

**PENGARUH TEKANAN SOSIAL TERHADAP PERASAAN RENDAH
DIRI PADA DEWASA MUDA DI RUMAH TAHFIDZ PUTRI MUTIARA
QUR'AN KOTA PASURUAN**

SKRIPSI



Oleh:

Nihayatul Masruro

210401110257

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2025**

HALAMAN JUDUL

**PENGARUH TEKANAN SOSIAL TERHADAP PERASAAN RENDAH
DIRI PADA DEWASA MUDA DI RUMAH TAHFIDZ PUTRI MUTIARA
QUR'AN KOTA PASURUAN**

SKRIPSI

Diajukan Kepada

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang memenuhi salah
satu persyaratan dalam memperoleh gelar sarjana psikologi (S.Psi)

Oleh:

Nihayatul Masruro

210401110257

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2025**

HALAMAN PERSETUJUAN

LEMBAR PERSETUJUAN

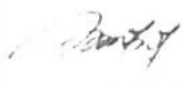
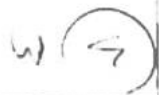
PENGARUH TEKANAN SOSIAL TERHADAP PERASAAN RENDAH DIRI PADA
DEWASA MUDA DI RUMAH TAIHIDZ PUTRI MUTIARA QUR'AN KOTA
PASURUAN

SKRIPSI

Oleh:

Nihayatul Masruro
NIM. 210401110257

Telah Disetujui Oleh:

Dosen Pembimbing	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
Dosen Pembimbing 1 Nurul Hikmah, MPd NIP.198808082023212681		17 NOV 2025
Dosen Pembimbing 2 Dr. Moh. Mahpur, M.Si NIP.197605052005011003		17 NOV 2025

Malang, 17 November 2025

Mengesahui,
Ketua Program Studi



Dr. Fina Hidayati, M.A.
NIP.198610092019032002

HALAMAN PENGESAHAN

PENGARUH TEKANAN SOSIAL TERHADAP PERASAAN RENDAH
DIRI PADA DEWASA MUDA DI RUMAH TAHFIDZ PUTRI MUTIARA
QUR'AN KOTA PASURUAN

SKRIPSI

Oleh:
Nihayatul Masruro
NIM.210401110257

Telah diujikan dan dinyatakan LULUS oleh Dewan Penguji Skripsi dalam
Majlis Sidang Skripsi pada tanggal 10 Desember 2025

DEWAN PENGUJI SKRIPSI

Dosen Pembimbing	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
Sekretaris Penguji <u>Nurul Hikmah, M.Pd</u> NIP.198808082023212081		15/12 25
Ketua Penguji <u>Dr. Moh. Mahpur, M.Si</u> NIP.197605052005011003		15/12 25
Penguji Utama <u>Dr. Andik Rony Irawan, M.Si.Psi</u> NIP.19731122199931003		15/12 25

Disahkan oleh,
Dekan

Dr. Siti Mahmudah, M.Si.
NIP.196710291994032001

NOTA DINAS

NOTA DINAS

Kepada Yth.,
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim
Malang

Assalamu 'alaikum wr.wb.

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap naskah skripsi berjudul:

**PENGARUH TEKANAN SOSIAL TERHADAP PERASAAN RENDAH DIRI PADA
DEWASA MUDA DI RUMAH TAHFIDZ PUTRI MUTIARA QUR'AN KOTA
PASURUAN**

Yang ditulis oleh:

Nama : Nihayatul Masruro

NIM : 210401110257

Program : S1 Psikologi

Saya berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk diujikan dalam Sidang Ujian Skripsi.

Wassalamu 'alaikum wr.wb.

Malang, 17 November 2025

Dosen Pembimbing 1



Nurul Hikmah, MPd

NIP.198808082023212081

Dosen Pembimbing 2



Dr. Mohammad Mahpur, MSi

NIP. 197605052005011003

SURAT PERNYATAAN

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

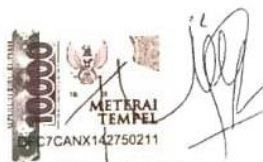
Nama : Nihayatul Masuro
NIM : 210401110257
Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Menyatakan skripsi yang saya buat dengan judul **PENGARUH TEKANAN SOSIAL TERHADAP PERASAAN RENDAH DIRI PADA DEWASA MUDA DI RUMAH TAHFIDZ MUTIARA QUR'AN KOTA PASURUAN** adalah benar-benar hasil karya saya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika dikemudian hari ada *claim* dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar saya bersedia mendapatkan sanksi.

Malang, 17 November 2025

Penulis,



METERAI
TEMPEL
1000
D7C7CANX142750211

Nihayatul Masuro

NIM.210401110257

MOTTO

“Ketika tekanan datang dari manusia, kembalilah kepada Allah, sebab hanya dengan mengingat-Nya hati menjadi tenang”

Q.S. Ar- Ra’d Ayat 28

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alkhamdulillahi Rabbil 'Alamiin, puji bagi Allah SWT. Atas rahmat, taufik hidayah, serta kesehatan yang diberikan, sehingga penelitian ini dapat selesai dengan baik. Shalawat serta salam kepada Nabi Muhammad SAW., yang syafaatnya selalu dinantikan. Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Kepada diri sendiri yang hampir ingin menyerah, namun memilih untuk tetap melangkah. Terimakasih sudah bertahan sejauh ini meski jalan tidak selalu mudah dan penuh ragu. Skripsi ini membuktikan bahwa kamu mampu, bahkan saat diri sendiri tidak yakin. Terimakasih tidak untuk tidak menyerah, karena terus percaya bahwa semua proses akan terselesaikan meskipun jalannya tidak mudah.
2. Kepada Buya saya, M. Mukhsinin, terimakasih atas semua dukungan yang telah diberikan, serta doa yang tak pernah henti. Kepada Ibu tercinta, Musdalifah, terimakasih atas kasih sayang yang tidak terbatas, meskipun tidak mengungkapkan melewati kata-kata tetapi terlihat dari perilaku yang selalu mengusahakan semua yang terbaik untuk anaknya. Kesabaran, ketabahan, dan keikhlasan yang tiada batas, dan doa yang senantiasa menjadi pelindung dalam sunyi maupun hiruk pikuk kehidupan. Ibu adalah orang terhebat yang pernah ada.
3. Kepada saudara kandung saya M. Abdullah Syihabuddin, Muhammad Ma'ruf, serta adik saya Siti Ruqoyyah, dan juga kakak ipar Fatimah Izzah Ar-Rohmah, yang turut memberikan do'a, motivasi dan dukungan, serta keponakan saya yang menggemaskan Muflihah Mazidah (Maza).
4. Kepada dosen pembimbing saya yang terhormat Ibu Nurul Hikmah, MPd, dan juga Bapak Dr. Mohammad Mahpur, M.Si, yang dengan penuh kesabaran, keikhlasaan, dan keteguhan hati membimbing setiap proses dalam penyusunan skripsi ini. Terimakasih atas ilmu, arahan, dan nasehat yang begitu berarti.

5. Kepada para dosen Psikologi, terimakasih atas ilmu yang menjadi penuntun dalam perjalanan belajar.
6. Kepada teman-teman kelas Psikologi E yang sangat baik, saling mendukung satu sama lain.
7. Kepada Ustadz dan Ustadzah Pengauh Ponpes Imam Ad-Damanhuri yang selalu mendukung yang terbaik untuk seluruh santri, yang selalu memberikan motivasi agar bisa sukses melebihi dirinya. Dan juga kepada seluruh mbk-mbk idaman khususnya mbk-mbk tahfidz yang selalu memberikan semangat agar bisa melewati masa-masa sulit bersama.
8. Kepada teman-teman Rumah Tahfidz Putri Mutiara Qur'an Kota Pasuruan, terimakasih sudah membantu dalam penelitian ini. Karena kalian saya bisa menuntaskan skripsi ini.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim...

Alkhamdulillahi Rabbil 'Alamiin, Segala puji bagi Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya yang tiada henti, saya menyampaikan rasa syukur yang mendalam dalam pengantar proposal skripsi dengan judul “*Pengaruh Tekanan Sosial Terhadap Perasaan Rendah Diri Pada Dewasa Muda di Rumah Tahfidz Putri Mutiara Qur'an Kota Pasuruan*” ini. Saya sangat menyadari bahwa proposal skripsi ini tidak akan tercapai tanpa adanya bantuan, dukungan, dan dorongan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini, izinkan saya menyampaikan rasa terima kasih yang tulus kepada pihak-pihak yang telah berperan besar dalam proses penelitian dan penulisan ini.

1. Prof. Dr. Hj. Ilfi Nur Diana, M.Si., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Dr. Siti Mahmudah, M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Ibu Nurul Hikmah, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing Pertama pada penulisan skripsi ini.
4. Dr. Mohammad Mahpur, M.Si., selaku Dosen Pembimbing Kedua pada penulisan skripsi ini.
5. Selurus civitas akademik fakultas psikologi universitas islam negeri maulana malik Ibrahim Malang yang telah memberikan ilmunya selama peneliti menempuh Pendidikan S1 Psikologi.
6. Serta semua pihak yang terlibat dan membantu sehingga penelitian ini bisa terselesaikan yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu tanpa mengurangi rasa hormat.

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kata sempurna, sehingga kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan demi perbaikan di masa mendatang. Peneliti berharap semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi para pembaca dan menjadi referensi yang bermanfaat.

Malang, 17 November 2015

Peneliti

Nihayatul Masruro
NIM. 210401110257

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
NOTA DINAS.....	v
SURAT PERNYATAAN	vi
MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
ABSTRAK	xvi
ABSTRACT	xvii
مستخلص البحث.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
1. Manfaat Teoritis	5
2. Manfaat Praktis.....	6
BAB II KAJIAN TEORI	11
A. Tekanan Sosial	11

1. Pengertian	11
2. Aspek-aspek Tekanan Sosial	11
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tekanan Sosial	12
B. Perasaan Rendah Diri	13
1. Pengertian	13
2. Aspek-aspek Perasaan Rendah Diri.....	14
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perasaan Rendah Diri.....	15
C. Dukungan Sosial Sebagai Moderasi.....	15
1. Pengertian	16
2. Aspek-aspek Dukungan Sosial	17
3. Faktor-faktor Dukungan Sosial	19
D. Hubungan antara variabel X, Y, dan Z.....	22
E. Hipotesis Penelitian.....	23
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	24
A. Kerangka Penelitian	24
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	24
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	26
D. Populasi dan Sampel.....	27
E. Metode Pengumpulan Data	28
F. Instrumen Penelitian	28
G. Validitas dan Reliabilitas Penelitian	31
1. Validitas	31
2. Reliabilitas	31
H. Teknik Analisis Data	32
1. Analisis deskripsi	32
2. Uji Asumsi Klasik	34
a. Uji Normalitas	34
b. Uji Heterokedastisitas.....	35

3. Uji Koefisien Determinasi (R^2)	35
4. Uji Hipotesis	36
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	39
A. Pelaksanaan Penelitian.....	39
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	39
2. Waktu Pelaksanaan Penelitian	39
3. Hambatan dalam Pelaksanaan Penelitian.....	40
B. Hasil Penelitian	41
1. Hasil Uji Analisis Deskriptif	43
2. Hasil Uji Asumsi Klasik	46
3. Hasil Uji Hipotesis	49
C. Pembahasan.....	51
1. Pengaruh Tekanan Sosial Terhadap Perasaan Rendah Diri.....	51
2. Dukungan Sosial Memoderasi Pengaruh Tekanan Sosial Terhadap Perasaan Rendah Diri.....	53
BAB V PENUTUP.....	56
A. Kesimpulan	56
B. Saran.....	57
DAFTAR PUSTAKA	59
LAMPIRAN.....	54

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Blueprint Skala Tekanan Sosial	29
Tabel 3.2 Blueprint Skala Perasaan Rendah Diri	30
Tabel 3.3 Blueprint Skala Dukungan Sosial	30
Tabel 4.1 Hasil Uji Reliabilitas Skala Penelitian	42
Tabel 4.2 Hasil Uji Statistik Deskriptif	43
Tabel 4.3 Data Demografi Sampel Penelitian	44
Tabel 4.4 Kategorisasi Variabel Penelitian	45
Tabel 4.5 Hasil Uji <i>Kolmogorov Smirnov</i>	46
Tabel 4.6 Hasil Uji Heterokedastisitas	47
Tabel 4.7 Hasil Uji Koefisien Determinasi	48
Tabel 4.8 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana	49
Tabel 4.9 Hasil Uji Analisis Regresi Moderasi	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Kerangka Konsep.....	26
Gambar Dokumentasi Pada Saat Pengisian Kuesioner	77

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian.....	65
Lampiran 2. Skala Penelitian	66
Lampiran 3. Blueprint Skala Penelitian	69
Lampiran 6. Validitas dan Reliabilitas	71
Lampiran 7. Analisis Deskriptif	73
Lampiran 8. Uji Asumsi Klasik.....	74
Lampiran 9. Uji Koefisien Determinasi	75
Lampiran 10. Uji Hipotesis	75

ABSTRAK

Nihayatul Masruro. 2025. Pengaruh Tekanan Sosial terhadap Perasaan Rendah Diri pada Dewasa Muda Di Rumah Tahfidz Mutiara Qur'an Kota Pasuruan. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Pembimbing: 1) Nurul Hikmah, MPd 2) Dr. Mohammad Mahpur, M.Si

Kata kunci: tekanan sosial, perasaan rendah diri, dukungan sosial, dewasa muda,

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh tekanan sosial terhadap perasaan rendah diri pada dewasa muda serta peran dukungan sosial sebagai variabel moderasi di Rumah Tahfidz Putri Mutiara Qur'an Kota Pasuruan. Tekanan sosial sering muncul akibat tuntutan akademik, harapan lingkungan, dan penyesuaian diri di lingkungan pesantren yang dapat memunculkan perasaan rendah diri.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode regresi moderasi. Sampel penelitian berjumlah 30 santri putri yang berusia 18-22 tahun. Instrumen penelitian meliputi skala tekanan sosial, skala perasaan rendah diri, dan skala dukungan sosial yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Data dianalisis dengan statistik deskriptif dan uji hipotesis menggunakan regresi linear sederhana serta Moderated Regression Analysis (MRA).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tekanan sosial berpengaruh signifikan terhadap perasaan rendah diri ($p < 0,05$), dan dukungan sosial mampu memoderasi hubungan tersebut. Artinya, dukungan sosial dapat memperlemah pengaruh negatif tekanan sosial terhadap perasaan rendah diri. Temuan ini mengindikasikan pentingnya intervensi yang melibatkan dukungan sosial untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis santri di lingkungan pesantren. Penelitian ini memberikan kontribusi teoritis dan praktis dalam pengembangan strategi penguatan mental bagi dewasa muda di lingkungan pendidikan keagamaan.

ABSTRACT

Nihayatul Masruro. 2025. The Influence of Social Pressure on Low Self-Esteem among Young Adults at the Mutiara Qur'an Tahfidz House in Pasuruan City. Thesis. Faculty of Psychology, State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang.

Advisor: 1) Nurul Hikmah, MPd 2) Dr. Mohammad Mahpur, M.Si

Keywords: social pressure, inferiority feelings, social support, young adults,

This study aims to determine the effect of social pressure on feelings of inferiority in young adults and the role of social support as a moderating variable at the Mutiara Qur'an Girls' Tahfidz House in Pasuruan City. Social pressure often arises from academic demands, environmental expectations, and adjustment within the Islamic boarding school environment, which can lead to feelings of inferiority.

This study used a quantitative approach with a moderated regression method. The sample consisted of 30 female students aged 18-22. The research instruments included a social pressure scale, a scale for feelings of inferiority, and a scale for social support, each of which had been tested for validity and reliability. Data were analyzed using descriptive statistics and hypothesis testing using simple linear regression and Moderated Regression Analysis (MRA).

The results showed that social pressure significantly influenced feelings of inferiority ($p < 0.05$), and social support moderated this relationship. This means that social support can attenuate the negative influence of social pressure on feelings of inferiority. These findings indicate the importance of interventions involving social support to improve the psychological well-being of students in Islamic boarding schools. This research provides theoretical and practical contributions to the development of mental strengthening strategies for young adults in religious education settings.

مُسْتَخْلَصُ الْبَحْثِ

نهاية المسرورة. ٢٠٢٥. تأثير الضغط الاجتماعي على مشاعر الدونية لدى الشباب في دار موتياقرآن في مدينة باسوروان. الأطوحة. كلية علم النفس، جامعة مولانامالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج

الكلمات الأساسية: (٢) محمد محبوب (١) نور الحكمة، الماجستير

الكلمات الضغط الاجتماعي، مشاعر الدونية، الدعم الاجتماعي، الشباب البالغون،

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة تأثير الضغط الاجتماعي على الشعور بالنقص لدى الشباب في دار تحفيظ القرآن الكريم "مُتْيَاقرْآن" بمدينة باسوروان، وكذلك دور الدعم الاجتماعي كمتغير وسيط. غالبًا ما يظهر الضغط الاجتماعي نتيجة لمتطلبات الأكاديمية، وتوقعات البيئة، والتكيف الذاتي في بيئة المعهد، مما قد يؤدي إلى الشعور بالنقص.

استخدمت هذه الدراسة منهجًا كميًا مع استخدام تحليل الانحدار المعتدل. يبلغ حجم عينة الدراسة ٣٠ طالبة تتراوح أعمارهن بين ١٨-٢٢ سنة. وتشمل أدوات الدراسة مقياس الضغط الاجتماعي، ومقياس الشعور بالنقص، ومقياس الدعم الاجتماعي، والتي تم اختبار صلاحيتها وثباتها. تمت تحليل البيانات باستخدام الإحصاء الوصفي واختبار الفرضيات باستخدام الانحدار الخطي البسيط وتحليل الانحدار المعتدل (MRA).

أظهرت نتائج الدراسة أن الضغط الاجتماعي له تأثير معنوي على الشعور بالنقص ($p < 0.05$)، وأن الدعم الاجتماعي قادر على تخفيف هذه العلاقة. بمعنى أن الدعم الاجتماعي يمكن أن يقلل من التأثير السلبي للضغط الاجتماعي على الشعور بالنقص. تشير هذه النتائج إلى أهمية التدخلات التي تتضمن الدعم الاجتماعي لتحسين الرفاهية النفسية للطلّبات في بيئة المعهد. تقدم هذه الدراسة مساهمة نظرية وعملية في تطوير استراتيجيات تعزيز الصحة النفسية للشباب في البيئة التعليمية الدينية.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa dewasa muda merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia dari remaja menuju dewasa. Masa ini merupakan masa perubahan atau peralihan yang meliputi perubahan biologik, perubahan psikologik, dan perubahan sosial. Dewasa muda, yang umumnya mencakup individu yang berusia antara 18-25 tahun, sering kali menghadapi berbagai tantangan yang dapat memicu dilema dan stress. Dalam fase ini, seorang individu berusaha untuk menemukan identitas diri, membangun karir, serta menjalin hubungan sosial yang lebih kompleks.

Tekanan sosial merupakan fenomena yang sering dialami oleh individu dalam interaksi sosialnya sehari-hari. Tekanan ini muncul sebagai akibat dari tuntutan dan harapan lingkungan sosial yang mendorong seseorang untuk berperilaku atau berpenampilan sesuai standar yang ditetapkan oleh kelompok atau masyarakat tertentu (Sarwono, 2013). Menurut Munawaroh (2024) Di kalangan dewasa muda, khususnya yang menjalani kehidupan di lingkungan pesantren, tekanan sosial dapat berasal dari berbagai sumber seperti tuntutan akademik, aturan ketat lingkungan pesantren, tuntutan dan harapan keluarga, serta interaksi sosial antar sesama santri.

Perasaan rendah diri atau rendahnya penghargaan terhadap diri sendiri adalah salah satu dampak psikologis yang sering muncul akibat tekanan sosial yang belum dikelola dengan baik. Menurut Gramedia (2024) Perasaan ini

ditandai dengan adanya keyakinan bahwa diri kurang berharga, tidak kompeten, dan tidak mampu memenuhi standar sosial yang ada (Gamedia, 2024). Kondisi rendah diri ini dapat mempengaruhi kualitas hidup, terutama pada periode dewasa muda yang merupakan fase kritis dalam perkembangan psikososial individu, di mana keterbukaan terhadap pengaruh sosial sangat tinggi.

Lingkungan pesantren sebagai institusi pendidikan berbasis agama memiliki karakteristik khusus yang melibatkan regulasi sosial dan tekanan psikologis yang berbeda dengan lingkungan lainnya. Santri dihadapkan pada beban akademik yang intensif, aturan sosial yang ketat, serta dinamika hubungan interpersonal yang kompleks yang berpotensi menimbulkan stres dan tekanan psikologis (Misbahudin, 2024). Bagi dewasa muda, kondisi ini dapat memperkuat perasaan rendah diri apabila mereka merasa tidak mampu memenuhi ekspektasi internal maupun eksternal.

Dalam konteks masyarakat yang memiliki standar dan harapan tertentu, individu yang belum mencapai tujuan tertentu sering kali merasa terbebani. Mereka mungkin mulai mempertanyakan kemampuan diri sendiri, merasa tidak mampu dan membandingkan pencapaian pribadi dengan orang lain, yang kemudian bisa mempengaruhi kesehatan mental yang membuat mereka akan menarik diri dari kehidupan sosial bahkan bisa mengucilkan dirinya sendiri dari lingkungan sekitar. Tekanan sosial muncul ketika individu merasa tertekan antara keinginan untuk memenuhi harapan sosial dan keterbatasan atau tantangan pribadi yang dihadapi. Tekanan ini tidak hanya bersifat eksternal,

tetapi juga internal, di mana individu akan merasakan kegagalan atau ketidakcukupan ketika belum mampu mencapai standar yang ada. Akibatnya, banyak mengalami perasaan rendah diri hingga dampak psikologis yang lebih serius.

Penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan negatif yang kuat antara tekanan sosial dengan rasa percaya diri, yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi tekanan sosial yang dialami, semakin rendah perasaan percaya diri individu (Akrobi Imana et al., 2024). Hal ini penting untuk dikaji lebih lanjut dalam konteks pesantren karena keterbatasan penelitian empiris yang menyoroti pengaruh tekanan sosial terhadap perasaan rendah diri pada dewasa muda di lingkungan tersebut.

Meskipun ada banyak penelitian yang membahas mengenai dampak tekanan sosial pada kesehatan mental, masih terdapat kekurangan dalam literatur yang mengkaji dampak khusus dari tekanan sosial bagaimana individu menghadapinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengisi kekurangan tersebut dengan memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana tekanan sosial dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang, serta strategi tepat yang dapat digunakan untuk mengelola dampak psikologis tersebut.

Berangkat dari permasalahan di atas, penulis tertarik untuk memahami lebih mendalam dan akan membahas bagaimana tekanan sosial dapat menimbulkan perasaan sosial, serta mengeksplorasi dampak psikologis yang mungkin timbul. Selain itu, akan disajikan berbagai strategi yang dapat digunakan untuk

mengelola tekanan ini, dengan tujuan membantu individu menjaga kesejahteraan mental mereka dalam menghadapi ekspektasi sosial (Adolph, 2016).

B. Rumusan Masalah/ Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah dipaparkan peneliti merumuskan permasalahan yang dijabarkan dalam pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Apakah tekanan sosial berpengaruh terhadap perasaan rendah diri pada dewasa muda di Rumah Tahfidz Putri Mutiara Qur'an Kota Pasuruan?
2. Apakah dukungan sosial mampu memoderasi pengaruh tekanan sosial terhadap perasaan rendah diri pada dewasa muda di Rumah Tahfidz Putri Mutiara Qur'an Kota Pasuruan?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pengaruh tekanan sosial terhadap perasaan rendah diri pada dewasa muda di Rumah Tahfidz Putri Mutiara Qur'an Kota Pasuruan.
2. Untuk mengetahui dukungan sosial mampu memoderasi pengaruh tekanan sosial terhadap perasaan rendah diri pada dewasa muda di Rumah Tahfidz Putri Mutiara Qur'an Kota Pasuruan.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara teoritis

Penulis berharap penelitian ini dapat menambah wawasan dalam kajian psikologi sosial, khususnya mengenai pengaruh tekanan sosial terhadap perasaan rendah diri terhadap kesehatan mental dewasa muda dan juga dapat memberikan kontribusi pada literatur psikologi, terutama dalam konteks Pendidikan pesantren. Selain itu, memberikan kontribusi terhadap pengembangan model moderasi dukungan sosial dalam psikologi sosial dan Pendidikan.

2. Secara praktis

a) Bagi Subjek Penelitian

Diharapkan bagi santri lebih berani dalam menyampaikan permasalahan yang tengah dihadapi dan memanfaatkan dukungan dari keluarga, teman, serta pengasuh maupun pengurus di pesantren. Selain itu, dengan memiliki dukungan sosial yang baik dapat menjaga kepercayaan diri dan juga kesehatan selama berada di pondok pesantren.

b) Bagi Pengasuh dan Pengurus

Pengasuh dan pengurus diharapkan dapat memberikan dukungan sosial yang lebih intensif, agar santri merasa lebih dihargai dan tidak mudah merasa rendah diri saat menghadapi tekanan sosial di lingkungan pesantren. Dan juga perlu meningkatkan komunikasi terbuka antara pengasuh, pengurus, dan santri. Sehingga santri merasa

nyaman menyampaikan permasalahan dan mendapatkan solusi yang tepat.

c) Bagi Keluarga Subjek

Diharapkan bagi keluarga untuk selalu mendukung anaknya secara moral maupun material ketika anaknya sedang belajar di pondok pesantren. Seperti memfasilitasi keperluan selama berada di pesantren. Karena dalam penelitian ini menunjukkan dimana dukungan keluarga memiliki pengaruh yang besar bagi santri.

d) Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti menyadari masih banyak terdapat kekurangan dan keterbatasan dalam pelaksanaan penelitian. Maka dari itu, untuk peneliti selanjutnya diharapkan untuk lebih mengeksplorasi yang lebih jauh tentang pengaruh tekanan sosial terhadap perasaan rendah diri. Peneliti selanjutnya juga dapat mengeksplorasi variabel lain yang berhubungan dengan tekanan sosial terhadap perasaan rendah diri.

E. Penelitian terdahulu

Beberapa penelitian yang dilakukan oleh peneliti terdahulu terkait dengan pengaruh tekanan sosial, perasaan rendah diri (self-esteem rendah), dan dukungan sosial lingkungan pondok pesantren adalah sebagai berikut:

No.	Nama peneliti, judul dan tahun penelitian	Hasil penelitian	Persamaan	Perbedaan

1.	Fauziah, 2021 Hubungan Religiusitas Dengan Stres Akademik Pada Santri Pondok Pesantren Fajar Islam Nusantara Medan. (Fauziah, 2021)	Temuan ini menunjukkan bahwa religiusitas memiliki peran penting dalam menurunkan stres akademik pada santri di pondok pesantren dan fokus penelitian ini ada pada pengaruh regiusitas pada stress akademik santri.	Sama-sama stress/tekanan di lingkungan pesantren.	Penelitian terdahulu Fokus pada religiusitas, sedangkan kebaruan dari penelitian ini menambahkan variable dukungan sosial sebagai moderator pada hubungan tekanan sosial dan perasaan rendah diri.
2.	Nurhidayati, 2024 Konsep Diri dan Kesehatan Mental Santri.	Penelitian ini menemukan bahwa adanya korelasi positif antara konsep diri dengan	Sama-sama fokus pada self-esteem dan juga kesehatan mental santri.	Penelitian terdahulu tidak fokus pada peran dukungan

	(Nurhidayati et al., 2024)	kesehatan mental santri Muhammadiyah Boarding schoool yogyakarta.		sosial sebagai moderator.
3.	Khairina, 2022 Dukungan sosial sebagai moderator. (Khairina & Sahrah, 2022)	Hasil temuan dari penelitian ini ada pada dukungan sosial melemahkan dampak negatif pada psikologi remaja.	Menggunakan konsep moderasi dukungan sosial.	Penelitian terdahulu tidak spesifik pada konteks pesantren. Kebaruan dari penelitian ini fokus pada konteks pesantren dan aspek dukungan sosial keluarga, teman, serta orang spesial.

4.	<p>Lutfiana & Zakiyah, 2021</p> <p>Konsep diri akademik dan self-regulated learning.</p> <p>(Lutfiana & Zakiyah, 2021)</p>	<p>Hasil temuan artikel Lutfiana & Zakiyah (2021) menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara konsep diri akademik dan self regulated learning dengan stres akademik pada santri pondok pesantren.</p> <p>Fokus penelitian ini ada pada hubungan konsep diri</p>	<p>Sama-sama fokus pada self-esteem pada santri.</p>	<p>Penelitian terdahulu tidak memakai variable tekanan sosial dan peran dukungan sosial.</p> <p>Sedangkan kebaruan dari penelitian ini adalah memadukan tekanan sosial dengan tekanan akademik serta pengaruh moderasi dukungan sosial.</p>
----	--	---	--	---

		akademik dengan stress akademik.		
--	--	--	--	--

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Tekanan Sosial

1. Pengertian Tekanan Sosial

Tekanan sosial adalah teori yang di kemukakan oleh Adam Smith (1759) yang merupakan teori yang beranggapan bahwa Bahasa manusia bermula dari tekanan atas kebutuhan primitif untuk saling memahami. Tekanan sosial menurut Santrock (2011) adalah situasi di mana individu merasakan adanya tuntutan, ekspektasi, atau tekanan dari lingkungan sosial yang mempengaruhi perilaku, pikiran, dan emosinya. Tekanan ini bisa datang dari berbagai sumber seperti keluarga, teman sebaya, atau lingkungan yang lebih luas, misalnya institusi pendidikan dan sosial budaya. Di lingkungan pondok pesantren, tekanan sosial biasanya berkaitan dengan tuntutan untuk menyesuaikan diri dengan aturan yang ketat, harapan terhadap pencapaian akademik dan spiritual, serta norma sosial yang berlaku. Tekanan sosial yang berlebihan dapat menjadi stresor yang memicu berbagai respons psikologis negatif seperti dan perasaan rendah diri.

2. Aspek-aspek Tekanan Sosial

Tekanan sosial mencakup berbagai dimensi atau aspek yang mempengaruhi individu, yaitu:

- a) Tuntutan Sosial (Social Demands)

Tekanan dari lingkungan untuk memenuhi ekspektasi dan norma yang berlaku.

b) Ekspektasi dari Lingkungan (Expectations)

Harapan dari keluarga, teman sebaya terkait prestasi akademik, tingkah laku, dan kontribusi sosial yang harus dipenuhi.

c) Konformitas dan Penyesuaian Diri (Conformity and Adaptation)

Tekanan untuk menyesuaikan diri dengan pola perilaku kelompok teman sebaya agar diterima dan tidak mengalami isolasi sosial.

d) Pengawasan dan Kontrol Sosial (Social Control)

Adanya pengawasan yang berlebih dari pihak tertentu yang dapat menimbulkan rasa diawasi terus menerus dan memicu tekanan psikologis.

e) Persaingan Sosial dan Akademik (Social and Academic Competition)

Tekanan akibat persaingan untuk mendapatkan prestasi yang baik, penghargaan, atau posisi tertentu, yang dapat menimbulkan rasa cemas.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tekanan Sosial

Tekanan sosial dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya:

a) Lingkungan Sosial Pesantren

Aturan hidup yang ketat, pola interaksi hierarkis (senioritas), tradisi budaya pesantren, dan cara pengasuhan yang disiplin dapat memperkuat tekanan sosial.

b) Karakteristik Individu

Kepribadian, kemampuan adaptasi, tingkah kemandirian, dan pengalaman sosial sebelumnya mempengaruhi bagaimana seseorang merasakan dan menanggapi tekanan sosial.

c) Hubungan Antarpribadi

Tekanan dari keluarga untuk berprestasi secara akademik, spiritual, maupun sosial dapat menambah beban psikologis dewasa muda di pesantren.

d) Norma dan Budaya Pesantren

Norma yang wajib dipatuhi dan budaya kehidupan kolektif yang menuntut kebersamaan dan kepatuhan dapat menjadi sumber tekanan sosial.

B. Perasaan Rendah diri

1. Pengertian Perasaan Rendah diri

Perasaan rendah diri dapat muncul ketika seorang individu merasa tidak dapat memenuhi ekspektasi sosial atau merasa gagal dalam mencapai standar yang diterima oleh lingkungan sekitar (Rosenberg, M. 1965). Dengan demikian kata lain dari *self esteem* atau harga diri merupakan penilaian diri mengenai dirinya sendiri. Namun, berbeda dengan konsep diri, harga diri merupakan proses mental aktif atau perasaan seseorang, bukan pemikiran (kognitif). Seperti yang dikatakan oleh Delamater & Myers (2011) harga diri merupakan komponen afektif atau evaluative dari diri. Dari beberapa penelitian tentang tekanan sosial terhadap pencapaian hidup menemukan bahwa seorang individu yang merasa tertinggal dari yang

lain seringkali memiliki harga diri yang rendah dan merasa dirinya tidak cukup baik dari yang lain. Di Indonesia, penelitian menunjukkan bahwa individu yang sering mendapat tekanan cenderung mengalami penurunan harga diri dan perasaan rendah diri, terutama jika individu tersebut merasa tidak mampu memenuhi harapan keluarga dan lingkungannya (Lestari, S., & Andriani, R. 2019).

2. Aspek-aspek Perasaan Rendah Diri

Perasaan rendah diri atau *low self-esteem* menurut Pranoto (2021) adalah kondisi psikologis dimana individu memiliki pandangan negatif terhadap diri sendiri, yang dapat ditunjukkan melalui beberapa aspek berikut:

a) Kurangnya Kepercayaan Diri

Individu merasa ragu atau tidak yakin terhadap kemampuan diri sendiri dalam menyelesaikan tugas atau menghadapi situasi sosial.

b) Rasa Minder atau Inferioritas

Merasa bahwa diri lebih rendah atau tidak sebanding dengan orang lain dalam hal prestasi, status, atau kemampuan sosial.

c) Ketidakpuasan terhadap Diri Sendiri

Merasa tidak puas dengan penampilan, kemampuan, atau sifat personal yang dimiliki, sehingga muncul kritik diri yang berlebihan.

d) Perasaan tidak layak atau tidak berharga

Berpandangan bahwa diri kurang berharga atau tidak pantas mendapatkan penghargaan, cinta, atau pengakuan sosial.

e) Kecenderungan Menghindar

Menghindari interaksi sosial atau situasi yang memerlukan evaluasi diri karena takut dinilai buruk atau gagal.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perasaan Rendah Diri

Menurut Pranoto (2021) ada beberapa faktor yang dapat menyebabkan perasaan rendah diri pada dewasa muda, yang dapat ditunjukkan melalui beberapa faktor berikut:

a) Pengalaman Kegagalan atau Penolakan

Gagal memenuhi harapan akademik, sosial, atau spiritual, serta mengalami penolakan atau kritik dari lingkungan sosial.

b) Tekanan Sosial yang Tinggi

Sulit menyesuaikan diri dengan norma yang ada, tuntutan prestasi, dan perbandingan sosial dengan teman sebaya yang lebih berhasil.

c) Perlakuan Negatif

Pernah mendapat perlakuan kurang menyenangkan seperti intimidasi, *bullying*, atau diskriminasi dari teman, atau orang terdekat.

d) Kurangnya Dukungan Sosial

Sedikitnya dukungan emosional, motivasi, dan pengakuan dari lingkungan seperti teman, guru, dan keluarga.

C. Dukungan Sosial Sebagai Moderasi

Dukungan sosial merujuk pada bantuan emosional, informasi, dan praktis yang diberikan oleh orang lain seperti teman, keluarga, guru, atau pengasuh (Cohen & Wills, 1985). Dukungan sosial berperan penting dalam mengurangi

dampak negatif stres dan tekanan sosial, dan dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis (House, 1981). Di pondok pesantren, dukungan sosial yang kuat dari lingkungan dapat memoderasi hubungan antara tekanan sosial dan stres serta perasaan rendah diri, sehingga individu lebih mampu mengatasi tekanan yang dihadapi (Prasetyaningrum et al., 2022).

1. Pengertian Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan salah satu faktor kunci dalam mengurangi dampak negatif dari tekanan sosial. Studi yang dilakukan oleh peneliti Hanifah (2020), ditemukan bahwa *coping stress* dipengaruhi oleh dukungan sosial. Dukungan sosial merupakan sumber daya dari hubungan pribadi dengan orang lain (Cohen, S., dan Hoberman, H. M., 1983). Adanya dukungan sosial menyebabkan individu lebih mampu menyelesaikan tugas yang berat jika dibandingkan dengan individu yang tidak menerima dukungan sosial. Penelitian lebih lanjut dijelaskan oleh (Sarafino, E.P. dan Smith T. W. 2010) individu dengan dukungan sosial yang tinggi ada kecenderungan tidak mendapatkan *stress* karena individu tahu akan mendapatkan pertolongan dari individu lain. Dukungan sosial meningkatkan kemampuan diri individu dalam menghadapi atau memecahkan masalah yang berfokus pada pengurangan *stress* melalui perhatian, informasi dan umpan balik yang diperlukan seseorang untuk melakukan *coping stress* (Ruwaida, A. 2006).

2. Aspek-aspek Dukungan Sosial

Menurut Prasetyaningrum (2022) dukungan sosial dapat dibagi menjadi empat aspek berikut:

a) Dukungan emosional

Mendapatkan dukungan berupa empati, perhatian, kepercayaan, kasih sayang, dan tempat untuk berbagi perasaan.

b) Dukungan informatif

Dukungan berupa saran, petunjuk, atau informasi yang dapat membantu individu menyesuaikan masalah atau mengatasi tekanan yang dihadapi.

c) Dukungan Penghargaan

Bisa melalui bantuan yang berupa ungkapan positif atau dorongan untuk terus maju pada individu yang butuh dukungan. Dukungan penghargaan diri, membentuk kepercayaan diri, dan merasa dihargai saat individu mengalami tekanan.

d) Dukungan instrumental

Meliputi bantuan secara langsung sesuai dengan apa yang dibutuhkan oleh individu, misal memberikan pinjaman uang, atau memberikan pekerjaan pada waktu mengalami stress akibat tekanan.

Menurut Weiss (1974) dalam dukungan sosial tentang fungsi hubungan sosial. Dijelaskan ada enam fungsi dasar yang berasal dari hubungan sosial yaitu yang pertama kelekatan (attachment); yang kedua integrasi sosial (social integration); yang ketiga hubungan terpercaya (reliable alliance); yang keempat bimbingan (guidance); kelima adanya pengakuan

(reassurance of worth); dan yang keenam kesempatan untuk pengasuhan (opportunity for nurturance). Berikut enam penjelasan yang lebih spesifik dari keenam dimensi dukungan sosial yang dirumuskan oleh Weiss (1974):

- a) Attachment biasanya mengacu pada penyediaan dukungan emosional yang ditemukan dalam hubungan dengan pasangan intim, keluarga, dan teman dekat.
- b) Integrasi sosial mengacu pada rasa memiliki kelompok yang memiliki minat yang sama.
- c) Bimbingan yang melibatkan penyediaan saran atau informasi dari mitra sosial yang dapat dipercaya.
- d) Aliansi yang dapat diandalkan mengacu pada jaminan bahwa hubungan sosial dapat diandalkan untuk menyediakan bantuan yang nyata.
- e) Jaminan nilai adalah pengakuan kompetensi yang dimiliki dan keterampilan individu oleh orang lain.
- f) Kesempatan untuk merawat dan melibatkan perasaan bahwa individu memiliki tanggung jawab atas perawatan orang lain.

Zimet et al. (1988) mengkonseptualisasikan dukungan sosial yang tersusun dari tiga dimensi spesifik dari sumber dukungan sosial yang dirasakan yaitu dari keluarga, teman, dan orang-orang penting lainnya. Pengertian masing-masing dimensi yaitu:

- a) Dukungan Keluarga. Dukungan yang diterima dari anggota keluarga yang bersedia pada saat dibutuhkan untuk memberikan dukungan psikologis, fisik dan finansial.

- b) Dukungan Teman. Dukungan yang mereka terima dari teman-teman disekitar yang bersedia pada saat dibutuhkan untuk memberikan dukungan fisik dan finansial.
- c) Dukungan orang spesial. Dukungan yang mereka terima dari orang spesial seperti pasangan, guru, tetangga, rekan kerja, anggota masyarakat, dan lainnya yang dianggap penting dalam kehidupan dan bersedia pada saat dibutuhkan untuk memberikan dukungan psikologis, fisik dan finansial.

3. Faktor-Faktor Dukungan Sosial

Myers (2012) menjelaskan bahwa terdapat tiga faktor penting yang bisa mendorong individu untuk dapat memberi dukungan yang positif, yaitu:

- a) Empati, individu bisa merasakan keadaan yang dialami oleh individu lain yang bertujuan untuk menjaga emosi dan memotivasi tingkah laku agar mengurangi kesusahan dan meningkatkan kesejahteraan individu lain.
- b) Norma dan nilai-nilai sosial, yang bermanfaat untuk mengarahkan seseorang dalam menjalankan kewajibannya dalam kehidupan.
- c) Pertukaran sosial, adalah hubungan timbal balik perilaku sosial antar perilaku sosial dan cinta, layanan, informasi. Ketika pertukaran berjalan seimbang maka akan menghasilkan kondisi hubungan interpersonal yang baik, pengalaman dalam pertukaran ini akan membuat seseorang lebih percaya bahwa orang lain memperdulikan.

Menurut Prasetyaningrum (2022) Efektifitas dukungan sosial sebagai moderasi terhadap dukungan sosial dan stress pada dewasa muda dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor:

a) Kualitas Hubungan Sosial

Hubungan yang hangat, tulus, dan terbuka antara individu dengan pendukung (teman, guru, keluarga) memperkuat efek positif dukungan sosial.

b) Kecocokan Jenis Dukungan dengan Kebutuhan

Dukungan yang diberikan sesuai dengan masalah yang tengah dihadapi (misalnya dukungan emosional untuk mengatasi kesemasan, dukungan informasional untuk masalah akademik) lebih efektif dalam meredakan stres dan perasaan rendah diri.

c) Persepsi terhadap Dukungan

Individu merasakan dan mengakui adanya dukungan yang ada agar dapat dimanfaatkan dengan optimal. Jika dukungan yang ada dirasa kurang, dampaknya bisa berkurang bahkan menimbulkan tekanan tambahan.

d) Kemampuan Individu dalam Memanfaatkan Dukungan

Tingkat keterbukaan, kemampuan komunikasi, dan kesiapan menerima bantuan juga mempengaruhi bagaimana individu bisa mendapatkan manfaat penuh dari dukungan sosial tersebut.

Sedangkan menurut Sarafino (2011) faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan sosial adalah (Sarafino, 2011):

- a) Penerima dukungan Individu, tidak mungkin dapat menerima dukungan jika mereka tidak berhubungan dengan individu lain, individu tidak dapat memberikan bantuan jika individu tersebut tidak memberi tahu bahwa dirinya membutuhkan bantuan. Beberapa individu tidak cukup asertif untuk meminta bantuan, mereka merasa haruslah mandiri atau tidak ingin membuat individu lain merasa tidak nyaman jika harus bercerita mengenai hal pribadi mereka.
- b) Pemberi dukungan, tidak memiliki sumber daya yang dibutuhkan dari sang penerima dukungan, atau mereka sendiri sedang berada dalam situasi yang menekan dan membutuhkan bantuan untuk diri sendiri atau mungkin tidak memperdulikan keadaan orang lain.
- c) Komposisi dan struktur jaringan sosial Individu yang mendapatkan dukungan sosial juga bergantung pada hal-hal dan struktur jaringan mereka. Bagaimana hubungan yang mereka jalin dengan orang-orang didalam keluarga dan masyarakat.

Beberapa faktor yang mempengaruhi dukungan sosial yaitu (Taylor, 2009):

- a) Pemberian dukungan
Pemberi dukungan merupakan orang yang memiliki arti penting dalam pencapaian hidup.
- b) Jenis dukungan
Jenis dukungan yang akan diterima memiliki arti bila dukungan itu bermanfaat dan sesuai dengan situasi yang ada.
- c) Penerima dukungan

Penerima dukungan seperti kepribadian, kebiasaan dan peran sosial akan menentukan keefektifan dukungan.

d) Permasalahan yang dihadapi

Dukungan sosial dapat dipengaruhi oleh kesehatan antara jenis dukungan yang diberikan dan masalah yang tengah dihadapi.

e) Waktu pemberian dukungan

Dukungan sosial akan menjadi optimal jika digunakan pada situasi tertentu, akan tetapi akan menjadi tidak optimal dalam situasi yang lain lagi.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi dukungan sosial adalah memperhatikan kondisi yang dialami oleh orang yang membutuhkan dukungan tersebut. Hal ini dilakukan agar orang tersebut dapat menilai bahwa dirinya mendapatkan cinta dan perhatian oleh orang lain ketika mereka membutuhkan bantuan maupun pertolongan dari orang lain.

D. Hubungan antara Variabel X1, X2, dan Y

Berdasarkan kajian pustaka yang ada. Hubungan antar variabel yang dimaksud dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Variabel X1 (tekanan sosial) merupakan variabel independen yang berpengaruh langsung terhadap Y (perasaan rendah diri). Artinya, semakin tinggi tekanan sosial yang dialami, kemungkinan mengalami perasaan rendah diri juga semakin tinggi.

2. Variabel X2 (dukungan sosial) berperan sebagai variabel moderasi, yakni variabel yang dapat memperkuat atau memperlemah hubungan antar variabel X1 dan Y. Secara umum, dukungan sosial dapat mengurangi atau menekan pengaruh negatif tekanan sosial terhadap perasaan rendah diri.

Penelitian empiris mendukung bahwa tekanan sosial memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap perasaan rendah diri pada individu, termasuk dewasa muda di pondok pesantren. Tekanan sosial dari lingkungan pesantren seperti aturan ketat, persaingan akademik, dan norma-norma sosial yang kuat dapat meningkatkan beban psikologis santri sehingga menimbulkan stres yang berujung pada penurunan kepercayaan diri dan perasaan rendah diri (Ikromi, M., & Hidayat, R. 2024)

Dukungan sosial terbukti dapat mengurangi tingkat perasaan rendah diri tersebut dengan memberikan rasa aman, empati, bantuan solusi, dan penguatan yang dibutuhkan dalam menghadapi tekanan sosial (Shinta 2020).

E. Hipotesis Penelitian

Merujuk pada kajian teori dan kerangka berpikir yang telah dipaparkan, maka dapat diajukan hipotesis sebagai berikut:

H0 : Tidak adanya pengaruh yang signifikan dari tekanan sosial terhadap perasaan rendah diri pada dewasa muda.

H1 : Adanya pengaruh yang signifikan dari tekanan sosial terhadap perasaan rendah diri pada dewasa muda.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Kerangka Penelitian

Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang berfokus pada pengumpulan dan analisis data numerik untuk mengukur fenomena sosial secara objektif. Menurut Rahardjo (2017) metode penelitian merupakan salah satu cara untuk memperoleh dan mencari kebenaran yang bersifat tentatif, bukan kebenaran yang absolut. Yang mana hasilnya berupa kebenaran ilmiah. Yang dimaksud dengan kebenaran ilmiah adalah kebenaran yang terbuka untuk terus diuji, dikritik atau bahkan juga direvisi. Oleh karena itu tidak ada metode terbaik untuk mencari kebenaran, tetapi yang ada adalah metode yang tepat untuk tujuan tertentu sesuai fenomena yang ada. Maka dari itu pemilihan metode penelitian harus disesuaikan dengan penelitian yang sedang dilakukan agar hasil yang didapatkan optimal (Budiharto, 2019).

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Sebuah variabel adalah sebuah karakteristik atau atribut dari individu atau organisasi yang (a) peneliti dapat mengukur atau mengamati dan (b) bervariasi antara individu atau organisasi yang dipelajari (Creswell, J. W. 2010). Ditambahkan juga menambahkan bahwa variabel adalah kunci yang peneliti telah untuk mengumpulkan informasi dan menjadi tujuan penelitian. Ada beberapa variabel yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu variabel bebas dan variabel terikat, dengan penjelasan berikut:

1. Variabel bebas

Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh variable lain (Azwar, 2015). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah tekanan sosial, yang diukur melalui frekuensi pertanyaan sosial dalam lingkungan pesantren.

2. Variabel terikat

Variabel terikat adalah variable yang dalam variasinya mempengaruhi mempengaruhi variabel lain (Azwar, 2015). Variabel terikat dari penelitian ini adalah perasaan rendah diri, yang mencerminkan respon psikologis terhadap tekanan sosial.

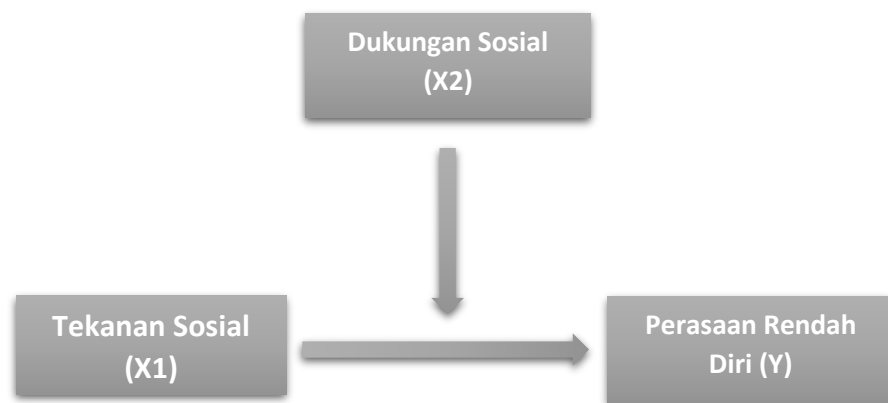
3. Variabel moderasi

Variabel yang dapat memperlemah atau memperkuat hubungan antara tekanan sosial dengan stress dan perasaan rendah diri. Variabel moderasi dari penelitian ini adalah dukungan soisal.

Keterangan:

- Panah dari tekanan sosial ke perasaan rendah diri menunjukkan pengaruh langsung. Artinya, tingkat tekanan sosial yang dialami oleh individu dari (misalnya tekanan akademik, banyak aturan, ekspektasi lingkungan, dan penyesuaian diri) dapat meningkatkan atau memperburuk perasaan rendah diri seperti (keraguan diri, perasaan tidak berharga, dan kurang percaya diri). Semakin besar tekanan sosial yang dirasakan, maka semakin tinggi pula perasaan rendah diri yang muncul.

- Panah dari dukungan sosial ke hubungan $X1 \rightarrow Y$ menunjukkan bahwa dukungan sosial berperan sebagai variable moderasi, dapat memperlemah atau memperkuat hubungan pengaruh tekanan sosial terhadap perasaan rendah diri.



Gambar 3.1 Kerangka Konsep

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional adalah sebuah definisi atas variabel yang didapat dari karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati (Azwar, 2015). Definisi operasional dari variabel bebas, variabel terikat dan variabel moderasi dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Perasaan rendah diri (Y)

Perasaan rendah diri adalah persepsi negatif tentang diri sendiri, berupa kurangnya kepercayaan diri dan harga diri yang rendah, yang timbul sebagai respon terhadap tekanan sosial.

2. Tekanan sosial (X1)

Tekanan sosial adalah tingkat tekanan yang dirasakan individu akibat tuntutan dan interaksi sosial di lingkungan pondok pesantren, terutama isu terkait pencapaian hidup (akademis, spiritual, sosial) ('Azma, 2024).

3. Dukungan sosial (X2)

Dukungan sosial adalah sikap yang merujuk pada bantuan, perhatian, dan persahabatan yang diberikan oleh orang lain dalam jaringan sosial individu yang dapat membantu individu lain untuk menemukan solusi dari permasalahannya.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2012) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang memiliki kualitas dan ciri-ciri tertentu. Ciri-ciri tersebut ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Dalam hal ini populasi yang dimiliki peneliti adalah dewasa muda santri yang tinggal dan menempuh Pendidikan di Rumah Tahfidz Mutiara Qur'an Jl. Griya Kebonjaya Kav. 18-20 Kota Pasuruan. Data ini diperoleh dari data santri yang ada di Pondok Pesantren tersebut.

2. Sampel

Menurut Azmar (2015) sampel adalah subjek yang akan diambil dari keseluruhan populasi. Jadi, sampel adalah sejumlah dari populasi yang memiliki karakteristik yang sesuai, dan bisa mewakili keseluruhan populasinya. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *total*

sampling. Menurut Sugiono (2012) penggunaan *total sampling* merupakan teknik pengambilan sampel yang mana seluruh populasi akan digunakan oleh peneliti untuk dijadikan sampel penelitian.

E. Metode Pengumpulan Data

Instrument yang digunakan pada penelitian ini adalah menggunakan kuesioner (angket) atau skala. Kuesioner merupakan sebuah pernyataan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden (Arikunto, S. 2010).

Instrument yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari tiga bagian, yaitu pada bagian pertama berisi tentang skala tekanan sosial yang kedua tentang skala rendah diri dan yang ketiga skala dukungan sosial.

F. Instrument Penelitian

Instrument dalam penelitian ini terdapat tiga skala.

1. Blueprint Skala Tekanan Sosial

Penelitian ini menggunakan skala yang diadaptasi dari skala tekanan sosial akademik yang ada di kalangan pesantren. Variabel tekanan sosial terdiri dari beberapa indikator diantaranya, tuntutan akademik, ekspektasi lingkungan, dan juga penyesuaian diri dan konformitas (Ikromi, 2025). Skala ini memiliki aitem sejumlah 12 aitem. Tiap subskala memiliki 3 aitem.

Tabel 3.1. Blueprint Skala Tekanan Sosial

No.	Aspek/Dimensi	Contoh Item	No. Item	Jumlah
1.	Tuntutan akademik	Tuntutan untuk berpretasi membuat saya lebih giat belajar dan berkembang.	1,2,3	3
2.	Banyak tuntutan/aturan	Banyaknya aturan yang ada membuat saya merasa terbebani.	4,5,6	3
3.	Ekspektasi lingkungan	Orang-orang di sekitar saya menuntut saya untuk selalu berhasil.	7,8,9	3
4.	Penyesuaian diri & konformitas	Saya mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan dan aturan pesantren.	10,11,12	3
			Jumlah	12

2. Blueprint Skala Perasaan Rendah Diri

Skala perasaan rendah diri yang digunakan dalam penelitian ini yang diadaptasi dari penelitian serupa dari RSES (*Rosenberg Self-Esteem Scale*) dalam konteks pondok pesantren (Subagya et al., 2018). RSES memiliki aitem sejumlah 10 aitem dan memiliki 3 subskala, yaitu penerimaan diri, penghargaan diri, dan percaya diri. Tiap subskala memiliki 3 aitem untuk skala penerimaan diri, 4 aitem untuk skala penghargaan diri, dan 3 aitem lagi untuk skala percaya diri.

Tabel 3.2. Blueprint Skala Perasaan Rendah Diri

No.	Aspek/Dimensi	Contoh Item	No. Item	Jumlah
1.	Penerimaan diri	Saya menerima diri saya apa adanya dengan segala kelebihan dan kekurangan saya.	1,2 (Favorable) dan 3 (Unfavorable)	3
2.	Penghargaan diri	Saya merasa diri saya punya kualitas yang baik.	4,5 (Favorable) dan 6,7 (Unfavorable)	4
3.	Percaya diri	Saya mampu menghadapi semua tantangan yang ada di pesantren.	8 (Favorable) dan 9,10 (Unfavorable)	3
			Jumlah	10

3. Blueprint Skala Dukungan Sosial

Skala dukungan sosial yang digunakan dalam penelitian ini diadaptasi dari Zimet, et al (1988) bernama *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) (Achmad, 2023). MSPSS memiliki jumlah aitem 12 dan memiliki tiga aspek 3 aspek yakni keluarga, teman, dan orang spesial. Dan setiap subskala memiliki 4 aitem.

No.	Aspek/Dimensi	Contoh Item	No. Item	Jumlah
1.	Keluarga	Keluarga saya benar-benar berusaha membantu saya.	1,2,3,4 (Favorable)	4

2.	Teman	Teman-teman saya benar-benar berusaha membantu saya.	5,6,7,8 (Favorable)	4
3.	Orang Spesial	Ada orang istimewa yang ada di sekitar saya saat saya membutuhkan.	9,10,11,12 (Favorable)	4
Jumlah				12

Table 3.3. Blueprint Skala Dukungan Sosial

G. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas Alat Ukur

Uji validitas merupakan cara untuk mengukur tingkat ketepatan suatu tes. Suatu tes dapat dikatakan valid apabila tes tersebut mengukur apa yang hendak diukur. Tingkat validitas tes dikatakan tinggi apabila hasilnya sesuai dengan kriteria, yang artinya memiliki kesesuaian antara tes dan kriteria (Arikunto, S. 2010). Dalam penelitian ini uji validitas menggunakan bantuan program IBM *Statistical Package or Social Science* (SPSS) versi 30.0 for windows dengan menggunakan Teknik validitas *product moment pearson*. Ridwan (2009) menjelaskan bahwa suatu aitem dikatakan valid apabila nilai r hitung $> r$ table dan skor sig. $< 0,05$ dengan skor r table pada penelitian ini sebesar 0,361 ($n = 30$).

2. Uji Reliabilitas

Untuk mengetahui nilai reliabilitas dapat melihat nilai Cronbach Alpha dengan menggunakan bantuan aplikasi program IBM SPSS *Statistics* versi 30.0 for windows. Dalam konteks statistik, reliabilitas biasanya diukur dengan nilai koefisien reliabilitas yang berkisar antara 0 hingga 1,00 yang

artinya, jika angka atau nilainya mendekati angka 1,00 maka reliabilitasnya semakin tinggi.

H. Teknik Analisis Data

1. Analisis Deskriptif

Sugiyono (2017) menyatakan bahwa statistic yang digunakan untuk analisis data dengan cara memberikan gambaran atau deskripsi suatu data yang telah terkumpul sehingga menjadikan sebuah informasi yang lebih jelas, singkat dan mudah untuk dipahami disebut statistic deskriptif. Statistic deskriptif menampilkan data melalui tabel, perhitungan mean, minimum, maksimal, perhitungan penyebaran data dan standar deviasi (Sugiyono 2017).

Analisis data merupakan langkah yang digunakan dalam penelitian yang bertujuan untuk menemukan jawaban dari rumusan masalah yang ada pada penelitian ini dan tercantum dibab pertama. Sehingga, peneliti dapat memperoleh kesimpulan dari penelitian yang sudah dilakukan. Menurut Moleong (2007) analisis data adalah suatu proses mengatur urutan data, mengorganisasikan kedalam suatu pola, kategori, dan satuan uraian dasar sehingga nantinya dapat ditemukan tema dan dapat dirumuskan hipotesis, seperti yang disarankan oleh data. Adapun dalam penelitian ini Teknik analisis data yang digunakan dilakukan dengan beberapa tahapan, yaitu:

1. Menentukan kategorisasi
 - a. Menentukan Kategorisasi

Menentukan kategorisasi tinggi, sedang, dan rendah pada penelitian ini yang mencakup skala tekanan sosial, perasaan rendah diri, dan dukungan sosial menggunakan rumus sebagai berikut:

Tinggi $= X > (M + 1 \text{ SD})$

Sedang $= (M - 1 \text{ SD}) \leq X \leq (M + 1 \text{ SD})$

Rendah $= X < (M - 1 \text{ SD})$

b. Mencari nilai Mean Empirik

Mean atau bisa juga disebut sebagai rata-rata angka yang diperoleh dari menjumlahkan angka individu (N) kemudian membaginya dengan jumlah sesuai dengan banyaknya data yang dijumlahkan.

Menggunakan rumus sebagai berikut:

$$X = \frac{\sum X}{N}$$

Keterangan:

M = Mean

$\Sigma skor subjek$ = jumlah skor semua subjek

$\Sigma subjek$ = jumlah subjek penelitian

c. Mencari Mean Hipotetik

Rumus untuk mencari mean hipotetik adalah sebagai berikut:

$$M = \frac{(i \text{ Max} + i \text{ Min})}{2} \times \Sigma item$$

Keterangan:

M = Mean Hipotetik

i Max = skor tertinggi item

i Min = skor terendah item

$\Sigma item$ = jumlah item dalam skala

d. Mencari Standar Deviasi

Setelah nilai mean atau rata-rata sudah diperoleh, maka selanjutnya adalah mencari standar deviasi dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$SD = \frac{1}{6} (X \text{ Max} - X \text{ Min})$$

Keterangan:

SD = Standar deviasi

X Max = skor tertinggi item

X Min = skor terendah item

2. Uji Asumsi Klasik

Untuk menguji kelayakan sebuah model regresi, maka yang dilakukan terlebih dahulu adalah harus memenuhi uji asumsi klasik. Dalam penelitian ini uji asumsi klasik terdiri dari pengujian normalitas dan juga pengujian heteroskedastisitas.

a. Uji Normalitas

Menurut Ghozali (2018) uji normalitas memiliki tujuan untuk menguji kenormalan distribusi variabel, apakah bahan sebaran data tersebut normal atau tidak. Dalam penelitian ini uji normalitas dilakukan

memakai uji statistik *Kolmogorov-Smirnov*. Level signifikan yang digunakan adalah 0,05. Data dikatakan normal jika nilai sig. (*2-tailed*) hasil dari perhitungan menggunakan aplikasi program IBM SPSS *Statistics* versi 30.0 for *windows* > 0,05. Dan sebaliknya, jika nilai sig. (*2-tailed*) < 0,05 maka data tersebut tidak normal.

b. Uji Heteroskedastisitas.

Menurut Gani & Amalia (2018) heteroskedastisitas merupakan keadaan dimana varians dan residual antara satu pengamat dengan pengamat yang lain itu tidak sama. Ketika varians dan residual sama (equal) antara satu pengamat dengan pengamat lainnya, maka hal tersebut disebut sebagai keadaan homoskedastisitas, bukan homoskedastisitas.

Cara mendeteksi heteroskedastisitas dilakukan dengan uji Glesjer, yaitu dengan meregresi variabel bebas terhadap residual. Jika nilai sig. > 0,05 maka tidak terjadi gejala heteroskedastisitas. Sebaliknya jika nilai sig. < 0,05 maka terjadi gejala heteroskedastisitas.

3. Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Koefisien determinasi adalah representasi numerik dari varians perubahan pada nilai X yang berkaitan dengan fraksi (%) perubahan pada nilai Y (Gani, I., & Amalia, S 2018). Skor koefisien determinasi berkisar antara 0 hingga 1. Ketika skor sangat dekat dengan satu, variabel independent mungkin hampir seluruhnya memprediksi fluktuasi variabel

dependen. Bias terhadap independent dalam model adalah kelemahan utama dalam menggunakan koefisien determinasi.

4. Uji Hipotesis

Pada penelitian ini uji hipotesis bisa diukur dari nilai-nilai statistik t. Ghozali (2018) mengungkapkan bahwa uji t dilakukan untuk melihat seberapa besar masing-masing variabel independen mempengaruhi seberapa baik variabel dependen dijelaskan. Dalam penelitian ini menggunakan taraf signifikansi (α) sebesar 5% (0,05) dengan pengujian dua arah (*2-tailed*). Adapun kriteria pengujian hipotetis dengan uji t dalam penelitian ini adalah:

1. Hipotesis diterima jika nilai koefisien positif dan signifikan ($\text{sig} < 0.05$).
2. Hipotesis ditolak jika nilai koefisien positif dan signifikan ($\text{sig} > 0.05$).

Hipotesis pertama dalam penelitian ini diuji dengan menggunakan linear sederhana pada persamaan (1) dibawah ini. Adapun hipotesis kedua akan diuji dengan menggunakan MRA (*Moderated Regression Analysis*) pada persamaan (2).

Model persamaan yang digunakan pada penelitian ini untuk menguji pengaruh tekanan sosial terhadap perasaan rendah diri dengan dukungan sosial sebagai variabel moderasi adalah sebagai berikut:

$$Y_i = \alpha + \beta_1 X_i + e \quad (1)$$

$$Y = \alpha + \beta_1 X_i + \beta_2 X_i * X_2 + e \quad (2)$$

Keterangan:

Y = Perasaan Rendah diri

α = Konstanta

$\beta_1\beta_2$ = Koefisien Regresi

X_i = Tekanan Sosial

X_2 = Dukungan Sosial

e = Error

Perlu diketahui terlebih dahulu apakah dukungan sosial dalam penelitian ini termasuk moderasi homologizer, moderasi semu, moderasi murni, atau tidak termasuk variabel moderator. Sebelum menelaah hasil pengujian variabel moderator untuk memperkuat ataupun memperlemah hubungan antara variabel independen dan dependen. Dengan kriteria sebagai berikut:

a. Moderator Homologizer

Moderator homologizer merupakan variabel yang dapat berperan sebagai moderator dengan mempengaruhi seberapa kuat hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat tersebut. Berpedoman pada persamaan sebelumnya, pemoderasi homologizer dapat dikenali dengan koefisien β_1 dan β_2 dari persamaan (2) yaitu jika koefisien β_1 dinyatakan tidak signifikan dan koefisien β_2 tidak signifikan secara statistik.

b. Moderasi Murni (*Pure Moderator*)

Moderator ini merupakan jenis variabel moderasi yang dikenali dengan koefisien β_1 dan β_2 dalam persamaan (2) yaitu jika dinyatakan tidak signifikan tetapi koefisien β_2 signifikan secara statistik. Ketika sebuah variabel berinteraksi dengan variabel independen tetapi tidak dengan sendirinya menjadi variabel independen, dikatakan bertindak dalam

moderasi murni untuk mengatur hubungan antara variabel independen dan juga variabel dependen.

c. Moderasi Semu (*Quasi Moderator*)

Moderasi semu adalah salah satu dari jenis variabel moderasi yang dapat dikenali dengan koefisien β_1 dan β_2 pada persamaan (2) yaitu jika koefisien β_1 dinyatakan signifikan dan koefisien β_2 signifikan secara statistik. Yang dimaksud variabel semu adalah variabel yang berinteraksi dengan variabel prediktor dan berfungsi sebagai variabel independen. Bisa dikatakan juga, variabel moderasi semu adalah variabel yang memoderasi hubungan antara variabel prediktor dan variabel dependen.

d. Bukan Variabel Moderasi

Suatu variabel dapat dikatakan sebagai moderasi apabila β_1 dan β_2 pada persamaan (2) apabila koefisien β_1 dinyatakan signifikan dan koefisien β_2 tidak signifikan secara statistik. Berdasarkan hal tersebut menunjukkan bahwa model hubungan yang dibuat hanya menganggap variabel moderator ini sebagai prediktor atau variabel independen.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Yayasan Mutiara Qur'an merupakan pondok pesantren yang berlokasi di Kota Pasuruan. Yayasan ini merupakan lembaga Pendidikan keagamaan yang berfokus pada pengajaran dan pembinaan tahfidz Al-Qur'an, Pendidikan agama islam, serta pembinaan karakter santri dan dewasa muda yang berada dibawah naungan pengasuh Yayasan tersebut.

Sebagai lokasi penelitian, Yayasan Mutiara Qur'an Kota Pasuruan ini menjadi latar yang sangat relevan untuk mengkaji pengaruh tekanan sosial terhadap perasaan rendah diri, serta peran dukungan sosial sebagai variabel yang memoderasi dalam menjaga kesehatan mental para dewasa muda yang ada di Yayasan Mutiara Qur'an tersebut.

2. Waktu Pelaksanaan Penelitian

Proses pengambilan data pada penelitian ini dilaksanakan pada bulan Oktober 2025. Penelitian ini dilakukan pada santri yang ada di Yayasan Mutiara Qur'an Kota Pasuruan. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh santri yang ada di Yayasan Mutiara Qur'an yang berjumlah 30 santri. Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling* dan berjumlah 30 santri. Metode pengambilan data dilakukan secara daring melalui tautan google form. Alamat tautan dalam penelitian ini dapat diakses melalui <https://forms.gle/aAWPAENUwj6rwXpEA>.

3. Hambatan dalam Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan penelitian ini menghadapi beberapa hambatan, adapun beberapa kendala yang dihadapi adalah sebagai berikut:

a. Keterbatasan Waktu Akses Handphone

Subjek penelitian adalah santri yang memiliki aturan terkait penggunaan handphone. Para santri hanya diperbolehkan memegang handphone diwaktu tertentu yang sudah ditentukan oleh pihak pesantren. Kondisi ini menyebabkan pengisian kuesioner tidak dilakukan secara bersamaan, sehingga peneliti perlu menyesuaikan jadwal pengumpulan data dengan batas waktu yang ditentukan.

b. Kegiatan Harian Santri

Santri memiliki jadwal yang padat, mulai dari sekolah formal, hafalan, ibadah, hingga kegiatan rutin pesantren lainnya. Kesibukan tersebut membuat sebagian responden sedikit kesulitan untuk meluangkan waktu untuk mengisi kuesioner dalam satu kali kesempatan. Peneliti perlu melakukan pengingat berkala agar seluruh responden dapat menyelesaikan kuesioner dengan lengkap.

c. Jumlah Responden yang Sedikit

Penelitian ini menggunakan Teknik total sampling dengan jumlah responden 30 santri, karena dalam rumah tahfidz tersebut hanya terdapat 30 santri. Meskipun sudah mencakup seluruh populasi, jumlah ini relative kecil sehingga peneliti harus memastikan data yang diperoleh benar-benar valid dan tidak ada yang terlewat.

B. Hasil Penelitian

1. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

Pada penelitian yang sudah dilakukan didapatkan hasil pengukuran dari variabel tekanan sosial, dukungan sosial, dan juga perasaan rendah diri. Oleh karena itu terdapat 5 aspek yang ada pada variabel tekanan sosial yang meliputi tuntutan akademik, banyaknya tuntutan/aturan, ekspektasi lingkungan, dan juga penyesuaian diri dan konformitas. Berdasarkan uji validitas pada skala tekanan sosial yang diberikan kepada subjek yang sudah dilakukan dengan jumlah total 12 item yang diujikan didapatkan hasil dengan adanya 10 item yang dinyatakan valid dan terdapat 2 item yang gugur. Pada item valid favourable terdapat pada nomor 6,8, dan 10. Sedangkan untuk item valid unfavorable terdapat pada nomor 2,4,5,7,9,11,12. Hal ini menunjukkan bahwa angka validitas dengan nilai validitas diatas 0,361. Sehingga item yang memiliki kriteria nilai dibawah ini dinyatakan tidak valid atau gugur.

Selanjutnya pada variabel dukungan sosial terdapat 3 aspek yang meliputi dukungan keluarga, dukungan teman, dan dukungan orang spesial. Berdasarkan uji validitas pada skala dukungan sosial yang diberikan kepada subjek yang sudah dilakukan dengan jumlah total item 12 yang mana 12 item dinyatakan valid. Item yang valid pada skala ini ditunjukkan dengan item favorable pada nomor 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12. Hal ini ditunjukkan bahwa angka validitas dengan nilai diatas 0,361.

Pada variabel perasaan rendah diri terdapat 3 aspek yang meliputi penerimaan diri, penghargaan diri, dan juga percaya diri. Berdasarkan uji validitas pada skala ini yang diberikan pada subjek penelitian yang sudah dilakukan dengan jumlah total item 10 item yang diujikan, 7 item dinyatakan valid dan 3 item dinyatakan gugur. Item yang valid favorable terdapat pada nomor 1,4,5, dan 8. Sedangkan item valid unfavorable terdapat pada nomor 3,6, dan 7. Hal ini menunjukkan bahwa angka validitas dengan nilai diatas 0,361. Jika terdapat item yang tidak memiliki kriteria nilai tersebut maka dinyatakan tidak valid atau gugur.

Pada penelitian ini untuk melihat hasil uji reliabilitas dengan menggunakan alpha Cronbach pada skala tekanan sosial, dukungan sosial, dan juga perasaan rendah diri yang telah diuji validitasnya dengan nilai angka rentang 0 sampai 1.00 yang artinya semakin tinggi angka reliabilities koefisiennya maka semakin tinggi reliabilitasnya dan sebaliknya.

Tabel 4.1 Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Alpha Cronbach	Keterangan
Tekanan Sosial	.606	Reliabel
Dukungan Sosial	.609	Reliabel
Perasaan Rendah Diri	.608	Reliabel

Berdasarkan tabel 4.1 hasil uji reliabilitas diatas hasil uji reliabilitas yang sudah dilakukan menunjukkan hasil dari skala tekanan sosial 0,606 skala dukungan sosial 0,609 dan 0,608 pada skala perasaan rendah diri, maka ketiga hasil tersebut menunjukkan bahwa uji tersebut dinyatakan reliabel.

2. Analisis Statistik Deskriptif

Pengukuran statistik deskriptif variabel ini perlu dilakukan untuk melihat gambaran data secara umum seperti nilai rata-rata (Mean), skor tertinggi (Max), skor terendah (Min), dan standar deviasi dari masing-masing variabel yaitu tekanan sosial (X), perasaan rendah diri (Y), dan dukungan sosial (Z). Adapun hasil uji statistik deskriptif penelitian dapat dilihat pada tabel 4.2

Tabel 4.2 Uji Statistik Deskriptif

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Tekanan sosial	30	25.00	34.00	29.6000	2.40115
Dukungan Sosial	30	2.00	4.00	2.8333	.46113
P. Rebdah Diri	30	19.00	34.00	29.6667	2.75848
Valid N (listwise)	30				

Berdasarkan hasil perhitungan pada Tabel 4.2 dapat diketahui bahwa jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 30 responden. Tekanan sosial sebagai variabel independent memiliki nilai minimum 25 sedangkan nilai maksimum sebesar 34 dan rata-rata pengaruh tekanan sosial mencapai sebesar 29.6. Standar deviasi data tekanan sosial adalah sebesar 2.40115.

Dukungan sosial sebagai variabel moderasi memiliki nilai minimum sebesar 2.00 sedangkan nilai maksimumnya sebesar 4.00 dan nilai rata-rata dukungan sosial sebesar 2.8333 dengan nilai standar deviasi data dukungan sosial adalah sebesar .46113.

Perasaan rendah diri sebagai variabel dependen memiliki nilai minimum sebesar 19.00 sedangkan nilai maksimumnya sebesar 34.00 dan nilai rata-

rata terhadap perasaan rendah diri mencapai sebesar 29.6667 dengan standar deviasi data perasaan rendah diri adalah sebesar 2.75848.

a. Deskriptif Subjek Penelitian

Responden dalam penelitian ini adalah Santri Putri Mutiara Qur'an Kota Pasuruan yang berjumlah 30 santri. Data yang tertera pada Tabel 4.3 menunjukkan bahwa sampel jenis kelamin perempuan berjumlah 30 santri dengan persentase 100%. Jika dilihat pada usia responden berkisar antara 18 hingga 22 tahun. Detailnya, usia 18 tahun 5 santri (16,5%), 19 tahun 6 santri (19,8%), 20 tahun 11 santri (36,3%), 21 tahun 7 santri (23,1%), 22 tahun 1 santri (3,3%). Dan yang terakhir status Pendidikan, santri yang duduk di bangku SMA sejumlah 16 santri (52,8%) dan yang Pendidikan pesantren sebanyak 14 santri (46,2%).

Tabel 4.3 Data Demografi Sampel Penelitian

Karakteristik	N	%
Jenis Kelamin		
Perempuan	30	100%
Usia		
18	5	16,5%
19	6	19,8%
20	11	36,3%
21	7	23,1%
22	1	3,3%
Pendidikan		
Pesantren	14	46,2%
SMA	16	52,8%
Total	30	100%

b. Deskripsi Kategori Data

Uji ini dilakukan untuk melihat kategorisasi dari tiap tingkat dalam sebuah variable penelitian. Pada tabel 4.4 menunjukkan lebih lengkapnya. Hasil menunjukkan bahwa pada tekanan sosial terdapat 5 santri yang masuk dalam kategori rendah dengan persentase 16%. Kemudian santri yang masuk dalam kategori sedang sejumlah 20 dengan persentase 67% dan kategori tinggi sejumlah 5 dengan persentase 17%.

Tabel 4.4 Kategorisasi Variabel Penelitian

Kategorisasi Variabel	Frekuensi	Persentase
Tekanan Sosial		
Rendah	5	16%
Sedang	20	67%
Tinggi	5	17%
Dukungan Sosial		
Rendah	1	3%
Sedang	26	87%
Tinggi	3	10%
Perasaan Rendah Diri		
Rendah	2	7%
Sedang	25	83%
Tinggi	3	10%
Total	30	100%

Tabel 4.4 juga menunjukkan kategorisasi perasaan rendah diri pada santri. Terdapat 2 santri yang masuk dalam kategori rendah dengan persentase 7%. Selanjutnya terdapat 25 santri masuk dalam kategori sedang dengan persentase 83% dan yang terdapat 3 santri yang masuk dalam kategori tinggi dengan persentase 10%.

Kategorisasi dukungan sosial pada santri. Terdapat 1 santri yang masuk dalam kategori rendah dengan persentase 3%. Kemudian terdapat 26 santri yang masuk dalam kategori sedang dengan persentase 87%, dan yang terakhir terdapat 3 santri yang masuk dalam kategori tinggi dengan persentase 10%.

3. Uji Asumsi Klasik

Sebelum melakukan uji hipotesis, harus dilakukan uji asumsi klasik terlebih dahulu. Dalam pengujian ini terdapat beberapa asumsi-asumsi dasar yang harus terpenuhi. Asumsi-asumsi tersebut terdiri dari uji normalitas dan uji heterokedastisitas.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas data dilakukan dengan uji statistik yaitu Kolmogorov Smirnov. Kriteria data dikatakan normal jika nilai signifikansi $> 0,05$ maka nilai residual berdistribusi normal. Sedangkan jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka nilai residual tidak berdistribusi normal.

Tabel 4.5 Hasil Uji Normalitas
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

N				30
Normal Parameters ^{a,b}		Mean	.0000000	
		Std. Deviation	.96490128	
Test Statistic				.135
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c				.174
Monte Carlo	Sig. (2-tailed) ^d	Sig.	.176	

Berdasarkan tabel 4.5 diatas diketahui bahwa nilai Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0,174. Hal ini menunjukkan bahwa $0,174 > 0,05$ maka dapat didimpulkan bahwa data tersebut berdistribusi normal. Syarat kriteria pedoman normalitas data maka disimpulkan bahwa tekanan sosial, dukungan sosial, dan perasaan rendah diri pada dewasa muda yang ada di Rumah Tahfidz Putri Mutiara Qur'an Kota Pasuruan yang diteliti tersebut adalah data sudah berdistribusi normal dan memenuhi asumsi normalitas data.

b. Uji Heterokedastisitas

Heteroskedastisitas memiliki tujuan untuk mengetahui apakah terdapat ketidaksamaan varians antara residual atau pengamatan dengan pengamatan yang lainnya dalam model regresi. Model regresi yang baik adalah yang berkondisi heteroskedastisitas atau tidak terjadi heteroskedastisitas.

Tabel 4.6 Hasil Uji Heterokedastisitas

Model	Populasi	Sig.	Keterangan
(Constant)	30	.372	Linier
Dukungan Sosial	30	.668	Linier
Perasaan rendah diri	30	.085	Linier

Berdasarkan hasil tabel 4.6 uji heteroskedastisitas diatas menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial mempunyai nilai sig. $> 0,05$ yaitu 0,668 maka tidak terbukti yang cukup untuk menolak hipotesis nol yang menyatakan bahwa tidak terjadi gejala heteroskedastisitas dalam model regresi ini. Dengan kata lain, varians

residual dari model ini bersifat konstan di rentang nilai prediktor. Hal ini menunjukkan bahwa pada uji ini terpenuhi, yang penting untuk validitas hasil analisis regresi lebih lanjut.

4. Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Koefisien determinasi pada intinya mengukur seberapa jauh kemampuan model dalam menerangkan variasi variabel dependen. Nilai koefisien determinasi berkisar antara 0 dan 1. Kondisi naik turun variabel dependen diperkirakan dengan menggunakan analisis linier berganda ketika kedua variabel atau lebih diubah (nilainya dinaikkan atau diturunkan) sebagai faktor prediktor. Dalam mencari data ini peneliti menggunakan SPSS versi 30.0, analisis regresi dilakukan.

Tabel 4.7 Hasil Uji Koefisien Determinasi

R	R Square	Adj. R Square	Std. Error	Keterangan
.403	.162	.100	1.76863	Signifikan

Tabel 4.7 memperlihatkan bahwa, diperoleh nilai R sebesar 0.403 yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang cukup kuat antara variabel tekanan sosial dan perasaan rendah diri. Dengan nilai *R-square* yang mewakili besarnya pengaruh antar variabel sebesar 0,100 atau 10%. Angka tersebut digunakan untuk melihat besarnya pengaruh variabel tekanan sosial terhadap perasaan rendah diri pada dewasa muda yang dialami oleh santri yang ada di Yayasan Mutiara Qur'an Kota Pasuruan dengan cara menghitung koefisien determinasi. Angka tersebut mempunyai maksud

bahwa pengaruh dari tekanan sosial terhadap perasaan rendah diri sebesar 10%.

5. Uji Hipotesis

a. Hasil Uji Hipotesis 1

Uji hipotesis 1 pada penelitian ini menggunakan analisis regresi linear sederhana. Hasil dari pengujian hipotesis dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.8 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana

Coefficients ^a					
Model	B	Std. Error	Beta	t	Sig.
(Constant)	13.169	.088		148.874	<,001
Dukungan Sosial	-.029	.003	-.095	-10.467	<,001
Tekanan Sosial	.302	.003	1.019	112.747	<,001

Berdasarkan tabel 4.8 maka persamaan regresi untuk model adalah sebagai berikut:

$$Y_i = \alpha + \beta_1 X_i + e$$

$$Y = 13.169 + 0,302 + e$$

Hasil interpretasi dari tabel 4.5 adalah sebagai berikut:

1. Nilai konstanta 13.169 memperlihatkan nilai variabel perubahan tekanan sosial (X_i) tanpa mengalami penurunan tetap maka variabel perasaan rendah diri pada dewasa muda yang ada di Rumah Tahfidz tersebut akan mengalami kenaikan sebesar 13.169.

2. Nilai koefisien tekanan sosial sebesar .302 yang menunjukkan bahwa jika tidak ada penambahan satu satuan variabel.

Berdasarkan gambar 4.8 maka bisa disimpulkan bahwa hasil yang diperoleh dari koefisien variabel tekanan sosial sebesar 302 dengan besaran signifikan sebesar 0,01 menunjukkan bahwa lebih rendah dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa tekanan sosial berpengaruh terhadap perasaan rendah diri. Dengan demikian H_1 yakni tekanan sosial berpengaruh signifikan terhadap perasaan rendah diri diterima.

b. Hasil Uji Hipotesis 2

Uji hipotesis 2 pada penelitian ini menggunakan *Moderated Regression Analysis* (MRA) atau analisis regresi moderasi. Analisis regresi moderasi pada penelitian ini digunakan untuk menguji efek moderasi dukungan sosial dalam hubungan tekanan sosial terhadap perasaan rendah diri. Hasil pengujian hipotesis dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.9 Hasil Uji Analisis Regresi Moderasi

Model	B	Std. Error	Beta	t	Sig.
(Constant)	7.698	4.010		1.919	.066
Dukungan Sosial	1.389	.236	1.315	5.895	<,001
XM	-.691	.212	-.727	-3.261	.003

Berdasarkan tabel 4.8 diatas, maka permasalahan variabel moderasi adalah sebagai berikut:

$$Y = \alpha + \beta_1 X_i + \beta_2 X_i * Z_i + e$$

$$Y = 7.698 + 1.389 X_i - 691 X_i * Z_i + e$$

Hasil interpretasi untuk tabel 4.6 diatas sebagai berikut:

1. Nilai konstanta sebesar 7.698 menunjukkan bahwa jika variabel tekanan sosial dan moderasi dukungan sosial tanpa mengalami perubahan atau tetap maka variabel perasaan rendah diri akan mengalami kenaikan sebanyak 7.698.
2. Nilai koefisien tekanan sosial sebanyak 1.389 menunjukkan bahwa jika ada penambahan satu satuan variabel tekanan sosial terhadap variabel perasaan rendah diri maka ada peningkatan sebesar 1.389.
3. Nilai koefisien moderasi dukungan sosial sebesar 1.389 menunjukkan bahwa jika ada penambahan satu satuan variabel moderasi dukungan sosial terhadap variabel perasaan rendah diri akan ada penurunan sebanyak 1.389.

Dapat disimpulkan berdasarkan tabel 4.9 diperoleh hasil dari koefisien variabel moderasi sebesar 1.389 dengan tingkat signifikan sebesar 0.01 yang menandakan lebih kecil dari 0.05. dengan demikian H₂ (dukungan sosial) mampu memoderasi pengaruh tekanan sosial terhadap perasaan rendah diri bisa diterima.

C. Pembahasan

1. Pengaruh Tekanan Sosial Terhadap Perasaan Rendah Diri

Hasil penelitian mengenai pengaruh tekanan sosial terhadap perasaan rendah diri menunjukkan bahwa nilai disimpulkan bahwa hasil yang diperoleh dari koefisien variabel tekanan sosial sebesar 302 dengan besaran

signifikan sebesar 0,01 menunjukkan bahwa lebih rendah dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa tekanan sosial berpengaruh terhadap perasaan rendah diri. Temuan statistik tersebut menegaskan bahwa tekanan sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perasaan rendah diri pada santri. Dengan demikian, dapat dipahami bahwa semakin tinggi tekanan sosial yang dialami, semakin besar pula kecenderungan santri untuk merasakan keraguan diri, ketidakberhargaan, dan penurunan kepercayaan diri. Kondisi ini secara khusus terlihat pada santri dewasa muda di Rumah Tahfidz Putri Mutiara Qur'an Kota Pasuruan, yang menunjukkan bahwa intensitas tekanan sosial yang meningkat turut mendorong bertambahnya perasaan rendah diri pada diri santri.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa tekanan dapat berasal dari berbagai sumber, baik dari keluarga, teman sebaya, maupun lingkungan yang lebih luas seperti institusi pendidikan serta budaya sosial. Dalam konteks pondok pesantren, tekanan sosial umumnya muncul dari tuntutan untuk mematuhi aturan yang ketat, memenuhi harapan terhadap pencapaian akademik dan spiritual, serta menyesuaikan diri dengan norma-norma sosial yang berlaku di lingkungan tersebut. Ketika tekanan sosial yang diterima santri terlalu besar, keadaan ini dapat memicu munculnya berbagai respons psikologis negatif, termasuk meningkatnya perasaan rendah diri pada individu yang mengalami kesulitan dalam memenuhi tuntutan dan ekspektasi tersebut.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Fauziah (2021), yang membuktikan bahwa tekanan sosial memberikan pengaruh signifikan terhadap perasaan rendah diri. Dalam penelitiannya, Fauziah menjelaskan bahwa tekanan sosial dapat muncul melalui berbagai bentuk, seperti tuntutan yang berasal dari keluarga, pergaulan, maupun masyarakat yang memberikan standar tertentu terhadap perilaku maupun pencapaian individu. Ketika seseorang merasa tidak mampu memenuhi standar tersebut, mereka akan lebih mudah merasa kurang berharga dan memandang dirinya secara negatif. Temuan ini memperkuat pemahaman bahwa tekanan sosial merupakan faktor penting yang dapat menurunkan rasa percaya diri, terutama ketika individu tidak memiliki sumber dukungan yang memadai untuk mengatasi tekanan tersebut. Dengan demikian, konsistensi temuan ini semakin memperkuat hubungan antara tekanan sosial dan perasaan rendah diri sebagaimana yang telah dijelaskan dalam penelitian terdahulu.

2. Dukungan Sosial Memoderasi Pengaruh Tekanan Sosial Terhadap Perasaan Rendah Diri

Hasil dari pengujian hipotesis kedua menunjukkan bahwa diperoleh hasil dari koefisien variabel moderasi sebesar 1.389 dengan nilai t hitung sebesar 5.895 dan nilai signifikan sebesar 0.01 yang menandakan lebih kecil dari 0.05. Hasil ini menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial sangat mampu memoderasi pengaruh tekanan sosial terhadap perasaan rendah diri

yang dialami oleh santri yang ada di Rumah Tahfidz Putri Mutiara Qur'an Kota Pasuruan.

Hasil ini menunjukkan bahwa ketika santri mendapatkan dukungan sosial yang kuat, pengaruh tekanan sosial terhadap perasaan rendah diri menjadi semakin kecil. Dukungan dari keluarga, teman, dan para pengajar membantu santri merasa lebih dihargai dan tidak mudah terpengaruh oleh tekanan dari lingkungan. Dengan adanya dukungan tersebut, santri lebih mampu menghadapi berbagai tuntutan yang mereka terima sehingga tidak mudah merasa rendah diri. Temuan ini menegaskan bahwa dukungan sosial memiliki peran penting dalam membantu santri mengatasi dampak negatif dari tekanan sosial.

Jika dilihat dukungan sosial mana yang sangat berpengaruh pada tekanan sosial terhadap perasaan rendah diri, dukungan dari keluarga lah yang memiliki pengaruh lebih baik. Hal ini dapat dibuktikan dengan terdapat nilai *R Square* sebesar 18,6% pengaruhnya terhadap perasaan rendah diri santri Mutiara Qur'an Kota Pasuruan. Sedangkan dukungan dari teman memperoleh nilai sebesar 14,4%. Terakhir, dukungan sosial dari orang spesial yang memiliki persentase sedikit lebih rendah dengan nilai sebesar 1,9%. Artinya santri yang ada di Rumah Tahfidz Putri Mutiara Qur'an bisa memiliki kepercayaan yang baik ketika mendapatkan dukungan sosial dari keluarga.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori dukungan sosial berperan penting dalam mengurangi dampak negatif tekanan sosial, dan dapat

meningkatkan kesejahteraan psikologis (House, 1981). Di pondok pesantren, dukungan sosial yang kuat dari lingkungan dapat memoderasi hubungan antara tekanan sosial dan stres serta perasaan rendah diri, sehingga individu lebih mampu mengatasi tekanan yang dihadapi (Prasetyaningrum et al., 2022).

Hasil ini diperkuat oleh penelitian Khairina (2023) yang menjelaskan bahwa dukungan sosial mampu memoderasi pengaruh tekanan sosial terhadap perasaan rendah diri.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengujian atas pengaruh tekanan sosial terhadap perasaan rendah diri yang dimoderasi oleh dukungan sosial dengan menggunakan 30 sampel pada santri putri Mutiara Qur'an Kota Pasuruan, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Hasil penelitian mengenai pengaruh tekanan sosial terhadap perasaan rendah diri menunjukkan bahwa nilai disimpulkan bahwa hasil yang diperoleh dari koefisien variabel tekanan sosial sebesar 302 dengan besaran signifikan sebesar 0,01 menunjukkan bahwa lebih rendah dari 0,05. Hal ini membuktikan bahwa semakin tinggi tingkat tekanan sosial pada santri maka semakin tinggi pula tingkat perasaan rendah diri yang dialami oleh santri.
2. Hasil dari pengujian hipotesis kedua menunjukkan bahwa diperoleh hasil dari koefisien variabel moderasi sebesar 1.389 dengan nilai t hitung sebesar 5.895 dan nilai signifikan sebesar 0.01 yang menandakan lebih kecil dari 0.05.

Jika dilihat dari ketiga aspek, dukungan sosial yang paling berpengaruh pada tekanan sosial terhadap perasaan rendah diri, dukungan dari keluarga lah yang memiliki pengaruh lebih baik. Pernyataan ini dapat dibuktikan bahwa dengan terdapat nilai $R Square$ sebesar 18,6% pengaruhnya terhadap perasaan rendah diri santri Mutiara Qur'an Kota Pasuruan. Sedangkan dukungan dari teman memperoleh nilai sebesar 14,4%. Terakhir, dukungan

sosial dari orang spesial yang memiliki persentase sedikit lebih rendah dengan nilai sebesar 1,9%. Artinya santri yang ada di Rumah Tahfidz Putri Mutiara Qur'an bisa memiliki kepercayaan yang baik ketika mendapatkan dukungan sosial dari keluarga.

B. Saran

Berdasarkan hasil pembahasan dan kesimpulan dalam penelitian ini, maka saran yang diberikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi Subjek Penelitian

Diharapkan bagi santri lebih berani dalam menyampaikan permasalahan yang tengah dihadapi dan memanfaatkan dukungan dari keluarga, teman, serta pengasuh maupun pengurus di pesantren. Selain itu, dengan memiliki dukungan sosial yang baik dapat menjaga kepercayaan diri dan juga kesehatan selama berada di pondok pesantren.

2. Bagi Pengasuh dan Pengurus

Pengasuh dan pengurus diharapkan dapat memberikan dukungan sosial yang lebih intensif, agar santri merasa lebih dihargai dan tidak mudah merasa rendah diri saat menghadapi tekanan sosial di lingkungan pesantren. Dan juga perlu meningkatkan komunikasi terbuka antara pengasuh, pengurus, dan santri. Sehingga santri merasa nyaman menyampaikan permasalahan dan mendapatkan solusi yang tepat.

3. Bagi Keluarga Subjek

Diharapkan bagi keluarga untuk selalu mendukung anaknya secara moral maupun material ketika anaknya sedang belajar di pondok pesantren.

Seperti memfasilitasi keperluan selama berada dipesantren. Karena dalam penelitian ini menunjukkan dimana dukungan keluarga memiliki pengaruh yang besar bagi santri.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti menyadari masih banyak terdapat kekurangan dan keterbatasan dalam pelaksanaan penelitian. Maka dari itu, untuk peneliti selanjutnya diharapkan untuk lebih mengeksplorasi yang lebih jauh tentang pengaruh tekanan sosial terhadap perasaan rendah diri. Peneliti selanjutnya juga dapat eksplorasi variabel lain yang berhubungan dengan tekanan sosial terhadap perasaan rendah diri.

DAFTAR PUSTAKA

- 'Azma, W. (2024). *Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Kenakalan Remaja*. 30702000227.
- Achmad, H. (2023). Pengaruh dukungan sosial terhadap penerimaan diri pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi (Studi Kuantitatif Mahasiswa Psikologi UIN Malang Angkatan 16). *Skripsi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang*, i–89.
- Adolph, R. (2016). *Pengantar Psikologi Sosial*.
- Akrobi Imana, Hilmi Dzaki, Lingga Maya Putri, Rima Terra, Syarah Oletha Nabilah, & Izzanil Hidayati. (2024). Hubungan Social Anxiety Terhadap Tingkat Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa Baru Perantau Di Universitas Negeri Padang. *Observasi : Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 3(1), 248–256. <https://doi.org/10.61132/observasi.v3i1.952>
- Arikunto, S. (2010). "Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik." *Jakarta: Rineka Cipta*.
- Bar-On, R., 2012. *The impact of emotional intelligence on health and well-being: Emotional intelligences perceptions and applications*. Croatia: In Tech Europe.
- Candra, S. (2023) Manajemen stress dan kecemasan pada santri generasi Z di pondok pesantren. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 15(1), 30-41
- Cakar F.S. (2013). Behavior problems and social support which adolescent perceived from the different sources. *internasional Education Research*, 1,2, 50-64
- Cohen, S., Gottlieb, B., & Underwood, L. (2000). *Social support measurement and intervention: A guide for health and social scientist*. New York: Oxford University Press.
- Cohen, S., dan Hoberman, H. M., 1983. "Positive Events and Social Supports as Buffers of Life Change Stress." *Journal of Applied Social Psychology* 99-125.
- Cohen, S., & Wills, T. A. 1985. Stress Social, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(20, 310-357
- Coopersmith, S. 1967. *The antecedents of self-esteem*. W. H. Freeman

- Creswell, J. W. . 2010. "Yogyakarta: PT Pustaka Pelajar." *Research Design: Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, Kuantitatif, Dan Mixed*.
- Dwirifqi, M., & Putra, K. (2015). Uji Validitas Konstruk the Social Provisions Scale. *Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia*, 44(4), 1–18.
- Fauziah, N. M. (2021). Hubungan Religiusitas dengan Stres Akademik pada Santri Pondok Pesantren Fajar Islam Nusantara Medan. *Universitas Medan Area*. <http://repository.uma.ac.id/handle/123456789/16360%0Ahttp://repository.uma.ac.id/bitstream/123456789/16360/1/178600020> - Nedra Meutia Fauziah - Fulltext.pdf
- Hairunnisa, K. (2023). *Pengaruh dukungan sosial terhadap penerimaan diri pascaperceraian orang tua pada dewasa muda awal di Kota Depok* (Skripsi, Universitas Islam Negeri Maulana Mlik Ibrahim).
- Hashim, M. & Hashimah I. 2007. Stress, coping, social supports of subjective well-being in the adolescent years *Kajian Malaysia*, 1, 97-115
- Hose, J. S. 1981. Work Stress and Social Support. *Addison Wesley*
- Inspire UINSAID. 2025. Gambaran Resiliensi Santri di Pondok Pesantren.
- Ikromi, Z. A. (2025). Stres Akademik di Kalangan Santri: Analisis Literatur Mengenai Faktor-Faktor Penghambatnya. *Eudaimonia Journal Psychology*, 1(2), 19–25. <https://ojs.sains.ac.id/index.php/eudaimonia/article/view/64>
- Jelisavac, D., & Semedela, D. B 2024. Validation of the Resenberg Self-Esteem Scale-RSES
- Khairina, K., & Sahrah, A. 2022. Dukungan sosial sebagai moderator antara konflik peran ganda dengan kesejahteraan subjektif pada Wanita Angkatan Udara. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 10, 79–95. <https://doi.org/10.24854/jpu380>
- Lee, E. H. 2012. Review of the psychometric evidence of the Perceived Stress Scale. *Asian Nursing Research*, 6(4), 121-127
- Lazarus, R. S., & Folkam, S. 1984. *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- Lestari, S., & Andriani, R. . 2019. " Psikologi Keluarga: Teori dan Aplikasi." *Jakarta: Kencana*.
- Lumban Gaol, N. T. (2016). Teori Stres: Stimulus, Respons, dan Transaksional. *Buletin Psikologi*, 24(1), 1. <https://doi.org/10.22146/bps.11224>
- Lutfiana, D., & Zakiyah, E. (2021). Hubungan Konsep Diri Akademik dan Self Regulated Learning dengan Stres Akademik Santri dalam Mengikuti

- Pembelajaran Daring. *Journal of Indonesian Psychological Science (JIPS)*, 1(01), 22–31. <https://doi.org/10.18860/jips.v1i01.14922>
- Malecki, C.K., & Demaray M.K. (2003). What type of support do they need? investigating student adjustment as related to emotional, informational, appraisal, and instrumental support. *School Psychology Quartely*, 18, 3, 231-252
- Maroqi, N. (2019). Uji Validitas Konstruk Pada Instrumen Rosenberg Self Esteem Scale Dengan Metode Confirmatory Factor Analysis (CFA). *Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia (JP3I)*, 7(2), 92–96. <https://doi.org/10.15408/jp3i.v7i2.12101>
- Misbahudin, H. M. (2024). Analisis Pengaruh Tekanan Psikologis Dan Beban Tugas Terhadap Kesejahteraan Mental Santri: Studi Kasus. *AN NAJAH (Jurnal Pendidikan Islam dan Sosial Keagamaan)*, 3(Juli), 331–335. <https://journal.nabest.id/index.php/annajah/article/view/355/227>
- Mozumder, M. K. 2022. Reliability and validity of Percieved Stress Scale in Bangladesh. *Plos One*
- Munawaroh, H. 2024. Analisis Pengaruh Tekanan Psikologis dan Beban Tugas Terhadap Kesejahteraan Mental Santri. *Journal Nabest*.
- Mu'tadin. 2022. *Stress akademik pada santri pondok pesantren*. Universitas Negeri
- Nuraini, L. 2023. Peran dukungan sosial dalam mengurangi stress pada santri pondok pesantren. *Jurnal Kesehatan Mental*, 8(2), 112-120
- Nurhidayati, I., Murtana, A., Mawardi, M., & Nurhudaf, M. (2024). Konsep Diri Berkorelasi Dengan Kesehatan Mental Santri. *TRIAGE Jurnal Ilmu Keperawatan*, 10(2), 69–73. <https://doi.org/10.61902/triage.v10i2.895>
- Olweus, D. 1993. Dampak bullying dan perlakuan negatif terhadap harga diri dan kondisi psikologis
- Pranoto, B. 2021. Tekanan sosial dan perasaan rendah diri santri pesantren. Universitas Islam Negeri
- Prasetyaningrum et al. 2022. Studi tentang pengaruh tekanan sosial dan peran dukungan sosial pada kesejahteraan psikologis santri pondok pesantren
- Wulandari, D., & Setiawan, M. A. 2020. Dukungan Sosial ebagai Moderator Dampak Ekspektasi Sosial Terhadap Kesehatan Mental. *jurnal ilmu psikologi indonesia* 112-128
- Ratelle, C.F., Simard, K., & Guay, F. 2012. Students' subjective well-being: the role

- of social support. *Journal of Happiness Study*, hal 1-18
- Rohmah. 2025. Hubungan Social Anxiety terhadap Self Esteem Mahasiswa Baru Perantau Universitas Negeri Padang.
- Roihanah, & Arsy, N. 2020. Stres Akademik di Kalangan Santri Pondok Pesantren. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 2(1), 45-57
- Rosenberg, M. 1965. "Society and the Adolescent Self-Image." *Princeton, NJ: Princeton University Press*.
- Ruwaida, A. 2006. "Hubungan Antara Kepercayaan Diri dan Dukungan Keluarga dengan Kesiapan Menghadapi Masa Menopause." *Indigenous Jurnal Ilmiah*.
- Santrock, J. W. 2011. Buku Perkembangan Psikologi Remaja dan Tekanan Sosial Dalam Konteks Kelompok Teman Sebaya
- Sarafino, E.P. dan Smith T. W. 2010. "Health Psychology Biopsychosocial Interactions 7th Edition." *New York: John Wiley dan Sons, Inc.*
- Schulenberg, J. E., Sameroff, A. J., & Cicchetti, D. 2004. *Transition and transformation in the life course: Conclusions. In J. E. Schulenberg, J. L. Maggs, & K. Hurrelmann (Eds.), Health risks and developmental transitions during adolescence (pp. 341-354). Cambridge University Press.*
- Shinta, K., et al. 2020. Pengaruh tekanan sosial terhadap stress dan perasaan rendah diri pada santri pondok pesantren. *Jurnal Psikologi Islam*, 8(2), 98-110
- Sinaga, N. 2019. Strategi Coping Dengan Tingkat Stress Pada Santri Baru Asrama Pondok Pesantren Annur. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 8(3), 265-279
- Smith, J., Doe, A., & Johnson, L. 2020. "Social pressure and psychological well-being in young adults." *Journal of Social Psychology*.
- Sugiyono. 2017. "Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D (26th ed)." *Alfabeta. www.cvalfabeta.com*.
- Subagya, A. N., Artanty, W., & Hapsari, E. D. (2018). Hubungan Harga Diri dengan Kualitas Hidup Wanita Menopause. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 2(3), 177. <https://doi.org/10.32419/jppni.v2i3.94>
- Suryadi, R. 2021. ""Pengaruh Norma Sosial terhadap Stres pada Mahasiswa yang Belum Menyelesaikan Skripsi"." *Jurnal Pendidikan dan Psikologi* 157-170.
- Syafe'i, A. 2017. Pearturan dan sanksi yang mempengaruhi stress pada santri

pondok pesantren. *Jurnal Kesehatan Mental*

Widiyanto, J. . 2010. "SPSS For Windows untuk analisis data statistik dan penelitian." *Surakarta: Bp-Fkip Ums* 51.

Wulandari, D., & Setiawan, M. A. 2020. Dukungan Sosial ebagai Moderator Dampak Ekspektasi Sosial Terhadap Kesehatan Mental. *jurnal ilmu psikologi indonesia* 112-128

Zimet, G. D., Dahlem, N. W., & Farley, G. K. 1988. The Multidimensional Scale Of Perceived Social Support. *Juornal Of Personality Assesment*, 52(1), 30-41

LAMPIRAN

Lampiran 1: Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS PSIKOLOGI

Jalan Gajayana 50 Malang, 65144, Telepon: 0341-558916, Website: fps.uin-malang.ac.id

Nomor : 2537/FPsi.1/PP.009/11/2025
Hal : IZIN PENELITIAN SKRIPSI

10 Nopember 2025

Kepada Yth.
Pengasuh Rumah Tahfidz Putri Mutiara Qur'an
Jl. Griya Kebonjaya No. 18 Kebonagung - Pasuruan Kota
di Tempat

Assalamu 'alaikum wa Rahmatullah wa Barakatuh.

Dengan hormat,

Dalam rangka pengembangan keilmuan bagi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian skripsi kepada:

Nama / NIM : NIHAYATUL MASRURO/210401110257
Tempat Penelitian : Rumah Tahfidz Putri Mutiara Qur'an
Judul Skripsi :

**PENGARUH TEKANAN SOSIAL TERHADAP
PERASAAN RENDAH DIRI PADA DEWASA MUDA
DI RUMAH TAHFIDZ PUTRI MUTIARA QUR'AN
KOTA PASURUAN**

Dosen Pembimbing : 1. Nurul Hikmah, M.Pd.
2. Dr. Mohammad Mahpur, M.Si.

Tanggal Penelitian : 13-10-2025 s.d 15-10-2025
Model Kegiatan : Online

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terimakasih.

Wassalamu 'alaikum wa Rahmatullah wa Barakatuh.

a.n. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Akademik,



Tembusan:
1. Wakil Dekan II dan III;
2. Ketua Prodi S1;
3. Kabag TU.

Lampiran 2. Skala Skala Penelitian

A. Skala Tekanan Sosial

Terdapat 4 pilihan jawaban dengan keterangan:

4 = Sangat Setuju

3 = Setuju

2 = Tidak Setuju

1 = Sangat Tidak Setuju

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Tuntutan untuk berprestasi membuat saya lebih giat belajar dan berkembang				
2.	Saya merasa tertekan karena harus selalu berprestasi.				
3.	Saya merasa takut gagal memenuhi tuntutan yang terlalu tinggi.				
4.	Banyaknya aturan yang ada membuat saya merasa terbebani.				
5.	Aturan yang terlalu ketat membuat saya merasa tertekan dan tidak nyaman.				
6.	Adanya banyak aturan membuat saya merasa lebih terarah dalam menjalani kehidupan.				
7.	Saya merasa orang-orang di sekitar saya menuntut saya untuk selalu berhasil.				
8.	Saya merasa mampu menyesuaikan diri dengan harapan lingkungan.				
9.	Saya merasa khawatir tidak bisa memenuhi harapan keluarga dan guru.				
10.	Saya merasa mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan dan aturan pesantren.				
11.	Saya merasa kesulitan menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan pesantren.				
12.	Saya merasa terpaksa mengikuti aturan yang tidak sesuai dengan keinginan saya.				

B. Skala Perasaan Rendah Diri

Terdapat 4 pilihan jawaban dengan keterangan:

4 = Sangat Setuju

3 = Setuju

2 = Tidak Setuju

1 = Sangat Tidak Setuju

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa bisa menerima diri saya apa adanya dengan segala kelebihan dan kekurangan saya.				
2.	Saya merasa bisa menerima kritik dan saran tanpa merasa rendah diri.				
3.	Saya merasa diri saya kurang diterima oleh lingkungan pesantren.				
4.	Saya merasa diri saya punya kualitas yang baik.				
5.	Saya merasa bangga dengan usaha dan hasil yang telah saya capai di pesantren.				
6.	Saya merasa sulit untuk menghargai diri sendiri.				
7.	Saya merasa diri saya kurang berharga dibandingkan teman sebaya saya.				
8.	Saya merasa mampu menghadapi semua tantangan yang ada di pesantren.				
9.	Saya sering merasa kurang percaya diri dibandingkan dengan teman-teman saya.				
10.	Saya sering merasa takut gagal dan mengecewakan orang tua atau guru.				

C. Skala Dukungan Sosial

Terdapat 4 pilihan jawaban dengan keterangan:

4 = Sangat Setuju

3 = Setuju

2 = Tidak Setuju

1 = Sangat Tidak Setuju

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa keluarga saya benar-benar berusaha membantu saya dalam menyelesaikan masalah.				
2.	Saya merasa mendapatkan bantuan dan dukungan emosional yang saya butuhkan dari keluarga saya.				
3.	Saya merasa dapat membicarakan masalah saya dengan keluarga saya.				
4.	Saya merasa keluarga saya bersedia membantu saya dalam membuat keputusan.				
5.	Saya merasa teman saya benar-benar berusaha membantu dalam menyelesaikan masalah.				
6.	Saya merasa dapat mengandalkan teman-teman saya ketika ada masalah.				
7.	Saya merasa memiliki teman yang dapat saya ajak berbagi suka dan duka.				
8.	Saya merasa dapat membicarakan masalah saya dengan teman-teman saya.				
9.	Ada orang istimewa yang selalu ada di sekitar saya saat saya membutuhkan.				
10.	Ada orang spesial yang dengannya saya bisa berbagi suka dan duka.				
11.	Saya memiliki orang istimewa yang merupakan sumber kenyamanan nyata bagi saya.				
12.	Ada orang spesial dalam hidupku yang peduli dengan perasaanku.				

Lampiran 3 Blueprint Skala Penelitian

Skala Tekanan Sosial

No.	Aspek/Dimensi	Contoh Item	No. Item	Jumlah
1.	Tuntutan akademik	Tuntutan untuk berpretasi membuat saya lebih giat belajar dan berkembang.	1,2,3	3
2.	Banyak tuntutan/aturan	Banyaknya aturan yang ada membuat saya merasa terbebani.	4,5,6	3
3.	Ekspektasi lingkungan	Orang-orang di sekitar saya menuntut saya untuk selalu berhasil.	7,8,9	3
4.	Penyesuaian diri & konformitas	Saya mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan dan aturan pesantren.	10,11,12	3
			Jumlah	12

Skala Perasaan Rendah Diri

No.	Aspek/Dimensi	Contoh Item	No. Item	Jumlah
1.	Penerimaan diri	Saya menerima diri saya apa adanya dengan segala kelebihan dan kekurangan saya.	1,2 (Favorable) dan 3 (Unfavorable)	3
2.	Penghargaan diri	Saya merasa diri saya punya kualitas yang baik.	4,5 (Favorable) dan 6,7 (Unfavorable)	4
3.	Percaya diri	Saya mampu menghadapi semua tantangan yang ada di pesantren.	8 (Favorable) dan 9,10 (Unfavorable)	3
			Jumlah	10

Skala Dukungan Sosial

No.	Aspek/Dimensi	Contoh Item	No. Item	Jumlah
1.	Keluarga	Keluarga saya benar-benar berusaha membantu saya.	1,2,3,4 (Favorable)	4
2.	Teman	Teman-teman saya benar-benar berusaha membantu saya.	5,6,7,8 (Favorable)	4
3.	Orang Spesial	Ada orang istimewa yang ada di sekitar saya saat saya membutuhkan.	9,10,11,12 (Favorable)	4
			Jumlah	12

Lampiran 6. Validitas dan Reliabilitas

Correlations														Tekanan Sosial
		X1P1	X1P2	X1P3	X1P4	X1P5	X1P6	X1P7	X1P8	X1P9	X1P10	X1P11	X1P12	
X1P1	Pearson Correlation	1	-.282	.021	-.313	-.470**	-.132	.182	-.152	-.117	-.099	-.248	.060	-.185
	Sig. (2-tailed)		.130	.914	.092	.009	.488	.334	.422	.536	.602	.186	.753	.326
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X1P2	Pearson Correlation	-.282	1	-.183	.277	.277	.146	.202	.337	.162	.219	.274	.332	.663**
	Sig. (2-tailed)	.130		.333	.138	.138	.443	.285	.069	.391	.244	.142	.073	<.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X1P3	Pearson Correlation	.021	-.183	1	-.203	.254	.149	-.059	-.136	.181	.032	-.456*	-.214	.014
	Sig. (2-tailed)	.914	.333		.281	.176	.431	.756	.474	.339	.866	.011	.256	.942
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X1P4	Pearson Correlation	-.313	.277	-.203	1	-.038	-.081	-.112	.374*	.397*	.243	.304	.037	.447*
	Sig. (2-tailed)	.092	.138	.281		.840	.671	.556	.042	.030	.195	.102	.847	.013
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X1P5	Pearson Correlation	-.470**	.277	.254	-.038	1	.525**	-.112	.093	.288	.061	-.101	.147	.447*
	Sig. (2-tailed)	.009	.138	.176	.840		.003	.556	.623	.122	.750	.594	.438	.013
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X1P6	Pearson Correlation	-.132	.146	.149	-.081	.525**	1	.259	.226	-.280	.243	.021	.124	.463**
	Sig. (2-tailed)	.488	.443	.431	.671	.003		.168	.230	.134	.197	.911	.515	.010
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X1P7	Pearson Correlation	.182	.202	-.059	-.112	-.112	.259	1	.027	.021	.283	.315	.043	.454*
	Sig. (2-tailed)	.334	.285	.756	.556	.556	.168		.886	.912	.129	.090	.822	.012
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X1P8	Pearson Correlation	-.152	.337	-.136	.374*	.093	.226	.027	1	-.018	-.015	.395*	.098	.504**
	Sig. (2-tailed)	.422	.069	.474	.042	.623	.230	.886		.927	.938	.031	.605	.004
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X1P9	Pearson Correlation	-.117	.162	.181	.397*	.288	-.280	.021	-.018	1	-.011	-.076	-.028	.364*
	Sig. (2-tailed)	.536	.391	.339	.030	.122	.134	.912	.927		.952	.689	.885	.048
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X1P10	Pearson Correlation	-.099	.219	.032	.243	.061	.243	.283	-.015	-.011	1	.096	.151	.432*
	Sig. (2-tailed)	.602	.244	.866	.195	.750	.197	.129	.938	.952		.613	.425	.017
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X1P11	Pearson Correlation	-.248	.274	-.456*	.304	-.101	.021	.315	.395*	-.076	.096	1	.039	.411*
	Sig. (2-tailed)	.186	.142	.011	.102	.594	.911	.090	.031	.689	.613		.839	.024
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X1P12	Pearson Correlation	.060	.332	-.214	.037	.147	.124	.043	.098	-.028	.151	.039	1	.417*
	Sig. (2-tailed)	.753	.073	.256	.847	.438	.515	.822	.605	.885	.425	.839		.022
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Tekanan Sosial	Pearson Correlation	-.185	.663**	.014	.447*	.447*	.463**	.454*	.504**	.364*	.432*	.411*	.417*	1
	Sig. (2-tailed)	.326	<.001	.942	.013	.013	.010	.012	.004	.048	.017	.024	.022	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations														Dukungan Sosial
		X2P1	X2P2	X2P3	X2P4	X2P5	X2P6	X2P7	X2P8	X2P9	X2P10	X2P11	XP12	
X2P1	Pearson Correlation	1	.383*	.309	.126	.083	.166	.179	-.174	-.105	.444*	-.146	.000	.406*
	Sig. (2-tailed)		.037	.096	.507	.662	.379	.345	.358	.580	.014	.443	1.000	.026
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X2P2	Pearson Correlation	.383*	1	-.030	-.178	.023	.085	.110	.214	.297	.228	.329	-.074	.480**
	Sig. (2-tailed)	.037		.874	.347	.902	.653	.564	.257	.111	.226	.076	.699	.007
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X2P3	Pearson Correlation	.309	-.030	1	.334	.131	.105	.259	.248	-.331	.203	-.092	.082	.361*
	Sig. (2-tailed)	.096	.874		.071	.491	.582	.167	.187	.074	.281	.630	.667	.050
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X2P4	Pearson Correlation	.126	-.178	.334	1	.110	.088	.466**	.088	-.056	.043	.039	-.069	.382*
	Sig. (2-tailed)	.507	.347	.071		.561	.642	.009	.642	.769	.822	.839	.716	.037
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X2P5	Pearson Correlation	.083	.023	.131	.110	1	.408*	.210	-.037	-.155	-.040	.179	-.064	.370*
	Sig. (2-tailed)	.662	.902	.491	.561		.025	.266	.846	.414	.835	.345	.737	.044
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X2P6	Pearson Correlation	.166	.085	.105	.088	.408*	1	.118	-.216	-.094	.180	.162	.116	.396*
	Sig. (2-tailed)	.379	.653	.582	.642	.025		.535	.251	.622	.341	.391	.541	.030
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X2P7	Pearson Correlation	.179	.110	.259	.466**	.210	.118	1	.222	.241	.148	.233	.060	.629**
	Sig. (2-tailed)	.345	.564	.167	.009	.266	.535		.239	.200	.435	.214	.754	<.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X2P8	Pearson Correlation	-.174	.214	.248	.088	-.037	-.216	.222	1	.282	-.144	.357	-.232	.375*
	Sig. (2-tailed)	.358	.257	.187	.642	.846	.251	.239		.132	.447	.052	.216	.041
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X2P9	Pearson Correlation	-.105	.297	-.331	-.056	-.155	-.094	.241	.282	1	.401*	.632**	.269	.477**
	Sig. (2-tailed)	.580	.111	.074	.769	.414	.622	.200	.132		.028	<.001	.150	.008
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X2P10	Pearson Correlation	.444*	.228	.203	.043	-.040	.180	.148	-.144	.401*	1	.277	.620**	.542**
	Sig. (2-tailed)	.014	.226	.281	.822	.835	.341	.435	.447	.028		.138	<.001	.002
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
X2P11	Pearson Correlation	-.146	.329	-.092	.039	.179	.162	.233	.357	.632**	.277	1	.335	.633**
	Sig. (2-tailed)	.443	.076	.630	.839	.345	.391	.214	.052	<.001	.138		.070	<.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
XP12	Pearson Correlation	.000	-.074	.082	-.069	-.064	.116	.060	-.232	.269	.620**	.335	1	.222
	Sig. (2-tailed)	1.000	.699	.667	.716	.737	.541	.754	.216	.150	<.001	.070		.239
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Dukungan Sosial	Pearson Correlation	.406*	.480**	.361*	.382*	.370*	.396*	.629**	.375*	.477**	.542**	.633**	.222	1
	Sig. (2-tailed)	.026	.007	.050	.037	.044	.030	<.001	.041	.008	.002	<.001	.239	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

		Correlations										Perasaan R diri
		YP1	YP2	YP3	YP4	YP5	YP6	YP7	YP8	YP9	YP10	
YP1	Pearson Correlation	1	.028	-.028	.267	-.034	-.042	.025	-.309	.157	.352	.376*
	Sig. (2-tailed)		.883	.883	.153	.857	.825	.896	.097	.409	.056	.041
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
YP2	Pearson Correlation	.028	1	-.330	.241	.307	-.060	-.103	.071	-.299	-.149	.150
	Sig. (2-tailed)	.883		.075	.200	.099	.751	.588	.708	.109	.431	.428
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
YP3	Pearson Correlation	-.028	-.330	1	.184	.022	.363*	.103	.196	.000	.149	.499**
	Sig. (2-tailed)	.883	.075		.330	.909	.049	.588	.298	1.000	.431	.005
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
YP4	Pearson Correlation	.267	.241	.184	1	.269	.064	.088	.397*	-.237	.059	.561**
	Sig. (2-tailed)	.153	.200	.330		.150	.737	.644	.030	.207	.756	.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
YP5	Pearson Correlation	-.034	.307	.022	.269	1	.074	.224	.350	-.366*	-.321	.362*
	Sig. (2-tailed)	.857	.099	.909	.150		.697	.235	.058	.046	.084	.049
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
YP6	Pearson Correlation	-.042	-.060	.363*	.064	.074	1	.304	.363*	-.337	-.253	.511**
	Sig. (2-tailed)	.825	.751	.049	.737	.697		.102	.049	.069	.178	.004
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
YP7	Pearson Correlation	.025	-.103	.103	.088	.224	.304	1	.460*	-.133	-.265	.518**
	Sig. (2-tailed)	.896	.588	.588	.644	.235	.102		.011	.485	.156	.003
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
YP8	Pearson Correlation	-.309	.071	.196	.397*	.350	.363*	.460*	1	-.448*	-.299	.499**
	Sig. (2-tailed)	.097	.708	.298	.030	.058	.049	.011		.013	.109	.005
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
YP9	Pearson Correlation	.157	-.299	.000	-.237	-.366*	-.337	-.133	-.448*	1	.250	-.128
	Sig. (2-tailed)	.409	.109	1.000	.207	.046	.069	.485	.013		.183	.501
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
YP10	Pearson Correlation	.352	-.149	.149	.059	-.321	-.253	-.265	-.299	.250	1	.170
	Sig. (2-tailed)	.056	.431	.431	.756	.084	.178	.156	.109	.183		.368
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Perasaan R diri	Pearson Correlation	.376*	.150	.499**	.561**	.362*	.511**	.518**	.499**	-.128	.170	1
	Sig. (2-tailed)	.041	.428	.005	.001	.049	.004	.003	.005	.501	.368	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.606	10

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.690	12

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.608	7

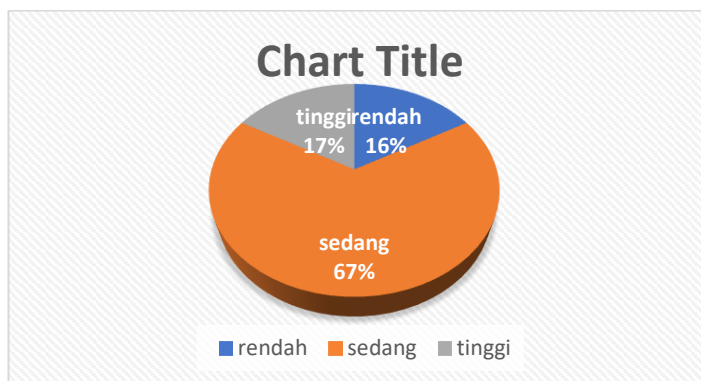
Lampiran 7. Analisis Deskriptif

Descriptive Statistics

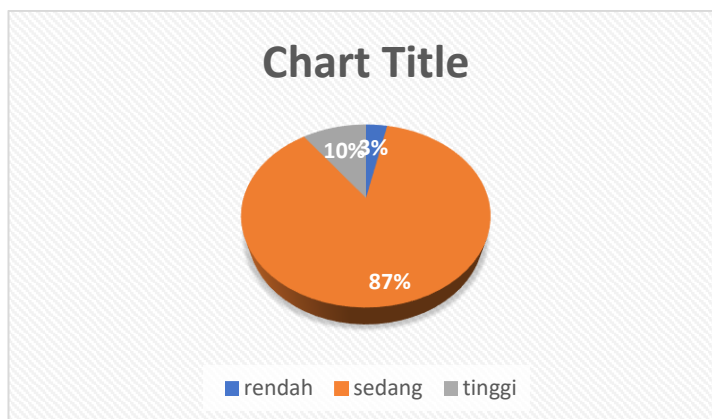
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
TEKANAN SOSIAL	30	25.00	34.00	29.6000	2.40115
DUKUNGAN SOSIAL	30	2.00	4.00	2.8333	.46113
PERASAAN RENDAH DIRI	30	19.00	34.00	29.6667	2.75848
Valid N (listwise)	30				

Lampiran Kategorisasi Variabel Penelitian

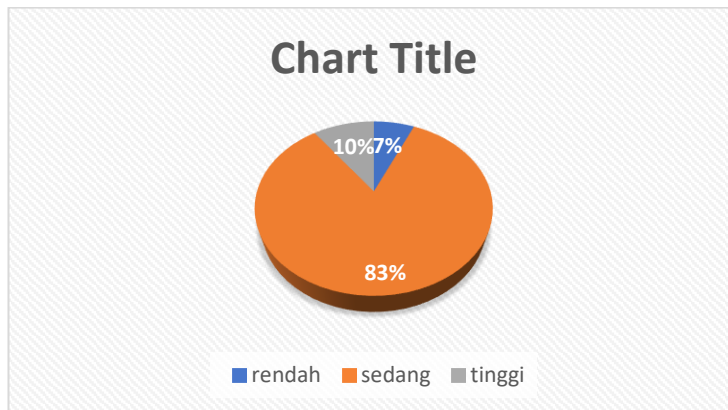
Tekanan Sosial



Dukungan Sosial



Perasaan Rendah Diri



Lampiran 8. Uji Asumsi Klasik

Lampiran Uji Normalitas (*Kolmogorov Smirnov*)

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

			Standardized Residual
N			30
Normal Parameters ^{a,b}	Mean		.0000000
	Std. Deviation		.96490128
Most Extreme Differences	Absolute		.135
	Positive		.087
	Negative		-.135
Test Statistic			.135
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c			.174
Monte Carlo Sig. (2- tailed) ^d	Sig.		.176
	99% Confidence Interval	Lower Bound	.167
		Upper Bound	.186

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. Lilliefors' method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 1314643744.

Lampiran Hasil Uji Heterokedastisitas

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	3.737	4.115		.908	.372
	DUKUNGAN SOSIAL	.057	.132	.081	.434	.668
	X1	-.216	.119	-.338	-1.806	.082

a. Dependent Variable: ABE_RES

Lampiran 9. Uji Koefisien Determinasi (R²)

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.403 ^a	.162	.100	1.76863

a. Predictors: (Constant), DUKUNGAN SOSIAL, TEKANAN SOSIAL

Lampiran 10. Uji Hipotesis

Lampiran Uji Regresi Linear Sederhana

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	13.169	.088		148.874	<,001
	DUKUNGAN SOSIAL	-.029	.003	-.095	-10.467	<,001
	TEKANAN SOSIAL	.302	.003	1.019	112.747	<,001

a. Dependent Variable: Y

Lampiran Uji Analisis Regresi Moderasi

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
		B	Std. Error			
1	(Constant)	7.698	4.010		1.919	.066
	Dukungan Sosial	1.389	.236	1.315	5.895	<.001
	XZ	-.691	.212	-.727	-3.261	.003

a. Dependent Variable: Perasaan Rendah Diri

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.431 ^a	.186	.125	1.226

a. Predictors: (Constant), Dukungan Keluarga

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.380 ^a	.144	.114	1.082

a. Predictors: (Constant), Dukungan Teman

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.138 ^a	.019	-.016	1.158

a. Predictors: (Constant), Dukungan Orang Spesial

**Dokumentasi Pada Saat Pengisian Kuesioner di Rumah
Tahfidz Putri Mutiara Qur'an Kota Pasuruan**

