

Penerimaan Diri Sebagai Prediktor *Fear of Negative Evaluation* Pada *Emerging Adulthood* di Indonesia

Rafi Damri ^{1,*}

¹ Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya; Universitas Islam Indonesia; e-mail: rafidamri0110@gmail.com

* Korespondensi: e-mail: rafidamri0110@gmail.com

Submitted: **05/01/2024**; Revised: **29/01/2024**; Accepted: **30/01/2024**; Published: **31/01/2024**

Abstract

Emerging adulthood is a period of transition from adolescence to adulthood that generally occurs in the age range of 18-25 years. In this transition period, developmental tasks become more complex due to the demands of greater responsibilities such as education, marriage, work, and so on. Social and personal expectations put pressure on individuals emerging adulthood. If one cannot meet the expectations of others and has maladaptive perfectionism, the individual is likely to experience anxiety, including fear of negative evaluation. Fear of negative evaluation may indicate low self-acceptance. Therefore, this study aims to identify whether or not there is a relationship between self-acceptance and fear of negative evaluation in emerging adulthood. The method used is a quantitative method with a correlational design. Participants were selected through purposive sampling with the criteria of 18 to 25 years old and Indonesian citizenship. 182 participants participated in this study. Measurement of both variables in this study used the Brief-Fear of Negative Evaluation instrument (BFNE-II) and the self-acceptance sub-scale of Psychological Well-being. The hypothesis test analysis used a non-parametric correlation test, namely the Spearman Rho test. The findings of this study indicate a relationship between self-acceptance and fear of negative evaluation in emerging adulthood in Indonesia, with a significance value of ,000 and a negative nature of the relationship (-0.184). This can be an illustration of the relationship between the two variables.

Keywords: *Emerging Adulthood, Fear Of Negative Evaluation, Self Acceptance*

Abstrak

Masa *emerging adulthood* adalah masa yang transisi remaja menuju dewasa yang umum terjadi pada rentang usia 18-25 tahun. Pada masa transisi ini, tugas perkembangan menjadi lebih kompleks karena adanya tuntutan tanggung jawab yang lebih besar seperti pendidikan, pernikahan, pekerjaan, dan sebagainya. Ekspektasi sosial dan pribadi memberikan tekanan pada individu *emerging adulthood*. Jika seseorang tidak dapat memenuhi ekspektasi orang lain dan memiliki perfeksionisme maladaptif, individu tersebut cenderung mengalami kecemasan, termasuk ketakutan menerima evaluasi negatif (*fear of negative evaluation*). Ketakutan evaluasi negatif dapat mengindikasikan adanya penerimaan diri yang rendah. Maka dari itu, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi ada atau tidaknya hubungan antara penerimaan diri dan *fear of negative evaluation* pada *emerging adulthood*. Metode yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan desain korelasional. Partisipan dipilih melalui *purposive sampling* dengan kriteria berumur 18 hingga 25 tahun serta berkewarganegaraan Indonesia. Partisipan yang berpartisipasi pada penelitian ini berjumlah 182 orang. Pengukuran kedua variabel dalam penelitian ini menggunakan instrumen *Brief-Fear of Negative Evaluation II* (BFNE-II) dan sub-skala penerimaan diri dari *Psychological Well-being*. Analisis uji hipotesis menggunakan uji korelasi non-parametrik, yaitu uji Spearman Rho. Temuan penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara penerimaan diri dengan ketakutan akan evaluasi negatif pada *emerging adulthood* di Indonesia, dengan nilai signifikansi sebesar ,000 dan sifat hubungan yang negatif (-0.184). Hal ini dapat menjadi gambaran mengenai hubungan antara kedua variabel tersebut.

Kata Kunci: *Emerging Adulthood*, Ketakutan Evaluasi Negatif, Penerimaan Diri

1. Pendahuluan

Setiap individu akan mengalami perubahan tugas perkembangan sesuai dengan usia atau fase yang dilewati. Salah satunya adalah perubahan tugas perkembangan dari remaja menuju pendewasaan. Transisi tersebut sering dirujuk oleh Arnett (2014) sebagai *emerging adulthood*, yaitu fase transisi remaja menuju dewasa yang umumnya terjadi pada umur 18-25 dengan tugas perkembangan yang lebih kompleks daripada fase perkembangan sebelumnya. Pada fase transisi remaja menuju dewasa akan mengalami berbagai tantangan karena individu telah memiliki tanggung jawab seperti pekerjaan, pasangan, pendidikan, dan sebagainya secara mandiri (Hochberg & Konner, 2020; Wood et al., 2018).

Perubahan yang terjadi pada periode ini menghasilkan ketidakstabilan dan ketidakpastian, serta risiko kesehatan mental (Matud et al., 2020). Individu *emerging adulthood* yang memiliki tanggung jawab yang kompleks (Arnett, 2014) ditambah dengan tekanan ekonomi serta ekspektasi dari orang tua/keluarga (Nepl et al., 2015; Steele & McKinney, 2019) dapat mengarahkan pada kemungkinan adanya kecemasan tidak mencapai ekspektasi tersebut. Jika individu tidak mampu untuk mencapai ekspektasi dari orang lain ditambah dengan perfeksionis maladaptif, individu tersebut berkemungkinan untuk merasakan kecemasan (Karababa, 2020), termasuk dalam bentuk takut menerima evaluasi negatif dari orang lain atau *fear of negative evaluation* (FNE).

Watson & Friend (1969) mempopulerkan konsep FNE sebagai hasil dari ketertarikan mereka terhadap kecemasan evaluasi sosial, yang dipisahkan menjadi dua kategori: penghindaran dan tekanan sosial (SAD) dan ketakutan akan evaluasi negatif (FNE). Carleton et al. (2006) mendefinisikan FNE sebagai kecemasan dan ketidaknyamanan yang ditimbulkan oleh rasa takut mendapatkan kritik yang tidak menyenangkan atau permusuhan dari orang lain. Sementara itu, FNE juga dapat berhubungan dengan ketakutan akan pendapat orang lain, penderitaan akibat pikiran negatif mereka, dan harapan bahwa orang lain akan berpikir negatif tentang orang lain (Watson & Friend, 1969).

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi FNE. Menurut Putri (2015), sosiodemografi (usia dan jenis kelamin), harga diri, dan pengalaman merupakan faktor risiko terjadinya FNE. Sementara itu, beberapa faktor lainnya adalah perfeksionis. Calissano et al. (2021) mengatakan bahwa pengaruh perfeksionisme terhadap reaktivitas cemas terhadap pemicu stres sosial-evaluatif, dengan fokus khusus pada dimensi kekhawatiran perfeksionis. Faktor lainnya adalah penerimaan diri yang rendah. Hal ini sesuai dengan pendapat Chamberlain & Haaga (2001) bahwa individu yang sulit menerima evaluasi atau kritikan negatif dari orang lain cenderung memiliki tingkat penerimaan diri yang rendah. Selain itu, Baharshanjani & Taherifar (2022) berpendapat bahwa gaya pengasuhan otoriter dan permisif berhubungan dengan evaluasi diri yang buruk.

FNE dapat memberikan dampak negatif pada individu. Shahul et al. (2022) mengatakan bahwa FNE dapat meningkatkan potensi munculnya perasaan kesepian. Sementara itu, FNE dapat memicu bentuk kecemasan sosial yang lebih parah (Cook et al., 2022; Fredrick & Luebbe, 2020). Selain itu, Maresh et al. (2017) mengatakan bahwa FNE dapat mempengaruhi gangguan kinerja kognitif, secara spesifik pada efisiensi atau memberikan respon. FNE dapat juga dapat menunjukkan indikasi adanya stres dan prokrastinasi (Varughese et al., 2022), bahkan gangguan makan (Trompeter et al., 2019). Oleh karena itu, FNE pada individu perlu direduksi. Salah satu cara yang dapat dipertimbangkan adalah dengan meningkatkan penerimaan diri.

Penerimaan diri adalah kondisi memiliki sikap yang baik terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima aspek positif dan buruk dari diri sendiri, dan memiliki pandangan positif terhadap pengalaman masa lalu seseorang yang secara langsung berhubungan dengan kesejahteraan psikologis (Ryff, 1989). Sementara itu, penerimaan diri juga dapat diakui sebagai metode pengendalian emosi yang signifikan, yang memerlukan sikap terbuka dan reseptif terhadap perasaan, ide, dan peristiwa eksternal (Wojnarowska et al., 2020). Dengan demikian, penerimaan diri dapat didefinisikan sebagai kondisi penerimaan secara utuh yang ditujukan kepada diri terlepas berbagai peristiwa yang terjadi.

Terdapat beberapa faktor dari penerimaan diri, seperti sosiodemografi dapat mempengaruhi penerimaan diri individu. Sebagai contoh, kelompok yang memiliki orientasi seksual minoritas mengalami penurunan penerimaan diri karena tekanan seperti kurangnya penerimaan dan heteroseksisme yang telah terinternalisasi pada masyarakat (Camp et al., 2020). Sementara itu, Hasberry (2019) mengatakan bahwa penerimaan diri juga dapat dipengaruhi oleh budaya dan juga ras. Selain itu, Ilma & Muslimin (2020) menemukan bahwa laki-laki menunjukkan penerimaan diri yang lebih kuat daripada perempuan. Hal tersebut karena menyoroti kecenderungan perempuan untuk mengkritik diri mereka sendiri lebih sering (Torres-Guijarro & Bengoechea, 2017).

Banyak kajian empirik yang membuktikan dampak positif yang diberikan oleh penerimaan diri. Floricica & Taseñte (2022) mengatakan bahwa nilai penerimaan diri sebagai motivator untuk pertumbuhan dan perkembangan pribadi. Floricica & Taseñte (2022) menemukan bahwa fungsi penerimaan dalam memperkuat kontrol diri dan pelepasan diri. Hannush (2021) menambahkan komponen relasional pada penerimaan diri, yang menyiratkan bahwa penerimaan diri terkait dengan persetujuan orang lain.

Penelitian ini menimbang peran penerimaan diri sebagai prediktor dalam menurunkan risiko ketakutan untuk menerima penilaian negatif. Karakteristik penerimaan diri yang menerima diri terlepas adanya kekurangan (Ryff, 1989) tidak akan membiarkan penilaian negatif dari orang lain mempengaruhi individu dengan penerimaan diri yang baik. Walau begitu, belum ditemukan laporan terkait hubungan antara penerimaan diri terhadap FNE, spesifik pada sampel *emerging adulthood*, secara empirik. Oleh karena itu, penelitian ini ingin mengidentifikasi hubungan penerimaan diri dan FNE untuk memberikan sumbangsih terhadap penelitian FNE. Hipotesis

penelitian ini adalah adanya hubungan signifikan yang menunjukkan arah negatif antara penerimaan diri dan FNE pada *emerging adulthood* di Indonesia.

2. Metode Penelitian

2.1. Desain Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi ada atau tidaknya hubungan antara penerimaan diri terhadap FNE pada *emerging adulthood* di Indonesia. Maka demikian, penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain korelasional. Penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang mengukur sesuatu yang relatif stabil sehingga dapat dipahami dan digeneralisasikan (Santoso & Madiistriyatno, 2021). Sementara itu, desain penelitian korelasional bertujuan untuk mencari ada atau tidaknya hubungan antara variabel (Kusumastuti et al., 2020). Pada penelitian ini, variabel tergantungan adalah FNE yang dihubungkan dengan variabel bebas yaitu penerimaan diri.

2.2. Partisipan Penelitian

Partisipan penelitian ini adalah 182 *emerging adulthood* di Indonesia ($n = 182$). Teknik *sampling* yang digunakan adalah *purposive sampling* karena mempertimbangkan adanya persyaratan kriteria untuk menjadi partisipan pada penelitian ini (Sugiyono, 2022) yaitu berumur 18 hingga 25 tahun serta berkewarganegaraan Indonesia. Perekrutan partisipan dilakukan dengan memanfaatkan kuesioner elektronik (*G-form*). Apabila individu memenuhi kriteria inklusi penelitian serta bersedia untuk menjadi partisipan, maka individu dapat mengisi kuesioner yang berisi beberapa pernyataan sesuai dengan instrumen penelitian.

2.3. Instrumen Penelitian

Brief-Fear of Negative Evaluation (BFNE-II) oleh Carleton et al. (2006) digunakan untuk melakukan pengukuran tingkat FNE pada individu. Alat ukur bersifat unidimensi yang memiliki 12 item. Partisipan diminta untuk mengisi pernyataan yang sesuai dengan diri mereka. Reliabilitas dari alat ukur ini sehingga teridentifikasi sangat baik ($\alpha = 0,95$) (Carleton et al., 2006). Pada sampel penelitian ini, nilai $\alpha = ,92$. Semakin tinggi skor yang diterima, maka semakin tinggi pula tingkat FNE partisipan.

Subskala *Self-acceptance* yang berasal dari alat ukur *Psychological Well-Being* (Ryff, 1989) digunakan untuk mengukur penerimaan diri. Alat ukur ini memiliki item sebanyak 7 butir yang mana menjadi bagian dari 42 item *Psychological Well-Being*. Partisipan diminta untuk mengisi pernyataan yang sesuai dengan diri mereka. Secara original, alat ukur ini terbukti reliabel ($\alpha = ,91$). Pada sampel penelitian ini, nilai α teridentifikasi ,92. Semakin tinggi skor yang tinggi yang diterima partisipan, maka semakin tinggi pula tingkat penerimaan diri partisipan.

Marlowe-Crowne *Social Desirability Short Form A* oleh Reynolds, 1982) untuk melihat adanya bias dalam pengisian kuesioner bagi partisipan. Alat ukur ini memiliki jumlah 11 item. Alat ukur ini cukup reliabel ($\alpha = .74$) (Reynolds, 1982). Apabila semakin tinggi skor yang diterima oleh partisipan, maka semakin tinggi adanya *social desirability* partisipan.

2.4. Analisis Data

Pada penelitian, uji statistika yang digunakan adalah uji asumsi dan uji hipotesis. Uji asumsi yang digunakan berupa uji normalitas dan uji linearitas. Penggunaan uji asumsi ini diberlakukan untuk mengambil keputusan dalam pelaksanaan uji hipotesis parametrik atau non-parametrik. Ketika data memenuhi syarat normal dan linear ($p > ,05$), maka penggunaan uji korelasi adalah korelasi Pearson's. Namun, apabila sebaliknya, penelitian ini akan menggunakan uji korelasi Spearman Rho. Hipotesis diterima apabila hubungan antara penerimaan diri dan FNE signifikan dan memiliki arah negatif.

3. Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini mengidentifikasi tingkat FNE dan penerimaan pada 182 partisipan. Tingkat FNE pada partisipan berada pada kategori sedang (24,2%), kemudian disusul oleh kategori tinggi dan rendah dengan persentase yang sama (20,3%). Sementara itu persentase kategori sangat rendah dan sangat tinggi berurutan, yaitu 19,8 % dan 15,4%. Selain itu, tingkat penerimaan diri partisipan mayoritas pada kategorisasi sangat rendah (25,8%). Kemudian disusul oleh tingkat sedang (25,3%), tingkat tinggi (17%), dan dengan persentase yang sama yaitu rendah dan sangat tinggi (15,9%). Selanjutnya, penelitian ini mengidentifikasi deskripsi data yang ditemukan.

Tabel 1. Deskripsi Data

	N	Range	Min	Max	Mean	SD
<i>Fear of Negative Evaluation</i>	182	24	11	35	22,37	3,390
Penerimaan diri		48	12	60	43,90	9,800

Sumber: Hasil Penelitian (2023)

Berdasarkan tabel 1, variabel FNE teridentifikasi memiliki nilai *range* = 24, *min* = 11, *max* = 35, *mean* = 22,37%, dan *standar deviasi* = 3,390. Sementara itu, pada variabel penerimaan diri diidentifikasi nilai *range* = 48, *min* = 11, *max* = 35, *mean* = 22,37, dan standar deviasi = 9,800. Selanjutnya penelitian ini melakukan uji asumsi dengan uji normalitas dan linearitas.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Uji Normalitas	
	Statistic	P
Fear of Negative Evaluation	,103	,000
Penerimaan Diri	,096	,000

Sumber: Hasil Penelitian (2023)

Berdasarkan tabel 2, nilai p pada kedua variabel yaitu ,000 ($p < ,05$). Hal tersebut mengindikasikan bahwa kedua variabel tersebut tidak terindikasi normal. Selanjutnya penelitian ini melakukan uji asumsi yang kedua yaitu uji linearitas.

Tabel 3. Hasil Uji Linearitas

Variabel	Uji Linearitas	
	F	P
<i>Fear of Negative Evaluation</i> * Penerimaan Diri	3,193	,076

Sumber: Hasil Penelitian (2023)

Berdasarkan tabel 3, hubungan antara variabel FNE dan penerimaan diri dinyatakan linear dengan nilai $p = ,078$ ($p > ,05$). Hal ini mengindikasikan bahwa persyaratan parametrik, yaitu data yang berdistribusi tidak normal dan data yang linear. Salah satu syarat parametrik yang tidak terpenuhi membuat penelitian ini melakukan uji hipotesis dengan uji non-parametrik yaitu menggunakan korelasi Spearman Rho.

Tabel 4. Korelasi FNE, Penerimaan diri, dan *Social desirability*

Variabel	FNE	PD	SD
<i>Fear of negative evaluation</i>		-,184**	-,168*
Penerimaan diri			,048
<i>Social desirability</i>			

Sumber: Hasil Penelitian (2023)

Note: *. *Correlation is significant at the 0.05 level (1-tailed)*. **. *Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed)*. FNE: *Fear of negative evaluation*, PD: Penerimaan diri, SD: *Social desirability*

Berdasarkan tabel 3, FNE memiliki hubungan yang signifikan dengan penerimaan diri ($p < ,05$) yang saling bertolak belakang atau bersifat negatif ($r = -,184$). Dengan demikian, hipotesis di dalam penelitian ini diterima. Terdapat hubungan antara penerimaan diri terhadap FNE pada *emerging adulthood* di Indonesia. Semakin tinggi tingkat penerimaan diri pada individu, maka semakin rendah ketakutan individu dalam menerima penilaian negatif dari orang lain. Selain itu, penelitian ini juga menguji korelasi antara tiap respons partisipan dengan *social desirability*. Hal ini dipertimbangkan untuk melihat adanya bias dalam memberikan respon. Berdasarkan hasil korelasi tersebut, terdapat hubungan signifikan antara *social desirability* dan FNE dengan arah yang negatif. Sementara itu, tidak ditemukan hubungan signifikan antara *social desirability* dan penerimaan diri partisipan.

Individu yang mengalami FNE merasakan ketidaknyamanan ketika seseorang memberikan penilaian negatif dari orang lain. Individu dengan FNE merasakan kecemasan atas pandangan orang lain bahkan jika penilaian tersebut sebenarnya tidak memberikan pengaruh yang signifikan untuk mereka (Carleton et al., 2006). Oleh karena itu, terdapat indikasi kurangnya penerimaan diri. Ryff (1989) percaya bahwa individu yang memiliki penerimaan diri menunjukkan karakteristik puas dan penuh harapan yang positif terhadap diri. Individu yang memberikan pandangan yang positif terhadap diri sendiri akan menunjukkan sikap yang lebih baik dalam menerima penilaian negatif. Individu tidak akan mudah terpengaruh dengan penilaian atau pandangan orang lain terhadapnya.

Chamberlain & Haaga (2001) berpendapat bahwa individu dengan penerimaan diri yang baik memiliki keyakinan diri yang positif dan menerima segala bentuk situasi yang negatif, termasuk mendapatkan kritikan atau penilaian yang negatif. Selain itu, penerimaan yang terbuka dan tidak menghakimi terhadap kekurangan diri sendiri akan mampu meningkatkan suatu kualitas hubungan (Huang & Berenbaum, 2017). Penerimaan diri ini juga termasuk pada pengalaman atau perasaan negatif yang timbul akibat menerima evaluasi negatif. Penerimaan diri terhadap emosi negatif tidak bertentangan, tetapi lebih terkait dengan regulasi emosi yang adaptif (Kivity et al., 2016). Dengan kata lain, penerimaan diri terhadap atribut negatif serta pengalaman negatif dapat menurunkan tingkat ketakutan untuk mendapatkan pengalaman negatif. Berbanding terbalik dengan hal tersebut, individu dengan penerimaan diri yang baik akan memanfaatkan pengalaman mendapat kritikan sebagai suatu potensi atau kesempatan untuk lebih baik (Chamberlain & Haaga, 2001b) .

4. Kesimpulan

Penelitian ini menemukan hubungan negatif yang signifikan ($r = -.184$) antara penerimaan diri dan FNE di kalangan *emerging adulthood* di Indonesia ($p < .05$). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis penelitian dapat diterima. Individu dengan tingkat penerimaan diri yang tinggi tidak terlalu takut menerima umpan balik yang tidak menyenangkan dari orang lain. Individu dengan penerimaan diri yang buruk, di sisi lain, lebih cenderung takut akan penilaian yang tidak baik dari orang lain. Individu dengan FNE yang tinggi cenderung tidak dapat menerima kekurangan individu. Oleh karena itu, individu berusaha keras untuk menyembunyikan segala macam kelemahan yang dimiliki untuk menghindari menerima umpan balik negatif. Hal ini menunjukkan penerimaan diri yang rendah. Individu dengan penerimaan diri yang tinggi lebih cenderung untuk dapat mengatur emosi ketika individu mendengar umpan balik yang kurang baik. Oleh karena itu, penelitian ini merekomendasikan individu *emerging adulthood* untuk dapat menjadikan kritikan sebagai kesempatan menjadi lebih baik. FNE dapat memberikan dampak buruk terhadap kesehatan mental sehingga perlu penguatan dalam melakukan upaya mereduksi melalui penerimaan diri yang baik. Penelitian ini tidak lepas dari limitasi atau kekurangan. Peneliti menyadari kekurangan dalam sedikitnya pengkajian empirik mengenai penerimaan diri terhadap FNE sehingga penelitian lebih lanjut dapat menjadi peluang bagi peneliti lain dalam memperkuat bukti yang ada. Selanjutnya, peneliti juga menyadari adanya kelemahan berupa penggunaan non-parametrik dalam uji hipotesis sehingga memperlemah kekuatan dalam menggeneralisasi hasil penelitian pada populasi yang lebih luas. Oleh karena itu, peneliti menyarankan adanya pengkajian lanjutan untuk mengkaji hubungan penerimaan diri dengan FNE pada sampel *emerging adulthood* yang lebih besar.

Daftar Pustaka

- Arnett, J. J. (2014). *Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens Through the Twenties* (2nd edition). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199929382.001.0001>
- Baharshanjani, N., & Taherifar, Z. (2022). The relationship between parenting styles and social anxiety symptoms with the mediating role of fear of negative evaluation. *Journal Of Family Relations Studies*, 2(6), 22–31. <https://doi.org/10.22098/jhrs.2022.11311.1061>
- Calissano, C., Haenschel, C., Flaxman, P. E., & Zernerova, L. (2021). Influence of perfectionism on short-term anxious reactivity to a social-evaluative stressor. *Personality and Individual Differences*, 173, 1–5. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110626>
- Camp, J., Vitoratou, S., & Rimes, K. A. (2020). LGBTQ+ Self-Acceptance and Its Relationship with Minority Stressors and Mental Health: A Systematic Literature Review. *Archives of Sexual Behavior*, 49(7), 2353–2373. <https://doi.org/10.1007/s10508-020-01755-2>
- Carleton, R. N., McCreary, D. R., Norton, P. J., & Asmundson, G. J. G. (2006). Brief fear of negative evaluation scale - revised. *Depression and Anxiety*, 23(5), 297–303. <https://doi.org/10.1002/da.20142>
- Chamberlain, J. M., & Haaga, D. A. F. (2001a). Unconditional self-acceptance and psychological health. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 19(3), 163–176. <https://doi.org/https://doi.org/10.1023/A:1011189416600>
- Chamberlain, J. M., & Haaga, D. A. F. (2001b). Unconditional self-acceptance and responses to negative feedback. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 19(3).
- Cook, S. I., Moore, S., Bryant, C., & Phillips, L. J. (2022). The role of fear of positive evaluation in social anxiety: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 29(4), 352–369. <https://doi.org/10.1037/cps0000082>
- Florica, C. M., & Taseņte, T. (2022). Self-acceptance in today's young people. In *Technium Social Sciences Journal* (Vol. 38, pp. 367–379). www.techniumscience.com
- Fredrick, J. W., & Luebbe, A. M. (2020). Fear of positive evaluation and social anxiety: A systematic review of trait-based findings. *Journal of Affective Disorders*, 265, 157–168. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.01.042>
- Hannush, M. J. (2021). Acceptance: The capacity for acceptance of self, others, and life itself. In M. J. Hannush (Ed.), *Markers of Psychosocial Maturation: A Dialectically-Informed Approach* (pp. 261–283). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-030-74315-4_17
- Hasberry, A. (2019). Self-acceptance in black and white. *Education Sciences*, 9(2), 1–20. <https://doi.org/10.3390/educsci9020143>
- Hochberg, Z., & Konner, M. (2020). Emerging adulthood, a pre-adult life-history stage. In *Frontiers in Endocrinology* (Vol. 10, pp. 1–12). Frontiers Media S.A. <https://doi.org/10.3389/fendo.2019.00918>

- Huang, A. B., & Berenbaum, H. (2017). Accepting our weaknesses and enjoying better relationships: An initial examination of self-security. *Personality and Individual Differences*, 106, 64–70. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.10.031>
- Ilma, V. A., & Muslimin, Z. I. (2020). Self-Acceptance from aqidah and gender perspectives. *Annual International Conference on Social Sciences and Humanities (AICOSH 2020)*. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200728.044>
- Karababa, A. (2020). The moderating role of hope in the relationship between maladaptive perfectionism and anxiety among early adolescents. *Journal of Genetic Psychology*, 181(2–3), 159–170. <https://doi.org/10.1080/00221325.2020.1745745>
- Kivity, Y., Tamir, M., & Huppert, J. D. (2016). Self-acceptance of negative emotions: The positive relationship with effective cognitive reappraisal. *International Journal of Cognitive Therapy*, 9, 1–16.
- Kusumastuti, A., Khoiron, A. M., & Achmadi, T. A. (2020). *Metode penelitian kuantitatif*. Deepublish.
- Maresh, E. L., Teachman, B. A., & Coan, J. A. (2017). Are you watching me? Interacting effects of fear of negative evaluation and social context on cognitive performance. *Journal of Experimental Psychopathology*, 8(3), 303–319. <https://doi.org/10.5127/jep.059516>
- Matud, M. P., Díaz, A., Bethencourt, J. M., & Ibáñez, I. (2020). Stress and psychological distress in emerging adulthood: A gender analysis. *Journal of Clinical Medicine*, 9(9), 1–11. <https://doi.org/10.3390/jcm9092859>
- Neppl, T. K., Jeon, S., Schofield, T. J., & Donnellan, M. B. (2015). The impact of economic pressure on parent positivity, parenting, and adolescent positivity into emerging adulthood. *Family Relations*, 64(1), 80–92. <https://doi.org/10.1111/fare.12098>
- Putri, H. M. (2015). Analisis faktor risiko fear of negative evaluation. *Seminar Psikologi & Kemanusiaan*, 492–500.
- Reynolds, W. M. (1982). Development of reliable and valid short forms of the marlowe-crowne social desirability scale. *Journal of Clinical Psychology*, 38(1), 119–125. [https://doi.org/https://doi.org/10.1002/1097-4679\(198201\)38:1<119::AID-JCLP2270380118>3.0.CO;2-I](https://doi.org/https://doi.org/10.1002/1097-4679(198201)38:1<119::AID-JCLP2270380118>3.0.CO;2-I)
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Shahul, A., Krishna M, S., Thomas, S. S., Thaha, V. K., & John, J. M. (2022). Fear of negative evaluation and emotional/social loneliness in young adults. *International Journal of Engineering Technology and Management Sciences*, 6(5), 505–509. <https://doi.org/10.46647/ijetms.2022.v06i05.078>
- Steele, E. H., & McKinney, C. (2019). Emerging adult psychological problems and parenting style: Moderation by parent-child relationship quality. *Personality and Individual Differences*, 146, 201–208. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.04.048>

- Sugiyono, S. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif Dan R&D*. Alfabeta Bandung.
- Torres-Guijarro, S., & Bengoechea, M. (2017). Gender differential in self-assessment: a fact neglected in higher education peer and self-assessment techniques. *Higher Education Research and Development*, 36(5), 1072–1084. <https://doi.org/10.1080/07294360.2016.1264372>
- Trompeter, N., Bussey, K., Hay, P., Griffiths, S., Murray, S. B., Mond, J., Lonergan, A., Pike, K. M., & Mitchison, D. (2019). Fear of negative evaluation among eating disorders: Examining the association with weight/shape concerns in adolescence. *International Journal of Eating Disorders*, 52(3), 261–269. <https://doi.org/10.1002/eat.23018>
- Varughese, A. S., Biju, A. A., Varghese, A. S., Varghese, J. S., & Mathews, K. D. (2022). Procrastination, fear of negative evaluation and perceived stress among emerging adults. *International Journal of Engineering Technology and Management Sciences*, 5(6), 450–454. <https://doi.org/10.46647/ijetms.2022.v06i05.070>
- Watson, D., & Friend, R. (1969). Measurement of social-evaluative anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 33(4), 448–457. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/h0027806>
- Wojnarowska, A., Kobylinska, D., & Lewczuk, K. (2020). Acceptance as an emotion regulation strategy in experimental psychological research: What we know and how we can improve that knowledge. In *Frontiers in Psychology* (Vol. 11). Frontiers Media S.A. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00242>
- Wood, D., Crapnell, T., Lau, L., Bennett, A., Lotstein, D., Ferris, M., & Kuo, A. (2018). Emerging adulthood as a critical stage in the life course. In *Handbook of Life Course Health Development* (pp. 123–143). Springer International Publishing. https://doi.org/https://doi.org/10.1007/978-3-319-47143-3_27