

BAB III

METODE PENELITIAN

Bab III merupakan pembahasan metode penelitian yang menjelaskan mengenai desain penelitian, partisipan penelitian, populasi dan sampel, instrumen penelitian, prosedur penelitian, dan analisis data.

3.1. Desain Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif merupakan pendekatan yang menggambarkan hasil dari data yang diperoleh dari suatu perhitungan statistik dalam bentuk angka untuk memudahkan penafsiran atau analisis data (Creswell, 2012). Metode penelitian yang digunakan yakni metode survei deskriptif atau penelitian deskriptif. Survei deskriptif digunakan untuk mengungkapkan situasi atau peristiwa tertentu berkaitan dengan topik yang diteliti. Selain itu, survei atau penelitian deskriptif akan memberikan hasil atau gambaran melalui prosedur kuantitatif terkait sikap, pendapat, karakteristik, dan tingkah laku (Creswell, 2012). Dalam penelitian survei, peneliti menggunakan kuesioner atau wawancara dan kemudian menganalisis data yang telah diperoleh untuk mendeskripsikan jawaban yang telah diberikan responden (Creswell, 2012). Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional survey* yakni peneliti mengumpulkan data pada satu waktu dan dapat memberi gambaran atau menguji terkait keyakinan, sikap, praktik, atau opini (Creswell, 2012).

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui penyebaran angket kepada responden yang diadaptasi dari alat ukur kecemasan sosial untuk remaja yakni instrumen *Social Anxiety Scale for Adolescents* (SAS-A). Alat ukur ini dikembangkan oleh La Greca dan Lopez (1998) dan terdiri dari 3 kategori aspek diantaranya: *Fear of Negative Evaluation*, *Social Avoidance and Distress New*, *Social Avoidance and Distress General*. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui seperti apa kecenderungan kecemasan sosial yang terdapat pada peserta didik di

SMP Negeri 19 Bandung untuk pengembangan layanan konseling kelompok yang tepat berdasarkan hasil analisis yang dilakukan.

3.2.Partisipan Penelitian

Partisipan dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VII di SMP Negeri 19 Bandung. Pemilihan partisipan didasari atas beberapa pertimbangan, diantaranya: 1) belum adanya penelitian terkait kecemasan sosial pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 19 Bandung tahun ajaran 2024/2025; 2) peserta didik kelas VII berada di masa remaja awal; 3) peserta didik masih dalam proses mengenal teman dan lingkungan sekolah sehingga kecemasan sosial dapat terjadi.

3.3.Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik di SMP Negeri 19 Bandung, hal ini sejalan dengan pengertian populasi yang merupakan keseluruhan elemen dalam penelitian yang terdiri dari objek dan subjek yang memiliki ciri-ciri tertentu (Amin, Garancang, & Abunawas, 2023).

Tabel 3. 1 Peserta didik Kelas VII SMP Negeri 19 Bandung

Kelas	Laki-laki	Perempuan	Total
VII-A	16	16	32
VII-B	16	16	32
VII-C	16	16	32
VII-D	18	14	32
VII-E	16	17	33
VII-F	18	16	34
VII-G	18	16	34
VII-H	18	16	34
VII-I	15	19	34
Total	151	146	297

Sampel penelitian yang digunakan yakni *purposive sampling* yang merupakan jenis pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu (Amin, Garancang, & Abunawas, 2023). Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas VII di SMP Negeri 19 Bandung dengan pertimbangan belum adanya penelitian terkait kecemasan sosial pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 19 Bandung tahun ajaran 2024/2025, peserta didik kelas VII berada di masa remaja awal, peserta didik masih dalam proses mengenal teman dan lingkungan sekolah sehingga kecemasan sosial dapat terjadi.

3.4. Instrumen Penelitian

3.4.1. Definisi Operasional

Kecemasan sosial merupakan pengalaman umum yang terjadi sebagai respon terkait ancaman akan evaluasi dari orang lain baik itu sebelum, selama, atau setelah situasi sosial terjadi (Ranta, La Greca, Lopez, & Marttunen, 2015). Kecemasan sosial terdiri dari tiga aspek (La Greca & Lopez, 1998) diantaranya: 1) ketakutan akan evaluasi negatif (*fear of negative evaluation*); 2) penghindaran sosial serta adanya rasa tertekan ketika berada di situasi baru atau bersama orang tidak dikenal (*social avoidance and distress new*); 3) penghindaran sosial serta adanya rasa tidak nyaman ketika bersama orang yang dikenal atau saat berada di situasi umum (*social avoidance and distance general*).

3.4.2. Kisi-Kisi Instrumen

Instrumen peneliti gunakan untuk mengungkap kecemasan sosial pada remaja merujuk pada instrumen yang dikembangkan oleh La Greca dan Lopez pada tahun 1998 yang bernama *Social Anxiety Scale for Adolescents* (SAS-A). Instrumen ini terdiri dari 18 item pernyataan (aspek *Fear of Negative Evaluation* sebanyak 8 item, *Social Avoidance and Distress New* sebanyak 6 item, dan *Social Avoidance and Distress General* sebanyak 4 item) dengan responden penelitian yakni remaja di tingkat Sekolah Menengah Atas sebanyak 250 responden dan instrumen ini juga telah divalidasi untuk rentang usia 7-18 tahun. Instrumen yang dikembangkan oleh La Greca dan Lopez berada di dalam jurnal penelitian (*Journal of Abnormal Child Psychology* yang diterbitkan oleh *Springer*) sehingga dapat diartikan bahwa penulis

mengizinkan instrumen tersebut untuk digunakan secara umum dan terbuka bagi orang lain.

Instrumen *Social Anxiety Scale for Adolescents* (SAS-A) dibuat dalam bahasa Inggris, sehingga, langkah pertama yang dilakukan peneliti adalah melakukan proses penerjemahan melalui layanan terjemahan di Balai Bahasa UPI. Instrumen yang telah diterjemahkan kemudian diadaptasi dengan menyesuaikan kalimat dan bahasa yang digunakan sesuai dengan responden penelitian yakni peserta didik kelas VII SMP. Instrumen yang diadaptasi juga disesuaikan dengan pengalaman serta apa yang umumnya dialami anak SMP kelas VII ketika baru menjadi peserta didik di tingkat Sekolah Menengah Pertama. Instrumen dengan kalimat dan bahasa yang telah disesuaikan untuk peserta didik kelas VII SMP kemudian dilakukan uji keterbacaan kepada responden yang juga berada di kelas VII di tingkat Sekolah Menengah Pertama. Instrumen pada penelitian ini berbentuk kuesioner dengan skala likert yang memiliki empat pilihan jawaban yakni SS (Sangat Sesuai); S (Sesuai); TS (Tidak Sesuai); dan STS (Sangat Tidak Sesuai).

Tabel 3. 2 Kisi-kisi Instrumen Penelitian

No	Aspek	Nomor Pernyataan	Jumlah
1	<i>Fear of Negative Evaluation</i>	1,2,4,7,8,11,13,16,17	9
2	<i>Social Avoidance and Distress New</i>	10,12,14,15,18,29,22,25,26	9
3	<i>Social Avoidance and Distress General</i>	3,5,6,9,19,21,23,24	8

3.4.3. Uji Keterbacaan Instrumen

Uji keterbacaan dilakukan untuk mengetahui apakah pernyataan atau isi dari instrumen yang dibuat dapat dipahami dengan baik oleh responden. Uji keterbacaan dilakukan kepada responden yang memiliki karakteristik serupa yakni peserta didik di tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP) yang baru memasuki jenjang sekolah menengah (kelas VII) sebanyak 6 responden. Responden diminta untuk membaca instrumen yang telah dibuat melalui *google form*. Jika pernyataan instrumen dapat dipahami, maka responden diminta untuk menuliskan kata “dapat dipahami” pada

kolom jawaban yang telah disediakan. Adapun jika terdapat kata atau kalimat yang kurang dimengerti, responden diminta untuk menuliskan kata atau kalimat tersebut. Berdasarkan hasil uji keterbacaan yang telah dilakukan, terdapat 3 pernyataan yang perlu untuk dilakukan perbaikan karena kurang dipahami oleh responden, yakni pada nomor item 1, 10, dan 12 yang kemudian dilakukan perbaikan pada pernyataan tersebut.

Tabel 3. 3 Hasil Uji Keterbacaan Instrumen Kecemasan Sosial

No Item	Pernyataan Awal	Pernyataan Setelah Perbaikan
1	Saya khawatir dengan apa yang dipikirkan orang lain tentang saya	Saya khawatir dengan apa yang orang lain pikirkan tentang saya
10	Saya gugup ketika bertemu teman baru	Saya bingung harus melakukan apa saat bertemu teman baru
12	Saya gugup saat memulai obrolan dengan teman yang belum dikenal	Jantung saya berdetak lebih cepat jika harus memulai obrolan dengan teman baru

3.4.4. Uji Validitas Instrumen

Uji validitas digunakan untuk menunjukkan tingkat kevalidan suatu instrumen sehingga dalam penelitian ini uji validitas instrumen bertujuan untuk mengukur kevalidan atau ketepatan instrumen yang digunakan dalam mengukur kecemasan sosial peserta didik. Uji validitas dilakukan pada instrumen kecemasan sosial yang memiliki 26 item menggunakan program *winstep* 3.73 dengan pemodelan *rasch*. Item diuji berdasarkan aspek unidimensionalitas, analisis butir item (tingkat kesukaran butir item, tingkat kesesuaian butir item), serta *rating scale*.

1) Unidimensionalitas

Analisis ini mengidentifikasi dimensi yang diukur pada instrumen kecemasan sosial dengan memperhatikan nilai *raw variance explained by measures* dan *unexplained variance in 1st to 5st contrast*. Unidimensionalitas pengukuran dapat dibuktikan apabila *raw variance explained by measures* $\geq 20\%$ dengan catatan kriteria penafsirannya yaitu cukup jika 20-40%, bagus jika 40-60%, dan bagus

sekali jika diatas 60% serta apabila *unexplained variance in 1st to 5st contrast* masing-masing <15%.

Berdasarkan hasil pengukuran yang telah dilakukan, *raw variance explained by measures* sebesar 35.5% berada pada kategori cukup. Adapun *unexplained variance in 1st to 5st contrast of residual* menunjukkan nilai masing-masing kurang dari 15% (*Unexplned variance in 1st contrast* sebesar 9.6%; *Unexplned variance in 2nd contrast* sebesar 5.7%; *Unexplned variance in 3rd contrast* sebesar 4.8%; *Unexplned variance in 4th contrast* sebesar 4.0%; dan *Unexplned variance in 5th contrast* sebesar 3.1%). Sehingga, syarat unidimensionalitas dapat dipenuhi dan konstruk instrumen dapat mengungkap variabel kecemasan sosial dengan utuh.

2) *Rating Scale*

Rating scale bertujuan untuk melihat apakah responden memahami perbedaan pilihan jawaban yang tersedia dari variabel kecemasan sosial. Perbedaan jawaban dapat dikatakan dipahami oleh responden ketika nilai *observed average* dan *Andrich threshold* meningkat sesuai dengan tingkatannya (Sumintono & Widhiarso, 2014).

Tabel 3. 4 Hasil Uji Skala Peringkat Instrumen Kecemasan Sosial

CATEGORY LABEL	SCORE	OBSERVED		OBSVD AVRGE	SAMPLE EXPECT	INFIT	OUTFIT	ANDRICH THRESHOLD	CATEGORY MEASURE	
		COUNT	%			MNSQ	MNSQ			
1	1	889	12	-0.84	-0.86	1.04	1.11	NONE	(-2.77)	1
2	2	2188	28	-0.33	-0.28	0.92	0.95	-1.48	-0.99	2
3	3	3456	45	0.49	0.43	0.84	0.84	-0.39	0.83	3
4	4	1189	15	1.07	1.15	1.08	1.06	1.86	-3.04	4

Hasil uji skala peringkat menunjukkan bahwa instrumen kecemasan sosial pada nilai *observed average* dan *Andrich threshold* menunjukkan adanya peningkatan secara signifikan dengan nilai logit -0.84 hingga 1.07 dan nilai logit -1.48 hingga 1.86 yang membuktikan bahwa responden dapat memahami perbedaan pilihan jawaban yang tersedia serta instrumen kecemasan sosial sudah valid dan dapat digunakan.

3) Tingkat Kesukaran Butir Item

Tingkat kesukaran butir item dilihat dari nilai *measure*. Analisis ini dilakukan untuk melihat pernyataan mana yang sukar untuk dipahami responden. Tingkat kesukaran butir item terdiri atas empat kategori (Sumintono & Widhiarso, 2014), yaitu:

- a. Sangat sukar: nilai *measure logit* $> (+1\text{STD})$
- b. Sukar: nilai *measure logit* $0.0 \text{ logit} - (+1\text{STD})$
- c. Mudah: nilai *measure logit* $0.0 \text{ logit} - (-1\text{STD})$
- d. Sangat mudah: nilai *measure logit* $< (-1\text{STD})$

Pengolahan yang telah dilakukan menunjukkan bahwa nilai standar deviasi (SD) sebesar 0.85. Berdasarkan hal tersebut, batas nilai untuk kategori sangat sukar yakni > 0.85 ; kategori sukar yakni $0.0 - 0.85$; kategori mudah yakni $0.0 - (-0.85)$; dan kategori sangat mudah yakni < -0.85 . Item dengan kategori sangat sukar berjumlah 6 item yakni item 4, 3, 10, 1, 14, 2. Kategori sukar berjumlah 8 item yakni item 5, 19, 20, 11, 9, 12, 7, 21. Kategori mudah berjumlah 7 item yakni item 6, 22, 13, 18, 8, 17, 15. Kategori sangat mudah berjumlah 5 item yakni item 24, 25, 26, 16, 23.

4) Tingkat Kesesuaian Butir Item

Tingkat Kesesuaian Butir Item memiliki beberapa kriteria (Sumintono & Widhiarso, 2014), yakni

- a. Nilai *Outfit Mean Square* (MNSQ) yang diterima yaitu jika MNSQ lebih besar dari 0,5 dan kurang dari 1,5 mendekati 1 semakin bagus
- b. Nilai *Outfit Z-Standar* (ZSTD) yang diterima yaitu jika ZSTD lebih besar dari -2,0 dan kurang dari +2,0 mendekati 0 semakin bagus
- c. Nilai *Point Measure Correlation* (*Pt Mean Corr*) yang diterima yaitu jika *Pt Measure Corr* lebih besar dari 0,4 kurang dari 0,85.

Setiap butir item yang memenuhi salah satu dari tiga syarat atau kriteria di atas dianggap valid (*fit*), tetapi jika butir item tidak memenuhi salah satu dari tiga kriteria di atas, maka butir item tersebut *misfit* dan perlu untuk diperbaiki (Sumintono & Widhiarso, 2014). Berikut disajikan hasil uji validitas pada tabel 3. 4 berikut ini.

Tabel 3. 5 Hasil Uji Validitas Instrumen Kecemasan Sosial

Keterangan	Nomor Pernyataan	Jumlah
Valid	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25	25
Tidak Valid	26	1

Berdasarkan hasil uji *rasch* pada tabel 3. 5 di atas, diketahui dari total 26 item, terdapat 25 item yang dinyatakan valid dan terdapat 1 item yang dinyatakan tidak valid dan tidak memenuhi kriteria yakni pada item nomor 26. Berikut disajikan hasil instrumen setelah dilakukan uji validitas pada tabel 3. 6 berikut:

Tabel 3. 6 Kisi-kisi Instrumen Kecemasan Sosial Setelah Uji Validitas Item

No	Aspek	Nomor Pernyataan	Jumlah
1	<i>Fear of Negative Evaluation</i>	1,2,4,7,8,11,13,16,17	9
2	<i>Social Avoidance and Distress New</i>	10,12,14,15,18,29,22,25	8
3	<i>Social Avoidance and Distress General</i>	3,5,6,9,19,21,23,24	8

3.4.5. Uji Reliabilitas Instrumen

Uji reliabilitas merupakan pengujian untuk mengetahui konsistensi dan stabilitas instrumen yakni pengukuran yang dilakukan berulang-ulang tetap menghasilkan informasi yang sama (Sumintono & Widhiarso, 2014). Uji reliabilitas instrumen kecemasan sosial dilakukan kepada 297 partisipan dengan pemodelan *rasch*. Kriteria reliabilitas instrumen berdasarkan nilai *alpha cronbach* menurut Sumintono & Widhiarso (2014).

- 1) Nilai *alpha cronbach* <0,5 untuk kategori buruk
- 2) Nilai *alpha cronbach* 0,5 – 0,6 untuk kategori Jelek
- 3) Nilai *alpha cronbach* 0,6 – 0,7 untuk kategori Cukup
- 4) Nilai *alpha cronbach* 0,7 – 0,8 untuk kategori Bagus
- 5) Nilai *alpha cronbach* >0,8 untuk kategori Bagus Sekali

Kriteria *person reliability* dan *item reliability* menurut Sumintono & Widhiarso (2014) yakni sebagai berikut:

- 1) Nilai >0,67 untuk kategori Lemah
- 2) Nilai 0,67 – 0,80 untuk kategori Cukup
- 3) Nilai 0,81 – 0,90 untuk kategori Bagus
- 4) Nilai 0,91 – 0,94 untuk kategori Bagus Sekali
- 5) Nilai >0,94 untuk kategori Istimewa

Berdasarkan hasil pengujian *rasch model*, hasil uji reliabilitas pada instrumen kecemasan sosial disajikan pada tabel 3. 7 berikut:

Tabel 3. 7 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Kecemasan Sosial

Keterangan	<i>Alpha Cronbach</i>	<i>Reliability</i>	<i>Separation</i>
<i>Person</i>	0.74	0.69	1.51
<i>Item</i>		0.99	9.83

Hasil analisis *summary statistik rasch model* instrumen kecemasan sosial, menunjukkan nilai *alpha cronbach* sebesar 0.74 yang termasuk ke dalam kategori bagus dan diartikan bahwa terdapat interaksi yang bagus antara responden dengan item di dalam instrumen. Nilai yang terdapat pada *person reliability* yakni sebesar 0.69 yang termasuk ke dalam kategori cukup dan ini menunjukkan bahwa konsistensi jawaban responden cukup. Adapun nilai yang terdapat pada *item reliability* yakni sebesar 0.99 dan termasuk ke dalam kategori istimewa, hal ini menunjukkan kualitas item yang terdapat pada instrumen berada pada kategori istimewa.

Nilai *separation* merujuk pada kualitas instrumen. Nilai *separation person* yang semakin besar menunjukkan kualitas instrumen yang semakin bagus dan dapat menjangkau responden yang memiliki kemampuan pada tingkatan tinggi hingga rendah serta mampu untuk mengidentifikasi kelompok responden dan juga kelompok item. Adapun dalam *separation item*, jika separasi butir semakin tinggi, maka pengukuran yang dilakukan juga semakin baik (Sumintono & Widhiarso (2014). Nilai separasi dihitung melalui rumus; $H = \{(4 \times \text{separation}) + 1\} / 3$. Nilai

separation person sebesar 1.51 sehingga didapatkan nilai *separation person* yakni $H = \{(4 \times 1.51) + 1\}/3 = 2.346$ dibulatkan menjadi 2 yang berarti responden dikelompokkan menjadi 2 kelompok. Nilai *separation item* sebesar 9.83 sehingga didapatkan nilai *separation item* yakni $H = \{(4 \times 9.83) + 1\}/3 = 13.44$ yang dibulatkan menjadi 13.

3.5. Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian dilaksanakan melalui beberapa tahap, diantaranya yaitu:

- 1) Tahap Perencanaan
 - a. Melakukan studi literatur dan studi pendahuluan untuk mengetahui masalah yang kemudian menjadi topik untuk diteliti.
 - b. Mengajukan judul kepada dosen pembimbing.
 - c. Menentukan pendekatan yang tepat untuk digunakan.
 - d. Menentukan populasi dan sampel penelitian.
 - e. Menentukan instrumen yang akan digunakan dalam pengambilan data.
- 2) Tahap Pelaksanaan
 - a. Mengajukan surat perizinan penelitian ke sekolah yang ingin dituju.
 - b. Melaksanakan pengambilan data pada sampel penelitian.
 - c. Mengumpulkan data serta melakukan pengolahan data.
 - d. Menginterpretasikan data yang telah diolah.
- 3) Tahap Akhir
 - a. Menyusun laporan akhir dalam bentuk skripsi dan melakukan uji plagiarisme terlebih dahulu.
 - b. Mempertanggungjawabkan laporan akhir dalam bentuk skripsi yang telah dibuat.

3.6. Analisis Data

3.6.1. Verifikasi Data

Verifikasi data dilakukan untuk memastikan informasi yang telah diperoleh merupakan informasi yang akurat. Terdapat dua langkah yang harus dilakukan yakni jumlah responden sesuai dengan jumlah yang telah ditentukan. Kedua, data harus sesuai dengan penelitian dan instruksi kerja seperti mengumpulkan data, memasukkan data sesuai penyekoran, dan mengolah data.

3.6.2. Penyekoran Data

Penyekoran data dilakukan dengan memberi skor pada setiap jawaban responden sesuai dengan bobot nilai skor yang telah ditentukan. Instrumen kecemasan sosial terdiri dari 26 pernyataan yang menggunakan skala likert dengan 4 pilihan alternatif jawaban. Kategori penyekoran instrumen kecemasan sosial disajikan pada tabel 3. 8 berikut:

Tabel 3. 8 Pedoman Skor Instrumen Kecemasan Sosial

Pernyataan	Pilihan Jawaban			
	Sangat Sesuai	Sesuai	Tidak Sesuai	Sangat Tidak Sesuai
<i>Favorable</i>	4	3	2	1
<i>Unfavorable</i>	1	2	3	4

3.6.3. Kategorisasi Data

Pengkategorian kecemasan sosial dalam penelitian ini terbagi menjadi dua kelompok kategori, yakni cemas dan tidak cemas. Kategorisasi data diperoleh melalui hasil analisis pada *output* tabel 17. *person measure order* melalui aplikasi *winstep*. Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai rata-rata logit sebesar 0.17 dan nilai standar deviasi sebesar 0.55.

Tabel 3. 9 Pengelompokan Kategori Kecemasan Sosial

Rentang Skor	Kategori
$X > Mi + ISD$	Cemas
$X \leq Mi + ISD$	Tidak Cemas

Keterangan:

X = Jumlah Skor

Mi = Mean Ideal

SD = Standar Deviasi

Berdasarkan nilai mean ideal dan standar deviasi yang telah diperoleh, dapat diketahui nilai skor kategorisasi data kecemasan sosial secara umum disajikan pada tabel 3.10 berikut.

Tabel 3. 10 Kategorisasi data

Rentang Skor	Kategori
$X > 0.72$	Cemas
$X \leq 0.72$	Tidak Cemas

Tabel 3. 11 Interpretasi Kategori Kecemasan Sosial

Kategori	Interpretasi
Cemas	Peserta didik yang termasuk ke dalam kategori cemas berarti ia memiliki rasa khawatir yang lebih terhadap suatu situasi sosial, seperti berbicara di depan umum, takut akan penilaian negatif orang lain, tidak tahu harus melakukan apa saat berada diantara teman baru, malu untuk melakukan suatu hal di depan teman-teman yang ia kenal ataupun yang tidak ia kenal, takut akan penolakan, khawatir jika teman-teman di sekitarnya merasa kecewa saat berteman dengannya, takut akan diejek teman jika salah menjawab pertanyaan guru, dan takut jika teman-temannya membicarakan hal buruk tentang dirinya kepada orang lain.
Tidak Cemas	Peserta didik yang termasuk ke dalam kategori tidak cemas berarti ia mampu untuk berinteraksi dengan orang lain tanpa adanya rasa takut, berani untuk tampil di depan teman-teman tanpa rasa khawatir akan diejek jika melakukan kesalahan, menghargai pilihan teman jika menolak ajakannya, memulai interaksi dengan teman yang baru dikenal dengan percaya diri, tidak takut untuk meminta tolong kepada teman jika memerlukan bantuan, dan tetap merasa nyaman walaupun berada di keramaian atau di dalam situasi sosial tertentu.