

**HUBUNGAN ANTARA KETAKUTAN AKAN DINILAI NEGATIF (*FEAR OF NEGATIVE EVALUATION*) DENGAN PENERIMAAN DIRI PADA
WARGA BINAAN PEMASYARAKATAN (WBP) DI LEMBAGA
PEMASYARAKATAN KELAS IIB SLEMAN**

SKRIPSI

Untuk memenuhi sebagian persyaratan
memperoleh derajat Sarjana Psikologi



Disusun Oleh :

Aufa Desviana Aisyah

(30702100048)

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG**

2025

PERSETUJUAN PEMBIMBING

PERSETUJUAN PEMBIMBING

HUBUNGAN ANTARA KETAKUTAN AKAN DINILAI NEGATIF (*FEAR OF NEGATIVE EVALUATION*) DENGAN PENERIMAAN DIRI PADA WARGA BINAAN PEMASYARAKATAN (WBP) DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN KELAS IIB SLEMAN

Dipersiapkan dan disusun oleh :

Aufa Desviana Aisyah

30702100048

Telah Disetujui untuk Diuji dan Dipertahankan di depan Dewan Penguji Guna Memenuhi Sebagian Persyaratan untuk Mencapai Gelar Sarjana Psikologi

Pembimbing,

Tanggal


Dr. Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si

14 Agustus 2025

Semarang, 14 Agustus 2025

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Sultan Agung



Dr. Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si

NIK. 210799001

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

Hubungan antara Ketakutan Akan Dinilai Negatif (*Fear of Negative Evaluation*) dengan Penerimaan Diri pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Sleman

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Aufa Desviana Aisyah
30702100048

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada 22 Agustus 2025

Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. Dr. Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si.
2. Dr. Retno Anggraini, M.Si., Psikolog
3. Erni Agustina Setiowati, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Semarang, 22 Agustus 2025

Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi UNISSULA



Dr. Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si

NIK. 210799001

PERNYATAAN

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, Aufa Desviana Aisyah dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun.
2. Sepanjang pengetahuan saya, skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis/diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.
3. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.

Semarang, 14 Agustus 2025



Aufa Desviana Aisyah

MOTTO

"Janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah, kecuali kaum yang kafir"

(QS. Yusuf : 87)

"Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya."

(QS. Al-Baqarah: 286)

"Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan"

(QS. Al-Insyirah: 6)

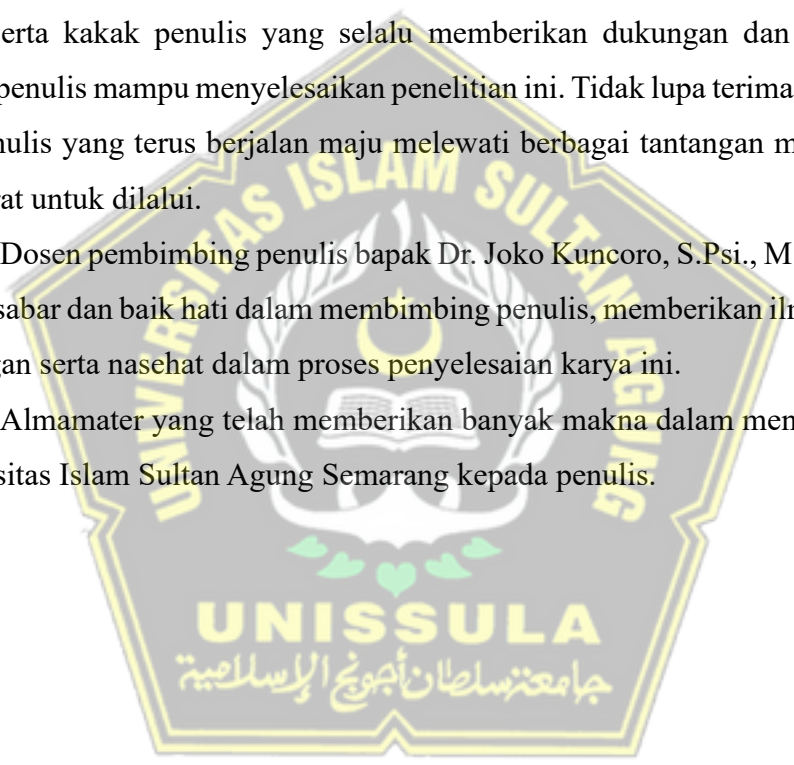


PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah kepada Allah Subhannahu Wa Ta'ala yang telah memberikan pertolongan berupa kemudahan dan kelancaran dalam proses pengerjaan skripsi penulis hingga selesai. Penulis persembahkan karya ini kepada orang tua tercinta dan tersayang yaitu, Bapak Basuki dan Ibu Nuryanti sebagai panutan dan motivasi untuk terus berjuang dan tidak menyerah dalam menggapai cita-cita sehingga penulis dapat menyelesaikan karya ini dengan baik. Serta kakak penulis yang selalu memberikan dukungan dan kepercayaan bahwa penulis mampu menyelesaikan penelitian ini. Tidak lupa terima kasih kepada diri penulis yang terus berjalan maju melewati berbagai tantangan meskipun sulit dan berat untuk dilalui.

Dosen pembimbing penulis bapak Dr. Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si yang telah sangat sabar dan baik hati dalam membimbing penulis, memberikan ilmu, masukan, dukungan serta nasehat dalam proses penyelesaian karya ini.

Almamater yang telah memberikan banyak makna dalam menuntut ilmu di Universitas Islam Sultan Agung Semarang kepada penulis.



KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan nikmat dan kelancaran dalam proses penyelesaian karya ini dengan baik sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi. Sholawat serta salam selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, keluarga serta para sahabatnya.

Penulis menyadari bahwa karya ini masih terdapat banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Dalam penyusunan karya ini tentu penulis banyak mengalami kesulitan dan hambatan, akan tetapi berkat bantuan, bimbingan, arahan, dan motivasi dari berbagai pihak penulis dapat menyelesaikan karya ini dengan waktu yang telah ditentukan. Untuk itu melalui kata pengantar ini penulis mengucapkan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada:

1. Bapak Dr. Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung dan Dosen Pembimbing penulis yang telah membantu dan memberikan ilmu yang bermanfaat serta membimbing penulis dengan sabar hingga skripsi ini dapat terselesaikan.
2. Ibu Dra. Rohmatun, M.Si selaku dosen wali penulis dari semester 7 hingga lulus yang telah membantu dan memberikan arahan kepada penulis.
3. Bapak Ruseno Arjanggal, S.Psi., M.A selaku dosen wali penulis dari awal kuliah hingga semester 6 yang telah banyak memberikan arahan, motivasi serta mengapresiasi penulis dari awal perkuliahan hingga penulis menyelesaikan pendidikan di Fakultas Psikologi.
4. Seluruh bapak dan ibu Dosen Fakultas Psikologi UNISSULA atas dedikasinya dalam memberikan ilmu kepada penulis yang sangat bermanfaat hingga saat ini dan kemudian hari.
5. Bapak dan ibu staff Tata Usaha serta perpustakaan Fakultas Psikologi UNISSULA yang telah memberikan kemudahan dalam proses mengurus administrasi dari awal perkuliahan hingga skripsi ini selesai.
6. Kepada Kepala Direktorat Jenderal Pemasarakatan Daerah Istimewa Yogyakarta yang telah memberikan izin kepada penulis untuk dapat melakukan penelitian.

7. Bapak Kelik Sulistyanto, A.md.IP.,S.H.,M.H selaku Kepala Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Sleman yang telah memberikan izin serta kemudahan bagi penulis untuk melakukan penelitian di LAPAS.
8. Seluruh subjek yang telah meluangkan waktu dan tenaga untuk mengisi skala penelitian penulis, tanpa bantuan saudara penelitian ini tidak mampu berjalan dengan baik.
9. Kepada kedua orang tua penulis Bapak Basuki dan Ibu Nuryanti terima kasih atas segala pengorbanan, kasih sayang serta doa yang tidak pernah henti diberikan kepada penulis. Segala perhatian dan dukungan juga tidak pernah terlewatkan untuk selalu diberikan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi.
10. Kepada kakak penulis terima kasih telah memberikan dukungan dan selalu percaya bahwa penulis mampu untuk menyelesaikan ini semua dengan baik.
11. Kepada teman-teman seperjuangan penulis di Fakultas Psikologi angkatan 2021 yang telah saling membantu dan memberikan dukungan hingga skripsi ini dapat terselesaikan.
12. Kepada teman-teman terdekat penulis dari awal masa perkuliahan hingga lulus yaitu Alifah, Amel, Awaliyah, Bela, Berlian, Lisa, Sabil, Syahira dan Zhea yang telah banyak membantu, memberikan dukungan, menemani di masa-masa senang dan sedih selama perkuliahan. Terimakasih atas semua kenangan baik yang telah diukir bersama selama perkuliahan S1 ini hingga kita semua lulus.
13. Kepada sahabat penulis Andin, Alya, Dinda dan Fadlika yang telah memberikan dukungan dan masukan serta mendengarkan semua keluh kesah penulis selama perkuliahan hingga lulus.
14. Kepada semua pihak yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu yang telah ikut serta memberikan semangat, masukan, doa serta membantu proses perkuliahan penulis dari awal hingga akhir.
15. Kepada tiga kucing penulis yaitu Bibin, Bule dan Odi yang telah menghibur penulis serta memberikan semangat agar mampu menyelesaikan perkuliahan ini tepat waktu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih sangat jauh dari kata sempurna sehingga penulis membutuhkan kritik dan saran dari berbagai pihak untuk membuat skripsi ini menjadi lebih baik. Penulis memiliki harapan bahwa skripsi ini dapat memberikan manfaat terutama dalam ilmu pengetahuan psikologi.

Semarang, 01 September 2025

Yang Menyatakan

Aufa Desviana Aisyah
30702100048



DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN.....	iii
MOTTO.....	iv
PERSEMBAHAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II.....	7
LANDASAN TEORI.....	7
A. Penerimaan Diri.....	7
1. Pengertian Penerimaan Diri.....	7
2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penerimaan Diri.....	8
3. Aspek-Aspek Penerimaan Diri.....	10
B. <i>Fear of Negative Evaluation</i>	13
1. Pengertian <i>Fear of Negative Evaluation</i>	13
2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Fear of Negative Evaluation</i>	14
3. Aspek -Aspek <i>Fear of Negative Evaluation</i>	15
C. Hubungan <i>Fear Of Negative Evaluation</i> Dengan Penerimaan Diri.....	16
D. Hipotesis.....	19
BAB III.....	20

METODE PENELITIAN	20
A. Identifikasi Variabel Penelitian	20
B. Definisi Operasional.....	20
1. Penerimaan Diri	20
2. <i>Fear Of Negative Evaluation</i>	20
C. Populasi, Sampel dan Sampling	21
1. Populasi	21
2. Sampel.....	21
3. Sampling	22
D. Metode Pengumpulan Data	22
1. Skala Penerimaan Diri.....	22
2. Skala <i>Fear Of Negative Evaluation</i>	22
E. Uji Validitas, Uji Daya Beda Item dan Uji Reliabilitas	23
1. Uji Validitas.....	23
2. Uji Daya Beda Item.....	23
3. Uji Reliabilitas	23
F. Teknik Analisis Data	24
BAB IV	25
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	25
A. Orientasi Kancan dan Pelaksanaan Penelitian	25
1. Orientasi Kancan Penelitian.....	25
2. Persiapan Penelitian	26
3. Uji Coba Alat Ukur	Error! Bookmark not defined.
4. Uji Daya Beda Dan Estimasi Reliabilitas Alat Ukur ..	Error! Bookmark not defined.
B. Pelaksanaan Penelitian	32
C. Analisis Data dan Hasil Penelitian.....	35
1. Uji Asumsi.....	35
D. Deskripsi Hasil Penelitian	36
1. Deskripsi Data Skor <i>Unconditional Self Acceptance Questionnaire</i>	36
2. Deskripsi Data Skor <i>Fear of Negative Evaluation</i>	38

E. Pembahasan.....	39
F. Kelemahan.....	41
BAB V.....	42
KESIMPULAN DAN SARAN.....	42
A. KESIMPULAN	42
B. SARAN	42
DAFTAR PUSTAKA	44



DAFTAR TABEL

Tabel 1.Rincian Data Warga Binaan Pemasyarakatan Lapas Kelas IIB Sleman 2025.....	21
Tabel 2.Blueprint Skala Penerimaan Diri.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3.Blueprint Skala <i>Fear of Negative Evaluation</i>	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. Daya Beda Aitem Penerimaan Diri	29
Tabel 5.Penomoran Ulang Skala Penerimaan Diri.....	30
Tabel 6.Daya Beda Aitem <i>Fear of Negative Evaluation</i>	31
Tabel 7.Penomoran Ulang Skala <i>Fear of Negative Evaluation</i>	32
Tabel 8.Data Demografi Subjek Berdasarkan Jenis Pidana	33
Tabel 9.Data Demografi Subjek Berdasarkan Lama Pidana.....	34
Tabel 10.Data Demografi Subjek Berdasarkan Sisa Masa Pidana.....	34
Tabel 11.Kriteria Norma Kategorisasi	36
Tabel 12.Deskripsi Skor Skala Penerimaan Diri.....	37
Tabel 13.Kategorisasi Skor Subjek pada Skala Penerimaan Diri	37
Tabel 14.Deskripsi Skor Skala <i>Fear of Negative Evaluation</i>	38
Tabel 15.Kategorisasi Subjek Skala <i>Fear of Negative Evaluation</i>	38

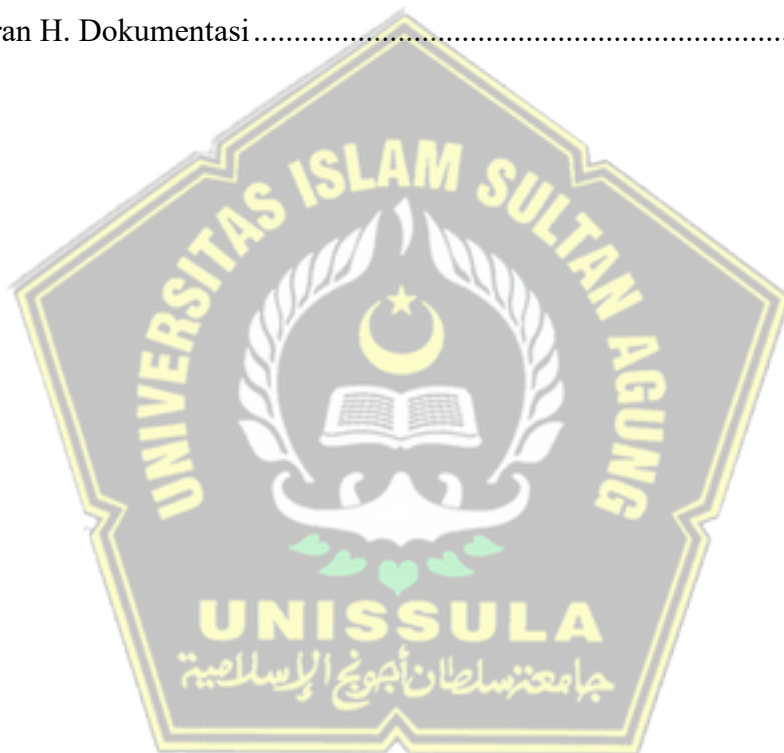
DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Norma Kategorisasi Skala Penerimaan Diri.....	38
Gambar 2. Norma Kategorisasi Skala <i>Fear of Negative Evaluation</i>	39



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A. Skala Asli Dari Tokoh	48
Lampiran B. Skala Uji Coba	52
Lampiran C. Tabulasi Data Skala Uji Coba	64
Lampiran D. Uji Daya Beda Aitem Dan Estimasi Reliabilitas Skala Uji Coba....	67
Lampiran E. Skala Penelitian	72
Lampiran F. Tabulasi Data Skala Penelitian	83
Lampiran G. Uji Normalitas, Uji Linearitas, dan Uji Hipotesis	86
Lampiran H. Dokumentasi	90



Hubungan Antara Ketakutan Akan Dinilai Negatif (*Fear Of Negative Evaluation*) Dengan Penerimaan Diri Pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Sleman

Oleh :

Aufa Desviana Aisyah

Fakultas Psikologi

Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Email: aufaaisyah@std.unissula.ac.id

ABSTRAK

Penelitian bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *fear of negative evaluation* dengan penerimaan diri pada warga binaan pemasyarakatan di LAPAS. Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Sampel dalam penelitian ini melibatkan 167 warga binaan pemasyarakatan, yaitu 100 subjek untuk uji coba dan 67 subjek untuk penelitian dengan menggunakan teknik *cluster random sampling*. Penelitian ini menggunakan dua alat ukur yaitu skala *fear of negative evaluation* yang terdiri dari 26 butir pernyataan dengan koefisien reliabilitas 0,908 dan skala penerimaan diri yang terdiri dari 13 butir pernyataan 0,834. Berdasarkan hasil uji hipotesis menggunakan korelasi *product moment pearson* terdapat hubungan yang negatif antara *fear of negative evaluation* dengan penerimaan diri. Hal ini dapat dilihat dari hasil koefisien korelasi r_{xy} sebesar -0,247 dengan taraf signifikansi sebesar 0,044 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi *fear of negative evaluation*, maka semakin rendah penerimaan diri dan begitu juga sebaliknya.

Kata Kunci : *Fear of Negative Evaluation*, Penerimaan Diri, Warga Binaan Pemasyarakatan

***The Relationship Between Fear of Negative Evaluation and Self-Acceptance
Among Prisoners at the Class IIB Correctional Institution in Sleman***

By :

Aufa Desviana Aisyah

Faculty of Psychology

Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Email: aufaaaisyah@std.unissula.ac.id

ABSTRACT

This study aims to determine whether there is a relationship between fear of negative evaluation and self-acceptance among inmates at correctional institutions. This study uses a quantitative method. The sample in this study involved 167 inmates, namely 100 subjects for testing and 67 subjects for research using cluster random sampling techniques. This study used two measuring instruments, namely a fear of negative evaluation scale consisting of 26 statements with a reliability coefficient of 0.908 and a self-acceptance scale consisting of 13 statements with a reliability coefficient of 0.834. Based on the results of hypothesis testing using Pearson's product moment correlation, there was a negative relationship between fear of negative evaluation and self-acceptance. This can be seen from the correlation coefficient r_{xy} of -0.247 with a significance level of 0.044 ($p < 0.05$). This indicates that the hypothesis is accepted, so it can be concluded that the higher the fear of negative evaluation, the lower the self-acceptance and vice versa.

Keywords : *Fear of Negative Evaluation, Prisoners, Self Acceptance*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Seorang warga binaan pemasyarakatan adalah individu yang melanggar hukum dan norma yang berlaku di Indonesia. Berdasarkan Kitab Undang-Undang Hukum Acara Pidana (KUHAP), warga binaan pemasyarakatan adalah seseorang yang telah menerima vonis pidana melalui putusan pengadilan yang telah memiliki kekuatan hukum tetap. Selama menjalani hukuman, warga binaan pemasyarakatan tinggal di lembaga pemasyarakatan (lapas) hingga masa tahanannya berakhir. Kehidupan di lapas menyebabkan perubahan pola aktivitas, hilangnya kebebasan, serta berkurangnya beberapa hak warga binaan pemasyarakatan. Kondisi ini dapat memicu tekanan psikologis, memunculkan emosi negatif, dan pola pikir yang tidak sehat (Hairina & Komalasari, 2017). Selain itu, situasi ini kadang-kadang mendorong perkembangan perilaku atau pandangan yang tidak realistis terhadap diri sendiri (Kusumaningsih, 2017).

Menurut data dari Pusiknas Polri tahun 2024, terdapat 408.447 kasus kejahatan yang tercatat di Indonesia. Hingga Juni 2025, jumlah kasus kejahatan yang dilaporkan mencapai 193.757 kasus di seluruh wilayah Indonesia. Berdasarkan data per 12 Juni 2025 di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Sleman, terdapat 294 warga binaan pemasyarakatan laki-laki yang sedang menjalani hukuman. Warga binaan pemasyarakatan di lapas adalah individu yang menjalani sanksi pidana atas perbuatan melawan hukum yang telah mereka lakukan.

Warga binaan pemasyarakatan merupakan kelompok yang rentan mengalami gangguan psikologis akibat stigma sosial, isolasi dari lingkungan, dan tekanan mental (Sutra, 2020). Pandangan masyarakat terhadap seorang warga binaan pemasyarakatan seringkali adalah suatu hal yang negatif atau buruk. Hal ini yang membuat seorang warga binaan pemasyarakatan merasa takut dinilai negatif (*fear of negative evaluation*), individu merasa tidak dipercaya oleh lingkungan sekitar dan merasa dijauhi oleh masyarakat. Kondisi ini dapat menghambat proses pemulihan psikologis dan penerimaan diri warga binaan pemasyarakatan dalam kehidupan sosialnya (Nirwani, 2024).

Penelitian yang dilakukan oleh Noviani dkk (2023) menjelaskan bahwa menyandang status sebagai warga binaan pemasyarakatan dapat menimbulkan perasaan malu terhadap diri sendiri serta perasaan takut. Ketakutan ini berkaitan dengan penerimaan individu di lingkungan terhadap status diri mereka sebagai warga binaan pemasyarakatan dan rasa takut akan dikucilkan di lingkungan sosial. Subjek penelitian pun menyatakan bahwa mereka merasa takut untuk dinilai negatif (*fear of negative evaluation*), hal ini seakan tidak akan pernah hilang meskipun mereka telah bersikap lebih baik serta positif. Penelitian oleh Nurfadilah dkk (2020) menunjukkan bahwa warga binaan pemasyarakatan yang berada di dalam Lapas cenderung merasakan kekhawatiran dan ketakutan secara berlebihan dalam situasi tertentu. Kondisi ini menyebabkan mereka merasa takut untuk dinilai negatif (*fear of negative evaluation*), yang bahkan dapat mendorong mereka untuk menghindari interaksi sosial. Rasa takut akan penilaian negatif ini sering kali muncul akibat persepsi buruk dari orang lain terhadap mereka.

Berikut akan dilampirkan hasil wawancara peneliti dengan warga binaan pemasyarakatan di Lapas Kelas IIB Sleman.

Warga binaan pemasyarakatan laki-laki berinisial TK berusia 22 tahun, mengatakan bahwa :

"aku kaget pas awal masuk lapas dan bingung juga kenapa bisa disini karena ga pernah punya pandangan tentang lapas terus sempet juga ngerasa takut dan mikir ga punya siapa-siapa selain diri sendiri. Awal-awal aku ya takut ngobrol sama orang lain dan lebih banyak menarik diri. Kepikiran banget kira-kira aku bakal diterima lagi ga ya di masyarakat setelah aku masuk sini. Tapi ya aku berusaha buat nerima semua ini karena toh ini juga akibat dari kesalahanku sendiri..."

Warga binaan pemasyarakatan laki-laki berinisial AN berusia 20 tahun, mengatakan bahwa :

"aku tuh merasa malu dan takut kalau nanti bebas bakal gimana, apalagi keluargaku sebelumnya ga pernah ada yang masuk lapas. Jadi kepikiran banget takut denger omongan orang-orang soal aku masuk sini tuh gimana. Merasa nyesel juga jadi masuk sini karena akhirnya ga tamat sekolah dan semua impianku dulu jadi ga akan pernah bisa terwujud."

Warga binaan pemasyarakatan laki-laki berinisial BU berusia 35 tahun, mengatakan bahwa :

“saya tuh sebenarnya bentar lagi bebas mbak, tapi ya perasaan saya biasa aja sih mbak. Bingung juga mau senang atau gimana, udah nerima aja semuanya. Setelah bebas pun saya belum kepikiran mau ngapain mbak.”

Penerimaan diri warga binaan pemasyarakatan cenderung rendah terlihat dalam hasil penelitian yang dilakukan oleh Hidayati dkk (2021) dimana sebanyak (57,8%) warga binaan pemasyarakatan tidak mampu mengakui dan menerima diri secara utuh. Rendahnya penerimaan diri juga dapat ditandai dengan perasaan tidak puas terhadap diri sendiri, kekecewaan terhadap keadaan, harapan untuk menjadi pribadi yang berbeda serta merasa terganggu oleh beberapa sifat yang ada dalam diri (Ryff, 2014).

Penelitian oleh Ardilla & Herdiana (2013) menunjukkan bahwa penerimaan diri didukung oleh berbagai faktor, seperti adanya penilaian positif terhadap diri sendiri, dukungan keluarga yang stabil, lingkungan lapas yang kondusif, serta keterampilan dalam interaksi sosial yang memadai. Sebaliknya, penilaian yang negatif terhadap diri sendiri adalah salah satu faktor yang menghambat individu dalam proses penerimaan diri. Penerimaan diri mempunyai peran yang penting untuk membentuk kondisi psikologis yang lebih sehat, meningkatkan emosi positif dan rasa percaya diri, serta berkontribusi dalam mengurangi perasaan takut terhadap penilaian negatif (*fear of negative evaluation*). Hal ini dikarenakan individu yang mampu menerima dirinya cenderung tidak akan menilai dirinya secara negatif, tidak bergantung pada pengakuan eksternal, serta mampu memperbaiki diri menjadi lebih positif.

Menurut Hurlock (2015) penerimaan diri yang disertai dengan rasa aman memungkinkan individu untuk menilai dirinya secara realistis dan objektif. Penilaian ini mendorong kejujuran individu terhadap diri sendiri tanpa perlu berpura-pura menjadi orang lain, sehingga muncul kepuasan untuk menjadi diri sendiri. Individu dengan penerimaan diri yang tinggi juga cenderung mampu menjalin hubungan sosial yang sehat, ditunjukkan dengan kemampuan menerima orang lain, memberikan perhatian serta menunjukkan empati dan simpati. Selain

itu, penerimaan diri turut berperan dalam meningkatkan kemampuan penyesuaian sosial, berbeda dengan individu yang memiliki rasa rendah diri dan lebih berfokus pada kepentingan pribadi.

Berdasarkan kerangka *Rational-Emotive Behavior Therapy* (REBT) Chamberlain dalam Efendi dkk (2016), menegaskan bahwa penerimaan diri individu mencakup keyakinan atas martabat yang setara pada setiap individu, penetapan tujuan yang selaras dengan nilai pribadi, serta kemampuan individu menilai diri secara objektif. Dalam konteks ini, kegagalan dan kritik dipandang sebagai peluang perbaikan, sedangkan keberhasilan disikapi dengan kerendahan hati tanpa melakukan perbandingan sosial. Individu yang mampu melakukan penerimaan diri tetap menghargai nilai serta potensi diri dan tidak terpengaruh oleh penilaian orang lain terhadap dirinya.

Penelitian oleh Berger (1952) menyebutkan bahwa penerimaan diri adalah penilaian individu terhadap dirinya yang tidak dipengaruhi oleh faktor eksternal. Individu dengan penerimaan diri yang baik cenderung bertanggung jawab, terbuka terhadap kritik dan saran secara objektif, serta tidak menyalahkan diri atas kesalahan. Mereka juga memandang dirinya setara dengan orang lain, merasa diterima di lingkungan sosial, tidak merasa berbeda secara negatif dan tidak menunjukkan rasa malu atau rendah diri dalam berinteraksi di lingkungan.

Penelitian yang dilakukan oleh (Nirwani, 2024) tentang Hubungan Antara *Self-Esteem* Dengan *Fear of negative evaluation* Pada Mantan Narapidana, hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dengan *fear of negative evaluation* pada mantan narapidana. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-esteem* maka *fear of negative evaluation* akan semakin rendah dan begitu pun sebaliknya.

Hasil penelitian (Kusumaningsih, 2017) mengenai Penerimaan Diri dan Kecemasan Terhadap Status Narapidana, penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara penerimaan diri dengan kecemasan terhadap status narapidana, yaitu semakin tinggi penerimaan diri maka akan semakin rendah kecemasan terhadap status narapidana dan begitu sebaliknya. Hal ini juga menunjukkan bahwa narapidana yang mampu menerima kondisi dirinya dengan

ikhlas mereka akan terhindar dari kecemasan dan lebih siap untuk kembali berinteraksi dengan masyarakat setelah menjalani masa hukuman.

Penelitian yang dilakukan oleh (Winarti, 2012) tentang Hubungan Antara Kepribadian Tangguh Dengan Penerimaan Diri Pada Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Labuhan Bilik menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang positif antara kepribadian tangguh dengan penerimaan diri. Hal ini menunjukkan bahwa kepribadian tangguh mampu mempengaruhi penerimaan diri seseorang. Namun, terdapat beberapa faktor lain yang mempengaruhi penerimaan diri narapidana yaitu, pemahaman diri, tidak ada tekanan emosi yang berat, perpektif diri yang baik, harapan yang realistis, frekuensi untuk berhasil, tingkatan sosial, terdapat identifikasi dengan seseorang yang mempunyai penerimaan diri, konsep diri yang stabil serta kondisi emosi yang baik. Selain itu, diketahui juga bahwa penerimaan diri seorang narapidana cenderung buruk.

Berdasarkan tinjauan penelitian di atas, terdapat perbedaan dari penelitian sebelumnya, penelitian ini memiliki fokus pada aspek yang berbeda yaitu *Fear of negative evaluation* dengan penerimaan diri serta subjek penelitian yang difokuskan pada Warga Binaan Pemasyarakatan Lapas Kelas IIB Sleman.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan dalam penelitian ini yaitu “Apakah terdapat hubungan antara *fear of negative evaluation* dengan penerimaan diri pada warga binaan pemasyarakatan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB sleman?”

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *fear of negative evaluation* dengan penerimaan diri pada warga binaan pemasyarakatan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Sleman.

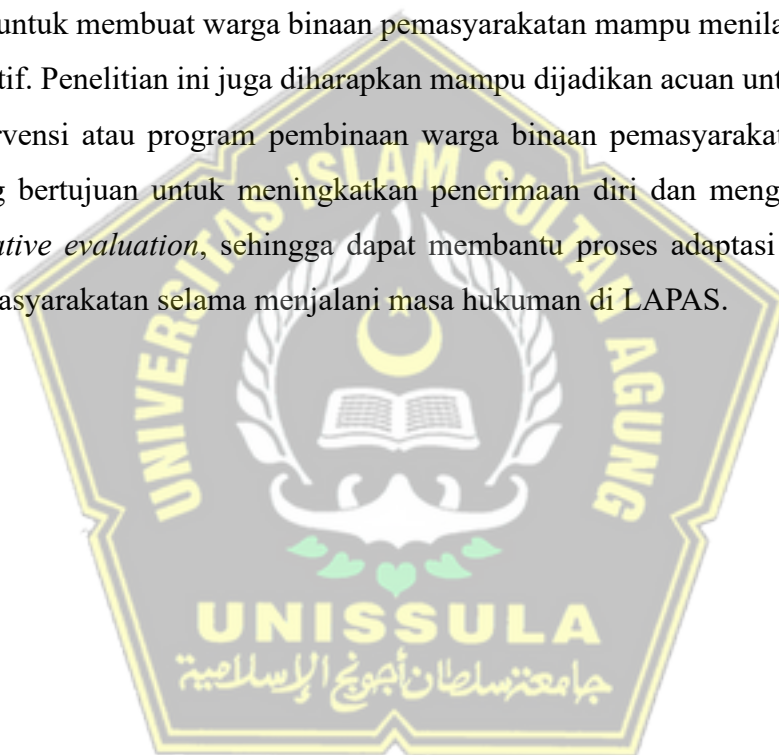
D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi, referensi serta kontribusi dalam pengembangan ilmu psikologi, khususnya pada bidang psikologi klinis dan sosial.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi pada warga binaan pemasyarakatan LAPAS Kelas IIB Sleman mengenai pentingnya penerimaan diri untuk membuat warga binaan pemasyarakatan mampu menilai dirinya lebih positif. Penelitian ini juga diharapkan mampu dijadikan acuan untuk merancang intervensi atau program pembinaan warga binaan pemasyarakatan di LAPAS yang bertujuan untuk meningkatkan penerimaan diri dan mengurangi *fear of negative evaluation*, sehingga dapat membantu proses adaptasi warga binaan pemasyarakatan selama menjalani masa hukuman di LAPAS.



BAB II

LANDASAN TEORI

A. Penerimaan Diri

1. Pengertian Penerimaan Diri

Secara etimologis, istilah “penerimaan” merujuk pada tindakan menerima sesuatu dengan lapang dada tanpa paksaan atau tekanan dari pihak mana pun. Dalam konteks psikologi, penerimaan diri merupakan kesadaran yang realistis dan subjektif terhadap kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki oleh individu. Menurut Shepard, seseorang dapat mencapai penerimaan terhadap dirinya sendiri ketika ia berhenti menilai kekurangan secara negatif dan mulai mengakui keberadaan hal tersebut sebagai bagian dari dirinya. Maslow menyatakan bahwa proses penerimaan diri tidak dapat dipisahkan dari proses aktualisasi diri yakni pencapaian tertinggi dalam perkembangan pribadi yang hanya dapat diraih ketika seseorang memahami serta menggali potensi yang dimilikinya secara menyeluruh (Bernard, 2013). Sementara itu, Rogers menekankan pentingnya kebutuhan dasar manusia untuk mendapatkan cinta, penghargaan, dan penerimaan dari lingkungan sosial. Rogers meyakini bahwa penerimaan dari orang lain, khususnya yang bersifat tanpa syarat dapat membantu individu menerima dirinya sendiri secara lebih utuh (Jaenudin, 2015).

Menurut Hurlock (2015) penerimaan diri adalah keadaan ketika seseorang mampu menerima seluruh karakteristik pribadinya dan menjalani hidup dengan tetap menghargai keunikan tersebut. Individu yang telah mencapai kondisi ini biasanya memiliki ekspektasi yang realistis terhadap dirinya, percaya pada kemampuannya, menyadari batas-batas pribadinya, serta mampu mengakui kekurangan tanpa menyalahkan diri sendiri secara berlebihan. Supratiknya (2019) mengartikan penerimaan diri sebagai bentuk penghargaan yang mendalam terhadap diri sendiri, yang tercermin dalam sikap terbuka, tidak menolak keberadaan diri, dan mampu mengekspresikan pikiran maupun perasaan kepada orang lain secara jujur.

Pandangan serupa disampaikan oleh Shereer (1957) yang menyebutkan bahwa penerimaan diri mencerminkan sikap objektif seseorang dalam menilai diri sendiri, baik dari segi kelebihan maupun kekurangan. Individu dengan penerimaan diri yang baik mampu memahami kondisi dirinya, menerima kenyataan yang ada, serta memiliki motivasi untuk terus berkembang dan bertanggung jawab dalam menjalani hidup.

Penerimaan diri menurut (Chamberlain & Haaga, 2001) mendefinisikan penerimaan diri sebagai individu yang menerima dirinya sendiri secara penuh, utuh, dan tanpa syarat (*unconditionally*) terlepas dari bagaimana orang lain memandang dirinya.

Dalam perspektif Islam, penerimaan diri berakar pada konsep *qanaa'ah*, yaitu merasa cukup dan ridha atas rezeki yang telah ditetapkan Allah Ta'ala. Sifat ini menunjukkan tingkat keimanan yang tinggi, karena mencerminkan kepasrahan dan penerimaan individu terhadap takdir Allah, termasuk dalam hal pembagian nikmat duniawi (Permatasari & Gamayanti, 2016).

2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penerimaan Diri

Menurut Hurlock (2015) terdapat sejumlah aspek penting yang mempengaruhi sejauh mana seseorang dapat menerima dirinya sendiri sebagai berikut :

- a. Pemahaman terhadap diri sendiri
Kesadaran individu mengenai dirinya sangat berperan dalam proses penerimaan diri. Hal ini mencakup sikap jujur, apa adanya, dan pemahaman realistis mengenai kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki. Semakin dalam pemahaman tersebut, semakin besar pula kemungkinan seseorang bersikap positif terhadap dirinya.
- b. Harapan yang realistis
Ketika seseorang memiliki ekspektasi yang rasional dalam mengejar tujuan hidup, hal ini akan memupuk rasa puas terhadap diri sendiri yang menjadi inti dari penerimaan diri.
- c. Tidak terdapat hambatan dari lingkungan

Dukungan dari lingkungan sosial, seperti keluarga dan teman serta keberhasilan mengatasi hambatan eksternal, turut memperkuat kepuasan individu atas pencapaian pribadinya.

d. Pandangan sosial yang positif

Seseorang cenderung menilai dirinya secara positif bila terbebas dari prasangka sosial, menerima kemampuannya dalam berinteraksi, serta bersedia menyesuaikan diri dengan norma-norma kelompok sosial.

e. Keseimbangan emosional

Keadaan emosional yang stabil, tanpa tekanan psikologis yang berat, memungkinkan individu untuk bertindak lebih efektif, terbuka terhadap lingkungan dan mengalami ketenangan batin.

f. Pengaruh keberhasilan

Pencapaian yang diraih dalam hidup dapat mendorong terbentuknya citra diri yang sehat, sedangkan kegagalan yang berulang bisa memicu rasa penolakan terhadap diri sendiri.

g. Identifikasi dengan orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik

Ketika seseorang terutama pada masa kanak-kanak meneladani figur yang memiliki penyesuaian diri yang baik, hal ini akan membentuk sikap positif terhadap dirinya sendiri di masa mendatang.

h. Perspektif diri yang luas

Individu yang mampu memahami bagaimana dirinya dilihat oleh orang lain, biasanya memiliki pemahaman diri yang lebih menyeluruh.

i. Pola asuh pada masa anak-anak yang baik

Lingkungan keluarga dan pendidikan formal sejak usia dini memiliki peran penting dalam membentuk kemampuan anak untuk beradaptasi dan menerima dirinya.

j. Konsep diri yang stabil

Individu dengan konsep diri yang tidak konsisten akan cenderung mengalami kesulitan dalam memperlihatkan identitas dirinya. Sebaliknya, konsep diri yang positif memberikan dasar kuat bagi seseorang untuk memiliki pandangan yang realistis terhadap dirinya.

Sementara itu, menurut Tentama (2014) faktor-faktor yang turut memengaruhi penerimaan diri antara lain :

a. Tingkat inferioritas

Semakin rendah perasaan inferior yang dimiliki seseorang, semakin tinggi pula tingkat penerimaan dirinya.

b. Pola pikir positif

Seseorang yang mampu berpikir positif akan lebih mudah menerima keunikan dirinya, menyesuaikan diri dengan pengalaman mental yang dialami, serta mengevaluasi dirinya secara sehat.

c. Penyesuaian terhadap lingkungan sosial

Individu yang memiliki penerimaan diri yang baik cenderung lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan dan terdorong untuk mengembangkan potensi diri. Sebaliknya, jika penerimaan diri rendah, individu mungkin akan mengalami rendah diri, merasa malu berlebihan, tidak percaya diri, hingga menarik diri dari lingkungan sosialnya.

Berdasarkan berbagai pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa kemampuan seseorang untuk menerima dirinya sendiri dipengaruhi oleh berbagai aspek, termasuk pemahaman diri, dukungan lingkungan, pola pikir positif, kestabilan emosional, pengalaman pengasuhan yang sehat, serta konsep diri yang konsisten dan kuat.

3. Aspek-Aspek Penerimaan Diri

Menurut pandangan Sheerer dalam (Berger, 1952), terdapat sejumlah aspek penting dalam membentuk penerimaan terhadap diri sendiri, yaitu:

a. Rasa Kesetaraan

Seseorang yang menerima dirinya sendiri menganggap dirinya setara dengan individu lain tanpa merasa lebih tinggi ataupun lebih rendah. Ia menyadari bahwa setiap orang memiliki sisi kekuatan dan kelemahan termasuk dirinya.

b. Keyakinan Akan Kemampuan Pribadi

Individu menunjukkan rasa percaya diri serta kemampuan menghadapi tantangan hidup. Ia cenderung menumbuhkan potensi positif yang dimiliki dan memperbaiki kekurangannya tanpa berupaya menjadi pribadi lain.

c. Tanggung Jawab Pribadi

Kesediaan individu untuk bertanggung jawab atas tindakannya yang tercermin dari kemampuannya menerima kritik secara konstruktif sebagai upaya perbaikan diri.

d. Orientasi Eksternal

Individu lebih fokus pada lingkungan dan orang lain, alih-alih hanya terpusat pada dirinya sendiri. Sikap ini mendorongnya untuk lebih peduli, terbuka, dan toleran terhadap sesama sehingga memperkuat penerimaan sosial dari lingkungannya.

e. Keteguhan Prinsip

Seseorang yang memiliki penerimaan diri lebih memilih menjalani hidup berdasarkan nilai dan prinsip pribadinya bukan mengikuti tekanan sosial. Individu memegang keyakinannya sendiri dan memiliki harapan serta aspirasi yang jelas.

f. Kesadaran Akan Batasan Diri

Individu menyadari baik keterbatasan maupun keunggulannya secara objektif tanpa mengabaikan atau menyalahkan diri sendiri atas kekurangan yang dimiliki.

g. Penerimaan atas Kodrat Kemanusiaan

Individu tidak menekan atau menyangkal perasaan manusiawi seperti marah, takut, atau cemas. Sebaliknya individu mengakui emosi-emosi tersebut sebagai bagian dari dirinya yang perlu diterima.

Sementara itu, Jersild dalam (Islami & Fitriyani, 2022) mengemukakan beberapa unsur penerimaan diri, di antaranya:

a. Pandangan terhadap diri dan penampilan.

Individu dengan penerimaan diri memiliki penilaian realistis tentang penampilan fisik dan bagaimana orang lain memandang mereka tanpa tuntutan untuk tampil sempurna.

b. Sikap terhadap Kekurangan dan Kelebihan.

Individu yang menerima dirinya cenderung memiliki persepsi lebih seimbang terhadap kekuatan dan kelemahannya dibanding mereka yang belum mampu menerima dirinya.

c. Inferioritas sebagai Refleksi Penerimaan Diri.

Perasaan rendah diri muncul sebagai pertanda ketidaksiapan individu dalam menerima diri secara utuh dan membutuhkan evaluasi yang lebih realistis.

d. Respons terhadap Kritik dan Penolakan.

Walau tidak selalu nyaman, individu yang menerima dirinya tetap mampu menerima kritik dan memanfaatkannya untuk pertumbuhan diri.

e. Keseimbangan antara Diri Nyata dan Diri Ideal.

Individu memiliki harapan dan tujuan hidup yang sejalan dengan kapasitas dirinya. Ambisi tetap ada, tetapi tidak menjadi beban yang menguras energi atau menimbulkan kekecewaan.

f. Keterkaitan antara Penerimaan Diri dan Penerimaan Sosial.

Kemampuan menyukai diri sendiri turut berdampak pada kemampuan menyukai dan menerima orang lain yang menunjang relasi sosial yang sehat.

g. Penerimaan dan Otonomi Pribadi.

Menerima diri tidak berarti pasrah. Individu tetap menuntut kemajuan dan memperjuangkan kualitas hidup yang baik, tanpa sepenuhnya tunduk pada ekspektasi orang lain.

h. Spontanitas dan Kenikmatan Hidup

Orang yang menerima dirinya cenderung lebih bebas mengekspresikan diri dan menikmati hidup.

i. Integritas Moral.

Individu mampu mengakui berbagai kondisi emosional dan psikologis secara jujur tanpa berusaha menutupi atau memanipulasi kenyataan diri.

j. Sikap terhadap Kekurangan Diri.

Individu yang mampu menerima dirinya juga menunjukkan penerimaan terhadap kekurangannya di tengah kehidupan sosial tanpa merasa rendah atau malu.

Aspek-aspek penerimaan diri menurut (Chamberlain & Haaga, 2001) sebagai berikut :

a. Penerimaan tanpa syarat

Individu menerima dirinya tanpa syarat atau tuntutan tertentu. Ini menjadi pondasi dalam membentuk harga diri yang sehat dan mengurangi tekanan dari harapan yang tidak realistis.

b. Kesadaran akan Keterbatasan

Menyadari bahwa memiliki kelemahan adalah bagian dari eksistensi manusia. Kesadaran ini menjauhkan individu dari perfeksionisme dan menumbuhkan ketahanan diri.

c. Mengenali Sisi Positif dan Negatif Diri

Individu membentuk pandangan yang utuh dan seimbang dengan mengakui kelebihan sekaligus kekurangannya.

d. Menyadari sebagai individu yang berharga

Individu merasa memiliki nilai dalam dirinya sendiri bukan karena pencapaian atau pengakuan dari orang lain. Hal ini penting dalam membangun rasa percaya diri dan kesejahteraan psikologis.

Berdasarkan berbagai pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek penerimaan diri yaitu menerima keadaan diri apa adanya, menghargai diri, menyadari kekurangan dan kelebihan diri, bertanggung jawab, berusaha untuk tetap berkembang tanpa menyangkal realitas diri.

B. *Fear of Negative Evaluation*

1. *Pengertian Fear of Negative Evaluation*

Perasaan takut merupakan emosi alami dalam psikologi yang secara umum dialami oleh setiap individu dalam berbagai tingkat. Emosi ini merupakan respons wajar terhadap ancaman atau bahaya yang dirasakan, baik yang bersifat nyata maupun abstrak, termasuk ketakutan terhadap hal-hal yang belum terjadi.

Ketakutan seringkali berkaitan erat dengan munculnya stres dan kecemasan (Guy-evans, 2023).

Menurut Watson & Friend (1969), *fear of negative evaluation* atau ketakutan terhadap penilaian negatif mengacu pada rasa takut seseorang akan penilaian orang lain, ketakutan terhadap evaluasi yang tidak menyenangkan serta kecenderungan menghindari situasi yang dapat memicu penilaian tersebut, karena adanya asumsi bahwa orang lain akan memandang dirinya secara buruk. Kemudian Liu dkk (2020), juga menjelaskan bahwa ketakutan akan dinilai (*fear of negative evaluation*) merupakan rasa cemas ketika seseorang berada dalam lingkungan sosial yang berpotensi memberikan penilaian negatif terhadap dirinya.

Menurut Carter dkk (2012) mengartikan *fear of negative evaluation* sebagai kecemasan yang muncul akibat keyakinan kuat bahwa individu akan dinilai buruk dalam interaksi sosial. Sementara itu, Carleton dkk (2006) menyatakan bahwa ketakutan ini timbul dari kekhawatiran akan ditolak, diremehkan atau dimusuhi oleh orang lain, sehingga menimbulkan tekanan emosional yang cukup besar.

Selanjutnya Vagos dkk (2015) menambahkan bahwa ketakutan terhadap penilaian negatif juga bisa muncul dari keinginan untuk menampilkan citra tertentu kepada orang lain namun ketidakmampuan dalam menyampaikan kesan tersebut dapat menimbulkan gangguan kecemasan atau psikopatologi.

Berdasarkan berbagai definisi di atas, peneliti menyimpulkan bahwa *fear of negative evaluation* merupakan bentuk ketakutan individu terhadap bagaimana ia dinilai oleh orang lain dalam interaksi sosial, terutama terkait dengan rasa takut akan penolakan, penilaian buruk, atau sikap negatif dari lingkungan sosialnya.

2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Fear of Negative Evaluation*

Menurut (Carleton dkk., 2006), mengemukakan bahwa terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi rasa takut terhadap penilaian negatif atau *fear of negative evaluation*. Faktor-faktor tersebut antara lain :

a. Sifat Kepribadian

Ciri kepribadian seseorang sebagian besar diwariskan dari orang tua. Individu yang memiliki kepribadian neurotik cenderung lebih rentan mengalami ketakutan terhadap penilaian buruk dari orang lain.

b. Faktor Genetik

Kecemasan bisa diturunkan melalui kombinasi DNA dan RNA dari kedua orang tua. Pewarisan kromosom tertentu dapat berkontribusi terhadap kecenderungan anak mengalami rasa takut terhadap penilaian negatif.

c. Pengalaman Hidup

Peristiwa-peristiwa yang tidak dapat dikendalikan atau diluar kapasitas individu untuk mengatasi terutama yang terjadi di masa lalu bisa menjadi pemicu munculnya kecemasan pada waktu yang akan datang.

d. Jenis Kelamin

Pada pria, rasa takut terhadap penilaian negatif biasanya berbanding terbalik dengan sifat kompetitif. Namun, rasa ini cenderung meningkat ketika menghadapi tekanan pekerjaan yang terlalu berat, merasa terburu-buru atau memiliki kecenderungan mudah tersinggung dalam hubungan sosial.

Sementara itu, (Kocovski & Endler, 2000) juga menyatakan bahwa rendahnya harga diri atau *self-esteem* dapat menjadi faktor yang memperburuk kecemasan sosial, termasuk ketakutan terhadap evaluasi negatif dari orang lain.

Dari beberapa penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa penyebab utama munculnya *fear of negative evaluation* mencakup unsur kepribadian, faktor keturunan, pengalaman traumatis, jenis kelamin serta tingkat kepercayaan diri yang rendah.

3. Aspek -Aspek *Fear of Negative Evaluation*

Watson dan Friend (1969) menyatakan bahwa *fear of negative evaluation* mempunyai aspek-aspek, diantaranya sebagai berikut:

a. Ketakutan Individu mengenai penilaian dari orang lain mengenai dirinya.

Sebagai bagian dari kecemasan sosial, *fear of negative evaluation* mengacu pada kecemasan atau rasa takut yang muncul dalam situasi sosial, khususnya ketakutan terhadap evaluasi negatif dari orang lain.

b. Stress individu akibat penilaian negatif dari orang lain

Stress terjadi ketika seseorang menetapkan standar yang sangat tinggi bagi dirinya sendiri yang sulit untuk dicapai dan memicu perasaan cemas terhadap evaluasi buruk dari orang lain.

c. Penghindaran Individu yang dapat menyebabkan dirinya di evaluasi.

Penghindaran ini mengacu pada perilaku seseorang yang cenderung menjauhi situasi sosial yang bisa memicu evaluasi negatif dari orang lain.

d. Keyakinan pada diri individu bahwa orang lain akan menilai dirinya secara negatif

Berdasarkan pendapat (Weeks dkk., 2005) *fear of negative evaluation* terdiri dari dua indikator, yaitu:

a. Ketakutan terhadap penilaian orang lain

Individu yang memiliki tingkat *fear of negative evaluation* tinggi cenderung merasakan ketakutan terhadap penilaian yang diberikan oleh orang lain.

b. Tidak adanya ketakutan terhadap penilaian orang lain

Individu dengan tingkat *fear of negative evaluation* yang rendah umumnya tidak merasakan ketakutan terhadap penilaian yang datang dari orang lain.

Kesimpulan yang dapat diambil dari berbagai pendapat di atas adalah bahwa individu dengan kecenderungan *fear of negative evaluation* cenderung memiliki ketakutan tentang bagaimana dirinya akan dievaluasi oleh orang lain, merasa tertekan oleh evaluasi negatif orang lain, menghindari situasi yang memungkinkan untuk mendapatkan penilaian dari orang lain, harapan mengenai evaluasi negatif dari orang lain, merasa cemas untuk berhubungan sosial.

C. Hubungan *Fear Of Negative Evaluation* Dengan Penerimaan Diri

Menurut pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) yang dikembangkan oleh Albert Ellis, ketakutan terhadap penilaian negatif atau *Fear of Negative Evaluation* (FNE) dapat menjadi hambatan serius dalam proses individu menerima dirinya secara utuh. Hal ini disebabkan oleh kecenderungan individu dengan FNE untuk memegang keyakinan yang tidak rasional, seperti anggapan bahwa mereka harus selalu mendapatkan penerimaan dan penghargaan dari orang lain. Keyakinan tersebut menciptakan tekanan psikologis yang signifikan, sehingga

individu mengalami kesulitan untuk menerima dirinya tanpa syarat. Ketika penilaian negatif dari lingkungan diinternalisasi sebagai cerminan nilai diri, penerimaan terhadap kelemahan pribadi maupun penghargaan terhadap nilai intrinsik diri menjadi terganggu. Dalam kerangka REBT, kondisi ini dapat diatasi melalui intervensi kognitif, khususnya dengan menantang dan menggantikan pikiran irasional dengan pola pikir yang lebih rasional dan konstruktif, sehingga individu dapat membangun sikap yang lebih positif dan realistis terhadap dirinya sendiri (Ellis & Dryden, 2007).

Ketakutan dinilai negatif (*fear of negative evaluation*) sendiri merupakan salah satu bentuk kecemasan sosial yang ditandai oleh ketakutan berlebih terhadap kemungkinan dinilai secara negatif, dikritik, atau ditolak oleh orang lain (Watson & Friend, 1969). Individu dengan tingkat ketakutan dinilai negatif tinggi biasanya cenderung menarik diri dari interaksi sosial, merasa tidak aman secara emosional, dan terus-menerus memikirkan bagaimana mereka dipersepsikan oleh lingkungan (Weeks dkk., 2005).

Di sisi lain, penerimaan diri mencerminkan kemampuan seseorang untuk mengenali, mengakui, dan menerima seluruh aspek dirinya, baik kekuatan maupun kelemahannya, tanpa menjatuhkan diri secara berlebihan (Carver dkk., 1985). Sheerer (1949) menyatakan bahwa individu yang memiliki penerimaan diri yang baik akan menunjukkan kestabilan emosi dan daya tahan yang lebih kuat dalam menghadapi tekanan sosial.

Pada konteks warga binaan pemasyarakatan, persoalan ini menjadi semakin kompleks. Mereka tidak hanya harus menghadapi konflik batin dan rasa bersalah atas masa lalunya, tetapi juga menghadapi stigma serta penolakan sosial dari masyarakat. Dalam kondisi demikian, potensi munculnya ketakutan akan dinilai negatif menjadi sangat tinggi, yang dapat memengaruhi persepsi diri mereka secara signifikan. Warga binaan pemasyarakatan mungkin merasa tidak pantas untuk diterima, tidak berharga, atau bahkan tidak memiliki harapan untuk berubah akibat tekanan sosial yang dialami.

Leary (1983) menemukan bahwa individu yang memiliki tingkat ketakutan akan dinilai negatif tinggi cenderung memiliki harga diri rendah dan mengalami

kesulitan dalam membentuk citra diri yang positif. Akibatnya, penerimaan diri individu menjadi rendah. Fokus perhatian yang terus-menerus tertuju pada persepsi orang lain menjadikan individu kurang peduli terhadap proses pemahaman dan penerimaan diri yang sehat.

Penelitian empiris mendukung keterkaitan ini Weeks dkk (2008) menemukan adanya korelasi negatif yang kuat antara tingkat ketakutan akan dinilai negatif dan penerimaan diri, di mana semakin tinggi skor ketakutan akan dinilai negatif, semakin rendah kemampuan individu dalam menerima dirinya. Temuan serupa dikemukakan oleh Thompson & Zuroff (2004), yang menyebut bahwa kecemasan sosial dan sensitivitas terhadap evaluasi negatif merupakan faktor utama yang dapat mereduksi tingkat penerimaan diri.

Dalam kasus warga binaan pemasyarakatan, dampaknya lebih mendalam. Ketidakmampuan untuk mengelola ketakutan terhadap penilaian negatif tidak hanya memperlambat proses adaptasi sosial, tetapi juga menghambat keberhasilan program rehabilitasi dan kesiapan warga binaan pemasyarakatan untuk berintegrasi kembali ke masyarakat. Oleh karena itu, memahami dampak ketakutan akan dinilai negatif menjadi krusial dalam perancangan program intervensi psikologis di lembaga pemasyarakatan. Program-program tersebut perlu dirancang untuk membantu warga binaan pemasyarakatan membangun kembali penerimaan diri yang positif dan mengembangkan ketahanan psikologis sebagai bekal menghadapi kehidupan pasca-pembebasan.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang jelas antara ketakutan akan dinilai negatif dan penerimaan diri. Semakin tinggi rasa takut individu terhadap penilaian negatif dari orang lain, maka semakin sulit untuk menerima dirinya sendiri secara utuh. Oleh karena itu, pemahaman terhadap dinamika ini penting dalam penyusunan pendekatan psikologis yang efektif, terutama dalam konteks rehabilitasi dan reintegrasi sosial warga binaan pemasyarakatan.

D. Hipotesis

Dari uraian di atas, hipotesis dalam penelitian ini adalah ada korelasi negatif antara ketakutan akan penilaian negatif dengan tingkat penerimaan diri pada warga binaan pemasyarakatan. Artinya, semakin besar rasa takut warga binaan pemasyarakatan terhadap penilaian negatif dari orang lain, maka tingkat penerimaan dirinya cenderung menurun. Sebaliknya, apabila rasa takut tersebut lebih rendah, maka penerimaan dirinya akan cenderung meningkat.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Penelitian ini memiliki dua jenis variabel, yaitu variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y). Variabel bebas atau *independen* adalah variabel yang akan mempengaruhi variabel lain. Sedangkan variabel terikat atau *dependen* adalah variabel yang akan dipengaruhi oleh variabel bebas (Hardani dkk., 2020). Variabel yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Variabel Bebas (X) : *Fear of Negative Evaluation*
2. Variabel Tergantung (Y) : Penerimaan Diri

B. Definisi Operasional

Definisi operasional bertujuan guna menjabarkan suatu variabel atau istilah dalam suatu riset yang memiliki sifat operasional, yang akan mempermudah pembaca dalam memaknai suatu riset (Suhardi, 2023). Berikut ini akan dijabarkan definisi operasional setiap variabel yang akan dikaji dalam riset ini :

1. Penerimaan Diri

Penerimaan diri didefinisikan sebagai individu yang menerima dirinya secara penuh, utuh, dan tanpa syarat (*unconditionally*) terlepas dari bagaimana orang lain memandang dirinya.

Penerimaan diri pada penelitian ini diukur menggunakan aspek yang dikemukakan oleh (Chamberlain & Haaga, 2001), yang terdiri dari individu menerima diri tanpa syarat, individu menyadari bahwa manusia memiliki kelemahan, individu menyadari adanya hal positif dan negatif dalam diri, individu menyadari diri sebagai pribadi yang berharga.

Skor penerimaan diri yang makin tinggi mencerminkan individu menerima dirinya dengan baik. Sedangkan, skor yang makin rendah mencerminkan kecenderungan individu kurang menerima diri dengan baik.

2. *Fear Of Negative Evaluation*

Fear of negative evaluation adalah kekhawatiran individu terhadap evaluasi dari orang lain dalam situasi sosial seperti takut dihakimi, diremehkan atau dimusuhi oleh orang lain.

Penelitian ini menggunakan terjemahan dari skala baku *fear of negative evaluation* dari Watson dan Friend (1969) yang terdiri dari beberapa indikator diantaranya ketakutan individu mengenai penilaian dari orang lain mengenai dirinya, stress individu akibat penilaian negatif dari orang lain, penghindaran individu pada situasi yang dapat menyebabkan dirinya dievaluasi, dan keyakinan pada diri individu bahwa orang lain akan menilai dirinya secara negatif.

Skor *fear of negative evaluation* yang makin tinggi mencerminkan individu yang sangat takut dinilai buruk oleh orang lain. Sedangkan, skor yang makin rendah mencerminkan individu yang cenderung tidak terlalu takut dinilai buruk oleh orang lain atau lingkungan.

C. Populasi, Sampel dan Sampling

1. Populasi

Populasi yakni area umum yang didalamnya terdapat subjek dengan karakteristik khusus yang dijadikan oleh penulis sebagai wilayah yang dipelajari dan melakukan penarikan kesimpulan (Arikunto, 2010). Populasi dalam riset ini yakni semua warga binaan pemasyarakatan yang berada di LAPAS Kelas IIB Sleman. Adapun detail dari jumlah warga binaan pemasyarakatan di LAPAS tersebut yakni :

Tabel 1. Rincian Data Warga Binaan Pemasyarakatan Lapas Kelas IIB Sleman 2025

No	Blok Kamar Hunian	Jumlah
1.	Blok B	50
2.	Blok C	53
3.	Blok D	51
4.	Blok E	48
Total		202

2. Sampel

Menurut Sugiyono (2017), sampel merupakan bagian dari populasi yang mewakili karakteristik yang sama. Oleh karena itu, dalam menentukan sampel, penting untuk mempertimbangkan kesesuaian karakteristik antara sampel dan populasi secara keseluruhan agar hasil penelitian yang diperoleh dapat dipertanggungjawabkan secara akurat.

3. Sampling

Teknik pengambilan sampel merupakan teknik yang digunakan untuk mengambil sampel dalam sebuah populasi. Teknik pengambilan sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah cluster random sampling, yaitu memilih subjek secara acak berdasarkan total populasi daripada berdasarkan individu (Azwar, 2018).

D. Metode Pengumpulan Data

Teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah menggunakan skala. Skala merupakan metode pengumpulan data yang terdiri dari sejumlah pertanyaan tertulis yang perlu dijawab oleh para responden (Sugiyono, 2017). Skala yang akan digunakan pada penelitian ini berupa pertanyaan yang berbentuk skala psikologi mengenai *fear of negative evaluation* dan penerimaan diri pada warga binaan pemasyarakatan di Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) Kelas IIB Sleman. Skala tersebut dijadikan sebagai acuan untuk menetapkan interval antar instrumen pengukuran, dengan tujuan memperoleh data kuantitatif dalam penelitian ini. Terdapat dua skala instrumen pengukuran atau alat ukur yang digunakan pada penelitian ini yaitu *Fear Of Negative Evaluation Scale* dan *Unconditional Self Acceptance Questionnaire*.

1. Skala Penerimaan Diri

Skala penerimaan diri yang digunakan untuk pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan adaptasi dari skala *Unconditional Self Acceptance Questionnaire* (USAQ) yang disusun oleh Chamberlain dan Haaga (2001). Alat ukur ini disusun berdasarkan teori penerimaan diri yang digagasi oleh Albert Ellis dalam teori REBT (Rational Emotive Behavior Therapy).

Alat ukur ini terdiri dari 20 butir pernyataan dan memiliki lima pilihan jawaban yaitu terdiri dari, sangat tidak setuju (STS), tidak setuju (TS), netral (N), setuju (S), dan sangat setuju (SS).

2. Skala *Fear Of Negative Evaluation*

Skala *fear of negative evaluation* yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengumpulkan data adalah menggunakan adaptasi dari skala baku *Fear*

of Negative Evaluation dari Watson dan Friend (1969) yang terdiri dari empat aspek, yaitu kekhawatiran individu mengenai penilaian dari orang lain mengenai dirinya, stress individu akibat penilaian negatif dari orang lain, penghindaran individu pada situasi yang dapat menyebabkan dirinya dievaluasi, dan keyakinan pada diri individu bahwa orang lain akan menilai dirinya secara negatif.

Skala baku *fear of negative evaluation* dari Watson and Friend (1969) yang terdiri dari 30 butir pernyataan. Pada penelitian ini di menggunakan skala likert dengan empat pilihan jawaban yang terdiri dari sangat tidak sesuai (STS), tidak sesuai (TS), sesuai (S) dan sangat sesuai (SS).

E. Uji Validitas, Uji Daya Beda Item dan Uji Reliabilitas

1. Uji Validitas

Validitas merupakan tingkat ketepatan alat ukur dalam mengukur sesuatu yang sesuai dengan tujuan pengukuran. Suatu tes dikatakan memiliki validitas tinggi apabila alat ukur tersebut mampu memberikan hasil yang tepat dan sesuai dengan konstruk yang dimaksud (Sugiyono, 2017). Penelitian ini menggunakan uji validitas melalui validitas isi (*content validity*). Validitas isi merujuk pada kemampuan butir pernyataan dalam mengukur konstruk yang akan diukur. Penentuan validitas isi dilakukan melalui evaluasi terhadap butir-butir yang digunakan selama proses penilaian.

2. Uji Daya Beda Item

Uji daya beda item bertujuan untuk melihat sejauh mana suatu item dapat membedakan individu yang memiliki atribut tertentu dengan yang tidak memilikinya (Azwar, 2018). Dalam penelitian ini, uji daya beda dilakukan menggunakan korelasi *Product Moment Pearson* dengan bantuan program Statistical Product and Service Solution (SPSS) versi 25.0.

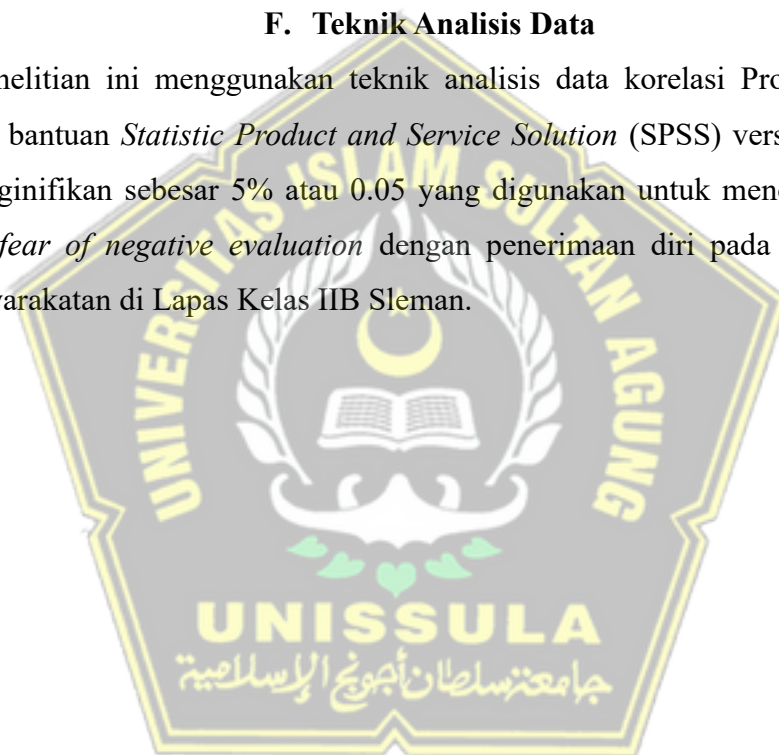
3. Uji Reliabilitas

Reliabilitas merupakan tingkat konsistensi hasil dari suatu alat ukur, yang menunjukkan sejauh mana alat tersebut dapat dipercaya dan memberikan hasil yang akurat (Azwar, 2018). Reliabilitas juga diartikan sebagai kemampuan instrumen untuk menghasilkan data yang sama ketika digunakan berulang kali

pada objek yang sama (Sugiyono, 2017). Nilai koefisien reliabilitas yang mendekati angka satu menunjukkan tingkat reliabilitas yang tinggi, sedangkan koefisien yang mendekati nol menunjukkan reliabilitas yang rendah. Dalam penelitian ini, pengujian reliabilitas dilakukan menggunakan koefisien Cronbach's Alpha melalui program Statistical Product and Service Solution (SPSS) versi 25.0. Penggunaan metode ini bertujuan untuk mengestimasi konsistensi antar item, baik yang diberi skor secara dikotomis maupun dengan skala yang lebih kompleks (Azwar, 2018).

F. Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data korelasi Product Moment dengan bantuan *Statistic Product and Service Solution* (SPSS) versi 25.0 dengan taraf signifikan sebesar 5% atau 0.05 yang digunakan untuk mencari hubungan antara *fear of negative evaluation* dengan penerimaan diri pada warga binaan pemasyarakatan di Lapas Kelas IIB Sleman.



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kancan dan Pelaksanaan Penelitian

1. Orientasi Kancan Penelitian

Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Sleman merupakan salah satu dari lembaga Unit Pelaksana Teknis (UPT) yang berfokus pada sektor pemasyarakatan di wilayah kerja kantor Kementerian Imigrasi dan Pemasyarakatan Daerah Istimewa Yogyakarta. LAPAS kelas II-B Sleman berlokasi di Jl. Cabakan, Sumberadi, Kec. Mlati, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta, 55288. Lapas ini didesain untuk memiliki fungsi menampung dan memberikan perlindungan serta pembinaan bagi warga binaan pemasyarakatan laki-laki. Fasilitas yang terdapat di lapas yaitu blok hunian, ruang kunjungan, tempat ibadah, perpustakaan, fasilitas pembinaan.

Program pembinaan yang diselenggarakan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Sleman secara umum terbagi ke dalam tiga kategori utama. Pertama, pembinaan kepribadian, yang berfokus pada pembentukan moral dan spiritual warga binaan melalui kegiatan keagamaan, penyuluhan hukum, serta layanan konseling. Kedua, pembinaan keterampilan, yang bertujuan membekali warga binaan dengan kemampuan praktis melalui pelatihan membatik, pembuatan roti, kerajinan kayu, serta keterampilan perbengkelan. Ketiga, pembinaan kemandirian, yang diarahkan pada pengembangan kemampuan hidup mandiri, antara lain melalui pelatihan menjahit, potong rambut, budidaya ikan, beternak ayam, dan bercocok tanam.

Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Sleman memiliki 6 blok hunian (Blok A, Blok B, Blok C, Blok D, Blok E dan Blok F) pada setiap blok memiliki jumlah kamar yang berbeda-beda. Blok A (Anggrek) dihuni oleh tahanan, Blok B (Bougenvil) dihuni oleh para warga binaan pemasyarakatan yang masih berusia remaja atau dewasa awal, Blok C (Cempaka) dihuni oleh warga binaan pemasyarakatan yang telah berusia lanjut dan kelompok rentan, Blok D (Dahlia) dihuni oleh para warga binaan pemasyarakatan yang telah lama vonis

dan bekerja sebagai tahanan pendamping (tamping), Blok E (Edelweis) dihuni oleh para warga binaan pemasyarakatan yang bekerja sebagai tahanan pendamping (tamping), dan Blok F dihuni oleh tahanan baru untuk masa pengenalan lingkungan, warga binaan pemasyarakatan yang melakukan pelanggaran serta warga binaan pemasyarakatan yang sedang menjalani masa isolasi akibat sakit.

2. Persiapan Penelitian

Persiapan penelitian adalah tahap lanjutan setelah menentukan tempat penelitian. Tahap ini dilakukan untuk menyiapkan semua kebutuhan sebelum penelitian dilaksanakan. Hal ini juga bertujuan untuk memastikan penelitian dapat berjalan lancar, mengurangi akan terjadinya kesalahan dan hambatan dalam proses penelitian.

a. Persiapan Perizinan

Persiapan perizinan adalah salah satu tahapan awal pada proses persiapan penelitian. Permohonan surat izin penelitian diajukan kepada staff Tata Usaha (TU) Fakultas Psikologi UNISSULA. Kemudian, TU Fakultas Psikologi mengeluarkan surat izin penelitian dengan nomor surat 1185/C.1/Psi-SA/VII/2025. Selanjutnya, peneliti menyerahkan surat izin penelitian ke Kantor Wilayah Direktorat Jenderal Pemasyarakatan Daerah Istimewa Yogyakarta untuk mendapatkan izin melakukan penelitian di LAPAS. Setelah mendapatkan balasan surat izin peneliti menyerahkan surat izin kepada staff LAPAS dan melakukan proses persiapan untuk pelaksanaan penelitian.

b. Penyusunan Alat Ukur

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai media pengumpulan data. Penelitian ini menggunakan dua alat ukur, yaitu skala *fear of negative evaluation* dan penerimaan diri. Butir pada skala terdiri dari pernyataan yang mendukung (*Favorable*) dan pernyataan yang tidak mendukung (*unfavorable*).

1. *Unconditional Self Acceptance Questionnaire (USAQ)*

Penyusunan skala *Unconditional Self Acceptance Questionnaire* (USAQ) didasarkan pada empat aspek penerimaan diri yang dikonstruksi oleh Chamberlain dan Haaga (2001). Peneliti melakukan translasi alat ukur ini dengan bimbingan *expert judgement*. Skala ini memiliki 20 butir pernyataan yang terbagi atas pernyataan yang mendukung (*favorable*) dan pernyataan yang tidak mendukung (*unfavorable*).

Tabel 2. Blueprint Skala Penerimaan Diri

No.	Aspek	Butir		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Penerimaan Tanpa Syarat	3	3	6
2.	Memiliki Kesadaran Bahwa Manusia Memiliki Kelemahan	2	2	4
3.	Menyadari Adanya Hal Negatif Dan Positif Dalam Diri	2	2	4
4.	Menyadari Sebagai Individu Yang Berharga	3	3	6
Total		10	10	20

2. *Fear of Negative Evaluation (FNE)*

Penyusunan skala *Fear of Negative Evaluation* (FNE) didasarkan pada empat aspek ketakutan untuk dinilai buruk yang dikonstruksi oleh Watson dan Friend (1969). Peneliti melakukan translasi alat ukur ini dengan bimbingan *expert judgement*. Skala ini memiliki 30 butir yang terbagi atas pernyataan yang mendukung (*favorable*) dan pernyataan yang tidak mendukung (*unfavorable*).

Tabel 3. *Blueprint Skala Fear of Negative Evaluation*

No.	Indikator	Butir		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Ketakutan Individu Mengenai Penilaian Dari Orang Lain Mengenai Dirinya	4	6	10
2.	Stress Individu Akibat Penilaian Negatif Dari Orang Lain	6	1	7
3.	Penghindaran Individu Pada Situasi Yang Dapat Menyebabkan Dirinya Di Evaluasi	2	5	7
4.	Keyakinan Pada Diri Individu Bahwa Orang Lain Akan Menilai Dirinya Secara Negatif	5	1	6
Total		17	13	30

3. Uji Coba Alat Ukur

Uji coba alat ukur dilakukan untuk mengetahui kualitas dari alat ukur yang digunakan dan menggugurkan butir yang kurang sesuai dengan indikator penelitian. Hal ini dilakukan pada kedua alat ukur, yaitu *Unconditional Self Acceptance Questionnaire* (USAQ) dan *Fear of Negative Evaluation* (FNE). Peneliti melaksanakan uji coba pada tanggal 2 Agustus 2025. Skala uji coba disebarkan secara langsung kepada subjek dan didampingi oleh staff LAPAS. Subjek uji coba adalah blok hunian B dan C dengan jumlah 100 subjek sebagai sampel *try out*.

4. Uji Daya Beda Dan Estimasi Reliabilitas Alat Ukur

Uji daya beda aitem ini dilakukan untuk mengetahui butir yang memiliki daya beda rendah dan daya beda tinggi. Apabila hasil analisis mengungkapkan aitem memiliki daya beda rendah, maka aitem tersebut digugurkan. Batas kriteria dalam uji daya beda aitem yaitu $rix \geq 0,30$. Namun, apabila butir yang memiliki daya beda tinggi belum memenuhi syarat, maka batas kriteria uji daya beda bisa diturunkan menjadi 0,25 (Azwar, 2021). Berikut hasil uji daya beda butir dan reliabilitas pada setiap skala :

a. Penerimaan Diri

Berdasarkan hasil uji daya beda butir dalam skala penerimaan diri ditemukan hasil berupa 13 butir tergolong memiliki daya beda tinggi dan 7 butir tergolong memiliki daya beda rendah. Nilai koefisien yang didapatkan oleh butir dengan daya beda tinggi sekitar 0,346 - 0,585. Sedangkan nilai koefisien yang didapatkan oleh butir dengan daya beda rendah sekitar 0,017 - 0,293 yang berada di butir nomor 1,3,5,10,11,12 dan 16. Estimasi reliabilitas skala penerimaan diri menggunakan formula *cornbach alpha*, di mana butir yang diukur hanyalah butir dengan daya beda tinggi (13 butir). Nilai estimasi reliabilitas yang didapatkan yakni 0,834. Dari perolehan nilai tersebut maka bisa dinyatakan jika skala penerimaan diri reliabel. Adapun penjabaran mengenai daya beda setiap butir dalam skala ini sebagai berikut:

Tabel 4. Daya Beda Butir Penerimaan Diri

No.	Aspek	Butir		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Penerimaan Tanpa Syarat	2,8,18	10*,13,15	6
2.	Memiliki Kesadaran Bahwa Manusia Memiliki Kelemahan	3*,5*	12*,19	4
3.	Menyadari Adanya Hal Negatif Dan Positif Dalam Diri	1*,16*	6,9	4
4.	Menyadari Sebagai Individu Yang Berharga	11*,17,20	4,7,14	6
Total		10	10	20

Keterangan (*) = Butir yang memiliki daya beda rendah

Tabel 5. Penomoran Ulang Skala Penerimaan Diri

No.	Aspek	Butir		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Penerimaan Tanpa Syarat	2(1),8(5), 18(11)	10*,13(7), 15(9)	6
2.	Memiliki Kesadaran Bahwa Manusia Memiliki Kelemahan	3*,5*	12*, 19(12)	4
3.	Menyadari Adanya Hal Negatif Dan Positif Dalam Diri	1*,16*	6(3),9(6)	4
4.	Menyadari Sebagai Individu Yang Berharga	11*,17(10), 20(13)	4(2),7(4), 14(8)	6
Total		10	10	20

Keterangan (...) = Nomor butir baru atau nomor butir pada skala penelitian

b. *Fear Of Negative Evaluation*

Berdasarkan hasil uji daya beda aitem dalam skala *fear of negative evaluation* ditemukan hasil berupa 26 butir tergolong memiliki daya beda tinggi dan 4 butir tergolong memiliki daya beda rendah. Nilai koefisien yang didapatkan oleh butir dengan daya beda tinggi sekitar 0,321 - 0,692. Sedangkan nilai koefisien yang didapatkan oleh butir dengan daya beda rendah sekitar -0,031 - 0,296 yang berada di butir nomor 5,7,10 dan 18. Estimasi reliabilitas skala penerimaan diri menggunakan formula *cronbach alpha*, di mana butir yang diukur hanyalah butir dengan daya beda tinggi (26 butir). Nilai estimasi reliabilitas yang didapatkan yakni 0,908. Dari perolehan nilai tersebut maka bisa dinyatakan jika skala penerimaan diri reliabel. Adapun penjabaran mengenai daya beda setiap butir dalam skala ini sebagai berikut:

Tabel 6. Daya Beda Butir *Fear of Negative Evaluation*

No.	Indikator	Butir		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Kekhawatiran Individu Mengenai Penilaian Dari Orang Lain Mengenai Dirinya	2,3,5*,7*	1,4,6,8,10*,12	10
2.	Stress Individu Akibat Penilaian Negatif Dari Orang Lain	11,13,14,17,24,30	16	7
3.	Penghindaran Individu Pada Situasi Yang Dapat Menyebabkan Dirinya Di Evaluasi	25,28	15,18*,21,23,26	7
4.	Keyakinan Pada Diri Individu Bahwa Orang Lain Akan Menilai Dirinya Secara Negatif	9,19,20,22,29	27	6
Total		17	13	30

Keterangan (*) = Butir yang memiliki daya beda rendah



Tabel 7. Penomoran Ulang Skala *Fear of Negative Evaluation*

No.	Indikator	Butir		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Kekhawatiran Individu Mengenai Penilaian Dari Orang Lain Mengenai Dirinya	2,3, 5*, 7*	1,4, 6(5), 8(6), 10*, 12(9)	10
2.	Stress Individu Akibat Penilaian Negatif Dari Orang Lain	11(8), 13(10), 14(11), 17(14), 24(20), 30(26)	16(13)	7
3.	Penghindaran Individu Pada Situasi Yang Dapat Menyebabkan Dirinya Di Evaluasi	25(21), 28(24)	15(12), 18*, 21(17), 23(19), 26(22)	7
4.	Keyakinan Pada Diri Individu Bahwa Orang Lain Akan Menilai Dirinya Secara Negatif	9(7), 19(15), 20(16), 22(18), 29(25)	27(23)	6
Total		17	13	30

Keterangan (...) = Nomor butir baru atau nomor butir pada skala penelitian

B. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian dilakukan pada tanggal 6 Agustus 2025 setelah uji coba alat ukur selesai dilakukan. Penyebaran skala dilakukan secara tatap muka langsung dengan menyebarkan booklet kepada subjek dan diberi panduan serta pendampingan dari petugas LAPAS. Sampel penelitian didapatkan dari hasil *cluster random sampling* yaitu blok hunian D dan E dengan total subjek 99. Dengan keterangan sampel penelitian terisi sebanyak 67 subjek.

Tabel 8.Data Demografi Subjek Berdasarkan Jenis Pidana

No.	Jenis Pidana	Frekuensi	Persentase
1.	Kekerasan	11	16,42
2.	Penggelapan dengan pemberatan	2	2,99
3.	Penggelapan	7	10,45
4.	Cipta kerja	1	1,49
5.	KDRT	2	2,99
6.	Perbuatan cabul terhadap anak	15	22,39
7.	Pencemaran nama baik	2	2,99
8.	Penipuan	5	7,46
9.	UU Migas	1	1,49
10.	UU Perlindungan Konsumen	1	1,49
11.	Pembakaran	2	2,99
12.	Pencurian dengan pemberatan	9	13,43
13.	PPA	2	2,99
14.	Persetubuhan terhadap anak	8	11,94
15.	Penganiayaan	6	8,96
16.	Pembunuhan	2	2,99
17.	Pencurian dalam keluarga	1	1,49
18.	Kelalaian yang menyebabkan orang mati	1	1,49
19.	Tipikor	1	1,49
20.	UU Pilkada	1	1,49
Total		80	100

Tabel 9.Data Demografi Subjek Berdasarkan Lama Pidana

No.	Lama Pidana	Frekuensi	Persentase
1.	1-3 Tahun	32	47,76
2.	3-6 Tahun	16	23,89
3.	6-10 Tahun	9	13,43
4.	> 10 Tahun	10	14,93
	Total	67	100

Tabel 10.Data Demografi Subjek Berdasarkan Sisa Masa Pidana

No.	Sisa Masa Pidana	Frekuensi	Persentase
1.	< 1 Bulan	3	4,48%
2.	1-6 Bulan	17	25,37%
3.	7-12 Bulan	16	23,88%
4.	13-18 Bulan	4	5,97%
5.	19-24 Bulan	7	10,45%
6.	25-30 Bulan	1	1,49%
7.	31-36 Bulan	1	1,49%
8.	37-42 Bulan	3	4,48%
9.	43-48 Bulan	6	8,96%
10.	55-60 Bulan	3	4,48%
11.	67-72 Bulan	1	1,49%
12.	73-78 Bulan	1	1,49%
13.	91-96 Bulan	2	2,99%
14.	109-114 Bulan	1	1,49%
15.	151-156 Bulan	1	1,49%
	Total	67	100%

C. Analisis Data dan Hasil Penelitian

1. Uji Asumsi

Setelah menyelesaikan rangkaian penelitian, peneliti melakukan uji analisis dari data yang didapat selama proses penelitian. Langkah awal uji analisis data yaitu dengan melakukan uji asumsi. Uji asumsi terbagi menjadi beberapa pengujian, diantaranya yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji normalitas dan uji linearitas. Berikut penjabaran dari hasil uji asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui normal atau tidaknya suatu distribusi data. Penelitian ini menggunakan metode One-Sample Kolmogorov Smirnov Z yang terdapat dalam program SPSS versi 25.0. Data dapat dikatakan terdistribusi normal apabila nilai signifikansinya $> 0,05$. Namun, apabila nilai signifikansinya $< 0,05$ maka data tersebut tidak terdistribusi normal. Hasil uji normalitas menunjukkan nilai Kolmogorov Smirnov Z pada skala penerimaan diri sebesar 0,094 dengan signifikansi 0,200 ($> 0,05$), artinya data terdistribusi normal. Sedangkan, pada skala fear of negative evaluation nilai Kolmogorov Smirnov Z sebesar 0,128 dengan signifikansi 0,008 ($< 0,05$), maka data terdistribusi tidak normal.

b. Uji Linearitas

Uji Linearitas dilakukan untuk mengetahui bentuk hubungan antara variabel bebas dengan variabel tergantung. Suatu variabel penelitian dapat dikatakan memiliki hubungan yang linear, apabila variabel tersebut memiliki nilai $p < 0,05$.

Hasil uji linear yang dilakukan antara variabel penerimaan diri dengan fear of negative evaluation menunjukkan nilai Flinear sebesar 7.741 dengan signifikansi sebesar 0,027 dapat dikatakan bahwa kurang dari nilai $p < 0,05$. Berdasarkan hasil uji linearitas maka dapat dikatakan bahwa ada hubungan yang linear antara variabel penerimaan diri dengan fear of negative evaluation.

c. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk membuktikan apakah hipotesis yang diajukan diterima atau tidak. Peneliti dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi product moment, untuk membuktikan hipotesis yang ada. Berdasarkan hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa $r_{xy} = -0,247$ dengan tingkat signifikansinya $0,044$ ($p < 0,05$). Artinya, hipotesis yang dirancang diterima dan menyatakan adanya hubungan negatif yang signifikan antara penerimaan diri dengan *fear of negative evaluation*.

D. Deskripsi Hasil Penelitian

Deskripsi variabel dilakukan untuk memberikan deskripsi mengenai data dari variabel yang diperoleh dari kelompok subjek penelitian dan tidak dimaksudkan untuk melakukan pengujian hipotesis (Azwar, 2017). Penelitian ini menggunakan kategori normatif subjek dengan model distribusi normal yang berdasarkan pada asumsi bahwa skor subjek dalam kelompok merupakan perkiraan skor subjek dalam populasi hipotetik dan skor subjek pada populasi berdistribusi normal. Standar dalam distribusi normal terbagi menjadi enam bagian atau enam satuan deviasi standar, artinya tiga bagian beranda negatif yang terletak disebelah kiri dan tiga lainnya bertanda positif berada di sebelah kanan (Azwar, 2015). Standar kategori yang digunakan dalam penelitian ini adalah lima standar kategori, diantaranya:

Tabel 11. Kriteria Norma Kategorisasi

Rentang Skor	Kategori
$\mu + 1,5\sigma < X$	Sangat Tinggi
$\mu + 0,5\sigma < X \leq \mu + 1,5\sigma$	Tinggi
$\mu - 0,5\sigma < X \leq \mu + 0,5\sigma$	Sedang
$\mu - 1,5\sigma < X \leq \mu - 0,5\sigma$	Rendah
$X \leq \mu - 1,5\sigma$	Sangat Rendah

Keterangan: μ = Mean Hipotetik; σ = Standar Deviasi Hipotetik

1. Deskripsi Data Skor *Unconditional Self Acceptance Questionnaire*

Skala *Unconditional Self Acceptance Questionnaire* memiliki 13 aitem dengan rentang skor 1 sampai 5. Berdasarkan rentang nilai tersebut, maka skor

minimum diperoleh 13 (13×1), skor maksimum diperoleh 65 (13×5), rentang skor diperoleh 52 ($65 - 13$), skor standar deviasi diperoleh 10,4 ($((65 - 13) : 5)$), serta skor *mean* hipotetik diperoleh 39 ($((65 + 13) : 2)$).

Deskripsi hasil skor empirik yang diperoleh pada skala penerimaan diri melalui penghitungan SPSS yaitu skor minimum diperoleh 30, skor maksimum diperoleh 47, skor standar deviasi diperoleh 3,334, serta skor mean empirik diperoleh 37,91.

Tabel 12. Deskripsi Skor Skala Penerimaan Diri

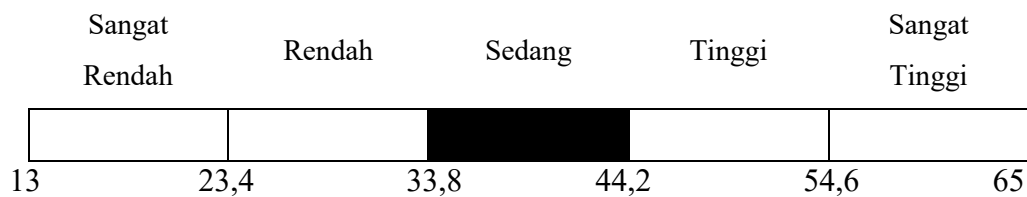
	Empirik	Hipotetik
Skor minimum	30	13
Skor maksimum	47	65
Mean (M)	37,91	39
Standar Deviasi (SD)	3,334	10,4

Berdasarkan hasil penghitungan statistik pada tabel di atas, dapat diketahui bahwa hasil rentang skor yang diperoleh subjek berada pada kategori sedang yaitu 37,91. Berikut tabel norma kategorisasi sebagai deskripsi data variabel:

Tabel 13. Kategorisasi Skor Subjek pada Skala Penerimaan Diri

Norma	Frekuensi	Persentase	Kategori
$54,6 < X$	0	0%	Sangat Tinggi
$44,2 < X \leq 54,6$	1	1,5%	Tinggi
$33,8 < X \leq 44,2$	59	88,1%	Sedang
$23,4 < X \leq 33,8$	7	10,4%	Rendah
$X \leq 23,4$	0	0%	Sangat Rendah
Total	67	100%	

Berdasarkan tabel di atas dapat diuraikan bahwa ada 1 individu (1,5%) yang termasuk kategori tinggi, 59 individu (88,1%) termasuk kategori sedang, dan 7 individu (10,4%) termasuk kategori rendah. Hal ini menandakan bahwa sebagian besar warga binaan pemasyarakatan LAPAS Kelas IIB Sleman memiliki penerimaan diri yang sedang, artinya warga binaan pemasyarakatan cukup mampu untuk menerima dirinya dengan status yang sedang dimiliki saat ini.



Gambar 1. Norma Kategorisasi Skala Penerimaan Diri

2. Deskripsi Data Skor *Fear of Negative Evaluation*

Skala penerimaan diri memiliki 26 aitem dengan rentang skor 1 sampai 4. Berdasarkan rentang nilai tersebut, maka skor minimum diperoleh 26 (26×1), skor maksimum diperoleh 104 (26×4), rentang skor diperoleh 78 ($104 - 26$), skor standar deviasi diperoleh 19,5 ($((104 - 26) : 4)$), serta skor mean hipotetik diperoleh 65 ($((104 + 26) : 2)$).

Deskripsi hasil skor empirik yang diperoleh pada skala fear of negative evaluation melalui penghitungan SPSS yaitu skor minimum diperoleh 51, skor maksimum diperoleh 103, skor standar deviasi diperoleh 8,238, serta skor mean empirik diperoleh 70,38.

Tabel 14. Deskripsi Skor Skala *Fear of Negative Evaluation*

	Empirik	Hipotetik
Skor minimum	51	26
Skor maksimum	103	104
Mean (M)	70,38	65
Standar Deviasi (SD)	8,238	19,5

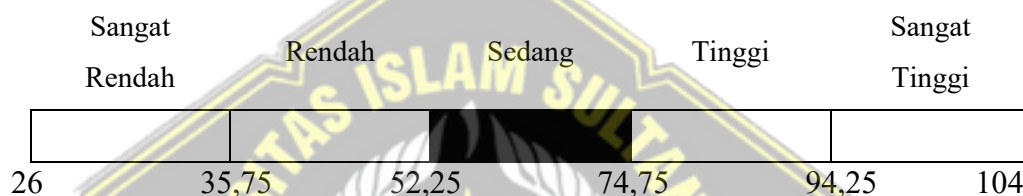
Berdasarkan hasil penghitungan statistik pada tabel di atas, dapat diketahui bahwa hasil rentang skor yang diperoleh subjek berada pada kategori sedang yaitu 70,38. Berikut tabel norma kategorisasi sebagai deskripsi data variabel:

Tabel 15. Kategorisasi Subjek Skala *Fear of Negative Evaluation*

Norma	Frekuensi	Persentase	Kategori
$94,25 < X$	1	1,5%	Sangat Tinggi
$74,75 < X \leq 94,25$	14	20,9%	Tinggi
$52,25 < X \leq 74,75$	51	76,1%	Sedang

$35,75 < X \leq 52,25$	1	1,5%	Rendah
$X \leq 35,75$	0	0%	Sangat Rendah
Total	67	100%	

Berdasarkan tabel di atas dapat diuraikan bahwa terdapat 1 individu (1,5%) dengan kategori sangat tinggi, 14 individu (20,9%) dengan kategori tinggi, 51 individu (76,1%) dengan kategori sedang, 1 individu (1,5%) dengan kategori rendah. Hal ini menandakan bahwa sebagian besar warga binaan pemasyarakatan berada dalam kategori sedang, artinya warga binaan pemasyarakatan cukup merasa takut untuk dinilai buruk (*fear of negative evaluation*) orang lain.



Gambar 2. Norma Kategorisasi Skala *Fear of Negative Evaluation*

E. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara ketakutan akan dinilai negatif (*fear of negative evaluation*) dengan penerimaan diri pada warga binaan pemasyarakatan Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Sleman. Hasil uji hipotesis pada penelitian ini mendapatkan nilai r_{xy} sebesar -0,247 dengan signifikansi 0,044. Hal ini menandakan bahwa terdapat hubungan negatif antara ketakutan akan dinilai negatif (*fear of negative evaluation*) dengan penerimaan diri pada warga binaan pemasyarakatan dan hipotesis yang diajukan peneliti dapat diterima.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, diketahui bahwa tingkat penerimaan diri warga binaan pemasyarakatan berada pada kategori sedang sebanyak 88,1%. Artinya, warga binaan pemasyarakatan dalam penelitian ini belum sepenuhnya mampu menerima diri mereka apa adanya, namun juga tidak sepenuhnya menolak diri atau merasa rendah diri. Warga binaan pemasyarakatan cenderung memiliki sikap ambivalen, di mana ada bagian dari diri yang dapat diterima, tetapi ada pula aspek tertentu yang sulit untuk diperdamaikan, terutama yang berkaitan dengan

kesalahan masa lalu dan stigma sosial. Terdapat 1,5% warga binaan pemasyarakatan yang berada pada kategori tinggi yang menandakan bahwa warga binaan pemasyarakatan sudah mampu menerima kondisi yang saat ini sedang dijalani. Selain itu, terdapat 10,4% warga binaan pemasyarakatan yang berada pada kategori rendah hal ini menandakan bahwa warga binaan pemasyarakatan masih belum mampu menerima diri individu yang saat ini sebagai warga binaan pemasyarakatan.

Tingkat ketakutan akan dinilai negatif (*fear of negative evaluation*) warga binaan pemasyarakatan sebanyak 76,1% berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa warga binaan pemasyarakatan dalam penelitian ini tidak sepenuhnya bebas dari ketakutan terhadap penilaian negatif dari orang lain, namun ketakutan tersebut juga tidak berada pada tingkat yang sangat mengganggu. Kondisi ini dapat disebabkan oleh adanya kesadaran sebagian warga binaan pemasyarakatan bahwa penilaian negatif merupakan konsekuensi dari perbuatan masa lalu, sehingga individu mulai mampu menyesuaikan diri meskipun masih menyimpan rasa cemas akan pandangan orang lain. Terdapat sebanyak 1,5% yang berada pada kategori sangat tinggi yang menandakan bahwa warga binaan pemasyarakatan sangat takut akan dinilai negatif oleh orang lain. Sebanyak 20,9% berada pada kategori tinggi hal ini menandakan bahwa warga binaan pemasyarakatan memiliki ketakutan akan dinilai negatif oleh orang lain. Selain itu, terdapat 1,5% berada pada kategori rendah hal ini menandakan bahwa warga binaan pemasyarakatan tidak terlalu takut akan dinilai negatif oleh orang lain dengan status sebagai warga binaan pemasyarakatan.

Temuan ini sejalan dengan teori Hurlock (2015) yang menyatakan bahwa penerimaan diri dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti penerimaan dari orang lain, konsep diri yang realistis, keberhasilan dalam mencapai tujuan, dan pengalaman hidup yang menyenangkan. Dalam konteks warga binaan pemasyarakatan, dukungan sosial dari keluarga, sesama penghuni lembaga pemasyarakatan, maupun petugas lapas dapat membantu meningkatkan penerimaan diri. Namun, hambatan seperti stigma sosial, perasaan bersalah, dan keterbatasan kebebasan dapat membuat penerimaan diri tidak berada pada tingkat tinggi.

Hasil kategori sedang pada ketakutan akan dinilai negatif (*fear of negative evaluation*) menunjukkan bahwa warga binaan pemasyarakatan masih memiliki ketakutan tertentu terhadap pandangan negatif, tetapi mereka sudah mulai mampu mengelola perasaan tersebut. Hal ini sejalan dengan pandangan Watson dan Friend (1969) yang menjelaskan bahwa FNE dapat bervariasi tingkatannya sesuai pengalaman sosial dan lingkungan individu. Pada warga binaan pemasyarakatan, proses adaptasi selama menjalani hukuman dapat menurunkan kecemasan sosial, tetapi sepenuhnya menghilangkannya memerlukan waktu dan intervensi psikologis.

Kondisi di mana kedua variabel berada pada kategori sedang dapat diinterpretasikan sebagai tahap transisi psikologis. Warga binaan pemasyarakatan tidak lagi berada pada titik kerentanan psikologis tertinggi, namun mereka juga belum mencapai tingkat kesejahteraan psikologis optimal. Oleh karena itu, intervensi psikologis seperti konseling, pelatihan keterampilan sosial, dan pemberdayaan diri tetap diperlukan untuk mendorong mereka mencapai penerimaan diri yang lebih baik sekaligus menurunkan tingkat *fear of negative evaluation*.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menegaskan bahwa keberadaan FNE pada tingkat sedang tetap memiliki potensi untuk menghambat penerimaan diri, walaupun tidak sebesar pada kategori tinggi. Pengelolaan FNE melalui dukungan sosial dan intervensi psikologis dapat menjadi kunci untuk membantu warga binaan pemasyarakatan meningkatkan penerimaan diri, yang pada akhirnya mendukung proses rehabilitasi dan reintegrasi sosial.

F. Kelemahan

Berdasarkan pada penelitian yang telah peneliti dilakukan, peneliti menemukan kelemahan dalam penelitian ini, yaitu :

1. Keterbatasan sampel dalam penelitian sehingga kurang mewakili banyaknya populasi subjek pada penelitian.
2. Instrumen penelitian, peneliti menggunakan skala terjemahan yang kemungkinan masih memiliki bias budaya atau interpretasi bahasa yang mempengaruhi pemahaman subjek penelitian.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa ketakutan akan dinilai negatif (*fear of negative evaluation*) dan penerimaan diri pada warga binaan pasyarakatan dalam penelitian ini sama-sama berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa warga binaan pasyarakatan masih memiliki ketakutan terhadap penilaian negatif dari orang lain, namun ketakutan tersebut tidak berada pada tingkatan yang sangat mengganggu individu. Demikian pula, penerimaan diri warga binaan pasyarakatan belum optimal, tetapi juga tidak berada pada tingkat yang sangat rendah.

Warga binaan pasyarakatan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Sleman dapat dikatakan sudah mampu beradaptasi dengan lingkungan dan mampu menerima kondisi yang sedang dijalani, sehingga mayoritas warga binaan cenderung tidak terlalu memiliki ketakutan yang tinggi terhadap penilaian negatif dari orang lain. Hal ini juga dapat terwujud akibat program pembinaan yang telah ada di dalam Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Sleman dan mendukung proses reintegrasi para warga binaan pasyarakatan.

B. SARAN

1. Bagi Warga Binaan Pemasyarakatan

Bagi warga binaan pasyarakatan diharapkan mampu menurunkan ketakutan akan dinilai negatif oleh orang lain dengan cara lebih fokus dalam mengembangkan potensi diri serta mempersiapkan diri untuk kembali ke masyarakat dan tidak terlalu memikirkan bahwa orang lain akan menilai warga binaan pasyarakatan secara negatif. Warga binaan pasyarakatan juga dianjurkan untuk mengikuti program pembinaan, kegiatan keagamaan, pelatihan keterampilan, atau konseling yang disediakan oleh lembaga pemasyarakatan sebagai sarana untuk meningkatkan penerimaan diri dan mengurangi ketakutan terhadap penilaian negatif. Dengan penerimaan diri

yang lebih baik, warga binaan pemasyarakatan diharapkan mampu mempersiapkan diri secara positif untuk kembali ke masyarakat setelah masa pidana berakhir.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan pendekatan metode penelitian lain seperti kualitatif agar memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi penerimaan diri serta ketakutan akan dinilai negatif. Selain itu, perlu dilakukan penelitian dengan populasi yang lebih beragam, baik dari segi jenis kelamin, kategori tindak pidana, maupun lokasi lembaga pemasyarakatan, sehingga hasil penelitian dapat lebih teruji secara luas.



DAFTAR PUSTAKA

- Ardilla, F., & Herdiana, I. (2013). Penerimaan Diri Pada Narapidana Wanita. *Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga, Surabaya*, 2(01).
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2018). *Reliabilitas Dan Validitas*. Pustaka Pelajar
- Berger, E. M. (1952). The Relation Between Expressed Acceptance Of Self And Expressed Acceptance Of Others. *Journal Of Abnormal And Social Psychology*, 47(4), 778–782. <https://doi.org/10.1037/H0061311>
- Bernard, M. E. (2013). The Strength Of. In (2013).
- Carleton, R. N., McCreary, D. R., & Norton, P. J. (2006). BRIEF FEAR OF NEGATIVE EVALUATION SCALE-REVISED. *International Journal Of Current Advanced Research*, 4(11), 485–487. <https://doi.org/10.1002/Da>
- Carter, M. M., Sbrocco, T., Riley, S., & Mitchell, F. E. (2012). Comparing Fear Of Positive Evaluation To Fear Of Negative Evaluation In Predicting Anxiety From A Social Challenge. *Journal Of Experimental Psychopathology*, 3(5), 782–793. <https://doi.org/10.5127/Jep.022211>
- Carver, C. S., Antoni, M., & Scheier, M. F. (1985). Self Consciousness And Self Assessment. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 48(1), 117–124. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.48.1.117>
- Chamberlain, J. M., & Haaga, D. A. F. (2001). *Unconditional Self Acceptance And Psychological Health*. 19(3), 239–248. <https://doi.org/10.1023/A>
- Efendi, R. P., Yamin, A., & Hidayati, N. O. (2016). *HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI (SELF-ACCEPTANCE) DENGAN TINGKAT STRES PADA NARAPIDANA WANITA DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN PEREMPUAN KELAS II A BANDUNG*. 1–23.
- Ellis, A., & Dryden, W. (2007). The Praticce Of Rational Emotive Behavior Therapy. In *The ECPH Encyclopedia Of Psychology*. https://doi.org/10.1007/978-981-97-7874-4_508
- Guy-Evans, O. (2023). *The Psychology Of Fear : Definition , Symptoms , Traits , Causes , Treatment*. 1–18.
- Hairina, Y., & Komalasari, S. (2017). Kondisi Psikologis Narapidana Narkotika Di Lembaga Pemasyarakatan Narkotika Klas II Karang Intan, Martapura, Kalimantan Selatan. *Jurnal Studia Insania*, 5(1), 94. <https://doi.org/10.18592/Isi.V5i1.1353>
- Hardani, Auliya, N. H., Andriani, H., Fardani, R. A., Ustiawaty, J., Utami, E. F., Sukmana, D. J., & Istiqomah, R. R. (2020). Buku Metode Penelitian Kualitatif. In *Revista Brasileira De Linguística Aplicada* (Vol. 5, Issue 1).

- Hidayati, N. O., Toharudin, T., & Eriyani, T. (2021). Level Of Psychological Well-Being Among Prisoners. *Journal Of Nursing Care*, 4(3), 197–202. <https://doi.org/10.24198/Inc.V4i3.33196>
- Hurlock, E. H. (2015). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*.
- Ilma, V. A., & Muslimin, Z. I. (2020). *Self-Acceptance From Aqidah And Gender Perspectives*. 452(Aicosh), 196–199. <https://doi.org/10.2991/Assehr.K.200728.044>
- Islami, A. C., & Fitriyani, H. (2022). 135 Gambaran Self-Acceptance (Penerimaan Diri) Pada Remaja Yang Tinggal Bersama Orang Tua Tunggal Ibu GAMBARAN SELF-ACCEPTANCE (PENERIMAAN DIRI) PADA REMAJA YANG Abstrak AN OVERVIEW OF SELF-ACCEPTANCE IN ADOLESCENTS LIVING WITH SINGLE-PARENT MOTHERS A. 11(2), 135–148.
- Jaenudin, U. (2015). *Teori-Teori Kepribadian (Drs. Ujam Jaenudin, M.Si.) (Z-Library).Pdf*.
- Kusumaningsih, L. P. S. (2017). PENERIMAAN DIRI DAN KECEMASAN TERHADAP STATUS NARAPIDANA. 9(3), 234–242.
- Leary, M. R. (1983). A Brief Version Of The Fear Of Negative Evaluation Scale. *Personality And Social Psychology Bulletin*, 9(3), 371–375. <https://doi.org/10.1177/0146167283093007>
- Liu, X., Yang, Y., Wu, H., Kong, X., & Cui, L. (2020). The Roles Of Fear Of Negative Evaluation And Social Anxiety In The Relationship Between Self-Compassion And Loneliness: A Serial Mediation Model. *Current Psychology*, 41(8), 1–9. <https://doi.org/10.1007/S12144-020-01001-X>
- Nirwani, D. (2024). HUBUNGAN ANTARA SELF-ESTEEM DENGAN FEAR OF NEGATIVE EVALUATION.
- Noviani, N. M., Sengkey, S. B., & Tiwa, T. M. (2023). Social Anxiety In Assisted Children Before Being Released In Tomohon Class II Prison. *Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan (JISIP)*, Vol 7(No 4), 3173–3178. <https://doi.org/10.58258/Jisip.V7i1.5629/Http>
- Nurfadilah, N., Wahyudin, M., & Irfan, I. (2020). Hubungan Konsep Diri Dengan Kecemasan Narapidana Pada Rutan Kelas Ii B Majene. *J-KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(1), 38. <https://doi.org/10.35329/Jkesmas.V6i1.651>
- Permatasari, V., & Gamayanti, W. (2016). Gambaran Penerimaan Diri (Self-Acceptance) Pada Orang Yang Mengalami Skizofrenia. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(1), 139–152. <https://doi.org/10.15575/Psy.V3i1.1100>
- Ryff, C. D. (2014). Psychological Well-Being Revisited: Advances In Science And

Practice. *Psychother Psychosom*, 83(1), 10–28.
<https://doi.org/10.1159/000353263>. Psychological

Sheerer, E. T. (1949). An Analysis Of The Relationship Between Acceptance Of And Respect For Self And Acceptance Of And Respect For Others In Ten Counseling Cases. *Journal Of Consulting Psychology*, 13(3), 169–175.
<https://doi.org/10.1037/H0062262>

Sheerer, E. T. (1957). The Relationship Of Self-Acceptance And Self-Respect To Acceptance Of And Respect For Others. *Pastoral Psychology*, 8(2), 35–42.
<https://doi.org/10.1007/BF01844128>

Supratiknya, A. 2019. Tinjauan Psikologis: Komunikasi Antar Pribadi. Yogyakarta: Kanisius.

Sutra, B. M. (2020). Peran Kunjungan Keluarga Terhadap Kondisi Psikologis Narapidana Di Lapas Kelas IIB Pangkalan BUN. *Syntax Literate ; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 5(8), 481. <https://doi.org/10.36418/Syntax-Literate.V5i8.942>

Tentama, F. (2014). Hubungan Positive Thinking Dengan Self-Acceptance Pada Difabel (Bawaan Lahir) Di SLB Negeri 3 Yogyakarta. *Psikologi Integratif*, 2(2), 1–7.

Thompson, R., & Zuroff, D. C. (2004). The Levels Of Self-Criticism Scale: Comparative Self-Criticism And Internalized Self-Criticism. *Personality And Individual Differences*, 36(2), 419–430. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(03\)00106-5](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(03)00106-5)

Vagos, P., Salvador, M. Do C., Rijo, D., Santos, I. M., Weeks, J. W., & Heimberg, R. G. (2015). *Measuring Evaluation Fears*. 1–31.

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>

Weeks, J. W., Heimberg, R. G., Hart, T. A., Fresco, D. M., Turk, C. L., Schneier, F. R., & Liebowitz, M. R. (2005). Empirical Validation And Psychometric Evaluation Of The Brief Fear Of Negative Evaluation Scale In Patients With Social Anxiety Disorder. *Psychological Assessment*, 17(2), 179–190.
<https://doi.org/10.1037/1040-3590.17.2.179>

Weeks, J. W., Rodebaugh, T. L., Heimberg, R. G., Norton, P. J., & Jakatdar, T. A. (2008). “To Avoid Evaluation, Withdraw”: Fears Of Evaluation And Depressive Cognitions Lead To Social Anxiety And Submissive Withdrawal. *Cognitive Therapy And Research*, 33(4), 375–389.
<https://doi.org/10.1007/S10608-008-9203-0>

Winarti, R. (2012). *HUBUNGAN ANTARA KEPERIBADIAN YANG TANGGUH DENGAN PENERIMAAN DIRI PADA NARAPIDANA DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN LABUHAN BILIK* (Vol. 44, Issue 2).