

ABSTRAK

Nama : Annisa Mutiara Ramadhan
Fakultas : Psikologi
Universitas : Universitas YARSI
Judul Skripsi : **“Peranan Trait Mindfulness dan Self Esteem terhadap Kecemasan Sosial pada Remaja Madya serta Tinjauannya dalam Islam”**

Remaja memiliki beberapa tugas perkembangan, diantaranya mencapai hubung baru dan lebih matang dengan teman sebaya, mencapai peran sosial serta mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab. Hal ini dilakukan untuk mencapai peran interaksi sosial di dalam lingkungannya. Permasalahan yang dihadapi remaja adalah meningkatnya kecemasan sosial saat sedang berinteraksi dengan orang lain. Untuk mengurangi tingkat kecemasan sosial maka dibutuhkan adanya *trait mindfulness* dan *self esteem* didalam diri remaja. Islam juga mengajarkan untuk tidak berprasangka buruk terhadap orang lain sebagai manifestasi dari perasaan cemas remaja terhadap lingkungan sosialnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana peran *trait mindfulness* dan *self esteem* terhadap kecemasan sosial pada remaja madya. sampel dalam penelitian ini berjumlah 155 orang remaja madya di beberapa sekolah yang berada di Bekasi, yang dipilih dengan menggunakan teknik incedental sampling. Penelitian ini menggunakan adaptasi skala *Child and Adolscent Mindfulness and Measure* untuk mengukur *trait mindfulness*, adaptasi skala *Social Anxiety Scale-Adolescents* untuk mengukur kecemasan sosial remaja dan adaptasi skala *Rosenberg's Self Esteem Scale* untuk mengukur *self esteem*. Hasil uji regresi menunjukkan bahwa *self esteem* dan *trait mindfulness* memiliki kontribusi terhadap dimensi kecemasan sosial *fear of negative evaluation* (FNE) sebesar 8%, dimensi *social avoidance and distress new* (SAD-New) sebesar 2,8% dan dimensi *social avoidance and distress general* (SAD-General) sebesar 2,5%.

Kata Kunci: Remaja Madya; *Trait Mindfulness*; *Self Esteem*; Kecemasan Sosial

ABSTRACT

Name : Annisa Mutiara Ramadhan
Faculty of : Psychology
University : YARSI University
Title : **“The Role of Trait Mindfulness and Self Esteem towards Social Anxiety of Adolescents Middle and Islam Perspective”**

Teenagers have some development tasks, including achieve a new and more mature relationship with their peers, social role and expect to socially responsible behavior. Its done to achieve the role of social interaction in the environment. The problem in teenagers when they interact with other people is their social anxiety increase. To reduce the level of social anxiety they need trait mindfulness and self-esteem in teenagers. Islam also teaches not to be prejudiced against others as a manifestation of anxiety adolescents to the social environment. This study aims to determine how the role of trait mindfulness and self-esteem to social anxiety in middle adolescents. The sample in this study amounted to 155 teenagers associate at several schools in Bekasi that selected by used incidental techniques sampling. This study uses an adaptation scale of Child and Adolescent Mindfulness and Measure for trait mindfulness, adaptation scale of Adolescents Social Anxiety Scale for social anxiety in adolescents and adaptation scale of Rosenberg's Self Esteem Scale to measure self-esteem. Results of regression analysis showed that self-esteem and trait mindfulness has contributed to the dimensions of social anxiety fear of negative evaluation (FNE) by 8%, the dimensions of social avoidance and distress new (SAD-New) by 2,8% and dimension of social avoidance and distress general (SAD-General) by 2,5%.

Keyword: Middle Adolescents; Trait Mindfulness; Self-Esteem; Social Anxiety