil pada kedua kelas menunjukkan bahwa hubungan antara kecemasan sosial dan kepercayaan diri dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor lain seperti lingkungan kelas, dinamika kelompok, atau karakteristik individu yang berbeda. Hal ini menjadi poin penting untuk penelitian lebih lanjut guna memahami faktor-faktor yang memengaruhi hubungan tersebut.

Saran

1. Penggunaan sampel yang lebih beragam

Penelitian dapat dilakukan dengan melibatkan lebih banyak kelas atau sekolah yang berbeda untuk mendapatkan hasil yang lebih generalisasi dan memahami variabilitas hubungan antara kecemasan sosial dan kepercayaan diri.

2. Perlu dilakukan analisis terhadap faktor lain yang mungkin mempengaruhi hubungan kecemasan sosial dan kepercayaan diri, seperti:

- Dukungan sosial (dari keluarga, teman, guru).
- Pola asuh orang tua.
- Pengalaman individu yang relevan.

3. Selain analisis kuantitatif, gunakan metode kualitatif seperti wawancara atau observasi untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang dinamika kecemasan sosial dan kepercayaan diri di kalangan siswa.

6. DAFTAR REFERENSI

Indrajat, A. Y. (2013). Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan sosial pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Kalasan tahun ajaran 2015–2016. *E-Journal Bimbingan dan Konseling*, 5(3), 43.

Indriyani, N. N. (2017). Hubungan antara kecemasan sosial dan kepercayaan diri pada remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 5(2), 45–52.

Izzaty, R. E., & D. (2008). Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan sosial pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Kalasan tahun ajaran 2015–2016. *E-Journal Bimbingan dan Konseling*, 5(3), 3.

Kowalski, L. (1995). Pendekatan integratif dalam menghadapi kecemasan sosial pada mahasiswa. *Jurnal Kairos*, 1(1), 1–X.

Rasnawita, G., & D. (2010). Hubungan kepercayaan diri siswa dengan hasil belajar matematika bilangan bulat pada siswa kelas 4B di SD Bani Saleh 01 Bekasi. *El-Banar: Jurnal Pendidikan dan Pengajaran*.

Rasnawita, G., & D. (2014). Hubungan kepercayaan diri siswa dengan hasil belajar matematika bilangan bulat pada siswa kelas 4B di SD Bani Saleh 01 Bekasi. *El-Banar: Jurnal Pendidikan dan Pengajaran*.