

Analisis Faktor Risiko Fear of Negative Evaluation

Hevi Mulia Putri

Magister Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang

Email : Hevimp@gmail.com

ABSTRAK. Fear of negative evaluation (FNE) merupakan salah satu jenis kecemasan sosial. FNE terjadi akibat beberapa faktor resiko, diantaranya usia, jenis kelamin, pengalaman, harga diri dan kepribadian. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor resiko terhadap angka kejadian FNE pada remaja. Rancangan penelitian yang digunakan adalah cross sectional, dengan pendekatan kuantitatif. Sampel penelitian sejumlah 55 orang yang diambil dengan accidental sampling. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuisioner Brief Fear of Negative Evaluation, Rosenberg Self Esteem Scale dan Big Five Personality Inventory. Berdasarkan analisa Mann Whitney didapatkan hasil bahwa hanya faktor kepribadian dan harga diri yang berhubungan dengan FNE. Uji korelasi Spearman menunjukkan bahwa kedua variabel ini berkorelasi kuat dengan FNE ($r_s > 0.800$). Hasil uji regresi menyatakan bahwa FNE hanya dapat diprediksi oleh variabel harga diri, sedangkan variabel yang lain tidak dapat memprediksi FNE ($R^2 = 0.671$). Berdasarkan hasil tersebut diperlukan penelitian lebih lanjut mengenai faktor resiko terjadinya FNE di masyarakat.

Kata Kunci : Fear of Negative Evaluation, Kepribadian, Faktor resiko, Harga Diri

Pendahuluan

Ketakutan merupakan salah satu jenis gangguan kecemasan. Ketakutan adalah respon emosional seseorang akibat stimulus yang nyata (American Psychiatric Association, 2013). Ketakutan terjadi akibat terjadinya peningkatan metabolisme tubuh akibat ketidakseimbangan neurotransmitter di otak (Tyrer & Baldwin, 2006). Ketakutan terhadap evaluasi negatif (fear of negative evaluation / FNE) merupakan satu jenis kecemasan kecemasan sosial. World Health Organization menyatakan bahwa diperkirakan 10% dari sebuah populasi pernah mengalami kecemasan sosial (Kessler, Ruscio, Shear, & Wittchen, 2009). Orang dengan kecemasan sosial lebih sering terjadi pada seseorang yang mengalami distress psikologis (Talhat & Aslam, 2012).

FNE merupakan perasaan takut dievaluasi negatif, menjauhi situasi yang berhubungan dengan evaluasi, dan harapan orang lain akan mengevaluasi negatif (Shabani, 2012). FNE dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah kepribadian, genetika, pengalaman, dan jenis kelamin. Orang dengan kepribadian neurotic lebih beresiko mengalami FNE. Kepribadian ini dapat diwariskan dari orang tua ke anaknya. Sebanyak 48% dari 437 responden kepribadian neurotic mempunyai orang tua dengan kepribadian yang sama pula (Stein, Jang, & Livesly, 2002).

Pengalaman tidak menyenangkan saat berada di situasi umum dapat menjadi pencetus munculnya FNE pada seseorang. Pengalaman tidak menyenangkan ini menyebabkan perasaan negatif yang tumbuh perlahan. Pada umumnya, gangguan kecemasan sosial diawali sejak masa kanak-kanak dan mencapai puncak gangguan pada usia 18 tahun (Kessler, Ruscio, Shear, & Wittchen, 2009).

Berdasarkan jenis kelamin, perempuan cenderung mengalami FNE dan mempunyai gangguan kecemasan sosial lebih buruk daripada laki-laki (Carleton, Collimore, & Asmundson, 2006). FNE dapat mengakibatkan gangguan makan, mengganggu hubungan sosial, komunikasi dan mempengaruhi penampilan seseorang. FNE pada perempuan dapat diikuti dengan gangguan makan pada masa dewasanya (Gilbert & Meyer, 2005).

FNE harus segera dideteksi sejak dini. Jika terus berlanjut, hal ini akan menyebabkan banyak dampak negatif bagi kehidupan seseorang. FNE dapat mengganggu komunikasi seseorang. Sekitar 23% pelajar mengalami FNE akibat kekhawatiran penggunaan kata yang tidak tepat saat berbicara dengan bahasa asing (Yahya, 2013). FNE juga dapat mempengaruhi penampilan (performance) seseorang. Seorang pemain basket dengan FNE mempunyai tingkat akurasi melempar bola ke ring basket yang lebih rendah daripada pemain yang tidak mengalami FNE. Kecemasan kognitif menjadi mediator terjadinya hubungan antara FNE dan performance (Mesagno, Harvey, & Janelle, 2012). Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti ingin melakukan penelitian tentang analisis faktor resiko fear of negative evaluation (FNE). Penelitian ini bertu-

juan untuk menganalisis pengaruh faktor resiko dengan kejadian FNE pada remaja.

Kajian Pustaka

Definisi Fear of Negative Evaluation

FNE merupakan perasaan takut dievaluasi negatif, menjauhi situasi yang berhubungan dengan evaluasi, dan harapan orang lain akan mengevaluasi negatif (Shabani, 2012). Proses terjadinya FNE dapat dijelaskan menggunakan perspektif teori kognitif. Kecemasan sosial terjadi akibat distorsi pikiran sehingga terjadi reaktivitas emosional negatif yang berlebihan, perilaku maladaptif, dan disregulasi afektif (Goldin, Manber-Ball, Werner, Heimberg, & Gross, 2009). Kesalahan dalam proses olah pikir ini menyebabkan gangguan pada perilaku manusia. FNE muncul akibat kekhawatiran seseorang jika dianggap lemah dan meninggalkan kesan negatif pada suatu komunitas (Shahbani, 2012). Kekhawatiran berlebih ini biasanya muncul akibat distorsi pikiran.

Faktor Resiko Fear of Negative Evaluation

FNE dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah kepribadian, genetika, pengalaman, dan jenis kelamin. Kepribadian neurotik seringkali mengalami gangguan FNE (Izqic, Akyuz, Dogan, & Kugu, 2004). Kepribadian dapat diturunkan dari orang tua ke anak melalui genetika.

Pembentukan kromosom dalam rangkaian DNA dan RNA menurunkan kromosom pencemas pada anaknya. Kromosom anak dipengaruhi oleh kromosom ayah dan ibu. Oleh karena itu, resiko mempunyai anak dengan kepribadian neurotik lebih besar kedua orang tua membawa gen neurotik. Sebanyak 48% dari 437 responden kepribadian neurotic mempunyai orang tua dengan kepribadian yang sama pula (Stein, Jang, & Livesly, 2002).

Orang dengan kepribadian neurotik cenderung mempunyai kepercayaan diri yang rendah sehingga kemampuan bersosialisasinya rendah pula (Lundh & Sperling, 2002). Kekhawatiran berlebih seringkali muncul saat orang "pencemas" berada pada situasi umum. Gangguan kecemasan sosial biasanya diawali sejak masa kanak-kanak dan mencapai puncak gangguan pada usia 18 tahun (Kessler, Ruscio, Shear, & Wittchen, 2009).

Pengalaman tidak menyenangkan pada masa lalu menjadi faktor pendukung terjadinya kecemasan sosial pada masa remaja. Pengalaman diejek, dipermalukan dan tidak dihargai pada masa anak-anak menjadikan remaja mengalami kecemasan sosial yang ditandai dengan FNE. Bahkan pengalaman tidak menyenangkan pada masa anak-anak dapat mengakibatkan remaja mengalami fobia ditertawakan (gelotophobia) (Edwards, Martin, & Dozois, 2010).

Vera-Villarroel et al (2003) menyatakan bahwa FNE tidak berhubungan langsung dengan kepribadian tipe A. Kepribadian tipe A ditandai dengan agresifitas, kompetitif, ketidaksabaran, dan kurang hati-hati. Kepribadian tipe A sering dihubungkan dengan penyakit jantung karena perilakunya yang seringkali memacu jantung bekerja lebih keras. Walaupun antara FNE dengan kepribadian tipe A tidak berkorelasi namun terdapat beberapa komponen antara kedua variabel ini yang saling berhubungan.

Pada laki-laki, FNE berkorelasi negatif dengan perilaku kompetitif, namun berkorelasi positif dengan pekerjaan yang overload, ketidaksabaran dan permusuhan. Hal ini berarti semakin kompetitif seorang laki-laki tidak berarti semakin tinggi pula derajat FNE pada orang tersebut. Namun FNE muncul pada laki-laki saat berada pada situasi banyak pekerjaan. FNE juga berkorelasi dengan situasi permusuhan dan ketidaksabaran (impatient). Pada perempuan, FNE hanya berkorelasi positif dengan ketidaksabaran dan permusuhan saja.

Berdasarkan jenis kelamin, perempuan cenderung mengalami FNE dan mempunyai gangguan kecemasan sosial lebih buruk daripada laki-laki (Carleton, Collimore, & Asmundson, 2006). Walaupun beberapa penelitian juga menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara jenis kelamin dengan kemunculan FNE. Pada umumnya, perempuan cenderung emosional dalam menyelesaikan masalah daripada laki-laki sehingga kekhawatiran yang berlebihan lebih sering terjadi (Baumgardner & Crothers, 2010).

Dampak Fear of Negative Evaluation

FNE dapat mengakibatkan beberapa dampak buruk. FNE pada perempuan dapat diikuti dengan gangguan makan pada masa dewasanya (Gilbert & Meyer, 2005). Hal ini dihubungkan dengan kepercayaan diri yang rendah pada perempuan dengan FNE. FNE dapat mengganggu hubungan sosial seseorang. Hal ini disebabkan karena orang dengan FNE cenderung mempunyai afek negatif yang besar, bahkan dapat menjadi fobia sosial. Afek negatif dapat terlihat dari kontak mata, gerakan tubuh dan perubahan fisiologis seseorang. Gerakan-gerakan non verbal ini tidak disadari oleh orang yang bersangkutan tetapi dapat mengganggu kualitas komunikasi dengan orang lain. Orang dengan FNE seringkali menghindari kontak mata langsung dengan orang lain, wajah memerah, serta mengalami peningkatan suhu dan denyut jantung (Chen & Drummond, 2008).

FNE dapat mengganggu komunikasi seseorang. FNE menyebabkan orang tidak percaya diri saat berbicara dengan bahasa asing di depan khalayak umum. Berbicara dengan menggunakan bahasa asing menjadi tantangan tersendiri bagi individu yang bersangkutan. Sekitar 23% pelajar mengalami FNE akibat kekhawatiran penggunaan kata yang tidak tepat saat berbicara dengan bahasa asing (Yahya, 2013). Kecemasan menggunakan bahasa asing berkorelasi positif dengan FNE (Shahbani, 2012).

Penelitian lain menyatakan bahwa gangguan bicara “gagap” dapat terjadi akibat kombinasi 3 perilaku negatif, yaitu FNE, sensitivitas terhadap kecemasan yang tinggi dan mempunyai harapan terhadap apresiasi orang lain (Robinson, 2008). Orang dengan FNE mengalami kekhawatiran berlebih pada penilaian orang lain terhadap dirinya. Hal ini membuat orang dengan FNE sering menampilkan diri dengan berpura-pura menjadi figur yang berbeda saat berinteraksi dengan orang lain.

FNE juga dapat memengaruhi penampilan (performance) seseorang. Seorang pemain basket dengan FNE mempunyai tingkat akurasi melempar bola ke ring basket yang lebih rendah daripada pemain yang tidak mengalami FNE. Kecemasan kognitif menjadi mediator terjadinya hubungan antara FNE dan performance (Mesagno, Harvey, & Janelle, 2012). Namun kecemasan somatic tidak menjadi mediator antara kedua variabel tersebut. Distorsi pikiran menjadi pusat munculnya kecemasan kognitif pada seseorang. FNE dapat digunakan sebagai prediktor fungsi psikososial. Namun FNE tidak berhubungan langsung dengan tingkat depresi dan kualitas hidup seseorang (Adam, Myers, Barbera, & Branley, 2011).

Orang dengan FNE tidak mempunyai kepercayaan diri untuk menampilkan figur diri yang sebenarnya sehingga penilaian dirinya mempunyai bias yang besar (Vassiolopoulos, 2005). Hal ini disebut dengan chronic self presentation (John, Robins, & Pervin, 2008). Penilaian diri dapat diukur melalui diri sendiri maupun melalui orang lain. Semakin kecil perbedaan hasil penilaian diri antara dirinya sendiri dan orang lain, maka semakin tinggi kemampuannya untuk memahami kepribadiannya. Dengan memahami kepribadian, orang dapat mengetahui kelebihan dan kekurangan dirinya. Hal ini mengindikasikan adanya kepercayaan diri yang tinggi pada orang yang bersangkutan.

Penelitian menyatakan bahwa FNE berkorelasi positif dengan rasa malu. FNE sering terjadi pada orang yang tidak percaya diri dan malu (Karakashian, Walter, Christopher, & Lucas, 2006). Seorang pemalu sulit beradaptasi dengan lingkungan baru. Keadaan ini seringkali menyebabkan seorang pemalu mengalami distorsi pikiran karena merasa sulit diterima oleh lingkungannya. Keadaan inilah yang memunculkan FNE pada orang yang pemalu (Watson, 2009).

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa FNE merupakan jenis kecemasan sosial yang dapat mengganggu kehidupan manusia. Oleh karena itu, peneliti ingin melakukan penelitian tentang analisis faktor resiko terjadinya fear of negative evaluation (FNE). Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa adanya hubungan faktor resiko dengan kejadian FNE pada remaja

Metode Penelitian

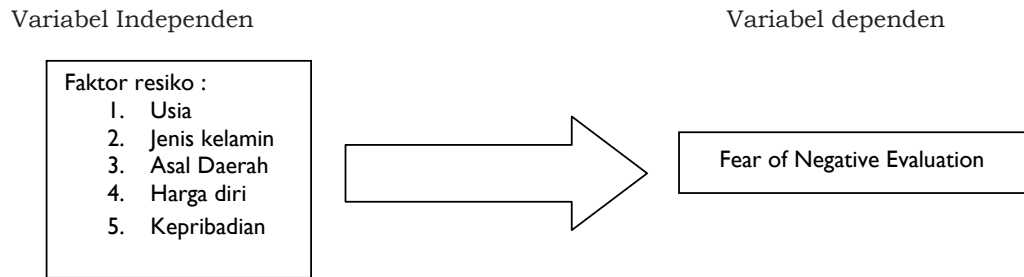
Rancangan penelitian

Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah cross sectional dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian cross sectional yaitu penelitian yang dilakukan dengan melakukan satu kali observasi, pengambilan data dilakukan pada satu waktu saja.

Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini sebanyak 55 orang. Subjek penelitian ini berasal berbagai daerah di Indonesia. Pengambilan sampel penelitian dilakukan dengan menggunakan accidental sampling. Metode pengambilan sampel ini dilakukan dengan memilih siapa yang kebetulan dijumpai peneliti. Penelitian dilakukan pada tanggal 29 November 2014 pukul 08.00 – 14.00 di STIKES Widyagama Husada Malang.

Kerangka Konsep



Bagan 1. Kerangka Konsep

Tabel 1. Definisi operasional yang digunakan dalam penelitian

Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Hasil	Skala
<i>Fear of negative evaluation</i>	Ketakutan seseorang terhadap evaluasi negatif	Kuisisioner <i>Brief Fear of Negative Evaluation</i>	Skor akhir BFNE = 16 – 60	Interval
Usia	Usia dihitung dari ulang tahun terakhir	Data demografi	1 = 18 tahun 2 = 19 tahun 3 = 20 tahun	Interval
Jenis Kelamin	Jenis kelamin subjek	Data demografi	1 = Laki-laki 2 = Perempuan	Nominal
Asal Daerah	Tempat tinggal orang tua responden	Data demografi	1 = Jatim 2 = NTT 3 = NTB 4 = Bali 5 = Maluku 6 = Papua 7 = Kalimantan	Nominal
Harga Diri	Harga diri responden	<i>Rosenberg Self Esteem Scale</i>	1 = Rendah 2 = Tinggi	Ordinal
Kepribadian	Kecenderungan perilaku seseorang	<i>Big Five Personality Inventory</i>	1 = Neurotik 2 = Non Neurotik	Nominal

Instrumen Fear of Negative Evaluation

FNE dapat diamati dengan instrumen Fear of Negative Evaluation (FNE) oleh Watson (1969). Skala FNE terdiri dari 30 item benar – salah, dengan jumlah skor positif sama dengan item negatif. Namun skala

ini direvisi oleh Leary (1983) menjadi Brief Fear of Negative Evaluation (BFNE). BFNE terdiri 12 item. Skala ini menggunakan skala Likert dengan 5 skala. Skor BFNE berkisar antara 12 – 60. Semakin tinggi nilai skala semakin tinggi pula FNE pada seseorang. FNE yang telah direvisi ini telah dinyatakan valid dan reliable untuk dapat digunakan sebagai instrumen ketakutan.

Harga diri diamati dengan menggunakan Rosenberg Self Esteem Scale. Kuisisioner ini terdiri dari 10 item pertanyaan dengan jawaban menggunakan 4 skala Likert. Nilai skala ini berkisar antara 0 – 30. Semakin tinggi nilai skala semakin tinggi pula harga diri seseorang.

Kepribadian diukur dengan menggunakan Big Five Personality Inventory. Kuisisioner ini berisi 44 item pernyataan. Kuisisioner ini dijawab dengan 5 skala Likert untuk menunjukkan kesesuaian pernyataan dengan perilaku seseorang. Kepribadian neurotic diwakili oleh 8 item pernyataan. Skor tertinggi menunjukkan jenis kepribadian seseorang. Dalam analisa, kepribadian dibedakan menjadi kepribadian neurotic dan non neurotik.

Prosedur Penelitian

Penelitian dengan menyiapkan lembar data demografi, kuisisioner Brief Fear of Negative Evaluation, Rosenberg Self Esteem Scale dan Big Five Personality Inventory. Penelitian pada tanggal 29 November 2014 pukul 08.00 – 14.00. Setiap subjek penelitian diminta untuk mengisi data demografi dan tiga kuisisioner yang telah disiapkan. Dengan menggunakan accidental sampling didapatkan 55 subjek penelitian. Data yang telah didapat selanjutnya diolah dalam analisa data.

Analisa Data

Data yang didapatkan ditabulasi untuk dianalisa menggunakan SPSS. Analisa data terdiri dari analisa univariat, bivariat dan multivariat. Analisa univariat digunakan untuk mengetahui karakteristik responden yang berasal dari data demografi. Analisa bivariat digunakan untuk mengetahui perbedaan antar faktor resiko FNE dengan angka kejadian FNE, sedangkan analisa multivariate digunakan untuk mengetahui kekuatan pengaruh faktor resiko terhadap nilai FNE.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

No.	Karakteristik	Jumlah	Prosentase (%)	
1	Usia	18 tahun	29	52.73
		19 tahun	23	41.82
		20 tahun	3	5.45
2	Jenis Kelamin	Laki- laki	20	36.36
		Perempuan	35	63.64
3	Asal daerah	Jawa Timur	21	38.18
		NTT	17	30.91
		NTB	6	10.91
		Bali	2	3.64
		Maluku	4	7.27
		Papua	2	3.64
4	Kepribadian	Kalimantan	3	5.45
		Neurotik	33	60.00
		Non Neurotik	22	40.00
5	Harga Diri	Tinggi	28	50.91
		Rendah	27	49.09

Hasil Penelitian

Analisa Univariat

Penelitian pada 55 responden menunjukkan bahwa 26 responden (47%) mendapatkan hasil FNE kategori rendah (skor 16 – 36) dan 29 responden (53%) kategori tinggi (skor 37 – 60).

Pada penelitian ini, responden berusia 18 tahun (52%), 19 tahun (42%), dan 20 tahun (6%). Responden laki-laki sebanyak 20 orang dan perempuan 35 orang. Responden berasal dari berbagai latar belakang daerah. Berdasarkan kepribadian, 60% responden berkepribadian neurotik sedangkan sisanya responden tidak berkepribadian neurotik. Responden dengan harga diri rendah sebanyak 27 orang, dan harga diri tinggi 28 orang (Tabel 1).

Analisa Bivariat

Analisa bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan faktor resiko dengan angka kejadian FNE. Berdasarkan uji normalitas, diketahui bahwa sebaran data tidak normal ($\rho = 0.042$) sehingga dilakukan uji non parametrik.

Tabel 3. Hasil Uji Beda FNE dengan Faktor Resiko FNE

Uji Beda	FNE
Usia	$\rho = 0.452$
Jenis Kelamin	$\rho = 0.779$
Asal Daerah	$\rho = 0.420$
Harga diri	$P = 0.000$
Kepribadian	$P = 0.000$

Berdasarkan tabel 3. Maka dapat diketahui bahwa perbedaan nilai FNE yang bermakna hanya terdapat pada faktor harga diri dan kepribadian saja. FNE dan harga diri berkorelasi kuat ($r_s = -0.863$). Korelasi kuat juga terdapat pada FNE dan kepribadian neurotic ($r_s = -0.822$). Harga diri dan kepribadian juga berkorelasi kuat ($r_s = 0.831$).

Analisis Multivariat

Analisis multivariat digunakan untuk mengetahui besarnya pengaruh faktor resiko terhadap angka kejadian FNE. Analisis ini dilakukan dengan menggunakan regresi linier. Berdasarkan analisa regresi, maka dapat disimpulkan bahwa prediksi FNE adalah sebagai berikut :

$$\text{FNE} = 53,409 - 7,500 (\text{Harga diri})$$

FNE dapat diprediksi dengan menggunakan variabel harga diri saja. Variabel kepribadian tidak memenuhi syarat untuk dapat menjadi prediktor FNE. Persamaan tersebut hanya dapat menjelaskan prediksi FNE sebesar 67.1, sedangkan 32.9% dipengaruhi oleh faktor lain ($R^2 = 0.671$).

Pembahasan

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 29 November 2014 di STIKES Widyagama Husada Malang. Pemilihan tempat ini dilakukan dengan pertimbangan bahwa sekolah ini mempunyai mahasiswa dengan berbagai

latar belakang budaya. Penelitian dilakukan sejak jam 08.00 – 14.00. Pemilihan sampel dilakukan dengan menggunakan incidental sampling. Penelitian dilakukan dengan tujuan untuk menganalisa besarnya pengaruh faktor resiko terhadap angka kejadian Fear of Negative Evaluation (BFNE).

Faktor resiko FNE yang diteliti dalam penelitian ini adalah usia, jenis kelamin, asal daerah, tingkat harga diri dan kepribadian neurotik. Besarnya FNE didapatkan melalui kuisioner Brief Fear of Negative Evaluation (BFNE). Faktor usia, jenis kelamin dan asal daerah didapatkan dari data demografi. Harga diri didapat dari Rosenberg Self Esteem Scale dan kepribadian neurotik didapat dari Big Five Personality Inventory.

Analisis faktor usia dilakukan dengan menggunakan uji Kruskal Wallis dan didapatkan $p > 0.05$ yang berarti nilai FNE tidak berbeda berdasarkan usia. Pada penelitian sebelumnya disebutkan bahwa prevalensi FNE meningkat pada usia remaja (Kessler, Ruscio, Shear, & Wittchen, 2009). Pada penelitian ini, keseluruhan responden termasuk kategori dewasa muda. Responden berusia 18 – 20 tahun sehingga terdapat kemiripan perilaku sesuai dengan tahap perkembangannya. Hal ini yang menyebabkan pada penelitian ini, analisa faktor usia tidak berhubungan dengan nilai FNE. Namun sebanyak 53% dari keseluruhan responden mengalami FNE.

Berdasarkan jenis kelamin, perempuan cenderung mengalami FNE dan mempunyai gangguan kecemasan sosial lebih buruk daripada laki-laki (Carleton, Collimore, & Asmundson, 2006). Namun penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan FNE berdasarkan jenis kelamin ($p > 0.05$). Hal ini disebabkan karena FNE dipengaruhi oleh banyak faktor. FNE tidak dapat muncul akibat satu faktor resiko saja.

Responden berasal dari berbagai propinsi di Indonesia. Keragaman budaya ini tidak berpengaruh secara signifikan pada nilai FNE. Secara geografis, keseluruhan responden berasal dari budaya yang sama yaitu budaya Timur. Hasil penelitian ($p > 0.05$) mendukung penelitian sebelumnya menyatakan bahwa tidak ada perbedaan kecemasan sosial pada budaya Barat dan budaya Timur (Kim & Markman, 2005). FNE lebih dipengaruhi oleh karakteristik individu.

Harga diri berkorelasi negatif dengan FNE. Orang dengan harga diri rendah mempunyai tingkat kepercayaan diri yang rendah sehingga cenderung menghindari situasi yang mengharuskan ia tampil di depan umum. Perasaan negatif sering muncul ketika seseorang tidak berani mengutarakan keinginannya. Hal ini menyebabkan orang dengan harga diri rendah cenderung mempunyai FNE akibat prasangka negatif pada seseorang. (Karakashian, Walter, Christopher, & Lucas, 2006).

Harga diri berkorelasi dengan kecemasan sosial (Vassipoulos & Brouzos, 2012). FNE merupakan salah satu jenis kecemasan sosial. Kedua permasalahan dapat mengganggu perkembangan anak. Anak dengan FNE mengalami gangguan pada pencapaian akademiknya. Anak dengan FNE tidak berani bertanya dan menghindari interaksi saat berdiskusi saat di sekolah. Hal ini mengakibatkan kreativitas anak dengan FNE cenderung kurang berkembang (Çetin, İlhan, & Yilmaz, 2014).

Anak dengan harga diri rendah yang disertai dengan kecemasan sosial yang tinggi akan tumbuh menjadi remaja dengan performa yang buruk (Mesagno, Harvey, & Janelle, 2012). Hal ini berakibat anak tumbuh menjadi orang yang kurang produktif. Oleh karena itu, berbagai terapi diperlukan untuk mengatasi permasalahan ini. Person Centred Approach (PCA) efektif digunakan untuk mengatasi berbagai gangguan emosi seperti kecemasan dan depresi. PCA efektif untuk menurunkan FNE dan meningkatkan harga diri remaja (Vassipoulos & Brouzos, 2012)

kepribadian neurotik berkorelasi kuat dengan FNE. Kepribadian neurotik mempunyai respon yang buruk terhadap stressor, bahkan situasi yang biasa saja dapat dianggap sebagai situasi yang mengancam bagi dirinya. Orang dengan kepribadian ini lebih mudah mengalami frustrasi dan putus asa. Mereka terlalu memperhatikan dirinya sendiri dan pemalu sehingga mengalami kesulitan ketika diharuskan berada di situasi umum (Hettema, Neale, Myers, Prescott, & Kendler, 2006; Cowden, 2005).

Evaluasi negatif dapat menyebabkan merasa tidak nyaman. Orang dengan kepribadian neurotik lebih sensitif terhadap ketidaknyamanan ini (Magee, Rodebaugh, & Heimberg, 2006). Hal ini menjadi salah satu faktor penyebab kepribadian neurotik beresiko lebih tinggi mengalami FNE.

Kepribadian neurotik juga berkorelasi dengan harga diri dengan korelasi ($r_s = 0.831$). Namun hasil uji regresi didapatkan bahwa hanya faktor harga diri saja yang dapat menjadi prediktor terjadinya FNE ($\rho = 0.073$).

Kepribadian neurotik rentan mengalami harga diri rendah (Wojdylo, Baumann, Buczny, & Owens, 2013). Sensitivitas perasaan kepribadian neurotik menyebabkan seseorang tidak berani untuk tampil di depan umum karena tidak mempunyai kepercayaan diri yang tinggi. Hal ini menyebabkan orang dengan kepribadian ini cenderung mempunyai harga diri yang rendah. Uraian di atas menunjukkan bahwa diduga

harga diri menjadi variabel mediator antara kepribadian dan FNE.

Persamaan yang didapat dari uji regresi menjelaskan bahwa harga diri dapat menjadi predictor FNE sebanyak 67.1%. Hal ini menunjukkan bahwa masih terdapat 32.9% faktor FNE yang belum ditemukan dalam penelitian ini. Oleh karena itu diperlukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui faktor resiko FNE selain kelima faktor resiko yang dianalisa dalam penelitian ini.

Kesimpulan

Fear of negative evaluation (FNE) merupakan salah satu jenis kecemasan sosial. FNE dapat terjadi akibat beberapa faktor resiko, diantaranya usia, jenis kelamin, pengalaman, harga diri dan kepribadian. Penelitian ini dilakukan untuk menganalisa faktor resiko terjadinya FNE.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor usia, asal daerah dan jenis kelamin tidak berhubungan dengan nilai FNE seseorang. FNE hanya dipengaruhi oleh faktor harga diri dan kepribadian. Kedua faktor ini berkorelasi kuat dengan FNE ($r_s > 0.60$). Namun hanya faktor harga diri saja yang dapat menjadi prediktor terjadinya FNE.

Harga diri dapat memprediksi terjadinya FNE dengan $R^2 = 0.671$. Hal ini menunjukkan bahwa masih terdapat 32.9% prediktor FNE masih belum ditemukan. Oleh karena itu diperlukan penelitian lebih lanjut untuk menganalisa faktor resiko FNE lainnya. Dalam penelitian ini terdapat beberapa keterbatasan. Penambahan faktor resiko yang diteliti diperlukan untuk menemukan prediktor FNE. Variasi subjek penelitian juga diperlukan untuk menambah akurasi hasil penelitian.

Daftar Pustaka

- Adam, C.E., Myers, V.H., Barbera, B.L., & Branley, P.J. (2011). The role of fear of negative evaluation in predicting depression and quality of life four years after bariatric surgery in women. *Scientific Research*, 2(3), 150 – 154.
- American Psychiatric Association. (2013) *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders Fifth Edition*. Washington DC : American Psychiatric Association.
- Aydin, S. (2008). An investigation on the language anxiety and fear of negative Evaluation among Turkish EFL learners. *Asian EFL Journal*. 421 – 444.
- Baumgardner, S.R., & Crothers, M.K. (2010). *Positive Psychology*. Upper Saddle River, New Jersey: Pearson Prentice Hall.
- Carleton, R.N., Collimore, K.C., & Asmundson, G.J.G. (2007). Social anxiety and fear of negative evaluation : Construct validity of the BFNE-II. *Journal of Anxiety Disorder*, 21, 131 – 141.
- Carr, A. (2005). *The Handbook of Child and Adolescent Clinical Psychology*. New York : the Taylor & Francis e-Library.
- Çetin, B., İlhan, M., & Yılmaz, F. (2014). An investigation of the relationship between the fear of receiving negative criticism and of taking academic risk through canonical correlation analysis. *Educational Sciences*, 14 (1), 146 – 158.
- Chen, V & Drummond, P. D. (2008). Fear of negative evaluation augments negative affect and somatic symptoms in social-evaluative situations. *Cognition And Emotion*, 22 (1), 21 – 43.
- Collins, K.A., Westra, H.A., Dozois, D.J.A., & Steward, H.A. (2005). The validity of the brief version of the Fear of Negative Evaluation Scale. *Journal of Anxiety Disorders*, 19, 345–359.
- Craske et al. (2009). What is an anxiety disorder? *Depression And Anxiety*, 26, 1066–1085.
- Crowden, C.R. (2005). Worry and its relationship to shyness. *North American Journal of Psychology*, 7(1), 59-70.
- Edwards, K.R., Martin, R.A., Dozois, D.J.A. (2010). The fear of being laughed at, social anxiety, and memories of being teased during childhood. *Psychological Test and Assessment Modelling*, 52(1). 94-107.
- Gilbert, N., & Meyer, C. (2005). Fear of negative evaluation and the development of eating psychopathology : a longitudinal study among non clinical women. *International Journal of Eating Disorders*, 37, 307 – 312.
- Goldin, P.R., Manber-Ball, T., Werner, K., Heimberg, R., & Gross, J. J. (2009). Neural mechanisms of cognitive reappraisal of negative self-beliefs in social anxiety disorder. *Biological psychiatry*, 66, 1091 – 1099.
- Hampson, S.E. (2001). *The Construction Of Personality An Introduction Second Edition*. New York : the

- Taylor & Francis e-Library.
- Heimberg, R. G., Mueller, G. P., Holt, C. S., Hope, D. A., & Liebowitz, M. R. (1992). Assessment of anxiety in social interaction and being observed by others: The social interaction anxiety scale and the social phobia scale. *Behavior Therapy*, 23, 53-73.
- Karakashian, L.M., Walter, Mark. I., Christopher, A.N., & Lucas, T. (2006). Fear of negative evaluation affects helping behavior: The bystander effects revisited. *American Journal of Psychology*, 8 (1), 13 – 32.
- Kessler, R. C., Ruscio, A. M., Shear, K., & Wittchen, H. (2009). Epidemiology of anxiety disorders. *Behavioral Neurosciences*, 2, 21 – 35.
- Kim, K., & Markman, A.B. (2005). Differences in fear of isolation as an explanation of cultural differences: Evidence from memory and reasoning. *Journal of Experimental Social Psychology*, 42, 350–364.
- Magee, L., Rodebaugh, T.L., & Heimberg, R.G. (2006). Negative evaluation is the feared consequence of making others uncomfortable : A response to Rector, Kocovski, and Ryder. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25 (8), 926 – 936.
- Mesagno, C., Harvey, J.T., & Janelle, C.M. (2012). Choking under pressure: The role of fear of negative evaluation. *Psychology of Sport and Exercise*. 13. 60 – 68
- Mineka, S., & Zinbarg, R. (2006). A contemporary learning theory perspective on the etiology of anxiety disorders. *American Psychologist* , 6 (1), 10-26.
- Hettema, J. M., Neale, M. C., Myers, J. M., Prescott, C. A., & Kendler, K. S. (2006). A population-based twin study of the relationship between neuroticism and internalizing disorders. *American journal of Psychiatry*, 163, 857-864.
- Idaiyani, S., Suhardi, & Kristanto, AY. (2009). Analisis Gejala Gangguan Mental Emosional Penduduk Indonesia. *Majalah Kedokteran Indonesia*. 59(10).
- Izgc, F., Akyuz, G., Dogan, O. & Kugu, N. (2004). Social phobia among university students and its relation to self esteem and body image. *Canadian Journal of Psychiatry*, 49, 630-634.
- John, O.P., Robins, R.W., & Pervin, L.A. (2008). *Handbook of Personality : Theory and Research*. New York : The Guilford Press.
- Leary, M. R. (1983). A brief version of the Fear of Negative Evaluation Scale. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 9, 371-376.
- Lundh, L., & Sperling, M. (2002). Social anxiety and the post-event processing of socially distressing events. *Cognitive Behaviour Therapy*, 31, 129 – 134.
- Reiss, S. (1991). Expectancy model of fear, anxiety, and panic. *Clinical Psychology Review*, 11, 141-153.
- Robinson, J.D. (2008). How Do Negative Evaluation Sensitivity, Anxiety Sensitivity, And Expectancy Combine To Determine Fear In People Who Stutter And People Who Do Not Stutter?. Thesis. Wichita: Wichita State University.
- 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.
- Shoemaker, P.J., Breen, M., & Stamper, M. (2000). Fear of social isolation: Testing an assumption from the spiral of silence. *Irish Communications Review*, 8, 65 – 78.
- Stein, M. B., Jang, K. L., & Livesley, W.J. (2002). Heritability of social anxiety-related concerns and personality characteristics : A twin study. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 190, 219 – 223.
- Talhat, K & Aslam, N. (2012). Fear of negative evaluation and psychological distress among patients of drug addiction. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 38 (3), 44 – 54.
- Vassilopoulos, S.P. (2005). Social anxiety and the vigilance-avoidance pattern of attentional processing. *Behavioral & Cognitive Psychotherapy*, 33, 13 – 24.
- Vassilopoulos, S.P., & Brouzos, A. (2012). A pilot person-centred group counselling for university students: effects on social anxiety and self-esteem. *Hellenic Journal of Psychology*, 9, 222-239.
- Vera-Villarreal, P.E., Sánchez, A.I., & Cachinero, J. (2003). Analysis of the relationship between the Type A behavior pattern and fear of negative evaluation. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 4 (2), 313-322.
- Watson, F.S. (2009). *Shyness In The Context Of Reduced Fear Of Negative Evaluation And Self-Focus: A Mixed Methods Case Study*. Dissertation. University of South Florida : Department of Educational Measurement and Research College of Education.
- Wojdylo, K., Baumann, N., Buczny, J., & Owens, G. (2013). Work craving: a conceptualization and measurement. *Basic And Applied Social Psychology*, 35, 547–568.
- Yahya, M. (2013). Measuring speaking anxiety among speech communication course students at the Arab American University of Jenin (AAUJ). *European Social Sciences Research Journal*, 1(3), 229-248.