

ABSTRAK

Mutiara Suci Retno Sari, Program Studi Psikologi, Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Sosial Pada Pengangguran Terdidik Lulusan Sekolah Menengah Atas (SMA) di Kabupaten Bangkalan

Pengangguran terdidik lulusan Sekolah Menengah Atas (SMA) merupakan fenomena yang cukup tinggi di Indonesia, khususnya di Kabupaten Bangkalan. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada aspek ekonomi, tetapi juga pada kesehatan mental individu, salah satunya adalah munculnya kecemasan sosial. Kecemasan sosial muncul akibat tekanan sosial, stigma negatif, serta ketidakmampuan individu memenuhi tuntutan sosial. Dalam kondisi tersebut, dukungan sosial dipandang sebagai faktor penting yang dapat berperan sebagai pelindung (*buffer*) terhadap tekanan psikologis. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan sosial pada pengangguran terdidik lulusan SMA di Kabupaten Bangkalan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional yang berfokus pada pembuktian hubungan kausalitas. Subjek penelitian berjumlah 100 pengangguran terdidik lulusan SMA di Kabupaten Bangkalan yang dipilih menggunakan teknik *purposive* dan *snowball sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan dua skala, yaitu skala dukungan sosial dan skala kecemasan sosial. Analisis data dilakukan melalui uji validitas, reliabilitas, uji asumsi klasik, serta uji regresi linear sederhana dengan bantuan perangkat lunak IBM SPSS Statistics 25 for Windows. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara dukungan sosial terhadap kecemasan sosial dengan nilai koefisien regresi (B) sebesar -0,829 dan signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,862 menunjukkan hubungan yang kuat antara kedua variabel. Selain itu, nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,742 mengindikasikan bahwa dukungan sosial memberikan kontribusi sebesar 74,2% terhadap kecemasan sosial, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima individu, maka semakin rendah tingkat kecemasan sosial yang dialami. Temuan ini mendukung teori stress buffering yang menyatakan bahwa dukungan sosial mampu mereduksi dampak negatif stres dan tekanan psikologis. Dalam konteks pengangguran terdidik, dukungan sosial berperan penting dalam meningkatkan kepercayaan diri, memberikan rasa validasi, serta membantu individu menghadapi tuntutan sosial. Sebaliknya, rendahnya dukungan sosial dapat meningkatkan perasaan terisolasi dan memperparah kecemasan sosial. Dengan demikian, dukungan sosial menjadi faktor penting dalam menjaga kecemasan sosial pengangguran terdidik lulusan SMA di Kabupaten Bangkalan.

Kata Kunci: Dukungan Sosial, Kecemasan Sosial, Pengangguran Terdidik, Bangkalan.

ABSTRACT

Mutiara Suci Retno Sari, Psychology Study Program, *The Effect of Social Support on Social Anxiety in Educated Unemployed High School Graduates in Bangkalan Regency*

Educated unemployment among high school (SMA) graduates is a significant issue in Indonesia, particularly in Bangkalan Regency. This condition not only affects economic aspects but also impacts individuals' mental health, including the emergence of social anxiety. Social anxiety arises due to social pressure, negative stigma, and individuals' inability to fulfill societal expectations. In this context, social support is considered an important factor that can function as a buffer against psychological distress. Therefore, this study aims to examine the effect of social support on social anxiety among educated unemployed high school graduates in Bangkalan Regency. This study employed a quantitative approach with a correlational research design. The subjects consisted of 100 educated unemployed high school graduates in Bangkalan Regency, selected using purposive and snowball sampling techniques. Data were collected using two instruments: a Social Support Scale and a Social Anxiety Scale. Data analysis was conducted through validity tests, reliability tests, classical assumption tests, and simple linear regression analysis using IBM SPSS Statistics 25 for Windows. The results showed a significant negative effect of social support on social anxiety, with a regression coefficient (B) of -0.829 and a significance value of $p = 0.000$ ($p < 0.05$). The correlation coefficient (r) of 0.862 indicates a strong relationship between the two variables. Furthermore, the coefficient of determination (R Square) was 0.742, meaning that social support contributes 74.2% to social anxiety, while the remaining 25.8% is influenced by other factors not examined in this study. These findings indicate that higher levels of social support are associated with lower levels of social anxiety. This result supports the stress-buffering theory, which suggests that social support reduces the negative impact of stress and psychological pressure. In the context of educated unemployment, social support plays a crucial role in enhancing self-confidence, fostering a sense of belonging, and helping individuals cope with social demands. Conversely, low social support may increase feelings of isolation and exacerbate social anxiety. Thus, social support is an essential factor in maintaining the mental health of educated unemployed high school graduates.

Keywords: *Social Support, Social Anxiety, Educated Unemployment, Bangkalan.*