



Fear of Negative Evaluation (FNE), Parent Attachment, dan Kecemasan Sosial: Menguraikan Keterkaitannya dalam Kehidupan Mahasiswa

Ummi Mar'atussolihah*, Annisa Fitriani, dan Indah Dwi Cahya Izzati

Psikologi Islam, Fakultas Usuluddin dan Studi Agama, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung

Jl. Letnan Kolonel H.Jl. Endro Suratmin, Bandar Lampung, Indonesia, 35111

*E-mail: ummimara21@gmail.com

Abstrak

Kecemasan sosial merujuk pada kecenderungan seseorang merasakan ketakutan dan ketidaknyamanan yang berlebihan saat berada dalam situasi sosial, yang bagi mahasiswa berdampak pada kesejahteraan emosional serta menghambat kinerja akademis dan sosial mereka. Faktor-faktor seperti ketakutan akan dievaluasi negatif oleh orang lain (*fear of negative evaluation*) dan ikatan emosional dengan orang tua (*parent attachment*) dapat memengaruhi perkembangan kecemasan sosial pada seseorang. Oleh karena itu, penting bagi mahasiswa untuk mengembangkan strategi mengelola dan mengatasi kecemasan sosial agar dapat berfungsi secara optimal dalam lingkungan akademik dan sosial mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi kemungkinan adanya korelasi antara *fear of negative evaluation* (FNE) dan *parent attachment* dengan kecemasan sosial pada mahasiswa. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan rancangan penelitian korelasional. Penelitian ini melibatkan 210 orang mahasiswa dari perguruan tinggi negeri di Lampung yang dipilih dengan teknik *accidental sampling*. Data dikumpulkan menggunakan tiga jenis skala psikologi, yakni *The Liebowitz Social Anxiety Scale* (LSAS), *Brief-Fear of Negative Evaluation* (BFNE), dan *Inventory Parent and Peer Attachment* (IPPA), melalui kuesioner pada Google Forms. Analisis data dilakukan dengan teknik korelasi parsial dan regresi berganda. Hasil analisis menunjukkan bahwa *fear of negative evaluation* dan *parent attachment* memiliki hubungan yang signifikan dengan kecemasan sosial sehingga hipotesis penelitian dapat diterima.

Kata kunci: ketakutan akan evaluasi negatif (FNE), kelekatan orang tua, kecemasan sosial, mahasiswa.

Fear of Negative Evaluation (FNE), Parent Attachment, and Social Anxiety: Elucidating Their Linkages in The Lives Of University Students

Abstract

Social anxiety refers to an individual's tendency to experience excessive fear and discomfort in social situations, which, for college students, can affect their emotional well-being and hinder their academic and social performance. Factors such as fear of negative evaluation and emotional attachment to parents can influence the development of social anxiety in a person. Therefore, it is important for college students to develop strategies to manage and cope with social anxiety to function optimally in their academic and social environments. This study aims to explore the possible relationship between fear of negative evaluation (FNE) and parent attachment with social anxiety among college students. A quantitative research method with a correlational design was used. The study involved 210 students from public universities in Lampung, selected using accidental sampling method. Data were collected using three psychological scales, which are *The Liebowitz Social Anxiety Scale* (LSAS), *Brief-Fear of Negative Evaluation* (BFNE), and *Inventory of Parent and Peer Attachment* (IPPA), administered via Google Forms questionnaires. Data analysis was conducted using partial correlation and multiple regression techniques. The results indicate that fear of negative evaluation and parent attachment have a significant relationship with social anxiety, thus supporting the research hypothesis.

Keywords: fear of negative evaluation (FNE), parent attachment, social anxiety, university students.

Pendahuluan

Dalam kehidupan mahasiswa, fase ini sering kali menjadi periode ketika individu mulai memasuki dunia yang lebih kompleks, dengan tuntutan untuk berinteraksi dalam berbagai lingkungan sosial. Mahasiswa yang baru masuk ke lingkungan kampus sering kali mengalami perubahan lingkungan sosial, seperti tinggal jauh dari keluarga. Selain itu, mereka juga menghadapi situasi ketika mereka harus berbicara di depan kelas saat melakukan presentasi dan menjawab pertanyaan dari dosen (Novitria & Khoirunnisa, 2022). Keadaan lain yang juga dihadapi mahasiswa juga meliputi berbicara dengan sosok otoritas, menghadiri acara organisasi, mengekspresikan ketidaksetujuan dalam diskusi, atau merasa bahwa perilaku mereka selalu diamati oleh orang lain (Jatmiko, 2016). Ketika seseorang tidak mampu menghadapi tuntutan tersebut, akan timbul perasaan takut dan khawatir berkaitan dengan situasi-situasi sosial yang kemudian dapat memicu munculnya kecemasan sosial (Prawoto, 2010). Berdasarkan temuan dari 29 survei epidemiologi yang dilakukan pada tahun 2018 di 26 negara yang berpartisipasi dalam *World Mental Health Survey Initiative*, terungkap bahwa gangguan kecemasan sosial menjadi salah satu kondisi kesehatan mental yang paling sering terjadi sehingga menempati peringkat keempat, dengan sekitar 4% dari populasi manusia di seluruh dunia mengalaminya (Holingue, 2018).

Di Indonesia, sejumlah penelitian telah menunjukkan tingginya prevalensi kecemasan sosial. Contohnya, penelitian oleh Vriends et al. (2013) yang menyelidiki prevalensi dan relevansi klinis Taijin Kyofusho (TKS) serta kecemasan sosial di Indonesia dan Swiss dengan membandingkan gejala dan signifikansi klinisnya berdasarkan perbedaan latar belakang budaya di kedua negara. Hasilnya menyatakan bahwa sekitar 15.8% mahasiswa di Indonesia mengalami tingkat kecemasan sosial yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa di Swiss. Penelitian lain yang dilakukan di Universitas Malang menemukan bahwa sekitar 52.2% dari 364 mahasiswa memiliki tingkat kecemasan sosial yang rendah hingga sedang. Sementara itu, sebanyak 24.7% terindikasi mengalami tingkat kecemasan sosial yang tinggi, mencakup perasaan cemas atau takut terhadap situasi sosial yang dapat menyebabkan penilaian negatif dari orang lain. Situasi yang paling membuat mahasiswa khawatir adalah saat tampil di depan banyak orang dan saat menyatakan pendapat, yang diartikan sebagai situasi yang memungkinkan mahasiswa untuk mendapat penilaian dari orang lain (Suryaningrum et al., 2019).

Liebowitz (1987) mendefinisikan kecemasan sosial sebagai kondisi emosional yang terbagi menjadi dua aspek utama. Pertama, ketakutan terhadap kinerja di depan orang lain, mencakup kemampuan atau tindakan yang diekspresikan dalam situasi sosial. Aspek kedua adalah ketakutan terhadap hubungan interpersonal, termasuk penolakan, ketidaknyamanan dalam berinteraksi, dan kekhawatiran akan tidak diterima oleh orang lain. Menurut penjelasan dari La Greca dan Lopez (1998), kecemasan sosial menggambarkan pengalaman perasaan takut atau cemas ketika berada dalam situasi sosial, yang dipicu oleh ketakutan akan penilaian orang lain. Ini mungkin terjadi karena adanya pengalaman negatif atau konflik yang menghambat interaksi sosial yang penting untuk perkembangan sosioemosional.

Davison et al. (2012) menginterpretasikan kecemasan sosial sebagai perasaan takut yang persisten dan tidak beralasan yang sering timbul saat berada di lingkungan sosial. Individu yang mengalami kecemasan sosial sering kali cenderung menghindari situasi ketika mereka merasa akan dinilai atau terlihat menunjukkan tanda-tanda kecemasan serta perilaku yang mencolok. Secara esensial, kecemasan sosial melibatkan ketakutan akan penghinaan atau rasa malu dalam situasi sosial (Kreifelts et al., 2014). Kecemasan sosial menciptakan ketegangan dalam situasi sosial, seperti saat berbicara di depan orang lain atau bertemu dengan figur otoritas. Individu yang mengalaminya pun merasa takut akan penilaian negatif yang dapat memicu perasaan malu, merasa bodoh, atau ditolak (Henderson et al., 2014). Swasti dan Martani (2013) menyoroti bahwa kecemasan sosial menjadi masalah saat kekhawatiran yang dirasakan tidak masuk akal dan mengganggu kegiatan sehari-hari. Sudut pandang lain menyatakan bahwa kecemasan sosial mengacu pada

kekhawatiran seseorang terhadap bagaimana orang lain memandang mereka, sering kali dengan penilaian yang tidak sesuai dengan realitas sosial mereka (Darmawan & Dariyo, 2017).

Penelitian terbaru mengungkapkan bahwa kecemasan sosial masih menjadi masalah signifikan di kalangan mahasiswa, dengan persentase yang lebih tinggi dibandingkan hasil studi sebelumnya (Suryaningrum, 2021). Lebih dari sepertiga responden menunjukkan gejala kecemasan sosial yang memenuhi kriteria ambang batas. Bentuk kecemasan sosial ini mencakup ketakutan terhadap situasi sosial ketika mereka mengantisipasi penilaian negatif dari orang lain, atau merasa kehadiran mereka membuat orang lain tidak nyaman. Kekhawatiran ini sering kali disertai dengan perasaan cemas, kemerahan pada wajah, berkeringat, serta tingkat kecemasan yang berlebihan terhadap situasi sosial tertentu (Jefferies & Ungar, 2020).

Menurut Inderbitzen-Nolan & Walters (2000), kecemasan dalam situasi sosial bisa dipengaruhi oleh beragam faktor. Salah satunya adalah kekhawatiran individu terhadap penilaian negatif dari orang lain, yang sering disebut sebagai *fear of negative evaluation* (FNE), yang mencerminkan kekhawatiran individu terhadap bagaimana mereka dinilai oleh orang lain dalam konteks situasi sosial tertentu. Individu merasa tertekan untuk memenuhi harapan orang lain atau takut akan dampak sosial yang mungkin timbul dari penilaian negatif tersebut. FNE, yang awalnya didefinisikan oleh Watson dan Friend pada tahun 1969, mengacu pada rasa takut terhadap penilaian negatif dari orang lain, kecemasan akan menerima penilaian yang tidak menguntungkan dari mereka, dan harapan bahwa orang lain akan menilai mereka secara negatif. FNE meliputi kecemasan yang berlebihan terhadap penilaian negatif, kecenderungan menghindari situasi yang melibatkan penilaian, dan kekhawatiran tentang penilaian negatif dari orang lain (Shabani, 2012).

Hofmann dan DiBartolo (2010) mengklasifikasikan faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan sosial secara terperinci dengan membaginya menjadi tiga aspek utama, yaitu faktor biologis, perkembangan, dan sosial. Aspek biologis mencakup faktor genetik, perkembangan otak, dan periode pubertas; aspek perkembangan melibatkan jenis kelekatan (*attachment*) dan temperamen; dan aspek sosial melibatkan pola asuh orang tua, harga diri, serta pengaruh dari teman sebaya. Para ahli di bidang perkembangan telah mulai mengeksplorasi tentang peran *attachment*, terutama dalam konteks keterikatan orang tua dan anak (*parent attachment*). Para ahli percaya bahwa hubungan yang erat antara orang tua dan anak dapat memiliki dampak penting dalam membantu perkembangan kemampuan sosial dan kesejahteraan sosial remaja. Indikator-indikator tersebut dapat dilihat melalui berbagai tanda, seperti tingginya tingkat harga diri, penyesuaian emosional yang baik, dan kesehatan fisik yang optimal (Santrock, 1994/2002). Teori *attachment* menjelaskan bahwa kualitas ikatan yang terbentuk pada masa kanak-kanak dapat memiliki dampak signifikan terhadap perkembangan masalah kecemasan sosial di kemudian hari (Brumariu & Kerns, 2008).

Bowlby (1973) menyatakan bahwa kualitas *attachment* dengan pengasuh berperan penting dalam memberikan rasa aman dan kemampuan untuk membangun hubungan berdasarkan kepercayaan. Interaksi dengan figur lekat menciptakan perasaan bahagia dan aman, serta kenyamanan saat berada di dekat mereka. Dalam hubungan orang tua dan anak, anak melihat orang tua sebagai sumber rasa aman untuk menjelajahi dunia, sebagai tempat mencari kenyamanan saat menghadapi tekanan, dan sebagai dasar untuk keberanian dan keyakinan (Armsden & Greenberg, 1987). Selain memberikan rasa aman, *attachment* juga membentuk *internal working models* (Bowlby, 1973). *Internal working models* adalah representasi mental tentang diri sendiri dan orang lain yang berkembang dari pengalaman dengan figur lekat yang berkaitan dengan regulasi dan pemenuhan kebutuhan keterikatan. Ketika seseorang memasuki masa remaja, ia akan memanfaatkan kerangka *internal working models* yang sudah terbentuk untuk memahami dunia luar (Idriyani, 2020). Ainsworth menyarankan bahwa cara terbaik untuk berpikir tentang perbedaan dalam kualitas kelekatan adalah dengan istilah *security of attachment* (Bee, 1985). Menurut Ainsworth et al. (1978), kelekatan yang *secure* didefinisikan sebagai keadaan yang aman dan tidak bermasalah dengan ketersediaan atau keberadaan figur lekat

(Cassidy & Shaver, 2008). Anak dengan kelekatan yang aman pada figur lekat utama membawa semacam jaminan yang tidak ia sadari bahwa ia mempunyai akses terhadap orang-orang lain yang dapat dipercaya dan dapat membantunya, dan memandang dirinya sebagai orang yang berharga atau pantas untuk dicintai dan disayangi. Mereka cenderung mengembangkan keseimbangan antara bergantung pada diri sendiri dan kapasitas-kapasitas untuk mencari bantuan yang sesuai dengan tingkat kematangannya (Bowlby, 1973).

Meskipun penelitian sebelumnya telah mengeksplorasi kecemasan sosial dari berbagai perspektif, masih ada kesenjangan terkait variabel penelitian, perbedaan usia, dan budaya subjek. Studi-studi terdahulu sering kali berfokus pada populasi yang lebih muda dan berasal dari latar belakang budaya Barat. Namun, sedikit sekali penelitian tentang kecemasan sosial di kelompok usia lain dan dalam konteks budaya non-Barat, seperti Asia, khususnya Indonesia, yang membahas variabel *fear of negative evaluation* dan *parent attachment*. Hal tersebut menunjukkan perlunya penelitian lebih lanjut untuk memahami bagaimana kecemasan sosial dipengaruhi pada populasi yang berbeda ini. Berdasarkan konteks yang telah diuraikan, *fear of negative evaluation* merujuk pada ketakutan akan penilaian negatif, yang diasumsikan memicu dan dapat menimbulkan kecemasan sosial, sedangkan *parent attachment* dapat memengaruhi persepsi individu terhadap dunia sosial mereka. Peneliti tertarik untuk menjelajahi fenomena yang telah dijelaskan dengan melakukan penelitian serupa. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menyelidiki apakah terdapat hubungan antara *fear of negative evaluation* (FNE) dan *parent attachment* dengan tingkat kecemasan sosial di antara mahasiswa. Hipotesis penelitian ini adalah terdapat hubungan antara *fear of negative evaluation* (FNE) dan *parent attachment* dengan kecemasan sosial di kalangan mahasiswa.

Metode

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif yang menganalisis dua variabel independen, yaitu *fear of negative evaluation* dan *parent attachment*, serta satu variabel dependen, yaitu kecemasan sosial. Responden yang terlibat merupakan 210 mahasiswa aktif dari perguruan tinggi negeri di Lampung dengan rentang usia 18–21 tahun yang dipilih menggunakan teknik *accidental sampling*. Data dikumpulkan melalui metode survei daring menggunakan Google Forms dan disebarakan melalui platform media sosial WhatsApp dan Instagram. Instrumen penelitian yang digunakan terdiri dari tiga skala psikologi dengan model *likert* sebagai dasarnya.

Untuk menilai tingkat kecemasan sosial responden, digunakan Skala Kecemasan Sosial Liebowitz (*The Liebowitz Social Anxiety Scale/LSAS*) versi bahasa Indonesia yang telah disusun oleh Srisayekti et al. (2023). Skala ini mengacu pada teori dan aspek yang dijelaskan oleh Liebowitz (1987) yang mencakup dua aspek utama: (1) kecemasan terhadap penampilan yang mencerminkan ketakutan individu terhadap penilaian orang lain terhadap penampilannya dan (2) kecemasan sosial yang mencerminkan kekhawatiran individu dalam berinteraksi dengan orang lain. Skala ini terdiri dari 24 *item* dengan koefisien reliabilitas $\alpha = .92$ dengan indeks validitas .51–.93 yang menunjukkan bahwa alat ukur ini reliabel dan valid.

Skala yang digunakan untuk mengukur *fear of negative evaluation* (FNE) adalah *Brief-Fear of Negative Evaluation* (BFNE) yang dikembangkan oleh Leary (1983) dan kemudian diterjemahkan oleh tim peneliti ke dalam bahasa Indonesia dengan bantuan beberapa tenaga ahli di bidangnya. Setelah melakukan *tryout* BFNE versi bahasa Indonesia, didapatkan koefisien reliabilitas sebesar $\alpha = .800$. Instrumen ini merujuk pada teori Watson & Friend (1969) dan meliputi berbagai aspek atau indikator, termasuk kekhawatiran individu terhadap penilaian orang lain akan dirinya, tingkat stres yang muncul akibat penilaian negatif dari orang lain, kecenderungan individu untuk menghindari situasi yang dapat menyebabkan evaluasi dirinya, dan harapan individu bahwa orang lain akan menilai dirinya secara negatif.

Alat ukur *parent attachment* yang digunakan untuk mengevaluasi hubungan subjek dengan orang tua adalah

adaptasi skala dari Idriyani (2020) berdasarkan *Inventory Parent and Peer Attachment* (IPPA) yang dikembangkan oleh Armsden dan Greenberg (1987). Skala ini terdiri dari 22 item ($p > .05$) yang menggambarkan tiga aspek kelekatan orang tua, yaitu kepercayaan (*trust*), komunikasi (*communication*), dan keterasingan (*alienation*).

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji asumsi dan uji hipotesis. Penelitian ini memanfaatkan koefisien *Alpha Cronbach* untuk mengukur reliabilitas. Untuk analisis data, peneliti menerapkan teknik regresi berganda dengan menggunakan perangkat lunak JASP versi 0.18.3.0 (Malay, 2021).

Hasil

Data demografis dari penelitian ini menunjukkan bahwa dari total 210 subjek, sebanyak 31% adalah mahasiswa laki-laki dan 69% adalah mahasiswa perempuan. Rentang usia subjek adalah 18–21 tahun, dengan usia 20 tahun sebagai yang paling dominan, yaitu sebesar 43.4% dari keseluruhan. Tujuan dari analisis deskriptif data penelitian adalah untuk memperoleh pemahaman menyeluruh mengenai kondisi subjek terkait variabel yang menjadi fokus penelitian.

Berdasarkan Tabel 1, *mean score* empiris pada variabel *fear of negative evaluation* dan *parent attachment* melebihi *mean score* hipotetisnya, sedangkan *mean score* empiris pada kecemasan sosial lebih rendah daripada *mean score* hipotetisnya. Ini mengindikasikan bahwa peserta penelitian mengalami ketakutan terhadap evaluasi negatif dan memiliki keterikatan dengan orang tua pada tingkat yang lebih tinggi dari yang diperkirakan, namun kecemasan sosial mereka lebih rendah dari yang diperkirakan.

Sebelum melakukan uji hipotesis, peneliti melakukan uji asumsi untuk memastikan bahwa data yang terkumpul telah memenuhi persyaratan analisis yang diperlukan. Uji asumsi ini mencakup pemeriksaan normalitas, linieritas, multikolinieritas, dan heteroskedastisitas. Uji normalitas menunjukkan bahwa data berdistribusi normal dan linier. Adapun hasil perhitungan uji multikolinieritas menghasilkan nilai *Tolerance* = .984 dan *VIF* = 1.016, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada *multikolinieritas* antara kedua variabel bebas tersebut. Uji *heteroskedastisitas* pun tidak menunjukkan adanya tanda-tanda *heteroskedastisitas* pada variabel penelitian.

Setelah menguji asumsi pada data variabel penelitian, langkah berikutnya adalah melakukan pengujian hipotesis penelitian. Tujuannya adalah untuk mengevaluasi apakah terdapat korelasi antara variabel *fear of negative evaluation* (X1) dan variabel *parent attachment* (X2) dengan variabel kecemasan sosial (Y). Berdasarkan hasil uji hipotesis yang terdokumentasi dalam Tabel 2, dapat disimpulkan bahwa koefisien korelasi (*R*) bernilai .580 dan statistik uji (*F*) mencapai 52.540, dengan tingkat signifikansi kurang dari .001. Dalam konteks ini, temuan tersebut menunjukkan bahwa hipotesis penelitian dapat diterima, menunjukkan bahwa *fear of negative evaluation* dan *parent attachment* memiliki hubungan yang signifikan dengan kecemasan sosial. Untuk menilai seberapa besar kontribusi variabel independen terhadap variabel dependen, dapat diperhatikan nilai *R-square*, yang di sini mencapai .337 atau setara dengan 33.7%. Ini mengindikasikan bahwa *fear of negative evaluation* dan *parent attachment* menyumbang sebesar 33.7% terhadap kecemasan sosial, sementara 66.3% sisanya dipengaruhi oleh variabel atau faktor lain yang tidak diselidiki dalam penelitian ini.

Berdasarkan Tabel 3, terlihat bahwa koefisien korelasi (r_{x1-y}) memiliki nilai .566 dengan tingkat signifikansi

Tabel 1. Data Deskriptif Penelitian

Variabel	Skor empiris				Skor hipotetis			
	<i>Min</i>	<i>Max</i>	<i>Mean</i>	<i>SD</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>	<i>Mean</i>	<i>SD</i>
Kecemasan sosial	4	54	26.54	11.59	0	192	96	32
<i>Fear of negative evaluation</i>	10	40	28.26	7.50	8	40	24	5.3
<i>Parent attachment</i>	43	95	77.49	10.22	24	120	72	16

Tabel 2. Hasil Regresi Berganda

<i>Model summary - Kecemasan sosial</i>					
<i>Model</i>		<i>R</i>	<i>R</i> ²	<i>Adjusted R</i> ²	<i>RMSE</i>
H ₀		.000	.000	.000	11.59
H ₁		.580	.337	.330	10.22
ANOVA					
<i>Model</i>		<i>Sum of squares</i>	<i>df</i>	<i>Mean square</i>	<i>F</i> <i>p</i>
H ₁	<i>Regression</i>	9452.092	2	4726.046	52.540 < .001
	<i>Residual</i>	18620.103	207	89.952	
	<i>Total</i>	28072.195	209		

$p < .001$. Hal ini menunjukkan adanya korelasi positif yang signifikan antara variabel *fear of negative evaluation* dan variabel kecemasan sosial pada mahasiswa. Oleh karena itu, kesimpulan yang dapat diambil ialah bahwa makin tinggi tingkat ketakutan akan evaluasi negatif pada individu, makin tinggi pula tingkat kecemasan sosialnya. Hasil uji korelasi antara variabel *parent attachment* dan kecemasan sosial menunjukkan koefisien korelasi sebesar $-.199$ dengan tingkat signifikansi $p < .01$. Dari temuan ini, dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi negatif yang signifikan antara *parent attachment* dan kecemasan sosial pada mahasiswa. Hal ini menandakan bahwa makin kuat ikatan emosional mahasiswa dengan orang tua, makin rendah tingkat kecemasan sosial yang mereka alami. Sebaliknya, jika ikatan emosional mahasiswa dengan orang tua lebih rendah, maka tingkat kecemasan sosialnya cenderung lebih tinggi.

Tabel 4 menunjukkan bahwa jika terjadi peningkatan pada variabel *fear of negative evaluation* dan *parent attachment*, maka kecemasan sosial naik sebesar 13.945. Koefisien untuk *fear of negative evaluation* adalah $.849$, yang mengindikasikan bahwa setiap peningkatan satu poin dalam *fear of negative evaluation* akan menyebabkan peningkatan pada kecemasan sosial sebesar $.849$. Sementara itu, koefisien untuk *parent attachment* adalah $-.147$, yang berarti setiap peningkatan satu poin pada *parent attachment* akan mengakibatkan peningkatan pada kecemasan sosial sebesar $-.147$. Berdasarkan Tabel 5, variabel *fear of negative evaluation* memberikan sumbangan efektif yang lebih besar terhadap tingkat kecemasan sosial pada mahasiswa, dengan kontribusi sebesar 31.1%, sementara variabel *parent attachment* memberikan kontribusi sebesar 2.6%.

Tabel 3. Hasil Uji Korelasi Parsial

Variabel	<i>r</i>	<i>p</i>
<i>Fear of Negative Evaluation</i>	.566	< .001
<i>Parent Attachment</i>	-.199	.004

Tabel 4. Persamaan Regresi X₁, X₂, dan Y

<i>Model</i>	<i>Unstandardized</i>	<i>Standard Error</i>	<i>Standardized</i>
(Intercept)	13.945	5.913	
<i>Fear of Negative Evaluation</i>	.849	.088	.549
<i>Parent Attachment</i>	-.147	.065	-.130

Tabel 5. Hasil Sumbangan Efektif Variabel Bebas terhadap Variabel Terikat

Variabel	β	<i>R</i> _{xy}	<i>R</i> ²	Sumbangan Efektif
<i>Fear of Negative Evaluation</i>	.549	.566		31.1%
<i>Parent Attachment</i>	-.130	-.199	.337	2.6%

Pembahasan

Hasil analisis dalam penelitian ini menunjukkan bahwa data yang diperoleh telah memenuhi standar analisis, seperti yang terindikasikan oleh uji asumsi. Uji normalitas menunjukkan bahwa distribusi data sesuai dengan distribusi normal. Selain itu, dalam uji linieritas, ditemukan bahwa hubungan antara kedua variabel bebas adalah linier. Tidak ada *multikolinieritas* yang ditemukan antara kedua variabel bebas dalam penelitian ini. Selain itu, dalam uji *heteroskedastisitas*, tidak ada *heteroskedastisitas* yang ditemukan karena plot *residuals vs. predicted* tidak menunjukkan pola yang konsisten.

Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *fear of negative evaluation* (FNE) dan kecemasan sosial. Temuan ini mengonfirmasi bahwa terdapat hubungan yang kuat dan positif antara kedua variabel tersebut. Ini menegaskan bahwa makin tinggi tingkat FNE yang dialami individu, makin tinggi pula tingkat kecemasan sosial yang mereka alami. Temuan ini mendukung hipotesis dan sejalan dengan penelitian sebelumnya yang juga mencatat korelasi positif yang signifikan antara kecemasan sosial dan FNE. Konsistensi ini juga sesuai dengan temuan sebelumnya yang menegaskan bahwa FNE memegang peranan penting dalam mendorong terjadinya kecemasan sosial pada dewasa muda atau mahasiswa (Iqbal & Ajmal, 2018; Kumar et al., 2015).

Penelitian lain juga menegaskan bahwa ketakutan remaja terhadap evaluasi negatif dapat memprediksi kecemasan sosial dan keterampilan sosialnya dalam berinteraksi (Botkin et al., 2021). Individu merasa terperangkap dalam kekhawatiran tentang kesuksesan dan kemampuan mereka untuk mendapatkan pengakuan dari orang lain. Mereka merasakan tekanan berlebihan karena takut gagal, ditolak, dihina, atau diejek oleh lingkungan sosial mereka. Tekanan ini sejalan dengan keraguan yang tumbuh dalam diri mereka sehingga membuat mereka terlalu kritis terhadap kelemahan mereka sendiri, yang akhirnya berdampak pada kurangnya keyakinan terhadap diri mereka sendiri (Putera et al., 2020).

Analisis variabel bebas kedua, yaitu *parent attachment*, juga menghasilkan temuan menarik. Hasil yang didapat menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *parent attachment* dengan kecemasan sosial. Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa makin tinggi tingkat *parent attachment* seseorang (*high security*), makin rendah tingkat kecemasan sosial yang mereka alami. Sebaliknya, makin rendah *parent attachment* seseorang (*low security*), makin tinggi tingkat kecemasan sosialnya. Dengan kata lain, hubungan yang baik atau aman dengan orang tua atau pengasuh selama masa kanak-kanak dapat memberikan perlindungan terhadap perkembangan kecemasan sosial pada masa dewasa.

Hasil ini konsisten dengan studi sebelumnya yang dilakukan oleh Bradford et al. (2016) dan Manning et al. (2017) yang menunjukkan bahwa hubungan orang tua dan anak yang buruk menyebabkan kecemasan dan depresi pada orang dewasa melalui keterikatan yang tidak aman. Penelitian oleh Rachmawaty (2015) pun menunjukkan bahwa pola asuh otoriter dapat berkontribusi secara langsung terhadap perkembangan kecemasan sosial pada remaja. Penelitian lain di Turki oleh Erozkhan (2009) juga menunjukkan bahwa gaya keterikatan berkorelasi signifikan dengan kecemasan sosial pada mahasiswa Turki. Hasil ini juga memperkuat temuan sebelumnya dari penelitian yang dilakukan oleh Priel & Shamai (1995), yang menyimpulkan bahwa orang yang memiliki keterikatan yang aman secara signifikan mengalami tingkat kecemasan dan depresi yang lebih rendah daripada mereka yang memiliki keterikatan yang tidak aman. Oleh karena itu, *parent attachment* dapat dianggap sebagai faktor penting dalam membentuk kerangka kepercayaan diri dan kesejahteraan emosional individu, serta melindungi mereka dari risiko mengalami kecemasan sosial.

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan sosial seseorang dapat diprediksi dengan mempertimbangkan tingkat ketakutan akan evaluasi negatif dan kualitas hubungan keterikatan mereka dengan orang tua. Kedua variabel tersebut bersama-sama memberikan kontribusi sebesar 33.7% terhadap kecemasan sosial, dengan variabel *fear of negative evaluation* memberikan kontribusi sebesar 31.1% dan *parent attachment* sebesar 2.6%. Sebagian besar, sekitar 66.3%, dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diselidiki dalam studi ini. Selain itu, studi ini juga mengelompokkan responden ke dalam tiga kategori kecemasan sosial, sebanyak 66 individu tergolong dalam kategori

rendah, 106 individu dalam kategori sedang, dan 38 individu dalam kategori tinggi. Variabel *fear of negative evaluation* juga dikelompokkan dengan jumlah 32 individu dalam kategori rendah, 52 individu dalam kategori sedang, dan 126 individu dalam kategori tinggi. Proses serupa diterapkan pada variabel *parent attachment*, 97 individu dalam kategori *low security*, dan 113 individu dalam kategori *high security*.

Variabel *fear of negative evaluation* (FNE) lebih memengaruhi kecemasan sosial dengan sumbangan efektif sebesar 31.1% dibandingkan *parent attachment* dengan sumbangan efektif 2.6% karena FNE berkaitan secara langsung dengan ketakutan individu terhadap penilaian negatif dalam situasi sosial, dengan model kognitif kecemasan sosial menempatkan FNE sebagai prediktor dalam perkembangan gangguan kecemasan sosial (Sapach et al., 2014). FNE berfokus pada kekhawatiran tentang bagaimana orang lain menilai mereka. Orang dengan FNE tinggi cenderung menghindari situasi sosial, merasa sangat cemas, dan sering terlalu kritis terhadap diri sendiri. Sementara itu, *parent attachment* memengaruhi perkembangan emosional dan keterampilan sosial secara umum. Oleh sebab itu, karena FNE langsung memengaruhi interaksi sosial dan perasaan dinilai oleh orang lain, variabel ini lebih signifikan dalam memengaruhi kecemasan sosial.

Penelitian ini menemukan hasil yang signifikan terkait hubungan antara *fear of negative evaluation* dan *parent attachment* dengan kecemasan sosial. Hasil penelitian mengungkapkan adanya hubungan positif antara *fear of negative evaluation* dan kecemasan sosial, serta antara *parent attachment* dan kecemasan sosial. Hasil ini memberikan kontribusi penting dalam memperkaya pemahaman tentang faktor-faktor yang berkontribusi terhadap pengembangan kecemasan sosial pada individu. Dengan mengungkap hubungan antara *fear of negative evaluation* dan kecemasan sosial, penelitian ini memberikan bukti tambahan tentang pentingnya faktor-faktor psikologis dalam membentuk dan memperkuat pengalaman kecemasan sosial. Selain itu, hasil bahwa *parent attachment* juga berperan dalam kecemasan sosial menyoroti pentingnya hubungan interpersonal dalam pengembangan kesejahteraan psikologis individu (Reis & Collins, 2004).

Simpulan

Temuan dari penelitian pada mahasiswa perguruan tinggi negeri di Lampung menunjukkan adanya korelasi signifikan dan positif antara *fear of negative evaluation* dan kecemasan sosial sehingga hal ini selaras dengan studi sebelumnya. Sebaliknya, terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *parent attachment* dan kecemasan sosial, mengindikasikan bahwa individu dengan ikatan aman dengan orang tua memiliki kecemasan sosial yang lebih rendah. Penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan sosial dapat diprediksi dengan mempertimbangkan *fear of negative evaluation* dan *parent attachment*, dengan pengaruh *fear of negative evaluation* yang lebih signifikan. Temuan ini dapat membantu individu memahami sumber kecemasan mereka dan mengembangkan program dukungan seperti kelompok sosial dan *workshop* keterampilan sosial untuk mengelola kecemasan. Dengan meningkatkan kesadaran dan menyediakan dukungan, lingkungan yang lebih inklusif dapat terbentuk, serta mahasiswa terbantu dalam mengatasi ketakutan dan membangun hubungan yang lebih baik. Penelitian selanjutnya perlu mengeksplorasi faktor-faktor lain seperti lingkungan sosial dan *self-esteem* yang mungkin memengaruhi hubungan ini, serta melibatkan sampel yang lebih besar untuk validasi temuan lebih lanjut.

Daftar Pustaka

- Ainsworth, M. S. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, 44(4), 709–716.
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.4.709>.

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Lawrence Erlbaum.
- Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The inventory of parent and peer attachment: individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 16, 427–454. <https://doi.org/10.1007/BF02202939>
- Bee, H. (1985). *The development of attachment: a cross-cultural perspective*. In K. J. Kagan & S. L. Lamb (Eds.), *Child development: A comprehensive overview* (pp. 101-122). Cambridge University Press.
- Botkin, T. N., Makol, B. A., Racz, S. J., & Reyes, A. D. L. (2021). multi-informant assessments of adolescents' fears of negative and positive evaluation: criterion and incremental validity in relation to observed behavior. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 43, 58–69. <https://doi.org/10.1007/s10862-020-09855-y>.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss. Vol 2: Separation, anxiety and danger*. Basic Books.
- Bradford, A. B., Burningham, K. L., Sandberg, J. G., & Johnson, L. N. (2016). The association between the parent-child relationship and symptoms of anxiety and depression: the roles of attachment and perceived spouse attachment behaviors. *Journal of Marital and Family Therapy*, 43(2), 291–307. <https://doi.org/10.1111/jmft.12190>.
- Brumariu, L. E., & Kerns, K. A. (2008). Mother-child attachment and social anxiety symptoms in middle childhood. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 29(5), 393–402. <https://doi.org/10.1016/J.APPDEV.2008.06.002>.
- Cassidy, J., & Shaver, P. R. (2008). *Handbook of attachment: theory, research and clinical applications* (2nd ed.). Guilford Press.
- Darmawan, U. S., & Dariyo, A. (2017). Hubungan moral integrity dan kecemasan sosial dengan academic dishonesty remaja akhir. *Provita: Jurnal Psikologi Pendidikan*, 10(2), 80–100.
- Davison, G. C., Neale, J. M., & Kring, A. M. (2012). *Psikologi abnormal* (9th ed.). RajaGrafindo Persada.
- Erozkan, A. (2009). The relationship between attachment styles and social anxiety: an investigation with Turkish university students. *Social Behavior and Personality*, 37(6), 835–844. <https://doi.org/10.2224/SBP.2009.37.6.835>.
- Henderson, L., Gilbert, P., & Zimbardo, P. (2014). Shyness, social anxiety, and social anxiety disorder. In S. G. Hofmann & P. M. DiBartolo (Eds.), *Social anxiety: clinical, developmental, and social perspectives* (3rd ed., pp. 95–115). Elsevier.
- Hofmann, S. G., & DiBartolo, P. M. (2010). *Social anxiety: clinical, developmental, and social perspectives* (2nd ed.). Academic Press.
- Holingue, C. (2018). [Review of the book *Mental disorders around the world: facts and figures from the WHO world mental health surveys*, by K. M. Scott, P. de Jonge, D. J. Stein, & R. C. Kessler (Eds.)]. *American Journal of Psychiatry*, 175(9), 911–912. <https://ajp.psychiatryonline.org/doi/full/10.1176/appi.ajp.2018.18050506>
- Idriyani, N. (2020). *Adaptasi alat ukur kelekatan dengan orang tua*. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Inderbitzen-Nolan, H. M., & Walters, K. S. (2000). Social anxiety scale for adolescents: normative data and further evidence of construct validity. *Journal of Clinical Child Psychology*, 29(3), 360–371. https://doi.org/10.1207/s15374424jccp2903_7
- Iqbal, A., & Ajmal, A. (2018). Fear of negative evaluation and social anxiety in young adults. *Peshawar Journal of Psychology and Behavioral Sciences (PJPBS)*, 4(1), 45–53. <https://doi.org/10.32879/picp.2018.4.1.45>
- Jatmiko, A. (2016). Sense of place dan social anxiety bagi mahasiswa baru pendatang. *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 3(2), 161–170.

- Jefferies, P., & Ungar, M. (2020). Social anxiety in young people: a prevalence study in seven countries. *PLoS ONE*, 15(9), 1–18. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0239133>.
- Kreifelts, B., Brück, C., Ritter, J., Ethofer, T., Domin, M., Lotze, M., Jacob, H., Schlipf, S., & Wildgruber, D. (2014). They are laughing at me: cerebral mediation of cognitive biases in social anxiety. *PLoS ONE*, 9(6), e99815. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0099815>
- Kumar, G., Athilakshmi R., Maharishi R., & Maya R. (2015). Relationship between fear of negative evaluation and anxiety. *The International Journal of Indian Psychology*, 3(1), 74–80. <https://doi.org/10.25215/0301.101>
- 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.
- Leary, M. R. (1983). A brief version of the Fear of Negative Evaluation Scale. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 9(3), 371–375
- Liebowitz, M. R. (1987). Social phobia. *Modern Problems in Pharmacopsychiatry*, 22, 141–173. <https://doi.org/10.1159/000414022>
- Malay, M. N. (2021) *Belajar mudah & praktis analisis data dengan SPSS dan JASP*. Madani Jaya.
- Manning, R. P. C., Dickson, J. M., Palmier-Claus, J., Cunliffe, A., & Taylor, P. J. (2017). A systematic review of adult attachment and social anxiety. *Journal of Affective Disorders*, 211, 44–59. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.12.020>.
- Novitria, F., & Khoirunnisa, R. N. (2022). Perbedaan kecemasan akademik pada mahasiswa baru jurusan psikologi ditinjau dari jenis kelamin. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(1), 11–20.
- Prawoto, Y. B. (2010). *Hubungan antara konsep diri dengan kecemasan sosial pada remaja kelas XI SMA Kristen 2 Surakarta* [Undergraduate thesis, Universitas Sebelas Maret Surakarta].
- Priel, B., & Shamai, D. (1995). Attachment style and perceived social support: effects on affect regulation. *Personality and Individual Differences*, 19(2), 235–241. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(95\)91936-T](https://doi.org/10.1016/0191-8869(95)91936-T).
- Putera, K. D., Yuniardi, M. S., & Masturah, A. N. (2020). Apa saya khawatir karena fear of negative evaluation? Sebuah studi pada remaja. *Mediapsi*, 6(1), 17–25. <https://doi.org/10.21776/ub.mps.2020.006.01.3>
- Rachmawaty, F. (2015). Peran pola asuh orang tua terhadap kecemasan sosial pada remaja. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 10(1), 31–42.
- Reis, H. T., & Collins, W. A. (2004). Relationships, human behavior, and psychological science. *Current Directions in Psychological Science*, 13(6), 233–237. <https://doi.org/10.1111/j.0963-7214.2004.00315.x>
- Santrock, J. W. (2002). *Life-span development* (Perkembangan masa hidup) (2nd ed.). (A. Chusairi & J. Damanik, Trans.). Erlangga. (Original work published 1994).
- Sapach, M. J. N. T., Carleton, R. N., Mulvogue, M. K., Weeks, J. W., & Heimberg, R. G. (2014). Cognitive constructs and social anxiety disorder: beyond fearing negative evaluation. *Cognitive Behaviour Therapy*, 44(1), 63–73. <https://doi.org/10.1080/16506073.2014.961539>.
- Shabani, M. B. (2012). Levels and sources of language anxiety and fear of negative evaluation among Iranian EFL learners. *Theory and Practice in Language Studies*, 2(11), 2378–2383.
- Srisayekti, W., Fitriana, E., & Moeliono, M. F. (2023). The Indonesian version of the Liebowitz social anxiety scale - self report (LSAS-SR-Indonesia): psychometric evaluation and analysis related to gender and age. *The Open Psychology Journal*, 16, 1–13. <https://doi.org/10.2174/18743501-v15-e221227-2022-119>
- Suryaningrum, C. (2021). College student's social anxiety: a study of the young people mental health in digital age. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 9(1), 1–10. <https://doi.org/10.29210/150100>.

- Suryaningrum, C., Retnowati, S., Helmi, A. F., & Hasanat, N. U. (2019). The development of the Indonesian college student social anxiety scale. *International Journal of Research Studies in Psychology*, 8(1), 1–14. <https://doi.org/10.5861/ijrsp.2019.3014>
- Swasti, I. K., & Martani, W. (2013). Menurunkan kecemasan sosial melalui pemaknaan kisah hidup. *Jurnal Psikologi*, 40(1), 39–58.
- 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, 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00003>
- Watson, D., & Friend, R. (1969). Measurement of social-evaluative anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 33(4), 448–457. <https://doi.org/10.1037/h0027806>