

PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN SOSIAL PADA REMAJA PEREMPUAN DI KOTA MAKASSAR DITINJAU DARI *LOCUS OF CONTROL*

Risa Damayanti

Universitas Negeri Makassar

Harlina Hamid

Universitas Negeri Makassar

Ismalandari Ismail

Universitas Negeri Makassar

Journal of Correctional Issues
2023, Vol. 6 (2)
Politeknik Ilmu
Pemasyarakatan

Review
10-12-2023

Accepted
28-12-2023

Abstract

One of the developmental tasks that adolescents must go through is social adjustment in adolescents. Difficulties in the social adjustment process due to the standards that apply in the environment make teenagers afraid of being evaluated negatively and even experiencing social anxiety. One factor of anxiety is the role of the control center or locus of control. Locus of control is divided into internal and external. The aim of this research is to see whether there are differences in the level of social anxiety in adolescent girls in terms of locus of control. The criteria for subjects in this research are female teenagers aged 12-18 years who live in Makassar City. The subjects in this research were 400 female teenagers who live in Makassar City. The method used in this research is quantitative. Data were analyzed using the Mann-Whitney U Test. The results showed that there were differences in the level of social anxiety among female adolescents in the city of Makassar in terms of Locus of Control with a significance value of 0.000 ($p < 0.05$). This research illustrates that adolescents with an external locus of control orientation tend to have high social anxiety. It is hoped that the results of this research will be able to pay attention to what things adolescent girls can control when facing social situations or in the social environment. Teenagers are expected to have understanding and confidence and also be able to see things that are beyond their personal abilities, which are things that can have an impact on themselves.

Keywords : *Adolescents, Locus of Control, Social Anxiety*

Abstrak

Salah satu tugas perkembangan pada remaja yang harus dilalui adalah penyesuaian sosial pada remaja. Kesulitan dalam proses penyesuaian sosial karena adanya standar yang berlaku di lingkungan membuat remaja takut akan dievaluasi negatif hingga mengalami kecemasan sosial. Salah satu faktor kecemasan ialah peran pusat kendali atau locus of control. *Locus of control* terbagi menjadi internal dan eksternal. Tujuan penelitian ini untuk melihat apakah terdapat perbedaan tingkat kecemasan sosial pada remaja perempuan ditinjau dari *locus of control*. Adapun kriteria dalam subjek dalam penelitian ini adalah remaja perempuan berusia 12-18 tahun yang berdomisili di Kota Makassar. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 400 remaja perempuan yang berdomisili Kota Makassar. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Data dianalisis menggunakan *Uji Mann-Whitney U*. Hasil penelitian

menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat kecemasan sosial pada remaja perempuan di kota Makassar ditinjau *Locus of Control* dengan nilai signifikansi 0.000 ($p < 0.05$). Penelitian ini menggambarkan bahwa remaja dengan orientasi *locus of control* eksternal cenderung memiliki kecemasan sosial yang tinggi. Hasil penelitian ini diharapkan mampu memperhatikan hal-hal apa saja yang dapat remaja perempuan kontrol saat menghadapi situasi sosial atau di lingkungan sosial. Remaja diharapkan memiliki pemahaman dan keyakinan juga mampu memandang hal-hal yang diluar kemampuan pribadi merupakan hal yang dapat memberikan dampak pada diri sendiri.

Kata kunci : Kecemasan Sosial, *Locus of Control*, Remaja

Pendahuluan

Fase remaja merupakan fase di mana seseorang mulai memiliki rasa ingin tahu yang tinggi namun kemungkinan lebih mudah dipengaruhi oleh lingkungan luar seperti teman sekolah, teman sebaya dan lingkungan sosial lainnya. Salah satu tugas perkembangan masa remaja yang sulit adalah yang berkaitan dengan penyesuaian sosial. Penyesuaian sulit dilakukan karena meningkatnya pengaruh kelompok sebaya, perubahan dalam perilaku sosial, pengelompokan sosial yang baru, adanya nilai-nilai baru dalam seleksi persahabatan, nilai-nilai baru dalam dukungan dan penolakan sosial, dan nilai-nilai baru dalam seleksi pemimpin Hurlock (1991). Hal tersebut menjadi masalah bagi remaja dalam proses penyesuaian sosial di lingkungan sekitarnya.

Hurlock (1990) mengemukakan bahwa masa remaja disebut juga sebagai masa peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa yang dimulai dari usia 12-18 tahun. Remaja usia 15 – 18 tahun biasanya sedang mengenyam Pendidikan sekolah tingkat menengah atas (SMA). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Kholifah, 2016) mengemukakan bahwa masih banyak remaja di bangku SMA yang masih belum mampu memenuhi tuntutan tugas-tugas perkembangan pada masa remaja termasuk dalam perilaku penyesuaian sosial. Masa perkembangan remaja akhir ditandai dengan adanya tugas

perkembangan dan tuntutan yang berasal dari lingkungan sosial, seperti adanya tekanan dari teman sebaya, ketertarikan dengan lawan jenis, dan keinginan yang besar untuk menjadi individu yang mandiri. Dalam memenuhi tugas perkembangannya, remaja biasa memilih beberapa tantangan. Tantangan yang dihadapi remaja, yaitu penerimaan dari teman sebaya dan ketertarikan akan hal-hal romantis dianggap menjadi hal sangat penting oleh remaja. Namun remaja akhir yang mengalami kecemasan sosial akan terbatas dalam interaksi sosial dengan teman sebaya dan kurang dapat menjalin hubungan romantis dengan lawan jenis sehingga menyebabkan fungsi sosial pada remaja terganggu (Hasibuan, Elfina Putri Nanda & Moelinono, 2013).

Sejalan dengan hal tersebut, hasil wawancara dalam penelitian (Arditya, 2022) pada salah satu Guru BK di SMA X Bojonegoro yang menyebutkan bahwa siswa yang sulit bersosialisasi, cenderung gugup ketika berhadapan dengan orang baru yang dia kenal dan bahkan jika satu kelompok dengan teman yang sudah dikenal sebelumnya. Selain ragu dan sulit bersosialisasi, ada juga siswa yang cenderung menarik diri dari pergaulan karena takut tidak diterima apa adanya oleh teman-temannya serta cenderung beranggapan bahwa teman-temannya selalu membicarakan tentang kekurangan dirinya.

Permasalahan remaja dalam tugas perkembangannya yaitu penyesuaian sosial akan berpengaruh terhadap kecemasan sosial remaja. Perasaan takut tidak diterima oleh teman sebaya menimbulkan ketakutan akan evaluasi negatif dan cenderung untuk menghindar dari situasi tersebut. Berdasarkan dari fenomena yang telah dijabarkan, peneliti merasa perlu untuk meneliti hal tersebut. Hal ini sesuai yang dikemukakan oleh La Greca dan Lopez (1998) bahwa siswa yang ingin menampilkan performa diri akan mengalami ketakutan pada situasi sosial. Oleh karena itu, individu harus menghadapi evaluasi dari orang lain, diamati, dihina, bahkan dipermalukan oleh orang lain.

Hasil survei yang dilakukan oleh Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) dari terkait peningkatan kecemasan juga meningkat setiap tahun. Pada tahun 2020, tercatat bahwa sebanyak 6,1% dari penduduk Indonesia atau setara 11 juta remaja yang berusia 15 tahun ke atas mengalami kecemasan. Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh *National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS)* per Oktober 2022 menunjukkan hasil bahwa kecemasan sosial yang dialami remaja Indonesia yang mengalami gangguan kecemasan sebanyak 83,9%. Pada jurnal *National Institute Mental Health* di Amerika melaporkan bahwa 8% remaja usia 13 hingga 18 tahun mengalami kecemasan sosial.

Penelitian yang dilakukan oleh Hasibuan, Elfina Putri Nanda & Moelinono (2013) menunjukkan hasil bahwa remaja akhir di Universitas X Jatinangor bahwa sebanyak 31.2% atau 79 orang dari 253 orang tergolong mengalami kecemasan kategori tinggi, sebanyak 47,58% atau 121 orang tergolong mengalami kecemasan kategori sedang. Penelitian ini juga menemukan

sekitar 15.8% dari 311 penduduk Indonesia hasil *self-report* yang mengalami *Social Anxiety Disorder*. Kecemasan sosial lebih banyak terjadi pada jenis kelamin wanita sebanyak 80,6% dan jenis kelamin laki-laki sebanyak 19,37%. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh (Vriends. dkk, 2013) menunjukkan bahwa sekitar 15,8% dari populasi Indonesia mengalami kecemasan sosial.

Kecemasan sosial merupakan rasa cemas dan juga rasa gugup ketika seseorang melakukan *perform* dan pada saat interaksi sosial yang cenderung muncul diantaranya pada saat menghadapi banyak orang termasuk presentasi, berpidato dan juga situasi sosial lainnya. Seseorang menghindar karena takut mendapatkan evaluasi jelek dari orang lain (Kholifah, 2016). *American Psychiatric Association (APA)* mengemukakan bahwa kecemasan sosial adalah ketakutan yang menetap terhadap sebuah situasi sosial yang berkaitan dengan interaksi sosial dimana individu harus berhadapan dengan orang-orang yang tidak dikenalnya karena takut dirinya akan dipermalukan atau dihina. Kecemasan sosial adalah keadaan dimana seseorang percaya bahwa persepsi orang lain tentang mereka berbeda dari persepsi mereka tentang diri mereka sendiri (Ahmad, Bano, Ahman., & Khanam., 2013). Hofmann dan Dibartolo (2014) mengemukakan bahwa kecemasan sosial adalah kecemasan yang diantaranya ketidaknyamanan emosional, ketakutan dan kekhawatiran tentang situasi sosial, interaksi dengan orang lain, dan dievaluasi oleh orang lain.

Dampak yang timbul akibat kecemasan sosial dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, seperti merasa tegang sehingga tidak dapat bertingkah laku sewajarnya, kaku, dan perilaku

menarik diri (Primadiana. dkk., 2019). Hal ini mempengaruhi ketika remaja tidak menampilkan kemampuan akibat ketakutan dan tidak percaya diri (Suryaningrum, 2008). Ardivianti (Primadiana dkk., 2019) mengemukakan bahwa remaja akan cenderung menjadi pribadi yang penakut, tidak terbuka, dan tidak percaya diri. Ketika dalam lingkungan sosial, remaja dengan kecemasan sosial tidak mempunyai banyak teman dan menyebabkan isolasi sosial juga dalam jangka panjang tidak teratasi maka menimbulkan depresi, frustrasi, membenci diri sendiri dan juga orang lain.

Gejala yang setiap individu alami dalam kecemasan sosial berbeda-beda. Gejala tersebut dapat dikategorikan menjadi gejala psikis, gejala fisik, gejala kognitif. Butler (1999) mengatakan bahwa gejala dari gangguan kecemasan sosial adalah takut terhadap apa yang dipikirkan oleh orang lain terhadap pribadi, berbicara dengan cepat atau tanpa suara, wajah memerah, berkeringat atau gemetar, gugup, cemas, takut, jantung berdebar, dan merasa tidak percaya diri. Kekhawatiran tersebut membuat individu tersebut cenderung menghindari kegiatan sosial karena takut akan mendapatkan penilaian negatif dari orang lain (Ekajaya & Jufriadi, 2019).

Berdasarkan data awal yang dilakukan, dari 75 responden yang mengisi *google-form* terdiri dari 37 laki-laki dan 38 perempuan. Sebanyak 86,3% yang sering mengalami dari gejala kecemasan sosial, diantaranya adalah takut dinilai negatif oleh orang lain sebanyak (71,2%), jantung berdebar-debar (61,6%), takut dikritik (57,5%), suara gemetar (43,8%), tangan berkeringat (42,5%), menghindari menatap mata lawan bicara (28,8%), dan menghindar dari orang baru dikenal (11%). Dari 75 responden yang bersedia

mengisi data awal, hanya 5 responden yang mengatakan tidak pernah mengalami kecemasan dan semua berjenis kelamin laki-laki. Sejalan yang dikemukakan Ahmad., dkk (2013) menjelaskan pada hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa rata-rata perempuan memiliki kecemasan sosial lebih tinggi daripada laki-laki.

Kecemasan sosial merupakan rasa takut dan khawatir yang berlebihan jika berada bersama orang lain dan merasa khawatir ketika akan mendapatkan penilaian atau bahkan evaluasi dari orang lain, serta merasa cemas pada situasi sosial. Salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan diantaranya adalah peran pusat kendali atau *locus of control* (Nisa, 2018). Menurut (Rotter, 1990) mengemukakan bahwa semua keyakinan yang mengontrol kejadian yang dialami oleh individu merupakan faktor dari kemampuannya sendiri maupun faktor dari lingkungannya. *Locus of Control* terbagi menjadi dua yang dikemukakan oleh (Rotter, 1990) yaitu *External Locus of Control* dan *Internal Locus of Control*.

Locus of control pada masing-masing individu memberikan kontribusi terhadap kondisi kecemasan (Hodgson. dkk., 2016). *External Locus of Control* adalah keyakinan mengenai kejadian yang terjadi dan dialami merupakan hasil dari faktor dari luar dirinya atau dari lingkungannya seperti nasib, keberuntungan, dan hal-hal yang kebetulan keyakinan yang dimiliki oleh individu. Sedangkan, *Internal Locus of Control* adalah keyakinan yang dimiliki oleh individu mengenai kejadian yang terjadi dan dialami merupakan hasil faktor dari dirinya sendiri atau kemampuannya sendiri.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Darmayanti & Budiani, 2017)

menunjukkan bahwa penilaian orang lain dalam hal ini *external locus of control* memberikan pengaruh kecemasan pada penari yang akan tampil. Hal ini dikarenakan penari memiliki pikiran-pikiran yang membuat merasa takut hingga mengalami kecemasan. Sama dengan hal yang dilakukan Watson (1967) bahwa terdapat hubungan korelasi antara *locus of control* dengan kecemasan dan hasil penelitiannya menunjukkan hasil yang sangat signifikan. Berdasarkan hal tersebut maka peneliti merasa tertarik untuk meneliti terkait perbedaan tingkat kecemasan sosial pada remaja perempuan yang ditinjau dari *locus of control*.

Metode

Penelitian ini menggunakan kuantitatif. Variabel bebas (x) pada penelitian ini adalah *Locus of Control*. Variabel terikat (y) pada penelitian ini adalah Kecemasan Sosial.

Kecemasan sosial merupakan ketakutan yang dialami oleh remaja perempuan ketika dievaluasi oleh orang lain mengenai dirinya dan ketakutan ketika berada di situasi sosial. Sedangkan *Locus of Control* adalah keyakinan yang dimiliki oleh remaja perempuan mengenai kejadian-kejadian yang terjadi dalam hidupnya.

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah sepanjang perkembangan remaja yakni remaja awal hingga akhir. Adapun kriteria pada penelitian ini adalah remaja berusia 12 – 18 tahun, berjenis kelamin perempuan, dan berdomisili di Kota Makassar. Adapun teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *non-probability*. Teknik *non-probability* yang digunakan adalah *accidental sampling*.

Adapun teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala

model *likert* yang memiliki respon berupa Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Skala *Locus of Control* yang digunakan merupakan modifikasi dari Azwar (2019). Setelah melakukan uji coba, maka jumlah aitem terdiri dari 19 aitem. Sedangkan skala Kecemasan sosial terdiri dari 12 aitem. Skala Kecemasan Sosial yang digunakan merupakan modifikasi dari skala penelitian yang dilakukan oleh Sari (2020) yang mengacu pada skala Kecemasan Sosial dari La Greca dan Lopez (1998).

Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif dan Uji hipotesis. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan Uji *Mann Whitney* untuk mengetahui perbandingan median 2 kelompok bebas dalam skala variabel terikatnya ialah ordinal atau ratio dan tidak terdistribusi normal.

Hasil

Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah remaja perempuan yang berusia 12 – 18 tahun dan berdomisili di Kota Makassar. Berikut ini adalah deskripsi responden berdasarkan usia:

Tabel 1. Deskripsi Subjek Berdasarkan Usia

Usia	<i>n</i>	Percent (%)
12 tahun	7	1,75
13 tahun	14	3,5
14 tahun	24	6
15 tahun	38	9,5
16 tahun	176	44
17 tahun	127	31,75
18 tahun	14	3,5
Jumlah	400	100%

Berdasarkan tabel 1 di atas, deskripsi subjek dalam penelitian ini merupakan remaja perempuan yang berusia 12 tahun sebanyak 7 subjek (1,75), berusia

13 tahun sebanyak 14 subjek (3,5), berusia 14 tahun sebanyak 24 subjek (6%), berusia 15 tahun sebanyak 38 subjek (9,5%), berusia 16 tahun sebanyak 176 subjek (44%), berusia 17 tahun sebanyak 127 subjek (31,75%), dan berusia 18 tahun sebanyak 14 subjek (3,5%). Subjek dalam penelitian ini didominasi oleh remaja yang berusia 16 tahun.

Tabel 2. Data Hipotetik Penelitian Kecemasan Sosial

Variabel	Hipotetik			SD
	Min	Max	Mean	
Kecemasan Sosial	21	56	42,66 25	6,016 98

Berdasarkan tabel 2, dapat dilihat bahwa hasil analisis deskriptif data hipotetik terendah adalah 21 dan skor tertinggi adalah 56 dengan rata-rata hipotetik sebesar 42,6625. Adapun standar deviasi yaitu 6,01698. Kategorisasi respon pada skala ini dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. Kategorisasi Skor Kecemasan Sosial

Interval	Kategori	Frekuensi	Persen (%)
> 47	Tinggi	103	25,75
37 - 47	Sedang	225	56,25
< 37	Rendah	72	18,00
Total		400	100%

Berdasarkan tabel 3, dapat dilihat bahwa pada skala kecemasan sosial menunjukkan data bahwa sebanyak 103 subjek termasuk dalam kategori tinggi dengan persentasi 25,75%, sebanyak 225 subjek termasuk dalam kategori sedang dengan persentasi 56,25% dan sebanyak 72 subjek termasuk dalam kategori rendah dengan persentasi 18,00%. Hasil persentasi menunjukkan bahwa tingkat kecemasan sosial pada remaja

perempuan di Kota Makassar berada pada kategori sedang.

Deskripsi data hipotetik penelitian *Locus of Control* yang diperoleh dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. Data hipotetik penelitian *Locus of Control*

Variabel	Hipotetik		SD
	X	Mean	
<i>Locus of Control</i>	Internal	19,83	2,857
	Eksternal	42,71	7,231

Berdasarkan tabel 4 di atas dapat dilihat bahwa pada hasil analisis deskriptif data hipotetik menunjukkan bahwa:

- Nilai jumlah rata-rata perorang untuk *Internal Locus of Control* (X) adalah sebesar 19,83 dan memiliki nilai standar deviasi yaitu 2,857.
- Nilai jumlah rata-rata perorang untuk *Eksternal Locus of Control* (X) adalah sebesar 42,71 dan memiliki nilai standar deviasi yaitu 7,231.

Tabel 5. Kategorisasi Skor *Locus Of Control*

Skor	Kategori	(f)	%
$z_{int} \geq 0,50$ dan $z_{eks} < 0$	Internal	63	16%
$z_{eks} \geq 0,50$ dan $z_{int} < 0$	Eksternal	337	84%
Total		400	100%

Berdasarkan tabel 5 di atas menunjukkan data bahwa sebanyak 63 subjek dengan *internal locus of control* dengan persentase 16% dan 337 subjek dengan *eksternal locus of control* dengan

persentase 84%. Hasil persentase tersebut menunjukkan bahwa subjek dalam penelitian ini didominasi oleh remaja dengan *eksternal locus of control*.

Tabel 6. Hasil Uji Hipotesis

Mann Whitney U	Wilcoxon W	Z	Asymp.Sig (2-tailed)
7116,00	9132,000	- 4,161	0,000

Tabel 6 di atas menunjukkan nilai U sebesar 7116,000 dan nilai W sebesar 9132,000. Apabila dikonversikan nilai Z maka besarnya -4,161. Nilai signifikansi diperoleh dari hasil uji hipotesis menunjukkan 0,000 yang menunjukkan hasil yang sangat signifikan. Kaidah yang digunakan ($p < 0,05$) maka hipotesis diterima. Maka Ada perbedaan tingkat kecemasan sosial yang sangat signifikan antara individu dengan *locus of control* eksternal dengan internal, dimana kecemasan sosial pada individu dengan *external locus of control* lebih tinggi dibanding individu dengan *internal locus of control*.

Adapun hasil hipotesis yang dilakukan dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 7. Hasil Uji

	LOC	Mean Rank	Sum of Ranks
Kecemasan Sosial	Internal	144,95	9132,00
	Eksternal	210,88	71068,00

Berdasarkan tabel 7 di atas dapat dilihat bahwa pada hasil analisis uji perbedaan menunjukkan bahwa nilai Mean Rank pada *Internal Locus of Control* memiliki nilai 144,95. Sedangkan nilai Mean Rank pada *External Locus of Control* memiliki nilai 210,88. Maka dapat disimpulkan bahwa

terdapat perbedaan tingkat kecemasan sosial pada remaja perempuan dengan orientasi *Internal Locus of Control* dengan remaja perempuan dengan orientasi *External Locus of Control*.

Tabel 8. Perbedaan Tingkat Kecemasan berdasarkan Locus of Control

Locus of Control	Tingkat Kecemasan Sosial	(f)	Persen (%)
Eksternal	Tinggi	94	23,5
	Sedang	196	49
	Rendah	47	11,75
Internal	Tinggi	8	2
	Sedang	30	7,5
	Rendah	25	6,25
Total		400	100%

Berdasarkan tabel 8 di atas menunjukkan bahwa remaja dengan orientasi *locus of control* eksternal, sebanyak 94 remaja berada pada tingkat kecemasan tinggi dengan persentase 23,5%. Remaja yang berada pada tingkat kecemasan rendah sebanyak 47 dengan persentase 11,75%. Sedangkan remaja dengan orientasi *locus of control* internal menunjukkan bahwa sebanyak 8 remaja berada pada tingkat kecemasan tinggi dengan persentase 2% dan 25 remaja berada pada tingkat kecemasan rendah dengan persentase 6,25%.

Pembahasan

Hasil analisis deskriptif data Kecemasan sosial menunjukkan bahwa sebagian besar remaja perempuan memiliki kecemasan sosial pada tingkat sedang hingga tinggi. Remaja akhir rentan mengalami kecemasan sosial karena cenderung membuat penilaian antara dirinya sendiri dengan orang lain sebagai pembanding yang dapat menimbulkan rasa cemas pada diri sendiri dan cenderung mengandalkan

penilaian subjektif dibandingkan penilaian objektif (Yudianfi, 2022). Remaja perempuan dengan tingkat kecemasan sosial kategori sedang cenderung bisa menyeimbangi situasi sosial. Hal ini diungkapkan dalam penelitian yang dilakukan oleh Handari., dkk (2017) yang menunjukkan bahwa sebagian besar dari subjek penelitian yang dilakukan menghasilkan tingkat kecemasan yang sedang dikarenakan remaja perempuan bisa menghadapi masalah dengan tegas, dari segi organisasi di lingkungan juga tidak dibeda-bedakan.

Kecemasan sosial merupakan perasaan takut dan khawatir secara berlebihan jika berada dalam situasi sosial atau bersama dengan banyak orang, serta takut ketika akan mendapat penilaian negatif dari orang lain (Yudianfi, 2022). Kocovski dan Endler (2000) mengemukakan bahwa adanya standar tinggi yang berlaku di lingkungan sosial membuat remaja memiliki kecemasan sosial yang tinggi. Individu dengan kecemasan sosial yang tinggi lebih memfokuskan pada penilaian situasi sosial sebagai upaya untuk menentukan pandangan pribadi mengenai diri sendiri (*self-image*) yang diinginkan individu akan tersampaikan (Schlenker & Leary dalam Kovsky & Endler, 2000).

Hasil penelitian juga mengungkapkan bahwa tingkat kecemasan remaja berdasarkan usia menunjukkan bahwa remaja yang berusia 12-13 tahun memiliki tingkat kecemasan yang rendah. Remaja dengan tingkat kecemasan rendah mampu memandang positif terhadap dirinya dan tidak khawatir dengan penilaian orang lain Marcellyna (2017). Tingkat kecemasan juga dipengaruhi perbedaan usia, hal ini dibuktikan oleh penelitian yang dilakukan oleh (Kirk, dkk., 2019) menunjukkan

bahwa korelasi antara Kecemasan Sosial dengan usia menyatakan bahwa remaja yang lebih tua (usia 14-16 tahun) memiliki kecemasan sosial lebih tinggi dibandingkan dengan remaja yang lebih muda (usia 12-13 tahun). Sementara itu La Greca dan Lopez (1998) juga menemukan bahwa skor kecemasan sosial juga lebih tinggi yang dialami oleh siswa SMA dibandingkan siswa sekolah dasar.

Hasil analisis deskriptif data *locus of control* menunjukkan bahwa subjek dalam penelitian ini didominasi oleh remaja dengan *external locus of control* dengan persentase sebesar 84%.

Locus of control (LoC) merupakan salah satu karakteristik kepribadian yang menjadi peran pusat kendali individu dalam mengontrol perilakunya (Rotter dalam Laili dan Shofiah, 2013). *Locus of control* juga berkaitan dengan kepercayaan individu mengenai hal-hal yang terjadi dalam kehidupannya. Masing-masing individu memiliki tingkat *external locus of control* dan *internal locus of control*. Individu yang berorientasi pada *external locus of control* cenderung memiliki kecemasan yang tinggi dan memiliki keyakinan bahwa kehidupan yang terjadi dalam hidupnya dipengaruhi oleh faktor eksternal, yang bermakna bahwa kehidupan yang dijalani merupakan hasil dari pengaruh orang lain, nasib, dan kesempatan yang mereka miliki (Darmayanti dan Budiyanti, 2017).

Adapun hasil penelitian yang didapatkan, menunjukkan bahwa usia remaja didominasi oleh orientasi *locus of control* eksternal. Hal ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh (Cohen. dkk., 2008) yang berjudul "*Locus of control, perceived parenting style, and symptoms of anxiety and depression in children with Tourette's syndrome*"

menunjukkan hasil bahwa anak dan remaja cenderung berorientasi pada *locus of control* eksternal.

Remaja yang menjadi subjek dalam penelitian ini merupakan anak yang mengenyam bangku sekolah. Pada anak-anak dan remaja yang berorientasi dengan *locus of control* eksternal dikaitkan dengan keadaan adaptasi yang buruk di sekolah, serta kerentanan terhadap kecemasan dan depresi (Chorpita dan Barlow, 2018).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa remaja perempuan dalam penelitian ini cenderung berorientasi pada *external locus of control*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja dengan *locus of control* eksternal cenderung memiliki tingkat kecemasan sosial yang sedang ke tinggi. Sementara itu, remaja dengan *locus of control* internal cenderung memiliki tingkat kecemasan sosial yang sedang ke rendah. Leung (Kee, 2005) mengemukakan bahwa individu dengan cenderung berorientasi dengan *locus of control* eksternal, memberikan rasa evaluasi negatif dari lingkungan sekolah. Salah satu aspek dari kecemasan sosial adalah *fear of negative evaluation* (ketakutan akan evaluasi negatif) dari orang lain (La Greca & Lopez, 1998).

Kecemasan sosial yang dialami oleh remaja cenderung tinggi dikarenakan mereka berfokus pada penilaian orang lain pada situasi sosial sebagai upaya untuk menentukan pandangan pribadi mengenai diri sendiri (Schlenker & Leary, 1982). Hal tersebut menunjukkan bahwa remaja berorientasi pada *external locus of control* dikarenakan memiliki keyakinan bahwa yang dialami merupakan hasil campur tangan orang lain (*powerfull other*). *Powerful other* adalah individu memiliki keyakinan bahwa kejadian-kejadian dalam hidupnya

ditentukan terutama oleh orang yang memberikan pengaruh besar terhadap individu (Rotter, 1990). Remaja dengan *locus of control* eksternal juga lebih rentan terhadap stres dan kecemasan karena mereka merasa bahwa banyak faktor di luar kendali mereka yang dapat mempengaruhi kehidupan mereka. Hal ini juga dapat menyebabkan perasaan tidak berdaya dan ketidakpastian yang lebih tinggi (Hariansyah & Reni, 2017).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa remaja dengan orientasi *locus of control* internal. Remaja dengan *locus of control* internal cenderung memiliki tingkat kecemasan yang rendah. Karena *locus of control* internal adalah individu yang meyakini bahwa hal-hal yang terjadi dalam hidupnya merupakan hasil dari perbuatan mereka sendiri. Sedangkan Kee (2005) mengemukakan bahwa remaja merasa bahwa mereka tidak memiliki kendali atas kejadian-kejadian di dalam diri mereka sendiri. Dengan demikian, remaja cenderung tidak berorientasi pada *locus of control* internal.

Locus of control baik internal maupun eksternal semuanya dimiliki oleh individu, hanya berperan sesuai dengan kondisi yang dialami individu. Rotter (Feist & Feist, 2009) menegaskan bahwa *Locus of control* tidak bersifat statis tapi juga bisa berubah. Individu yang berorientasi *Locus of control* internal dapat berubah menjadi individu berorientasi *Locus of control* eksternal dan begitupun sebaliknya. Hal tersebut dipengaruhi oleh bagaimana situasi dan kondisi yang menyertai individu yaitu dimana individu itu tinggal dan sering melakukan aktivitasnya.

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti menyimpulkan bahwa

terdapat perbedaan tingkat kecemasan sosial pada remaja perempuan di Kota Makassar ditinjau dari locus of control dan memiliki nilai yang sangat signifikan 0.000 ($p < 0,05$). Dalam penelitian ini juga menggambarkan bahwa remaja cenderung berorientasi dengan *locus of control* eksternal. Remaja dengan orientasi *locus of control* eksternal juga cenderung memiliki tingkat kecemasan sosial sedang hingga tinggi. Sedangkan remaja dengan orientasi *locus of control* internal cenderung memiliki tingkat kecemasan yang rendah.

Implikasi

1. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan memperhatikan skala penelitian yang digunakan untuk menyempurnakan hasil penelitian juga diharapkan dapat melakukan penelitian lanjutan mengenai faktor lain yang berhubungan dengan prevalensi kecemasan sosial pada remaja perempuan.

2. Bagi remaja

Bagi remaja diharapkan mampu mengelola kejadian dan mempertimbangkan peran pusat kendali (*Locus of Control*) dalam mengontrol diri. Remaja perlu memperhatikan hal-hal apa saja yang dapat ia kontrol saat menghadapi situasi sosial atau di lingkungan sosial agar dapat mengurangi kecemasan sosial. Remaja yang memiliki tipe eksternal juga diharapkan agar lebih mampu mengendalikan perilaku kearah lebih baik.

Referensi

- Ahmad, Z., Bano, N., Ahman, R., & Khanam, S. (2013). *Social Anxiety in Adolescents: Does Self-Esteem Matter? Journal of Social Sciences and Humanities*, 2(2), 91–98.
- Aminah, I., Novianti, E., & Tobing, D. . (2023). *Kecemasan Sosial pada Remaja yang Mengalami Perundungan di Desa Ragajaya. Jurnal Ilmiah Kesehatan ...*, 15, 13–17. <https://jikm.upnvj.ac.id/index.php/home/article/view/238>
- Arditya, D. (2022). *Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Sosial pada Remaja*.
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi (2nd ed.)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2019). *Penyusunan Skala Psikologi (2nd ed.)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2021). *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta:Pustaka Pelajar.
- Badakhshan, Sara. (2012). *The Relationship between Reading Anxiety and Locus of Control among Iranian Intermediate EFL Learners (Prospective Language Teachers)*. *Iranian EFL Journal*, 8(3): 133-152.
- Berlian Primadiana, D., Nihayati, H. E., & Wahyuni, E. D. (2019). *Hubungan Smartphone Addiction dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja (Relationship between Smartphone Addiction with Social Anxiety in Adolescents)*. *Psychiatry Nursing Journal (Jurnal Keperawatan Jiwa)*, 1(1), 21–28.
- Butler, G. (1999). *Overcoming Social Anxiety and Shyness*. Robinson.
- Chorpita, B. F., & Barlow, D. H. (2018). *The development of anxiety: The role of control in the early environment. The Neurotic Paradox: Progress in Understanding and Treating Anxiety and Related Disorders*, 124(1), 227–264. <https://doi.org/10.4324/9781315619996>
- Cohen, E., Sade, M., Benarroch, F., Pollak, Y., & Gross-Tsur, V. (2008). *Locus of*

- control, perceived parenting style, and symptoms of anxiety and depression in children with Tourette's syndrome. *European Child and Adolescent Psychiatry*, 17(5), 299–305. <https://doi.org/10.1007/s00787-007-0671-7>
- Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif, dan Campuran (Keempat)*. Pustaka Belajar.
- Darmayanti, N. M. D., & Budiani, M. S. (2017). Hubungan Antara External Locus of Control Dengan Kecemasan Pada Penari Tradisional Remaja. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 4(2), 1–6.
- Ekajaya, D. S., & Jufriadi. (2019). Hubungan antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Sosial pada Narapidana Menjelang Bebas di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Muaro Padang. *Psyche 165 Journal*, 12(1), 93–102. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v12.i1.55>
- Greenberg, J. (2006). *Comprehensive Stress Management (Ninth Edit)*. Mc Graw Hill.
- Handari, M., Mustika Dewi, I., Candrawati, M., Studi Keperawatan STIKES Wira Husada Yogyakarta, P., & Studi Ilmu Keperawatan STIKES Wira Husada Yogyakarta, P. (2017). Perbedaan Tingkat Kecemasan Masa Pubertas Antara Remaja Perempuan Dan Laki-Laki Di Sekolah Madrasah Tsanawiyah N 1 Pundong Bantul. 05(01), 44–49.
- Hasibuan, Elfina Putri Nanda & Moelinono, M. F. (2013). Gambaran Kecemasan Sosial Berdasarkan Lievowitz Social Anxiety Scale (LSAS) Pada Remaja Akhir Di Bandung. 1–11.
- Hodgson, K., Almasy, L., Knowles, E. E. M., Kent, J. W., Curran, J. E., Dyer, T. D., Göring, H. H. H., Olvera, R. L., Fox, P. T., Pearlson, G. D., Krystal, J. H., Duggirala, R., Blangero, J., & Glahn, D. C. (2016). Genome-wide significant loci for addiction and anxiety. *European Psychiatry*, 36, 47–54. <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2016.03.004>
- Hofmann, S. G., & DiBartolo, P. M. (2010). *Social Anxiety: Clinical, Developmental, and Social Perspectives, Second Edition*. London, United Kingdom: Academic Press, Elsevier.
- Hurlock, E. B. (1991). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (Kelima)*. Erlangga.
- Ilahi, A. D. W., Rachma, V., Janastri, W., & Karyani, U. (2021). The Level of Anxiety of Students during the Covid-19 Pandemic. *Proceeding of Inter-Islamic University Conference on Psychology*, 1(1), 1–6.
- John W, S. (n.d.). *Adolescence. Perkembangan Remaja (Keenam)*. Erlangga.
- Kaplan & Sadock. (1997). *Sinopsis Psikiatri Jilid I. Edisi ke-7, Terjemahan Widjaja Kusuma*. Jakarta: Binarupa Aksara.
- Kee, T. T. S. (2005). A cultural interpretation of locus of control, family and school experiences, and school truancy - The case of Hong Kong. *International Journal of Adolescence and Youth*, 12(4), 325–349. <https://doi.org/10.1080/02673843.2005.9747960>
- Kholifah, N. (2016). Peran teman sebaya dan kecemasan sosial pada remaja. *Psychology Journal*, 3(2), 60–68.
- Kirk, A., Meyer, J. M., Whisman, M. A., Deacon, B. J., & Arch, J. J. (2019). Safety behaviors, experiential

- avoidance, and anxiety: A path analysis approach. *Journal of Anxiety Disorders*, 64(December 2018), 9–15. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2019.03.002>
- Kocovski, N. L., & Endler, N. S. (2000). Social anxiety, self-regulation, and fear of negative evaluation. *European Journal of Personality*, 14(4), 347–358. [https://doi.org/10.1002/1099-0984\(200007/08\)14:4<347::AID-PER381>3.0.CO;2-7](https://doi.org/10.1002/1099-0984(200007/08)14:4<347::AID-PER381>3.0.CO;2-7)
- La Greca, A. M., & Lopez, N. (1998). Social Anxiety among Adolescents: Linkages with peer relations and friendships. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 26(2), 83–94. <https://doi.org/10.1023/A:1022684520514>
- Laili, D., & Shofiah, V. (2013). Hubungan antara Locus of Control dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa. *Jufnal Personifikasi*, 4(1), 19–27.
- Nisa, C. A. (2018). Pengaruh Locus of Control Terhadap Kecemasan Di Mediasi Oleh Intoleransi Ketidakpastian Pada Pengangguran Terdidik. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Phares, J. E. (1967). *Locus of Control Personality*. General Learning Press.
- Priyono. (2008). Metode Penelitian Kuantitatif. In T. Chandra (Ed.), *Zifatama* (Vol. 4, Issue 3). Zifatama Publishing.
- Ramaiah, S. (2003). *Kecemasan bagaimana mengatasi penyebabnya*. Jakarta: Pustaka Populer Obor.
- Rotter, J. B. (1990). Internal versus external control of reinforcement: A case history of a variable. *American Psychologist*, 45(4), 489–493. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.45.4.489>
- Sanrock, J. W. (2003). *Adolescence* (6 th Edition). Jakarta : Erlangga
- Sari, I. P. (2020). *Hubungan Antara Citra Tubuh dengan Kecemasan Sosial Pada Mahasiswa Perempuan di Kota Makassar*. Skripsi. Universitas Negeri Makassar.
- Smet, B. (1997). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT. Grasindo.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., & Luschene, R. E. (1983). *State Trait Anxiety*. Mind Garden Inc.
- Sugiyono. (2006). *Statistika untuk Penelitian*. CV Alfabeta.
- Sugiyono, D. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Tindakan* (19th ed.). Bandung: CV Alfabeta.
- Sugiyono, D. (2014). *Statistika untuk Penelitian* (24th ed.). Bandung: ALFABETA.
- Sumijah. (2015). Locus Of Control pada Masa Dewasa. *Seminar Psikologi Dan Kemanusiaan*, 384–391.
- Suryaningrum, C. (2008). *Terapi Kognitif Tingkah Laku untuk Mengatasi Kecemasan Sosial Pada Remaja*.
- Vriends, N., Pfaltz, M. C., Novianti, P., & Hadiyono, J. (2013). *Taijin Kyofusho and Social Anxiety and Their Clinical Relevance in Indonesia and Switzerland*. *Frontiers in Psychology*, 4(February), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00003>
- Watson, D. (1967). Relationship Between Locus of Control and Anxiety. *Journal of Personality and Social Psychology*, 6(1), 91–92. <https://doi.org/10.1037/h0024490>
- Yudianfi, Z. N. (2022). *Kecemasan Sosial Pada Remaja Di Desa Selur Ngrayun Ponogoro*. *Rosyada: Islamic Guidance and Counseling*, 2(1), 12–19. (Referensi menggunakan APA Style untuk Artikel jurnal dan buku)