

## Harga Diri, Penerimaan Diri, dan Kecemasan Sosial pada Remaja di Panti Asuhan "X" Cirebon

Della Aprilia Madani, Duma Lumban Tobing

Program Studi Keperawatan Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan,  
Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta, Indonesia

**Latar Belakang:** Kecemasan sosial pada remaja muncul ketika mereka mengalami kekhawatiran berlebihan saat berada dalam situasi sosial. Hal ini dapat menghambat perkembangan sosial dan kesejahteraan emosional mereka, memengaruhi kemampuan untuk berinteraksi, dan menyebabkan ketidaknyamanan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi korelasi antara harga diri dan penerimaan diri dengan kecemasan sosial pada remaja di Panti Asuhan "X" Cirebon.

**Metode:** Penelitian ini dilakukan pada bulan April hingga Juni 2023 menggunakan pendekatan Cross-sectional. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik purposive sampling dengan melibatkan 127 remaja. Pengumpulan data dengan menggunakan instrumen Rosenberg Self-Esteem Scale, Berger's Self-Acceptance Scale, dan Social Anxiety Scale for Adolescents. Data karakteristik variabel disajikan berupa distribusi frekuensi. Uji korelasi Spearman dengan tingkat kemaknaan  $\alpha = 0,05$  digunakan untuk menguji hubungan antar variabel.

**Hasil:** Studi ini menemukan 49 responden (38,60%) memiliki harga diri rendah dalam kategori sedang, 71 responden (55,90%) memiliki penerimaan diri dalam kategori sedang, 45 responden (35,40%) berada dalam kategori kecemasan sosial sedang. Hasil menunjukkan hubungan harga diri dengan kecemasan sosial ( $p=0,0001$ ) dan terdapat hubungan penerimaan diri dengan kecemasan sosial ( $p=0,0001$ ).

**Kesimpulan:** Terdapat hubungan yang signifikan antara harga diri dan penerimaan diri terhadap kecemasan sosial. Perlunya mengoptimalkan pengetahuan remaja dan dukungan sosial untuk meningkatkan harga diri dan penerimaan diri mereka serta bersikap positif terhadap diri sendiri sehingga kecemasan sosial yang dialami dapat diatasi.

**Kata Kunci:** Harga diri, Kecemasan sosial, Penerimaan diri, Remaja

### Self-Esteem, Self-Acceptance, and Social Anxiety in Adolescents at the Cirebon "X" Orphanage

**Background:** Social anxiety in teenagers appears when they experience excessive worry in social situations. This condition can hinder their social development and emotional well-being, affect their ability to interact, and cause discomfort. This research aimed to identify the correlation between self-esteem, self-acceptance, and social anxiety in adolescents at the Orphanage "X" Cirebon.

**Method:** This research was conducted from April to June 2023 used a cross-sectional approach. Sampling was carried out using a purposive sampling technique involving 127 teenagers. Data were collected using the Rosenberg Self-Esteem Scale, Berger's Self-Acceptance Scale, and the Social Anxiety Scale for Adolescents instruments. Characteristics data was presented in the form of a frequency distribution. The Spearman correlation test with a significance level of  $\alpha = 0.05$  was used to test the relationship between variables.

**Results:** This study found that 49 respondents (38.60%) had low self-esteem in the medium category, 71 respondents (55.90%) had self-acceptance in the medium category, and 45 respondents (35.40%) were in the moderate social anxiety category. The result showed a relationship between self-esteem and social anxiety ( $p = 0.0001$ ) and there was a relationship between self-acceptance and social anxiety ( $p = 0.0001$ ).

**Conclusion:** There was a significant relationship between self-esteem and self-acceptance on social anxiety. There was a need to optimize teenagers' knowledge and social support to increase their self-esteem and self-acceptance and have a positive attitude towards themselves so that the social anxiety they experience can be overcome.

**Keywords:** Adolescents, Self-acceptance, Self-esteem, Social anxiety

---

**Korespondensi\*:** Duma Lumban Tobing, Program Studi Keperawatan Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, Jl. Limo Raya, Limo, Kecamatan Limo Depok, Jawa Barat, 16514. Email: [duma.tobing@upnvj.ac.id](mailto:duma.tobing@upnvj.ac.id)

---

Diserahkan: 9 Oktober 2023  
Diterima: 22 Januari 2024  
Diterbitkan: 28 Februari 2024

## PENDAHULUAN

Periode remaja merupakan tahapan transisi masa anak menuju dewasa. World Health Organization menguraikan rentang usia remaja terdiri, yaitu remaja awal (10-14 tahun), remaja pertengahan (14-17 tahun), dan remaja akhir (17-20).<sup>1</sup> Laporan Badan Pusat Statistik (2018) tercatat banyaknya remaja memiliki rentang usia 15-20 tahun sejumlah 22.233.393 jiwa dan 2,50% remaja ada di panti asuhan.<sup>2</sup>

Remaja yang menetap di panti asuhan merupakan kelompok individu yang ditempatkan di lembaga tersebut oleh keluarga atau orang tua mereka dan disebabkan oleh sejumlah alasan seperti keterbatasan finansial dalam mendapatkan kehidupan layak, kehilangan orang tua, atau kepergian orang tua untuk bekerja di luar negeri maupun alasan lainnya. Kurangnya kasih sayang dari orang tua dapat menyebabkan munculnya emosi negatif seperti kesedihan, kemarahan, perasaan kekosongan, rasa kehilangan arah hidup, dan perasaan tidak berarti. Kendala-kendala ini dapat menghambat perkembangan harga diri yang positif bagi remaja tersebut.<sup>3</sup>

Satu aspek yang memerlukan perhatian dalam upaya meningkatkan kesejahteraan remaja adalah tantangan psikologis yang umumnya dihadapi oleh remaja yang tinggal di panti asuhan. Tantangan psikologis ini timbul karena lingkungan di panti asuhan berbeda dari lingkungan di rumah dan kehadiran orang tua. Akibatnya, remaja cenderung mengalami perubahan dalam karakteristik pribadi, seperti bersikap pasif, apatis, merasa cemas, dan memiliki harga diri rendah.

Harga diri remaja memegang peranan penting dalam perkembangan mereka. Harga diri dapat timbul dari evaluasi internal maupun eksternal seseorang, seperti pengakuan dari orang lain. Remaja yang mengalami penurunan harga diri mungkin menunjukkan perasaan tidak berarti, tidak berharga, dan cenderung mengalami ketakutan terhadap kegagalan dalam menjalin interaksi sosial. Mereka mungkin juga mengalami kesulitan menerima diri sendiri, merasa tidak puas dengan diri mereka, serta mengalami kecemasan dan kesulitan dalam membuat keputusan menghadapi tuntutan dan tantangan dari lingkungan sekitar.<sup>4</sup> Hal ini juga akan memengaruhi penerimaan diri remaja.

Penerimaan Pentingnya penerimaan diri bagi remaja dalam mencapai konsep individu yang positif tidak boleh diabaikan. Santrock

mengemukakan bahwa terdapat beberapa faktor yang dapat memengaruhi individu dalam proses penerimaan diri, seperti kurangnya pemahaman terhadap diri sendiri, masalah keluarga, rasa tidak nyaman, dan sikap negatif terhadap masa depan. Penerimaan diri memiliki peranan yang sangat penting bagi remaja di panti asuhan karena hal tersebut dapat memicu percaya diri, kebahagiaan, kemampuan beradaptasi dengan lingkungan, serta membantu menghindari timbulnya kecemasan sosial.<sup>5</sup>

Kecemasan sosial pada remaja muncul ketika mereka mengalami kekhawatiran berlebihan saat berada dalam situasi sosial. Dalam kondisi tertentu tingkat kecemasan bisa dianggap sebagai respons yang adaptif dan positif. Namun, jika kecemasan muncul secara berlebihan dapat menghasilkan dampak negatif. Jika kecemasan sosial tidak ditangani secara konsisten, dapat berkembang menjadi gangguan kecemasan sosial secara berkelanjutan.<sup>6</sup> Penyebab kondisi tersebut terjadi karena timbulnya rasa takut dan rasa minder serta takut mendapatkan evaluasi yang negatif dari orang lain.<sup>7</sup> Dampak dari kecemasan sosial ini tercermin dalam perilaku individu, seperti kesulitan berbicara di depan umum dan keengganan untuk berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Penelitian yang dilakukan oleh Sari dkk. menunjukkan tingkat kecemasan sosial remaja panti asuhan mayoritas pada kategori kecemasan sosial tinggi yaitu 54% dengan perilaku yang terlihat yaitu menghindari saat diajak berbicara dan lebih cenderung menunduk, saat berbicara terlihat gemetar.<sup>8</sup>

Kecemasan sosial memiliki dampak negatif terhadap interaksi sosial remaja di panti asuhan. Hal ini dapat menghambat perkembangan sosial dan kesejahteraan emosional mereka, memengaruhi kemampuan untuk berinteraksi, dan menyebabkan ketidaknyamanan. Lebih lanjut, kecemasan sosial juga dapat mengganggu fungsi hidup sehari-hari dan meningkatkan tingkat stres seseorang. Hal ini mendorong remaja untuk menghindari situasi sosial yang memicu tingkat stres. Akibatnya, jika tidak ditangani dapat berpotensi memperlambat proses perkembangan sosial remaja di panti asuhan.<sup>9</sup> Oleh sebab itu, penelitian ini diperlukan untuk menganalisis korelasi harga diri dan penerimaan diri dengan kecemasan sosial pada remaja yang tinggal di panti asuhan.

## METODE

### Partisipan dan Desain Studi

Studi ini menggunakan desain penelitian *Cross-Sectional* untuk menganalisis variabel harga diri, penerimaan diri, kecemasan sosial pada remaja di Panti Asuhan "X" Cirebon pada bulan April hingga Juni 2023. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan metode *purposive sampling*, melibatkan 127 responden sesuai dengan kriteria inklusi.

### Pengukuran dan Prosedur

Alat ukur harga diri menggunakan skala harga diri Rosenberg *Self-Esteem Scale*. Skala ini melibatkan 10 item pernyataan. Pengukuran variabel penerimaan diri menggunakan kuesioner *Berger's Self-Acceptance Scale* yang terdiri dari 36 pernyataan dan pengukuran kecemasan sosial menggunakan kuesioner *Social Anxiety Scale for Adolescents* yang terdiri dari 18 pernyataan. Penelitian ini dilakukan secara langsung / luring di Panti Asuhan "X" Cirebon. Sebelum dilakukan pengisian kuesioner peneliti memberikan *informed consent* untuk persetujuan menjadi responden penelitian dan menjaga kerahasiaan identitas subjek.

### Analisis Statistik dan Etika Penelitian

Analisis data menggunakan univariat dengan untuk melihat proporsi karakteristik responden, variabel dependen dan independen. Analisis bivariat dilakukan dengan menerapkan uji korelasi Spearman dengan tingkat kemaknaan  $\alpha=0,05$ . Studi ini telah memperoleh surat lolos uji etik dengan nomor 180/V/2023/KEPK.

## HASIL

Tabel 1 menunjukkan sebagian besar responden remaja berjenis kelamin perempuan (57,50%). Mayoritas berada pada kategori remaja awal (48,00%). Sebagian besar responden memiliki waktu tinggal di panti > 1 tahun (94,50%). Sebagian besar responden menunjukkan tingkat harga diri dalam kategori sedang (38,60%) memiliki penerimaan diri dalam kategori sedang (55,90%) serta mengalami kecemasan sosial dalam kategori sedang (35,40%) (Tabel 2).

**Tabel 1. Gambaran Karakteristik Remaja di Panti Asuhan "X" di Cirebon**

Variabel	Frekuensi (N)	Persentase (%)
<b>Usia</b>		
Remaja Awal	61	48,00
Remaja Tengah	42	33,10
Remaja Akhir	24	18,90
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-Laki	54	42,50
Perempuan	73	57,50
<b>Lama tinggal di panti</b>		
≤1 tahun	7	5,50
>1 tahun	120	94,50

**Tabel 2. Gambaran Harga Diri, Penerimaan Diri dan Kecemasan Sosial pada Remaja di Panti Asuhan "X" Cirebon**

Variabel	Frekuensi (N)	Persentase (%)
<b>Harga Diri</b>		
Sangat Rendah	7	5,50
Rendah	26	20,50
Sedang	49	38,60
Tinggi	38	29,90
Sangat Tinggi	7	5,50
<b>Penerimaan Diri</b>		
Sangat Rendah	10	7,90
Rendah	11	8,70
Sedang	71	55,90
Tinggi	30	23,60
Sangat Tinggi	5	3,90
<b>Kecemasan Sosial</b>		
Sangat Rendah	8	6,30
Rendah	34	26,80
Sedang	45	35,40
Tinggi	34	26,80
Sangat Tinggi	6	4,70

Hasil uji statistik Spearman Rho pada Tabel 3 menunjukkan nilai p sebesar 0,0001. Temuan ini menunjukkan hubungan signifikan harga diri dan kecemasan sosial pada remaja di Panti Asuhan "X" Cirebon. Koefisien korelasi (r) sebesar 0,31 menunjukkan tingkat keeratan hubungan yang cukup kuat. Terdapat pula hubungan penerimaan diri dan kecemasan sosial dengan nilai p sebesar 0,0001 yang menunjukkan hubungan bermakna pada remaja di Panti Asuhan "X" Cirebon. Koefisien korelasi (r) sebesar 0,61 menunjukkan tingkat keeratan hubungan yang kuat.

**Tabel 3. Analisis Harga Diri dan Penerimaan Diri dengan Kecemasan Sosial pada Remaja di Panti Asuhan “X” Cirebon**

Variabel	r	Nilai p
Harga Diri Kecemasan Sosial	0,31	0,0001
Penerimaan Diri Kecemasan Sosial	0,61	0,0001

### PEMBAHASAN

Temuan dari penelitian ini mendapatkan dukungan dari penelitian yang dilakukan Haryanti dkk., yang menyatakan bahwa sebagian besar responden berada pada tahap remaja awal.<sup>10</sup> Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Santrock yang menyebutkan bahwa pada tahap tersebut terjadi ketidaksesuaian emosional dan ketidakstabilan dalam berbagai aspek.<sup>5,11</sup> Remaja cenderung mencari jati diri serta melakukan interaksi sosial yang beragam. Kemampuan sosialisasi berkembang secara signifikan pada masa remaja awal, memungkinkan individu untuk menjadi pribadi yang menarik dengan nilai-nilai, minat, dan perasaan yang kuat. Hal ini memberikan motivasi bagi remaja untuk terlibat dalam aktivitas sosial, termasuk dalam konteks percintaan dan persahabatan. Dalam proses sosialisasi ini, remaja cenderung menghabiskan banyak waktu bersama teman sebaya dan cenderung menjauh dari keluarga, yang pada akhirnya membentuk ikatan erat di antara mereka. Untuk remaja awal, harga diri memiliki peran penting dalam kehidupan sosial mereka.<sup>12</sup>

Mayoritas responden dalam penelitian ini adalah perempuan, sesuai dengan hasil dari penelitian Ibda & Nasir.<sup>13</sup> Hasil temuan ini didukung teori Ajhuri yang menyatakan terdapat signifikansi pada faktor jenis kelamin, yang menyatakan bahwa remaja perempuan cenderung memiliki harga diri yang lebih rendah, tingkat kesadaran yang lebih tinggi, dan citra diri yang lebih rapuh jika dibandingkan dengan remaja laki-laki.<sup>15,14</sup>

Kondisi tersebut dapat timbul akibat beberapa faktor, seperti adanya norma sosial dan budaya tertentu yang menetapkan standar tertentu terkait dengan penampilan fisik seseorang. Paparan terhadap citra tubuh ideal di media sosial umumnya Memberikan dampak pada persepsi diri pada remaja perempuan. Standar kecantikan yang seringkali tidak realistis dapat menimbulkan ketidakpuasan

terhadap penampilan fisik dan akhirnya berkontribusi pada penurunan harga diri. Selain itu perubahan hormonal yang terjadi selama masa remaja juga berpotensi memengaruhi aspek emosional yang kemudian dapat memengaruhi persepsi remaja terkait dengan harga dirinya.<sup>16</sup>

Berdasarkan lama tinggal mayoritas remaja tinggal lebih dari 1 tahun. Temuan ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Ibda & Nasir yang melaporkan bahwa sebanyak 66% remaja tinggal lebih dari 1 tahun.<sup>15</sup> Pendapat ini sejalan dengan penelitian Apriani & Listiyandini yang mengemukakan bahwa remaja yang tinggal di panti asuhan lebih dari 1 tahun akan memiliki kemampuan yang lebih baik dalam menyesuaikan diri dan menerima diri secara sosial, serta menghadapi berbagai stressor yang muncul di Lingkungan panti asuhan.<sup>17</sup> Oleh sebab itu, dapat disimpulkan bahwa lama tinggal di panti asuhan berpengaruh terhadap penerimaan diri, semakin dia dapat menerima keadaan dirinya.

Temuan dalam studi ini menunjukkan bahwa mayoritas remaja mengalami tingkat harga diri sedang. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lete dkk., yang menemukan mayoritas responden menunjukkan tingkat harga diri sedang sebesar 77,00%.<sup>18</sup> Perkembangan harga diri mengalami perubahan sejalan dengan pertumbuhan remaja. Pada masa remaja, mereka mulai menyadari kemampuan diri dan memperoleh pengakuan sosial, yang selanjutnya membentuk dasar dari harga diri yang lebih kokoh. Tahap ini merupakan fase awal dari perkembangan psikososial, yaitu remaja mengembangkan pemahaman yang utuh tentang harga diri, termasuk peran mereka dalam masyarakat. Fase ini dikenal dengan istilah identitas versus kebingungan peran. Selama proses perkembangannya, setiap individu, terutama remaja, memiliki kebutuhan untuk diakui oleh orang lain karena harga diri memiliki dampak signifikan terhadap kesejahteraan remaja.<sup>19</sup> Namun, studi oleh Febristi memperlihatkan hasil yang tidak sejalan yaitu sebagian besar remaja di panti asuhan mengalami tingkat harga diri rendah sebesar 52,3%.<sup>20</sup>

Hasil temuan menunjukkan mayoritas remaja mengalami penerimaan diri sedang, yakni sebesar. Temuan ini sejalan dengan studi Pase dan Wati yang menunjukkan bahwa

mayoritas respondennya juga berada dalam kategori tingkat penerimaan diri sedang.<sup>21</sup> Hal ini sesuai dengan teori Hurlock yang mendefinisikan penerimaan diri sebagai keseluruhan karakteristik, tingkat kemampuan, dan kesediaan individu untuk hidup dalam dirinya sendiri. Seseorang dapat menerima dirinya sebagai individu yang baik tanpa mengalami konflik internal sehingga dapat beradaptasi dengan baik. Individu yang mampu menerima diri mereka cenderung memiliki pemahaman yang lebih baik terhadap identitas mereka dan diperlukan upaya pengembangan pribadi karena hal ini tidak terjadi secara alami, melainkan memerlukan proses pengembangan dari individu tersebut.<sup>22</sup>

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas remaja mengalami penerimaan diri pada kategori sedang. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sari, yaitu responden terbanyak memiliki tingkat kecemasan yang sedang.<sup>8,23</sup> Swarjana mengemukakan bahwa kecemasan sosial dimulai pada tahap masa kanak-kanak atau remaja dan dapat memengaruhi proses perkembangan. Penyebab utama kecemasan sosial dikategorikan menjadi dua yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal terdiri dari aspek kepribadian seperti rendahnya harga diri, keinginan, dan keyakinan irrasional individu, sementara faktor eksternal terkait dengan persepsi lingkungan sekitar atau pandangan orang lain terhadap individu tersebut.<sup>24,25</sup>

Studi ini menemukan adanya korelasi tingkat harga diri dan tingkat kecemasan sosial pada remaja di panti asuhan. Temuan ini sesuai dengan hasil studi sebelumnya oleh Tahuddin & Haenidar.<sup>26</sup> Pratiwi dkk., mengemukakan bahwa ada beberapa faktor yang menyebabkan tingkat kecemasan sosial, antara lain perilaku asertif, tingkat kesepian, yaitu perilaku asertif, tingkat kesepian, tingkat kepercayaan diri, dan tingkat harga diri. Individu dengan tingkat harga diri yang tinggi menganggap kecemasan sebagai suatu tantangan yang harus dihadapi, hal ini dapat berkontribusi positif terhadap hasil akhir. Mereka yang memiliki harga diri yang tinggi cenderung tidak mengalami kecemasan dalam situasi sosial, dan mampu mengapresiasi diri sendiri dalam berbagai situasi serta mengelola kecemasan sosial dengan efektif.<sup>27</sup>

Spence & Rapee menjelaskan individu dengan harga diri yang rendah cenderung menghindari interaksi dengan orang baru dan

merasa takut akan penolakan. Harga diri memainkan peran penting dalam tingkat kecemasan sosial. Remaja dengan harga diri yang rendah mengalami kesulitan dalam berinteraksi secara optimal dalam lingkungan sosialnya. Mereka yang memiliki harga diri rendah juga lebih rentan terhadap perasaan takut gagal dalam situasi sosial.<sup>27</sup> Hal ini juga sejalan dengan teori Hurlock bahwa salah satu faktor yang memengaruhi tingkat harga diri pada remaja di panti asuhan adalah lingkungan. Faktor lingkungan, termasuk dukungan sosial yang diberikan, berperan penting dalam meningkatkan harga diri remaja.<sup>22</sup>

Studi ini juga menemukan ada korelasi signifikan antara penerimaan diri dengan kecemasan sosial pada remaja. Hasil penelitian sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Aldiyus & Dwatra.<sup>28</sup> Hasil penelitian ini sejalan dengan teori Hurlock yaitu remaja dengan penerimaan diri yang positif cenderung menerima posisinya dengan respons positif terhadap kritik dan pandangan orang lain, sehingga dapat menghindari timbulnya kecemasan sosial. Di sisi lain, adanya penerimaan diri yang negatif dapat memicu kecemasan sosial pada individu.<sup>22</sup>

Aspek-aspek yang berkontribusi pada penerimaan diri seseorang termasuk pemahaman individu tentang dirinya sendiri dan kemampuannya dalam mengenali aspek positif dan negatif dalam diri. Jika individu telah berhasil membangun penerimaan diri yang sehat, maka mereka cenderung terhindar dari kecemasan sosial.<sup>29</sup>

## KESIMPULAN

Mayoritas remaja di panti asuhan merupakan perempuan yang termasuk dalam kelompok usia awal remaja. Sebagian besar dari mereka telah tinggal di panti asuhan selama setidaknya satu tahun atau lebih. Sebagian besar responden menilai harga diri mereka berada dalam kategori sedang, begitu juga dengan penerimaan diri dan tingkat kecemasan sosial. Studi ini menemukan adanya korelasi antara tingkat harga diri dan penerimaan diri terhadap tingkat kecemasan sosial pada remaja di Panti Asuhan "X" di Cirebon. Oleh karena itu, disarankan kepada para remaja untuk mengoptimalkan dukungan sosial untuk meningkatkan harga diri dan penerimaan diri mereka serta bersikap positif terhadap diri sendiri. Dengan cara ini, kecemasan sosial yang mereka alami dapat diatasi.

## DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization. Health Adolescence. 2017.
2. Badan Pusat Statistik. Jumlah Remaja di Indonesia. 2018.
3. Lubis IR, Agustini LJ. Efektivitas Gratitude Training Untuk Meningkatkan Subjective Well-Being Pada Remaja di Panti Asuhan the Effectiveness of Gratitude Training for Improving the Subjective Well-Being of Adolescents at the Orphanage. *Jurnal Psikogenesis*. 2018;6(2):205–13.
4. Shandy A, Khoirunnisa RN. Hubungan Antara Kecemasan Akademik Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru Yang Akan Melaksanakan Perkuliahan Tatap Muka. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*. 2022;9(2):264–72.
5. Santrock JW. Life span development 13th edition. McGraw Hill; 2011.
6. Hayati SA, Tohari S. Cognitive Behavioral Therapy (CBT) dalam Menurunkan Social Anxiety Disorder (SAD) dan Obsessive Compulsive Disorder (OCD) Pada Remaja. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*. 2022;4(2):153–9.
7. Pribadi R. Hubungan antara citra diri negatif dengan kecemasan sosial pada remaja putri perkotaan. *Calyptra*. 2019;8(2):1–16.
8. Sari WK, Jannah N, Afriyanti V. Identifikasi Permasalahan Kecemasan Sosial dan Penanggannya Pada Remaja di Panti Asuhan. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*. 2022;4(2):204–8.
9. Sari WK, Ariani WA. Penerapan Konseling RBET Untuk Mengurangi Kecemasan Sosial Remaja. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*. 2021;10(1):60–6.
10. Haryanti K. Efektivitas pelatihan komunikasi interpersonal terhadap kepercayaan diri dan harga diri pada remaja panti asuhan. Efektivitas Pelatihan Komunikasi Interpersonal Terhadap Kepercayaan Diri Dan Harga Diri Pada Remaja Panti Asuhan. *VITASPEHRE*. 2020;1(1):49–62.
11. Santrock. Life-span development (17th Edition). New York: McGraw-Hill Education; 2019.
12. Annisa M. Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kecemasan Umum Pada Remaja Awal. *Jurnal Psikologi*. 2017;10(100):106–11
13. Ibda F, binti Ishak NA, bin Mohd Nasir MA. Kesejahteraan subjektif (subjective well-being) ditinjau dari sosio-demografis di kalangan remaja yatim yang tinggal di panti asuhan/pesantren yatim. *Jurnal Al-Ijtima'iyyah*. 2021;7(2):195–212.
14. Ajhuri KF. Psikologi Suatu Perkembangan Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. *Psikologi Perkembangan Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. 2019. 135–142 p.
15. Ibda F, Ishak NAB, Mohd Nasir MA Bin. Kesejahteraan Subjektif (Subjective Well-Being) Ditinjau Dari Sosio-Demografis Di Kalangan Remaja Yatim Yang Tinggal Di Panti Asuhan/Pesantren Yatim. *Jurnal Al-Ijtima'iyyah*. 2021;7(2):195.
16. Bialecka-Pikul M, Stępień-Nycz M, Sikorska I, Topolewska-Siedzik E, Ciecuch J. Change and consistency of self-esteem in early and middle adolescence in the context of school transition. *Journal Youth Adolescence*. 2019;48: 1605–18.
17. Apriani F, Listiyandini RA. Kecerdasan emosi sebagai prediktor resiliensi psikologis pada remaja di panti asuhan. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*. 2019;8(2):325–39.
18. Lete GR, Kusuma FHD, Rosdiana Y. Hubungan Antara Harga Diri dengan Resiliensi Remaja di Bhakti Luhur Malang. *Nursing News Jurnal Ilmiah Keperawatan*. 2019;4(1):20–8.
19. Oktaviani MA. Hubungan Penerimaan Diri Dengan Harga Diri Pada Remaja Pengguna Instagram. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*. 2019;7(4):549–56.
20. Febristi A. Hubungan faktor individu dengan self-esteem (harga diri) remaja panti asuhan di kota Padang tahun 2019. *Menara Ilmu: Jurnal Penelitian dan Kajian Ilmiah*. 2020; XIV (1): 8–18.
21. Pase AEP, Wati CLS. Adakah Keterkaitan Antara Persepsi Terhadap Dukungan Sosial Pendamping Panti Dan Penerimaan Diri Pada Remaja Panti Asuhan Abigail Tangerang Selatan? *Psikoedukasi*. 2022;20(1):83–106.
22. Kurniawan K, Khoirunnisa K, Casman C, Wijoyo EB, Azjunia AR, Nurpadillah EI, et al. The Effectiveness of Social Support in Adolescents to Overcome Low Self-

- Esteem: Scoping Review. *Jurnal Kesehatan Pasak Bumi Kalimantan*. 2022;5(1):62–8.
23. Sari WK, Ariani WA. Penerapan Konseling REBT Untuk Mengurangi Kecemasan Sosial Remaja. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*: Vol. 2021;10(2):60–6.
24. Selviana, Yulinar S. Pengaruh *Self Image* dan Penerimaan Sosial terhadap Kepercayaan Diri Remaja yang Mengunggah Foto *Selfie* di Media Sosial *Instagram*. *Jurnal Ikraith-Humaniora*. 2022;6(1):37–45.
25. Utamie A, Safitri J, Fauzia R. Gambaran Penerimaan Diri pada Pasien Penderita *Spinal Cord Injury* Ditinjau dari Dukungan Sosial. *Jurnal Kognisia*. 2019;2(1):31–6.
26. Tajuddin A, Haenidar H. Hubungan antara harga diri dengan kecemasan sosial pada remaja akhir. *Jurnal Psikologi SKIsO (Sosial Klinis Industri Organisasi)*. 2019;1(1):56–65.
27. Pratiwi D, Mirza R, El Akmal M. Kecemasan sosial ditinjau dari harga diri pada remaja status sosial ekonomi rendah. *Al-Irsyad: Jurnal Pendidikan dan Konseling*. 2019;9(1).
28. Aldiyus R, Dwatra FD. Hubungan harga diri dengan kecemasan sosial penyalahgunaan narkoba pada masa rehabilitasi di BNNP Sumatera Barat. *Jurnal Pendidikan Tambusai*. 2021;5(1):305–10.
29. Pratiwi D, Mirza R, El Akmal M. Kecemasan Sosial Ditinjau Dari Harga Diri Pada Remaja Status Sosial Ekonomi Rendah. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*. 2019;9(1):21–34.