

ABSTRAK

Masa dewasa awal merupakan periode penting dalam perkembangan psikososial individu, dimana kemampuan membangun hubungan intim menjadi hal yang krusial. Namun, pengalaman negatif dalam hubungan seperti *gaslighting* dapat berdampak pada aspek psikologis individu, khususnya *self esteem* dan *fear of intimacy*. *Gaslighting* merupakan bentuk kekerasan psikologis yang bersifat manipulatif, yang dapat merusak persepsi diri korban, menurunkan harga diri dan kemudian menimbulkan kecemasan terhadap hubungan yang lebih dekat di masa depan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self esteem* terhadap *fear of intimacy* pada individu dewasa awal yang pernah mengalami *gaslighting* dalam hubungan berpacaran. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik analisis regresi linear sederhana. Responden berjumlah 150 orang yang merupakan individu dewasa awal yang pernah mengalami *gaslighting* dalam hubungan berpacaran. Instrumen yang digunakan adalah skala *Self Liking Self Competence Scale Revised* (SLCS-R) untuk mengukur *self esteem* dan *Fear of Intimacy Scale* (FIS) untuk mengukur *fear of intimacy*. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh negatif yang signifikan antara *self esteem* terhadap *fear of intimacy*, dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Nilai koefisien determinasi sebesar 0,238 menunjukkan bahwa *self esteem* berpengaruh sebesar 23,8% terhadap *fear of intimacy*, sementara sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Semakin tinggi *self esteem* individu, semakin rendah kecenderungan individu mengalami *fear of intimacy*. Temuan ini menegaskan bahwa pengalaman *gaslighting* dapat melemahkan harga diri dan pada akhirnya mempersulit korban untuk membentuk kedekatan emosional yang sehat di masa depan.

Kata kunci : *gaslighting*, *self esteem*, *fear of intimacy*, dewasa awal.

ABSTRACT

Early adulthood is a crucial period in an individual's psychosocial development, where the ability to build intimate relationships is crucial. However, negative experiences in relationships, such as gaslighting, can impact an individual's psychological aspects, particularly self-esteem and fear of intimacy. Gaslighting is a manipulative form of psychological violence that can damage the victim's self-perception, lower self-esteem, and then cause anxiety about closer relationships in the future. This study aims to determine the effect of self-esteem on fear of intimacy in early adults who have experienced gaslighting in dating relationships. This study used a quantitative approach with a simple linear regression analysis technique. Respondents numbered 150 people who were early adults who had experienced gaslighting in dating relationships. The instruments used were the Self-Liking Self-Competence Scale Revised (SLCS-R) to measure self-esteem and the Fear of Intimacy Scale (FIS) to measure fear of intimacy. The results showed a significant negative effect between self-esteem and fear of intimacy, with a significance value of 0.000 ($p < 0.05$). The coefficient of determination of 0.238 indicates that self-esteem contributes 23.8% to fear of intimacy, with the remainder influenced by other factors. The higher an individual's self-esteem, the lower their likelihood of experiencing fear of intimacy. This finding confirms that gaslighting can undermine self-esteem and ultimately make it difficult for victims to form healthy emotional attachments in the future.

Keywords : *gaslighting, self esteem, fear of intimacy, emerging adulthood.*