

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kebutuhan untuk diterima secara sosial merupakan salah satu kebutuhan psikologis paling mendasar yang dimiliki manusia. Baumeister & Leary (1995) melalui teori *need to belong* menjelaskan bahwa manusia memiliki dorongan bawaan untuk membentuk dan mempertahankan ikatan sosial yang bermakna, sehingga ancaman terhadap penerimaan sosial, sekecil apa pun bentuknya, dapat memicu respons emosional yang signifikan. Kebutuhan ini menjadikan hampir setiap individu, dalam berbagai peran dan tahap kehidupannya, rentan mengalami kekhawatiran terhadap kemungkinan ditolak atau dinilai negatif oleh orang lain di sekitarnya.

Realitas tersebut terlihat jelas dalam kehidupan sehari-hari, di mana evaluasi dari orang lain hampir tidak dapat dihindari. Setiap individu secara terus-menerus berada dalam situasi yang melibatkan penilaian, baik dalam lingkungan kerja, keluarga, pertemanan, maupun ruang-ruang sosial lain yang menuntut interaksi timbal balik. Penilaian tersebut dapat bersifat eksplisit, seperti kritik atau komentar langsung, maupun implisit, seperti sikap dingin, respons yang tertunda, atau ekspresi wajah yang ambigu. Laporan World Health Organization (2022) menyoroti bahwa tekanan psikologis akibat tuntutan evaluasi sosial merupakan

salah satu kontributor gangguan kesehatan mental yang dialami masyarakat secara luas, tidak terbatas pada kelompok usia, budaya, atau peran sosial tertentu. Temuan ini menunjukkan bahwa kerentanan terhadap penilaian dan penolakan sosial merupakan fenomena psikologis yang bersifat universal dan lintas konteks kehidupan.

Pola kerentanan terhadap penolakan sosial ini cenderung menguat pada periode-periode transisi kehidupan, yaitu masa-masa ketika individu tengah membangun ulang identitas diri, memperluas jejaring sosial, dan menyesuaikan diri dengan peran-peran baru yang belum sepenuhnya familiar. Salah satu periode transisi yang banyak disoroti dalam kajian psikologi perkembangan adalah *emerging adulthood*, yaitu masa peralihan dari remaja menuju dewasa yang ditandai dengan proses pencarian identitas, eksplorasi tujuan hidup, serta penyesuaian terhadap tuntutan sosial yang semakin kompleks (Arnett, 2000). Pada tahap ini, menurut Arnett (2000), individu tengah aktif mencoba berbagai peran sosial dan belum sepenuhnya stabil secara emosional maupun dalam pandangan terhadap dirinya sendiri, sehingga cenderung lebih peka terhadap bagaimana dirinya dipandang dan dinilai oleh lingkungan sekitar dibandingkan pada tahap perkembangan lainnya.

Mahasiswa merupakan salah satu kelompok yang secara nyata menjalani tahap *emerging adulthood* tersebut, sekaligus berada dalam lingkungan yang secara struktural sarat dengan aktivitas evaluatif. Santrock (2011) menjelaskan

bahwa secara kognitif, mahasiswa berada pada tahap perkembangan berpikir yang lebih matang dibandingkan masa remaja, ditandai dengan kemampuan berpikir kritis, kemampuan menganalisis persoalan secara lebih kompleks, serta kecenderungan bersikap idealis dalam memandang berbagai isu, termasuk isu mengenai dirinya sendiri dan penerimaan sosial di lingkungannya. Kemampuan berpikir kritis ini di satu sisi membantu mahasiswa dalam menyelesaikan tuntutan akademik, namun di sisi lain juga dapat membuat mahasiswa lebih peka dan reflektif terhadap bagaimana dirinya dievaluasi, dibandingkan, atau dipersepsikan oleh dosen maupun teman sebaya. Sikap idealis yang menyertai cara berpikir mahasiswa turut membuat mereka cenderung menetapkan standar tinggi terhadap diri sendiri, sehingga kegagalan memenuhi standar tersebut, baik standar akademik maupun standar penerimaan sosial, dapat lebih mudah dimaknai sebagai bentuk kekurangan diri.

Tidak hanya dari sisi kognitif, Santrock (2011) juga mengungkapkan bahwa mahasiswa dituntut untuk mandiri dalam mengambil keputusan, membangun relasi sosial baru di luar keluarga, serta menyeimbangkan berbagai peran, baik sebagai individu yang sedang menempuh pendidikan, anggota organisasi kemahasiswaan, maupun bagian dari lingkungan sosial yang lebih luas. Tuntutan ini menjadikan mahasiswa berada dalam kondisi yang rentan terhadap tekanan evaluatif, karena hampir seluruh aktivitas perkuliahan, mulai dari presentasi, diskusi kelompok, ujian, hingga keterlibatan dalam organisasi,

melibatkan penilaian dari dosen maupun teman sebaya secara terus-menerus. Data yang relevan datang dari survei kesehatan mental remaja Indonesia yang dilakukan oleh Queensland Centre for Mental Health Research bersama Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (I-NAMHS, 2022), yang melaporkan bahwa sebagian remaja dan dewasa muda Indonesia mengalami kekhawatiran berlebihan terhadap penilaian sosial serta kesulitan dalam menjalin interaksi sosial, sebuah kondisi yang selaras dengan gambaran tekanan evaluatif yang dihadapi mahasiswa dalam kehidupan kampus sehari-hari.

Khusus pada mahasiswa di perguruan tinggi Islam seperti UIN Imam Bonjol Padang, kondisi ini turut diperkuat oleh tuntutan untuk menyeimbangkan pencapaian akademik dengan pembentukan karakter dan nilai-nilai keislaman, sehingga penilaian sosial yang diterima tidak hanya berkaitan dengan kompetensi akademik, tetapi juga dengan bagaimana diri mereka dipandang dalam konteks moral dan religius oleh lingkungan sekitarnya. Rangkaian karakteristik kognitif, sosial, dan konteks lingkungan inilah yang menjadikan isu kerentanan psikologis terhadap penilaian dan penolakan sosial relevan untuk dikaji secara khusus pada populasi mahasiswa, salah satu bentuk kerentanan tersebut dikenal dengan istilah *rejection sensitivity*.

Konstruk yang menggambarkan kerentanan tersebut dikenal dengan istilah *rejection sensitivity* (RS), pertama kali diperkenalkan oleh Downey & Feldman (1996) yang mendefinisikannya sebagai kecenderungan individu untuk

mengantisipasi penolakan secara cemas, mudah menangkap isyarat-isyarat penolakan, serta memberikan respons yang berlebihan terhadap kemungkinan ditolak oleh orang lain. Romero-Canyas dkk. (2010) menjelaskan bahwa RS berkembang melalui pengalaman-pengalaman penolakan yang pernah dialami individu sebelumnya, yang membentuk ekspektasi tertentu sehingga individu menjadi lebih waspada terhadap kemungkinan penolakan pada interaksi sosial berikutnya, bahkan ketika situasi yang dihadapi sebenarnya bersifat netral. Sejalan dengan itu, London dkk. (2007) mengemukakan bahwa RS tidak hanya melibatkan aspek kognitif berupa harapan akan ditolak, tetapi juga aspek afektif berupa reaksi emosional yang kuat ketika individu merasa dirinya tidak diterima oleh lingkungan sosialnya. Berdasarkan definisi-definisi tersebut, RS dapat dipahami sebagai pola pemrosesan sosial yang melibatkan pikiran, perasaan, dan perilaku secara bersamaan, sehingga membuat individu cenderung menafsirkan isyarat sosial yang ambigu sebagai bentuk penolakan terhadap dirinya.

Pola tersebut tercermin dalam berbagai perilaku sehari-hari mahasiswa, misalnya merasa cemas ketika pesan yang dikirim kepada dosen atau teman kelompok tidak segera dibalas, enggan menyampaikan pendapat dalam diskusi kelompok karena takut dianggap salah, menghindari keterlibatan dalam suatu organisasi kemahasiswaan karena khawatir tidak diterima, hingga sulit berkonsentrasi setelah menerima kritik dari dosen meskipun disampaikan secara konstruktif. Shin dkk. (2024) menemukan bahwa individu dengan RS tinggi

cenderung mengalami hambatan dalam menjalin hubungan interpersonal dan lebih sering menarik diri dari interaksi sosial. Niu dkk. (2022) menunjukkan bahwa RS berperan dalam menjembatani hubungan antara pengalaman pengasingan sosial dengan menurunnya kesejahteraan psikologis. Temuan-temuan tersebut menegaskan bahwa RS bukan sekadar respons emosional sementara terhadap penolakan, melainkan pola psikologis yang dapat memengaruhi kehidupan sosial dan kesejahteraan psikologis mahasiswa secara keseluruhan.

Gambaran serupa juga ditemukan pada konteks perguruan tinggi Islam di Indonesia. Penelitian Auliannisa dkk. (2024) pada mahasiswa menemukan bahwa *self-esteem* yang rendah berkaitan dengan tingginya *fear of negative evaluation*, sedangkan penelitian Mar'atussolihah dkk. (2024) pada mahasiswa di Lampung menunjukkan bahwa *fear of negative evaluation* berhubungan positif dengan kecemasan sosial. Temuan-temuan tersebut mengindikasikan bahwa kerentanan terhadap penilaian negatif dan penolakan sosial memang menjadi persoalan psikologis yang nyata di kalangan mahasiswa Indonesia, termasuk pada mahasiswa di perguruan tinggi berbasis Islam.

Sejumlah kajian menunjukkan bahwa *rejection sensitivity* tidak berkembang secara tiba-tiba, melainkan dipengaruhi oleh sejumlah faktor yang berkaitan dengan pengalaman sosial dan karakteristik psikologis individu. Di antara berbagai faktor yang memengaruhi tinggi rendahnya *rejection sensitivity*, *self-esteem* menempati posisi yang paling sentral karena berkaitan langsung

dengan cara individu menilai keberhargaan dirinya sendiri dalam konteks sosial. Downey & Feldman (1996) mengidentifikasi beberapa faktor yang berkontribusi terhadap terbentuknya *rejection sensitivity*, antara lain pengalaman penolakan pada masa kanak-kanak, pola kelekatan yang tidak aman, rendahnya self-esteem, serta tingginya ketakutan terhadap penilaian negatif dari orang lain. Temuan tersebut diperkuat oleh Romero-Canyas dkk. (2010) yang menjelaskan bahwa pengalaman penolakan interpersonal yang terjadi secara berulang dapat membentuk skema kognitif yang membuat individu lebih peka terhadap kemungkinan penolakan pada interaksi sosial berikutnya.

Salah satu faktor yang paling banyak disorot dalam kajian tersebut adalah *self-esteem*, atau harga diri, yaitu konstruk psikologis yang memiliki peran penting dalam perkembangan sosial, emosional, dan kesehatan mental individu. Rosenberg (1965) mendefinisikan *self-esteem* sebagai evaluasi menyeluruh yang dimiliki individu terhadap dirinya sendiri, yang tercermin dalam sikap positif maupun negatif terhadap nilai pribadinya secara keseluruhan. Coopersmith (1967) menambahkan bahwa *self-esteem* merupakan evaluasi yang dibuat dan dipertahankan individu mengenai dirinya sendiri, yang mencerminkan sejauh mana individu merasa dirinya mampu, berharga, dan penting dalam kehidupannya. Sementara itu, Mruk (2006) mengemukakan bahwa *self-esteem* terbentuk melalui interaksi dua komponen utama, yaitu *competence* dan *worthiness*. Individu dengan *self-esteem* rendah cenderung memandang dirinya secara negatif, merasa kurang

berharga, serta lebih mudah meragukan penerimaan yang diberikan oleh lingkungan, sehingga meningkatkan kecenderungan munculnya *rejection sensitivity*.

Teori lain yang menjelaskan kaitan antara *self-esteem* dan penolakan sosial adalah *Sociometer Theory* (Leary & Baumeister, 2000), yang menyatakan bahwa *self-esteem* berfungsi sebagai indikator internal atas tingkat penerimaan sosial yang diperoleh individu. Ketika *self-esteem* rendah, individu cenderung meragukan keberhargaan dirinya dan lebih waspada terhadap kemungkinan penolakan, bahkan pada situasi yang sebenarnya bersifat netral. Penelitian Lei dkk. (2024) pada mahasiswa di China menemukan bahwa mahasiswa dengan *self-esteem* rendah cenderung menunjukkan *rejection sensitivity* yang lebih tinggi. Namun demikian, kekuatan hubungan tersebut diduga tidak selalu sama pada setiap individu, sehingga terdapat faktor lain yang turut berperan, salah satunya *fear of negative evaluation*.

Konstruk lain yang relevan dibahas dalam kaitan ini adalah *fear of negative evaluation* (FNE), yaitu kekhawatiran individu terhadap penilaian orang lain. Watson & Friend (1969) mendefinisikan FNE sebagai kecenderungan individu untuk merasa cemas terhadap kemungkinan memperoleh penilaian negatif, mengharapkan evaluasi yang kurang baik dari orang lain, serta menunjukkan ketidaknyamanan ketika berada dalam situasi yang melibatkan penilaian sosial. Leary (1983) menambahkan bahwa FNE juga mencakup kecenderungan untuk

menghindari situasi yang berpotensi menimbulkan penilaian tidak menyenangkan, sedangkan Carleton dkk. (2006) menjelaskan bahwa FNE dapat muncul bahkan sebelum interaksi sosial berlangsung melalui antisipasi dan kekhawatiran individu.

Penelitian ini menempatkan FNE sebagai variabel moderator yang diduga memengaruhi kuat atau lemahnya hubungan antara *self-esteem* dan *rejection sensitivity*. Individu dengan *self-esteem* rendah yang disertai FNE tinggi tidak hanya meragukan keberhargaan dirinya, tetapi juga memiliki kekhawatiran besar terhadap penilaian orang lain, sehingga meningkatkan kecenderungan untuk mengantisipasi dan mempersepsikan penolakan dalam berbagai situasi sosial. Relevansi FNE sebagai moderator ini didukung temuan empiris; Cheng dkk. (2015) menemukan bahwa *self-esteem* berhubungan negatif dengan FNE, sedangkan Lv dkk. (2024) menemukan bahwa FNE berperan dalam menjelaskan hubungan antara *self-esteem* dan fobia sosial pada mahasiswa.

Berbeda dengan penekanan pada faktor eksternal semata, perspektif Islam memandang bahwa harga diri manusia bersumber dari kemuliaan (*karamah*) yang telah Allah anugerahkan sejak penciptaan, sebagaimana firman Allah SWT dalam QS. Al-Isra' (17): 70, yang menegaskan bahwa harga diri tidak perlu dikonstruksi melalui pencapaian atau penerimaan eksternal semata (Al-Ghazali, 2011). Kesadaran akan kemuliaan diri ini secara psikologis sejalan dengan gambaran *self-esteem* yang stabil, yang memungkinkan individu untuk tidak mudah menafsirkan

penilaian atau respons sosial yang ambigu sebagai bentuk penolakan terhadap dirinya.

Kendati penelitian mengenai ketiga variabel tersebut telah banyak dilakukan, sebagian besar penelitian terdahulu masih berfokus pada hubungan langsung antarvariabel secara terpisah, seperti *self-esteem* dengan FNE, atau *self-esteem* dengan *rejection sensitivity*. Penelitian yang secara khusus menguji peran FNE sebagai variabel moderator dalam hubungan antara *self-esteem* dan *rejection sensitivity* pada mahasiswa masih relatif terbatas, terutama pada konteks perguruan tinggi Islam di Indonesia. Selain itu, penelitian mengenai *rejection sensitivity* pada mahasiswa di Sumatera Barat, khususnya di UIN Imam Bonjol Padang, juga masih jarang ditemukan. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kesenjangan penelitian yang perlu dikaji lebih lanjut.

Berdasarkan pada seluruh uraian di atas, individu yang memiliki *self-esteem* rendah cenderung menunjukkan *rejection sensitivity*, namun hal tersebut diduga tidak selalu sama pada setiap individu karena dapat dipengaruhi oleh tingkat *fear of negative evaluation* yang dimiliki. Kondisi ini menjadi relevan untuk dikaji lebih lanjut pada mahasiswa, mengingat masa perkuliahan merupakan periode yang sarat dengan tuntutan evaluasi sosial. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul, "Hubungan *Self-esteem* dan *Rejection sensitivity* dengan *Fear of Negative Evaluation* Sebagai Variabel Moderator pada Mahasiswa."

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah dikemukakan sebelumnya, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu: Apakah terdapat hubungan antara *self-esteem* dan *rejection sensitivity* dengan *fear of negative evaluation* sebagai variabel moderator pada mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang?

C. Batasan Masalah

Agar masalah dalam penelitian yang diteliti terarah, maka penelitian ini membuat batasan masalah sebagai berikut:

1. Apa kategori *self-esteem* yang dimiliki oleh mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang?
2. Apa kategori *rejection sensitivity* yang dimiliki oleh mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang?
3. Apa kategori *fear of negative evaluation* yang dimiliki oleh mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang?
4. Apakah terdapat hubungan antara *self-esteem* dan *rejection sensitivity* pada mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang?
5. Apakah terdapat hubungan antara *self-esteem* dan *rejection sensitivity* dengan *fear of negative evaluation* sebagai variabel moderator pada mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan dan batasan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui tingkat *self-esteem* yang dimiliki oleh mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang.
2. Untuk mengetahui tingkat *rejection sensitivity* yang dimiliki oleh mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang.
3. Untuk mengetahui tingkat *fear of negative evaluation* yang dimiliki oleh mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang.
4. Untuk mengetahui hubungan *self-esteem* dan *rejection sensitivity* pada mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang.
5. Untuk mengetahui hubungan antara *self-esteem* dan *rejection sensitivity* dengan *fear of negative evaluation* sebagai variabel moderator pada mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang?

E. Manfaat Penelitian

Dengan adanya penelitian ini, peneliti berharap dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak seperti berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pandangan dan sumbangan terhadap khazanah keilmuan khususnya ilmu psikologi, yaitu psikologi sosial

dan psikologi klinis. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan informasi tentang peran *self-esteem* terhadap *rejection sensitivity* dengan *fear of negative evaluation* sebagai moderator pada mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang, sehingga dapat memperkaya kajian mengenai kerentanan psikologis pada dewasa muda di lingkungan perguruan tinggi berbasis Islam di Indonesia.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang mendalam terkait dengan *self-esteem*, *rejection sensitivity*, dan *fear of negative evaluation* pada mahasiswa yang dapat dikembangkan sebagai dasar perancangan intervensi psikologis yang lebih efektif. Membantu lembaga pendidikan yakni UIN Imam Bonjol Padang khususnya dan perguruan tinggi Islam lainnya, terutama bagi konselor dan psikolog kampus, untuk merancang program peningkatan *self-esteem* dan penurunan *fear of negative evaluation* sebagai strategi dalam mereduksi *rejection sensitivity* sehingga dapat mendukung kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis mahasiswa secara keseluruhan.

F. Sistematika Penulisan

Sebagai pola dalam penyusunan kepenulisan agar dapat menggambarkan secara utuh tentang penelitian ini, maka sistematika penulisan dibagi ke dalam beberapa bab sebagai berikut:

BAB I : PENDAHULUAN

BAB ini akan membahas terkait dengan latar belakang masalah, rumusan masalah, batasan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penelitian.

BAB II : LANDASAN TEORI

BAB ini berisi konsep dasar teori yang akan digunakan untuk mendukung penelitian yang akan dilakukan dengan variabel yang sudah ditentukan oleh peneliti, hubungan antar variabel, penelitian yang relevan, kerangka konseptual dan hipotesis penelitian.

BAB III : METODE PENELITIAN

BAB ini akan membahas tentang jenis penelitian yang digunakan, definisi operasional, populasi dan sampel, serta instrumen penelitian.

BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

BAB ini terdiri dari pelaksanaan penelitian, hasil penelitian, dan pembahasan.

BAB V : PENUTUP

BAB ini akan berisi kesimpulan dan saran terkait dengan penelitian yang sudah dilakukan.

