

# ACTA ΨYCHOLOGIA

Volume 1

Nomor 2

Oktober 2019



HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DAN PROKRASTINASI AKADEMIK DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI PADA MAHASISWA

**Arrazzaqu Widya Neidi**

OPTIMISME DAN STRATEGI KOPING PADA REMAJA DI LEMBAGA KESEJAHTERAAN SOSIAL

**Wancik Ridwan Barari**

RELASI ANTARA ORANG TUA DAN ANAK DITINJAU DARI SUDUT PANDANG REMAJA DENGAN PERILAKU DELINKUEN

**Nourmarifa Sari**

PEMBENTUKAN IDENTITAS DIRI PADA REMAJA YANG DIADOPSI

**Astri Anggraeni**

PENERIMAAN DIRI PADA IBU DENGAN ANAK TUNAGRAHITA

**Dian Pertiwi Simamora**

PENGARUH BULLYING TERHADAP HARGA DIRI SISWA SEKOLAH DASAR

**Diah Fara Sasanti Ayu Tanton**

PERBEDAAN ORGANIZATIONAL CITIZENSHIP BEHAVIOR GURU SEKOLAH DITINJAU DARI JENIS KELAMIN

**Rahma Wiranti Lestari**

HUBUNGAN KUALITAS PERKAWINAN DAN KEBERSYUKURAN PADA PASANGAN PENYANDANG DISABILITAS

**Isti Anahtul Fitriyah**

HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DAN CITRA TUBUH PADA REMAJA PUTRI KELAS X SMA

**Lupitasari**



JURUSAN PSIKOLOGI  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA



**Acta Psychologia**  
**ISSN 2746-122X (online)**

Penerbit

**Jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta**

Editor-in-chief

**Tria Widyastuti, S.Psi., M.A.**

Managing Editor

**A'yunin Akrimni Darajat, S.Psi., M.Psi., Psikolog**

Editorial Board

**Dr. Siti Rohmah Nurhayati, M.Si. Psikolog**

**Yulia Ayriza, M.Si., Ph.D., Psikolog**

**Dr. Rita Eka Izzaty, M.Si.**

**Banyu Wicaksono, S.Psi., M.Sc.**

Alamat Redaksi

**Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta  
Jl. Colombo No. 1 Karangmalang, Depok, Sleman, Yogyakarta 55281**

Website

<https://journal.uny.ac.id/index.php/pri>

E-mail

[journal\\_psikologi@uny.ac.id](mailto:journal_psikologi@uny.ac.id)

Dipublikasikan dua kali dalam satu tahun, pada bulan Mei dan Nopember  
Acta Psychologia merupakan jurnal ilmiah peer-reviewed yang diterbitkan Jurusan Psikologi  
Universitas Negeri Yogyakarta, yang fokus pada penelitian di bidang Psikologi

EDITOR TIDAK BERTANGGUNG JAWAB ATAS KONTEN DAN  
EFEK YANG MUNGKIN DITIMBULKAN OLEH NASKAH.

TANGGUNG JAWAB ADA PADA PENULIS

## Prakata

Puji syukur bahwa Jurnal Acta Psychologia Jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta dapat menerbitkan Volume pertama Edisi kedua pada tahun 2019 melanjutkan terbitan sebelumnya yaitu Volume pertama edisi kesatu pada tahun 2019. Rasa syukur mendalam kami haturkan pada segenap reviewer atas kerja kerasnya, kontributor atas kepercayaan dan kesabarannya, dan seluruh tim pengelola jurnal untuk dedikasinya dalam proses penerbitan. Acta Psychologia akan terus berbenah untuk menjadi penerbit jurnal yang berkualitas.

Pada edisi ini, disajikan beragam hasil penelitian Psikologi mulai dari menyoroti intensitas penggunaan media sosial dan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa. Kemudian terkait permasalahan remaja, terdapat artikel tentang optimisme dan strategi koping pada remaja di Lembaga Kesejahteraan Sosial; relasi orang tua dan anak pada remaja dengan perilaku delinkuen; pembentukan identitas diri pada remaja yang diadopsi; dan hubungan antara harga diri dan citra tubuh pada remaja putri. Di edisi ini juga terdapat artikel yang menyoroti masalah terkait individu dengan kebutuhan khusus, yaitu tentang penerimaan diri pada ibu dengan anak tunagrahita; dan hubungan kualitas perkawinan dan kebersyukuran pada pasangan penyandang disabilitas. Kemudian terkait kehidupan di siswa sekolah, terdapat artikel tentang pengaruh *bullying* terhadap harga diri siswa sekolah dasar. Artikel yang lain mengulas tentang tema psikologi industry dan organisasi yaitu artikel berjudul perbedaan *organizational citizenship behavior* guru sekolah ditinjau dari jenis kelamin.

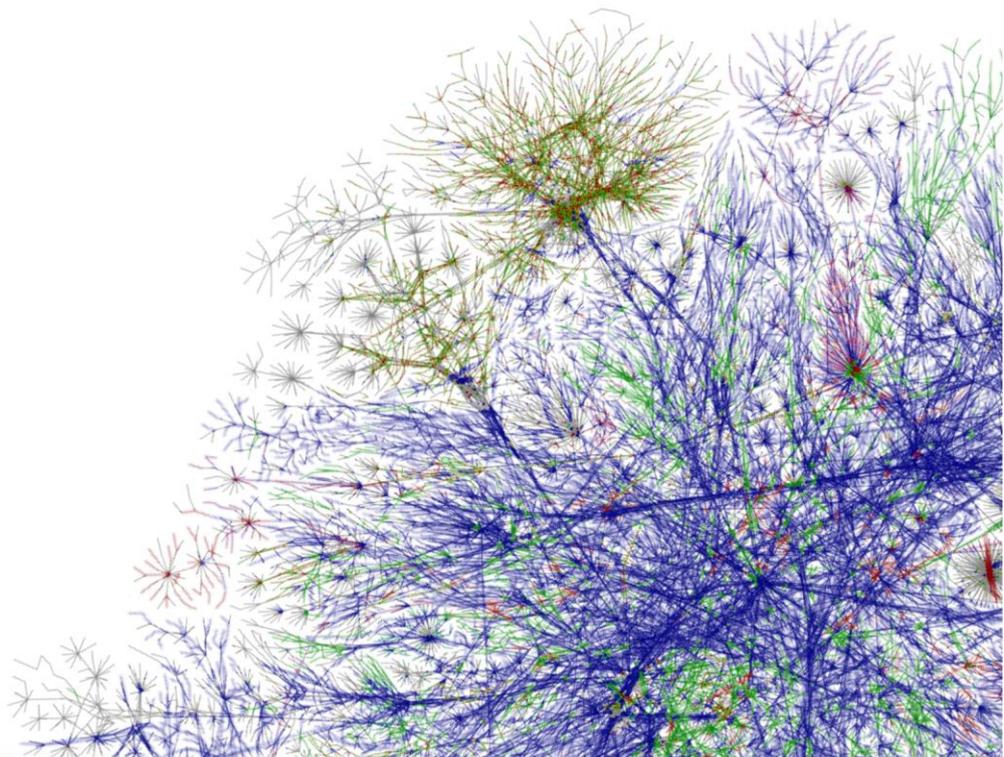
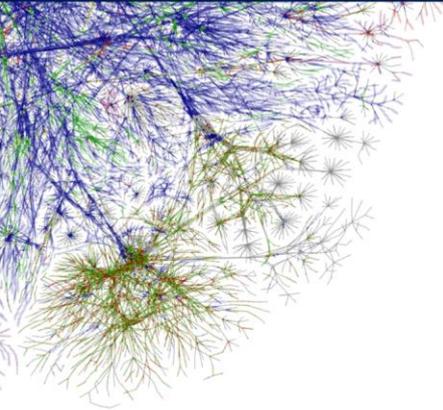
Pengelola berharap artikel-artikel pada edisi kali ini bisa memberikan kontribusi bagi dunia penelitian ilmiah.

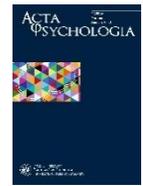
Yogyakarta, Oktober 2019

Editor in Chief

## DAFTAR ISI

<i>Arrazzaqu Widya Neidi</i>	Hubungan antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa	97 – 105
<i>Wancik Ridwan Barari</i>	Optimisme dan Strategi Koping pada Remaja di Lembaga Kesejahteraan Sosial	106 – 114
<i>Nourmarifa Sari</i>	Relasi antara Orang tua dan Anak Ditinjau dari Sudut Pandang Remaja dengan Perilaku Delinkuen	115 – 123
<i>Astri Anggraeni</i>	Pembentukan Identitas Diri pada Remaja yang Diadopsi	124 – 133
<i>Dian Pertivi Simamora</i>	Penerimaan Diri pada Ibu dengan Anak Tunagrahita	134 – 141
<i>Diab Fara Sasanti Ayu Tantonno</i>	Pengaruh Bullying terhadap Harga Diri Siswa Sekolah Dasar	142 – 148
<i>Rahma Wiranti Lestari</i>	Perbedaan Organizational Citizenship Behavior Guru Sekolah ditinjau dari Jenis Kelamin	149 – 154
<i>Isti Anahtul Fitriyah</i>	Hubungan Kualitas Perkawinan dan Kebersyukuran pada Pasangan Penyandang Disabilitas	155 – 161
<i>Lupitasari</i>	Hubungan antara Harga Diri dan Citra Tubuh pada Remaja Putri Kelas X SMA	162 – 167





## Hubungan antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa

*Arrazzaqu Widya Neidi*

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta;  
Jl. Colombo No. 1 Sleman Yogyakarta, 55281  
[arrazzaquwdy@gmail.com](mailto:arrazzaquwdy@gmail.com)

### Abstrak

Intensitas penggunaan media sosial ternyata dapat menimbulkan dampak negatif pada penyelesaian skripsi mahasiswa. Intensitas yang tinggi ditengarai menjadi salah satu penyebab terjadinya prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi. Namun sayangnya hubungan antara dua variabel tersebut belum banyak diteliti. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan positif antara intensitas penggunaan media sosial dan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Subjek penelitian ini adalah 68 orang mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *simple random sampling*. Teknik pengumpulan data yang digunakan terdiri dari skala intensitas penggunaan media sosial dan skala prokrastinasi akademik. Reliabilitas skala intensitas penggunaan media sosial dan skala prokrastinasi akademik diuji dengan menggunakan metode koefisien reliabilitas Alpha Cronbach. Reliabilitas untuk skala intensitas penggunaan media sosial memperoleh hasil sebesar 0.862, sedangkan skala prokrastinasi akademik memperoleh hasil 0.785. Data dalam penelitian ini dianalisis dengan teknik korelasi product moment dari Pearson. Koefisien korelasi yang diperoleh 0.421 dengan signifikansi ( $p < 0.01$ ) dan koefisiensi determinasi sebesar ( $R^2$ ) 17.7%. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara intensitas penggunaan media sosial dan prokrastinasi akademik. Hal ini berarti semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial, maka diikuti pula semakin tingginya perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi.

**Kata Kunci:** *intensitas penggunaan media sosial, prokrastinasi akademik, mahasiswa, korelasi*

### Abstract

Intensity of using social media has a negative impact in completing undergraduate thesis. The high intensity of using social media can be a factor of academic procrastination in completing undergraduate thesis. However, only few of studies in Indonesia examining the correlation between those variables. Therefore, this study aimed to find out a positive relation between the intensity of social media uses and the behavior of academic procrastinations among the college students who are completing the minithesis. The research subjects were 68 students of the Faculty of Education of Yogyakarta State University using simple random sampling. This study used a quantitative approach with a type of correlational research. The data collected using an intensity of social media uses scale and academic procrastination scale. Reliability scale for social media uses and academic procrastination scale were tested using the methods of the reliability coefficient of Cronbach Alpha. The reliability for the social media uses intensity questionnaire obtained a result of 0.862, while the academic procrastination questionnaire obtained the result of 0.785. The Data in this study was analyzed by Pearson's Product Moment correlation technique. The correlation coefficient obtained is 0.421 with signficancy ( $p < 0.01$ ). The results of this study shows that there is a positive relationship between intensity of media social usage and academics procrastination. This means that the higher the intensity of social media use, the higher the academic procrastination behaviour in the college students who are completing the undergraduate thesis.

**Keywords:** *intensity of using social media, academic procrastination, college student, correlation*

## Pendahuluan

Mahasiswa dapat didefinisikan sebagai individu yang sedang menuntut ilmu di tingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga yang setara dengan perguruan tinggi. Mahasiswa strata 1 atau S1 biasanya merupakan individu yang telah memasuki masa dewasa awal yang pada umumnya dalam rentang usia 18-25 tahun. Mahasiswa adalah seorang peserta didik berusia 18-25 tahun yang terdaftar dan menjalani pendidikannya di perguruan tinggi baik dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas (Siswoyo dalam Hulukati & Djibran, 2018).

Mahasiswa memiliki berbagai macam tugas, baik itu tugas akademik maupun non akademik. Tugas-tugas tersebut yang menentukan seorang mahasiswa mendapatkan gelar profesional sebagai sarjana, namun seringkali terjadi problem yang disebabkan perilaku menunda-nunda untuk menyelesaikan tugas. Hal ini kemudian dapat menimbulkan gelar sarjana tersebut juga tertunda untuk didapatkan. Gejala dari menunda-nunda tersebut dapat dilihat dari perilaku mahasiswa dalam menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan, belajar untuk persiapan ujian semester untuk memperoleh Indeks Prestasi Kumulatif (IPK), sampai pada tahap akhir yaitu penyelesaian skripsi. Proses penyelesaian skripsi seringkali menjadi permasalahan tersendiri bagi sebagian besar mahasiswa (Wijayanti, 2006).

Sebelum mahasiswa dinyatakan lulus dan memperoleh ijazah gelar S1 yang nantinya berhubungan dengan pengakuan sosial masyarakat dan persyaratan mendapat pekerjaan sesuai bidang keilmuan yang digelutinya, mahasiswa diwajibkan untuk menyelesaikan skripsi. Kewajiban dan pentingnya menyusun skripsi sebagai tugas akhir yang menentukan berhak atau tidaknya seorang mahasiswa memperoleh gelar strata satu (S1) kadangkala membuat

mahasiswa mengalami tekanan secara psikologis (Aziz & Rahardjo, 2013).

Hasil penelitian Green (dalam Ghufron & Risnawati, 2010) mengungkap bahwa tekanan secara psikologis yang dialami mahasiswa dapat memicu perilaku prokrastinasi atau penundaan. Prokrastinasi yang berkaitan dengan penundaan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik disebut dengan Prokrastinasi Akademik. Menurut Steel (2007), manusia secara alami akan menghindari stimuli yang tidak menyenangkan. Semakin situasi tersebut tidak menyenangkan, maka semakin sering kita menghindari hal itu, sama halnya dengan tugas perkuliahan. Karakteristik tugas yang membuat mahasiswa enggan mengerjakannya akan cenderung meningkatkan perilaku prokrastinasi. Contohnya saja pada penyelesaian tugas akhir skripsi yang memiliki beban berat membuat sebagian besar mahasiswa untuk cenderung melakukan prokrastinasi terhadap penyelesaian atau pengerjaan skripsi.

Prokrastinasi dapat dikatakan sebagai salah satu perilaku yang tidak efisien dalam menggunakan waktu dan adanya kecenderungan untuk tidak segera memulai suatu pekerjaan ketika menghadapi suatu tugas (Purnama & Muis, 2014). Berdasarkan wawancara dengan enam orang mahasiswa angkatan 2014 di Fakultas Ilmu Pendidikan Yogyakarta pada bulan Januari tahun 2019, diketahui bahwa alasan mereka menunda menyelesaikan skripsinya dikarenakan memiliki prioritas terhadap kegiatan lain, selain itu banyaknya revisi membuat mahasiswa enggan untuk melakukan bimbingan dengan dosen pembimbing. Hal ini membuat tertundanya penyelesaian Tugas Akhir Skripsi tersebut.

Penelitian Hervani (2015) mengungkapkan terdapat 29 mahasiswa (8.6%) memiliki prokrastinasi akademik sangat tinggi, 124 mahasiswa (36.6%)

memiliki prokrastinasi akademik tinggi, kemudian 155 mahasiswa (45.7%) memiliki kategori prokrastinasi akademik sedang, 31 mahasiswa (9.1%) memiliki prokrastinasi akademik rendah dan tidak ada mahasiswa yang memiliki prokrastinasi akademik dalam kategori sangat rendah.

Ferrari, Johnson, dan Mc Cown (1995) yang membagi prokrastinasi menjadi dua jenis yaitu *Functional procrastinate* dan *Dysfunctional procrastinate*. *Functional procrastinate* yaitu menunda pekerjaan atau sebuah tugas dengan tujuan untuk memperoleh informasi yang lebih akurat. Adapun *dysfunctional procrastinate* yaitu menunda tugas atau pekerjaan yang tidak berdasarkan tujuan. *Dysfunctional procrastinate* dapat memberi dampak negatif dan dapat menimbulkan suatu permasalahan.

Secara garis besar, terdapat empat faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi yaitu emosional, manajemen waktu, biologis, dan hubungan interpersonal (Burka & Yuen, 2008). Faktor yang pertama, emosional, meliputi perasaan yang ada dalam diri individu, kekhawatiran, ingatan, tujuan, keinginan, dan tekanan. Faktor yang kedua, manajemen waktu, para prokrastinator memiliki angan-angan dalam melihat waktu yaitu sebagai lawannya untuk mengecoh, mengakali, atau untuk lebih lama melakukan hal yang lain. Faktor ketiga yaitu faktor biologis meliputi otak yaitu berupa pikiran, tubuh, dan genetis. Faktor keempat yaitu faktor hubungan interpersonal seseorang.

Menurut Ferrari, Johnson, dan Mc Cown (1995) prokrastinasi memiliki makna negatif apabila dilakukan tanpa adanya tujuan yang bermanfaat, tanpa disertai suatu alasan yang bermanfaat, serta berakibat buruk dan memicu adanya permasalahan. Salah satu contoh prokrastinasi yang bermakna negatif adalah mahasiswa menunda untuk mengerjakan Tugas Akhir karena memiliki kegiatan lain di luar perkuliahan. Prokrastinasi lebih sering

diartikan dalam konotasi yang negatif sebagai sebuah penundaan yang tidak bermanfaat dalam penyelesaian tugas atau yang disebut dengan *Dysfunctional Procrastination*.

Temuan penelitian yang ada di Indonesia oleh Sandra dan Djalali (2013), juga menunjukkan bahwa perilaku prokrastinasi ini dipengaruhi oleh manajemen waktu dan efikasi diri. Hal ini mendukung penelitian yang dilakukan Burka dan Yuen (2008), wawancara informal yang dilakukan oleh peneliti bahwa manajemen waktu menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi prokrastinasi. Manajemen waktu yang tidak efektif, dapat berdampak pada pemborosan waktu, yaitu menghabiskan waktu tanpa mendapatkan manfaat yang baik atau dibutuhkan. Pemborosan waktu pada seseorang dapat disebabkan oleh berbagai hal, antara lain: tidak menemukan apa yang dicari, adanya pertemuan, adanya situasi yang genting atau permasalahan, ingin segalanya sempurna, serta adanya gangguan (Treacy, 1992).

Salah satu gangguan yang dapat menyebabkan terjadinya pemborosan waktu adalah keinginan untuk menggunakan atau mengakses media sosial (Kumorotomo, 2010). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sitiayu Anisa Gultom, Natalia Dewi Wardani, Alifiati Fitrikasari (2017) menunjukkan bahwa sebanyak 77.2% responden memiliki tingkat adiksi internet rendah, 19.6% adiksi internet sedang, dan 3.2% adiksi internet tingkat tinggi. Sebanyak 34.1% responden memiliki frekuensi prokrastinasi yang cukup tinggi, besar prokrastinasi menjadi masalah cukup tinggi sebanyak 49.5%, keinginan untuk mengurangi prokrastinasi cukup tinggi sebanyak 82.9%, dan prevalensi prokrastinasi cukup tinggi sebanyak 49.4%.

Diketahui berdasarkan wawancara dengan enam mahasiswa angkatan 2014 di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta pada bulan Januari

tahun 2019, bahwa mereka menggunakan memiliki lebih dari dua jenis media sosial dan menggunakannya sekitar kurang lebih dua jam dalam sehari. Subjek mengaku menggunakan media sosial ketika merasa bosan atau ketika berada di tempat umum.

Berdasarkan data statistik dari Kementerian Komunikasi dan Informatika (Kemenkominfo) mengungkapkan bahwa pengguna internet di Indonesia saat ini mencapai 63 juta orang. Dari angka tersebut, dapat diketahui 95% menggunakan internet untuk mengakses sosial media. Menurut survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2016, secara umum menyebutkan jumlah pengguna internet di Indonesia mencapai 132.7 juta atau setara 51.7% terhadap populasi 256.2 juta jiwa. Hal ini mengalami kenaikan dari tahun 2014 yang mencapai 34.9% dari populasi. Dari golongan usia, pengguna internet terbanyak diketahui terdapat pada kelompok usia 25-29 tahun dan 35-39 tahun. Masing-masing berjumlah 24 juta pengguna atau jika digabungkan menjadi 48 juta.

Kelompok usia terbesar kedua adalah 30-34 tahun dengan jumlah 23.3 juta. Selanjutnya 20-24 tahun diketahui sebanyak 22.3 juta. Yang menariknya lagi adalah kelompok usia remaja yang mengonsumsi internet kian besar. Kelompok usia 15-19 tahun diketahui mencapai 12.5 juta pengguna dan 10-15 tahun sebanyak 768 ribu. Berdasarkan survei di atas, ada tiga besar jenis konten internet yang dikonsumsi oleh para pengguna, yaitu media sosial sebanyak 129.2 juta (97.7%), hiburan 128.4 juta (96.8%) dan berita 127.9 juta (96.4%). Selanjutnya konten pendidikan 124 juta pengguna, komersial 123.5 juta, dan layanan publik 121.5 juta. Terkait dengan konten media sosial, Facebook yang terbesar dengan 71.6 juta pengguna (54%). Disusul dengan Instagram dan Youtube, masing-masing dengan 19.9 juta pengguna dan 14.5 juta.

Berdasarkan data akademik yang diperoleh dari Sub bagian Pendidikan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta, diketahui bahwa terdapat mahasiswa angkatan 2014 di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta yang masih aktif berjumlah 155 dari 9 prodi yang ada. Mahasiswa tersebut diketahui masih dalam tahap penyelesaian skripsi. Berdasarkan data tersebut menunjukkan bahwa masih cukup banyak mahasiswa

Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta yang cenderung mengalami permasalahan dalam proses menyelesaikan studi lebih dari 4 tahun. Hal tersebut menunjukkan adanya kemungkinan terjadinya kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik. Dikaitkan dengan maraknya penggunaan media sosial pada saat ini, individu dengan intensitas penggunaan media sosial yang tinggi cenderung mengalami pemborosan waktu. Diperkuat dengan hasil wawancara yang dilakukan terhadap enam mahasiswa angkatan 2014 di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta mengenai penyelesaian Tugas Akhir Skripsi, diketahui bahwa enam mahasiswa tersebut menunda menyelesaikan skripsi dikarenakan banyaknya revisi yang menyebabkan enggan untuk menemui dosen pembimbing skripsi untuk melakukan bimbingan, mereka juga memiliki kegiatan lain yang mereka jadikan prioritas. Selanjutnya berdasarkan hasil wawancara dengan enam mahasiswa tersebut mengenai penggunaan media sosial, diketahui bahwa mereka menggunakan media sosial ketika mereka merasa bosan dan juga ketika mereka sedang berada di tempat umum.

Berdasarkan paparan sebelumnya dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi pada mahasiswa dalam penyelesaian tugas akhir skripsi lebih mengarah pada *Dysfunctional Procrastination*. Bentuk prokrastinasi disfungsi inilah yang secara umum disebut sebagai prokrastinasi atau

menunda-nunda menyelesaikan suatu tugas dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dan cenderung tidak bermanfaat. Prokrastinasi kerap kali ditemui, salah satunya yang paling sering adalah dibidang akademik, yaitu pada kehidupan akademik mahasiswa (Solomon & Rothblum, 1984). Bentuk prokrastinasi disfungsional inilah yang mendasari penelitian ini. Berdasarkan permasalahan tersebut, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara intensitas penggunaan media sosial dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi.

## Metode Penelitian

### *Jenis penelitian*

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini menggunakan jenis korelasional untuk mengetahui hubungan antara dua variabel. Variabel bebas berupa prokrastinasi akademik. Adapun variabel tergantungan yaitu intensitas penggunaan media sosial.

### *Waktu dan tempat penelitian*

Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret sampai bulan April 2019. Penelitian dilaksanakan di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta.

### *Populasi, Sampling, dan Subjek*

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa angkatan 2014 di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta. Sampel pada penelitian ini berjumlah 68 mahasiswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling*. Subjek akhir penelitian terdiri dari 68 mahasiswa angkatan 2014 di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta yang sedang mengerjakan tugas akhir skripsi.

### *Teknik pengumpulan data dan instrumen*

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan pengukuran dengan teknik skala. Instrumen pengumpulan data yang digunakan berupa skala yang terdiri atas skala intensitas penggunaan media sosial dan skala prokrastinasi akademik.

Intensitas penggunaan media sosial terdiri dari empat aspek yaitu aspek perhatian, penghayatan, durasi, dan frekuensi. Individu yang memiliki kecenderungan intensitas penggunaan media sosial yang tinggi ditandai dengan tingginya sikap yang menunjukkan aspek perhatian, penghayatan, durasi, dan frekuensi. Kisi-kisi skala intensitas penggunaan media sosial disadur dari Ajzen (1991) dan dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Kisi-kisi skala Intensitas Penggunaan Media Sosial

Aspek	Pengertian
Perhatian	Ketertarikan individu terhadap suatu objek tertentu yang menjadikan target perilaku.
Penghayatan	Penyerapan dan pemahaman terhadap informasi sebagai pengetahuan yang baru bagi individu.
Durasi	Kebutuhan individu dalam jangka waktu tertentu untuk melakukan perilaku yang menjadi target dalam hitungan satuan jam.
Frekuensi	Banyaknya pengulangan tindakan yang menjadi target yang dihitung dalam kurun waktu satu hari.

Prokrastinasi akademik ditunjukkan oleh empat aspek, yaitu aspek *Perceived Time*, *Intention-Action*, *Emotional Distress*, dan *Perceived Ability*. Individu yang memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi ditunjukkan oleh tinggi pada *Perceived Time*, *Intention-Action*, *Emotional Distress*, dan *Perceived Ability*. Kisi-kisi skala prokrastinasi akademik dirujuk dari Ferrari, Jhonson, dan McCown (1995) dan dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Kisi-kisi skala Prokrastinasi akademik

Aspek	Pengertian
<i>Perceived Time</i>	Kegagalan individu dalam menepati waktu yang telah ditentukan untuk menyelesaikan tugas yang berkaitan dengan akademik.
<i>Intention- Action</i>	Kesenjangan antara keinginan dan sebuah tindakan dalam mengerjakan tugas.
<i>Emotional Distress</i>	Adanya sebuah perasaan tidak menyenangkan saat melakukan prokrastinasi.
<i>Perceived Ability</i>	Keyakinan terhadap kemampuan diri.

#### *Teknik Analisis data*

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri atas analisis deskriptif, uji prasyarat analisis yang terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas, serta uji hipotesis.

#### 1. Analisis deskriptif

Analisis data deskriptif memiliki tujuan untuk mendeskripsikan variabel yang diperoleh dari kelompok subjek penelitian dan tidak dimaksudkan untuk melakukan uji hipotesis (Azwar, 2017). Data berupa skala diperoleh dari kategori yang terdiri atas pilihan yang tertinggi sampai dengan yang terendah yaitu; (4) = sangat sesuai, (3) = sesuai, (2) = tidak sesuai, (1) = sangat tidak sesuai. Kategori dari sangat tinggi sampai sangat rendah akan diubah dalam data interval. Jumlah skor dari keseluruhan butir akan dikategorikan ke dalam empat kategori. Pengkategorian dilakukan dengan panduan pada tabel 3.

Tabel 3. Kategorisasi skor

Kategori	Intensitas penggunaan	Prokrastinasi akademik
Rendah	<64	<56
Sedang	64-95	56-83
Tinggi	96 ke atas	84 ke atas

#### 2. Uji prasyarat

Uji prasyarat yang dilakukan yaitu uji normalitas dan uji linieritas. Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data dalam penelitian ini berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dilakukan dengan Kolmogorov-Smirnov dengan taraf signifikansi 5%. Data berdistribusi normal apabila taraf signifikansi  $\geq 0.05$ , sedangkan data tidak berdistribusi normal jika menunjukkan taraf signifikansi  $\leq 0.05$ . Apabila data berdistribusi normal maka menggunakan uji parametrik, namun apabila data tidak berdistribusi normal maka menggunakan uji non parametric. Adapun uji linearitas pada penelitian ini digunakan sebagai prasyarat dalam analisis korelasi dan dilakukan dengan menggunakan *Tes for Linearity* dalam program SPSS Statistics for windows dengan taraf signifikan 0.05.

#### 3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Dalam penelitian ini pengujian hipotesis dilakukan dengan bantuan IBM SPSS Statistics for windows, menggunakan teknik korelasi Pearson Product Moment. Teknik ini dilakukan apabila persebaran data penelitian dapat dikatakan normal dan linier, akan tetapi jika tidak normal atau linier maka pengujian korelasi data penelitian menggunakan teknik Spearman Rho. Teknik pengujian korelasi Pearson Product Moment dan Spearman Rho dapat digunakan apabila data berjenis ordinal, interval dan rasio.

### Hasil Penelitian dan Pembahasan

#### *Hasil Uji Deskriptif*

Skor dari tiap variabel kemudian dikategorisasi. Sebanyak 15 mahasiswa (22.05%) memiliki skor intensitas

penggunaan media sosial pada kategori rendah; 53 mahasiswa (77.94%) kategori sedang, dan tidak ada yang berada di kategori tinggi. Adapun pada variable prokrastinasi akademik, sebanyak 13 mahasiswa (19.11%) memiliki skor prokrastinasi pada kategori rendah, 51 mahasiswa (75%) pada kategori sedang, dan 4 mahasiswa (5.88%) pada kategori tinggi.

#### *Hasil Uji Hipotesis*

Berdasarkan uji normalitas dengan Kolmogorov-Smirnov pada intensitas penggunaan media sosial diperoleh menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.802 ( $p > 0.05$ ). Adapun uji Kolmogorov-Smirnov pada variabel prokrastinasi akademik sebesar 0.812 ( $p > 0.05$ ). dengan demikian kedua variable memiliki distribusi data normal. Adapun hasil uji prasyarat linearitas menunjukkan nilai signifikansi variabel intensitas penggunaan media sosial dan variabel prokrastinasi akademik kurang dari 0.05. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis Pearson Product Moment. Hasil uji koefisien korelasi yang diperoleh koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0.421 dengan signifikansi ( $p$ )  $< 0.01$  dan koefisiensi determinasi sebesar ( $R^2$ ) 17.7%.

Dengan demikian intensitas penggunaan media sosial berhubungan positif dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa angkatan 2014 di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta. Hal ini berarti hipotesis yang berbunyi semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial maka diikuti pula dengan semakin tingginya perilaku prokrastinasi pada mahasiswa terbukti.

#### *Pembahasan*

Seperti yang dikatakan Corner (Elia, 2009) terdapat dua hal yang menjadikan internet begitu menarik dan juga menimbulkan permasalahan, yaitu menjadikan seseorang merasa nyaman dan tidak menyadari akan adanya masalah. Seseorang dalam dunia

maya dapat menemukan kenyamanan dikarenakan bebas menjelajah ke situs mana saja, menemukan apapun, melihat apapun, berbuat apapun, dan menjadi siapapun yang dirinya inginkan. Sehingga hal ini dapat menjadikannya melupakan dan tidak menyadari akan adanya masalah.

Mahasiswa yang memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang sedang ketika dihadapkan permasalahan dalam menghadapi skripsi cenderung akan menjadikan alasan untuk gagal. Permasalahan-permasalahan tersebut diantaranya yaitu adanya tuntutan dari dosen pembimbing yang tinggi dan menyebabkan kesulitan penyelesaian, revisi yang terlalu banyak menyebabkan mahasiswa cenderung menunda-nunda dalam menyelesaikan skripsi, merasa belum mampu dan kurang percaya diri terhadap kemampuan yang dimiliki untuk menyelesaikan skripsi secara tuntas dan kesulitan menyelesaikan skripsi dalam waktu 1 semester.

Individu yang memiliki intensitas penggunaan media sosial sedang cenderung akan mudah melakukan prokrastinasi akademik, sehingga setiap individu memiliki tingkat prokrastinasi yang berbeda-beda dan keberhasilan dalam pemenuhan tugas setiap individupun juga berbeda. Individu yang memiliki intensitas yang sedang dalam penggunaan media sosial akan cenderung memiliki perhatian yang tidak terlalu berlebihan terhadap penggunaan media sosial dan mudah melakukan penundaan terhadap tugas atau pekerjaan yang seharusnya segera diselesaikan. Selain itu individu lebih mampu menyerap dan memahami dengan baik informasi sebagai pengetahuan yang baru bagi individu. Dalam menggunakan media sosial, individu cenderung lebih mampu mengontrol waktunya untuk mengakses media sosial dalam waktu sehari. Individu cenderung tidak terlalu sering melakukan pengulangan aktivitas dalam menggunakan media sosial, misal dalam waktu sehari individu

membuka akun instagramnya hanya 2-3 kali.

Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Gultom, Wardani, dan Fitrikasari (2017) yang menunjukkan bahwa sebanyak 77.2% responden memiliki tingkat adiksi internet rendah, 19.6% adiksi internet sedang, dan 3.2% adiksi internet tingkat tinggi. Sebanyak 34.1% responden memiliki frekuensi prokrastinasi yang cukup tinggi, besar prokrastinasi menjadi masalah cukup tinggi sebanyak 49.5%, keinginan untuk mengurangi prokrastinasi cukup tinggi sebanyak 82.9%, dan prevalensi prokrastinasi cukup tinggi sebanyak 49.4%.

Penggunaan media sosial yang berlebihan dapat menjadikan mahasiswa untuk melupakan aktivitas lainnya yang seharusnya lebih penting dilakukan, bermain media sosial menjadi aktivitas yang lebih menyenangkan. Aktivitas yang lebih menyenangkan bagi mahasiswa ini akan berhubungan dengan munculnya perilaku prokrastinasi akademik. Oleh karena itu, perlunya kemampuan mengatur jadwal mengenai aktivitas di dalam perkuliahan maupun di luar perkuliahan. Fauziah (2015) dalam penelitiannya menemukan bahwa yang menjadi pemicu prokrastinasi akademik adalah lebih suka melakukan hal-hal yang lebih menarik seperti menonton film, bermain game, dan baca novel, sehingga mengabaikan tugas kuliah, selain itu tidak bisa mengatur waktu antara kuliah dengan kegiatan di luar kampus, hal ini dikarenakan jadwal kuliah yang padat sehingga mahasiswa lupa tugas apa saja yang harus dikerjakan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Penelitian Hervani (2015) mengungkapkan bahwa Terdapat 29 mahasiswa (8.6%) memiliki kategori prokrastinasi akademik sangat tinggi, 124 mahasiswa (36.6%) memiliki kategori prokrastinasi akademik tinggi, kemudian 155 mahasiswa (45.7%) memiliki kategori prokrastinasi akademik sedang, 31

mahasiswa (9.1%) memiliki kategori prokrastinasi akademik rendah dan tidak ada mahasiswa yang memiliki prokrastinasi akademik dalam kategori sangat rendah. Mahasiswa dapat menanggulangi prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi dan mengurangi penggunaan media sosial yang kurang bermanfaat dengan mengenali gejala prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi, memprioritaskan kewajiban sebagai mahasiswa, serta gigih dalam berusaha dan yakin terhadap kemampuan diri sendiri.

## **Simpulan dan Saran**

### *Simpulan*

Berdasarkan penelitian dilakukan, dapat diambil kesimpulan bahwa intensitas penggunaan media sosial memiliki hubungan dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi angkatan 2014 di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta. Hal ini berarti bahwa apabila diketahui intensitas penggunaan media sosial seseorang berada dalam kategori tinggi, maka diikuti pula semakin tingginya perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

### *Saran*

Berdasarkan kesimpulan dari penelitian yang telah dilakukan, maka saran yang dapat diberikan yaitu sebagai berikut.

#### 1. Bagi mahasiswa

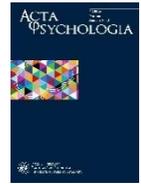
Mahasiswa diharapkan bijak dalam mengatur waktu untuk menggunakan media sosial serta kegiatan lainnya dan lebih memprioritaskan menyelesaikan tugas akhir agar dapat terselesaikan dengan tuntas. Penelitian ini juga diharapkan mampu memberikan pemahaman lebih lanjut mengenai prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian menggunakan variabel lain yang berkaitan dengan prokrastinasi akademik khususnya dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan rujukan serta referensi bagi penelitian selanjutnya khususnya mengenai prokrastinasi akademik.

#### Daftar Pustaka

- Ajzen. (1991). *Attitude, personality, and behavior*. Milton keyhes: Open University.
- Azwar, S. (2015). *Validitas dan reliabilitas (Edisi 4)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2007). *Metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Aziz, A., & Raharjo, P. (2013). Faktor-faktor prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang menyusun skripsi di Universitas Muhammadiyah Purwokerto Tahun Akademik 2011/2012. *Psycho Idea*, 11(1).
- Burka, J. B., & Yuen, L. M. (1983). *Procrastination: Why you do it what to do about it*. Cambridge, MA: Da Capo Press.
- Ferrari, J.R., Jhonson, J.L., & McCown, W.G. (1995). *Procrastination and Task Avoidance*. New York: Plenum Press.
- Ghufron, M. N., & Risnawati, R.S. (2010), *Teori- Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz.
- Sandra, K. I.& Djalali, M. A. (2013). Manajemen waktu, efikasi-diri, dan prokrastinasi. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 2.
- Treacy, D. (1992). *Successful time management in a week (terjemahan)*. Inggris: Hodder & Stoughton
- Wijayanti, G. (2006). Faktor-faktor yang mempengaruhi *self- efficacy* dalam mengerjakan skripsi. Skripsi (Tidak Diterbitkan): Universitas Surabaya



## Optimisme dan Strategi Koping pada Remaja di Lembaga Kesejahteraan Sosial

Wancik Ridwan Barari

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta;  
Jl. Colombo No. 1 Sleman Yogyakarta, 55281  
wbarari@gmail.com

### Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh optimisme terhadap strategi koping jenis *problem focused coping* (PFC) dan strategi koping jenis *emotional focused coping* (EFC) pada remaja di lembaga kesejahteraan sosial. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan merupakan penelitian *ex-post facto*. Subjek yang terlibat berjumlah 93 remaja di Lembaga Kesejahteraan Sosial Muhammadiyah Prambanan Sleman DIY. Instrumen penelitian untuk mengukur variabel strategi koping jenis PFC, variabel strategi koping jenis EFC, dan variabel optimisme berbentuk skala psikologi. Analisis regresi sederhana dilakukan terpisah antara optimisme dengan strategi koping jenis PFC dan optimisme dengan strategi koping jenis EFC. Koefisien reliabilitas Alpha Cronbach sebesar 0.853 pada skala strategi koping jenis PFC, 0.825 pada skala strategi koping jenis EFC, dan 0.829 pada skala optimisme. Hasil penelitian menemukan bahwa: (1) optimisme memiliki pengaruh yang positif terhadap strategi koping jenis PFC ( $F= 28.829$ ,  $p=0.00$ ) dengan sumbangan sebesar 24.1%, (2) optimisme memiliki pengaruh negatif terhadap strategi koping jenis EFC ( $F= 5.725$ ,  $p=0.019$ ) dengan sumbangan sebesar 5.9%.

**Kata Kunci:** *optimisme, strategi koping, problem focused coping, emotional focused coping*

### Abstract

The aim of this research was to know the effect of optimism on coping strategy type *problem focused coping* (PFC) and coping strategy type *emotional focused coping* (EFC) in adolescents who live in social welfare institution. This research used quantitative approach and included *ex-post facto* research. Subject of this study is 93 adolescents who stay in Muhammadiyah Prambanan Social Welfare Institution, Sleman, DIY. We used three scale including coping strategy type PFC scale, coping strategy type EFC scale, and optimism scale. Linear regression analysis was applied separately between optimism with coping strategy type PFC and optimism with coping strategy type EFC. Alpha Cronbach reliability coefficient of .853 on the coping strategy type PFC scale, 0.825 on the coping strategy type EFC scale, and 0.829 on the optimism scale. There are two result of this study: (1) optimism affects positively on *problem focused coping* ( $F= 28.829$ ,  $p=0.00$ ) with contribution 24.1%, (2) optimism affects negatively on *emotional focused coping* ( $F= 5.725$ ,  $p=0.019$ ) with contribution 5.9%.

**Keywords:** *optimism, coping strategy, problem focused coping, emotional focused coping*

### Pendahuluan

Remaja merupakan masa “*storm and stress*”, yaitu masa bergolak yang diwarnai oleh konflik dan perubahan suasana hati (Hall dalam Santrock, 2012). Konflik yang terjadi pada remaja berkaitan dengan jati diri maupun dinamika hubungannya kepada lingkungan sekitar. Konflik tersebut dapat mempengaruhi perkembangan sosial

maupun emosional. Konflik-konflik yang dialami oleh remaja itu cukup luas (Santrock, 2007). Luasnya konflik yang dihadapi remaja meliputi variasi jenis konflik, tingkat keparahan masalah, dan jumlah konflik yang remaja hadapi.

Konflik yang terjadi pada remaja tidak terlepas dari fase perkembangan remaja yaitu masa transisi dari masa anak-anak menuju dewasa dengan terjadinya beberapa perubahan. Perubahan yang terjadi pada remaja mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial (Santrock 2003). Perubahan-perubahan yang terjadi tersebut menuntut remaja untuk melakukan penyesuaian diri. Menurut Syamsu (2010) penyesuaian diri yang kurang baik pada remaja akan mengembangkan perilaku yang menyimpang (*delinquent*), melakukan kriminalitas, atau menutup diri (mengisolasi diri) dari masyarakat.

Data dari Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) pada tahun 2016 menunjukkan bahwa jumlah remaja Indonesia berusia 10-24 tahun berjumlah 66.3 juta jiwa dari total penduduk sebesar 258.7 juta jiwa (BKKBN, 2016). Di sisi lain, hasil penelitian tentang Kualitas Pengasuhan Anak di Panti Sosial Asuhan Anak (PSAA) atau yang sekarang disebut sebagai lembaga kesejahteraan sosial yang dilakukan oleh kemensos pada tahun 2007 menunjukkan bahwa jumlah remaja di lembaga kesejahteraan sosial diperkirakan berjumlah 500.000 remaja, yang tersebar di 8.000 Lembaga kesejahteraan sosial di seluruh Indonesia (Kemensos, 2007).

Penelitian pada tahun 2006 dan 2007 oleh Save the Children dan Kementerian Sosial dengan dukungan dari UNICEF yang dilakukan di lembaga kesejahteraan sosial yang meliputi enam provinsi yaitu Nangroe Aceh Darussalam (NAD), Jawa Tengah, Sulawesi Utara, Kalimantan Barat, Nusa Tenggara Barat, dan Maluku menunjukkan bahwa: (a) lembaga kesejahteraan sosial lebih berfungsi sebagai lembaga yang menyediakan akses pendidikan daripada sebagai lembaga alternatif terakhir pengasuhan yang tidak dapat diasuh oleh orangtua atau keluarganya; (b) remaja di lembaga kesejahteraan sosial umumnya (90%) masih memiliki orang tua, mereka

dikirim ke lembaga kesejahteraan sosial dengan alasan utama untuk melanjutkan pendidikan; (c) berdasarkan tujuan ke arah pendidikan, maka harus tinggal lama di lembaga kesejahteraan sampai lulus SLTA dan harus mengikuti pembinaan daripada pengasuhan yang seharusnya mereka terima; (d) pengurus lembaga kesejahteraan sosial tidak memiliki pengetahuan yang memadai tentang situasi remaja yang seharusnya dilakukan di dalam lembaga, dan pengasuhan yang idealnya diterima remaja. (Kemensos & Save The Children, 2007)

Hasil penelitian Fabrykowski dan Piver (2008) menunjukkan bahwa remaja di lembaga kesejahteraan sosial cenderung menyalahkan diri sendiri, merasa tidak berdaya, merasa kehilangan, merasa dihianati, memiliki stigma sebagai anak yang ditelantarkan dan sifat rusak, gangguan kepribadian ganda, serta gangguan kelekatan. Penelitian Hanafi, dkk (2010) menunjukkan bahwa remaja di lembaga kesejahteraan sosial memiliki optimisme yang rendah, diantaranya menganggap diri sebagai orang yang tidak mampu untuk memecahkan masalah dan merasa tidak mempunyai masa depan yang lebih baik. Penelitian tersebut juga mengungkapkan bahwa rendahnya optimisme remaja di lembaga kesejahteraan sosial tersebut antara lain disebabkan oleh perasaan inferior karena hampir seluruh remaja di lembaga kesejahteraan sosial berasal dari keluarga yang kurang mampu atau memiliki permasalahan dalam keluarga, kultur budaya yang kurang baik dan kurangnya pendamping yang bertugas mendampingi atau mengasuh mereka, sehingga membuat remaja yang tinggal di lembaga kesejahteraan sosial merasa kurang mendapat perhatian.

Perubahan-perubahan yang terjadi pada remaja bersamaan dengan munculnya masalah dan konflik yang terjadi, menuntut remaja yang tinggal di lembaga kesejahteraan mampu mengatasinya atau yang disebut dengan koping. Menurut

Lazarus & Folkman (dalam Sarafino, 1990) koping adalah suatu proses dimana individu mencoba untuk mengatur kesenjangan persepsi antara tuntutan situasi yang menekan dengan kemampuan mereka dalam memenuhi tuntutan tersebut.

Proses koping bukanlah sebuah kejadian yang bersifat tunggal karena koping melibatkan transaksi dengan lingkungan secara terus menerus (Sarafino, 1998). Penyebab stres kehidupan dan koping saling mempengaruhi satu sama lain (Mohino, dkk, 2004). Itu artinya masalah yang dihadapi mempengaruhi strategi koping yang dipilih.

Salah satu faktor yang mempengaruhi pemilihan strategi koping adalah optimisme. Remaja yang mempunyai optimisme akan mampu bertahan dalam menghadapi masalah dengan tetap mempunyai keyakinan bahwa dirinya akan berhasil (Nurindah, 2012). Menurut Seligman (2008) inti optimisme adalah bagaimana cara berpikir seseorang ketika menghadapi suatu masalah atau jika hal buruk terjadi menimpa seorang individu. Cara berpikir ini akan berdampak pada bagaimana seorang remaja memandang dan menghadapi permasalahan yang menimpanya.

Optimisme akan membawa bagaimana individu belajar lebih realistis untuk melihat suatu peristiwa dan masa depan, dapat membantu dalam menghadapi kondisi sulit dalam kehidupan serta mampu mengerjakan sesuatu menjadi lebih baik seperti dalam pekerjaan, pendidikan, dan hubungan sosial (Aldita, 2004). Optimisme yang dimiliki akan mengarahkan seorang remaja pada usaha-usaha untuk menghadapi situasi yang menyulitkan tersebut atau lebih dikenal dengan istilah strategi koping.

Berdasarkan uraian di atas tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui pengaruh optimisme terhadap strategi koping jenis

PFC dan strategi koping jenis EFC pada remaja di lembaga kesejahteraan sosial.

## Metode Penelitian

### *Jenis penelitian*

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan merupakan penelitian *ex-post facto*. Variabel bebas berupa optimisme. Adapun variabel tergantungan yaitu strategi koping.

### *Waktu dan tempat penelitian*

Penelitian ini dilakukan di Lembaga Kesejahteraan Sosial atau Panti Asuhan Yatim Piatu dan Dhuafa Muhammadiyah Prambanan Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 15 April 2019 – 30 Juni 2019 dan pengambilan data dilakukan pada tanggal 2 Mei 2019 – 14 Mei 2019.

### *Populasi dan Subjek*

Populasi dalam penelitian ini adalah remaja di Lembaga Kesejahteraan Sosial Muhammadiyah Sleman Yogyakarta. Penelitian ini merupakan penelitian populasi yang melibatkan seluruh remaja di Lembaga Kesejahteraan Sosial Muhammadiyah Sleman Yogyakarta. Subjek yang terlibat yaitu 93 remaja berusia 12 hingga 21 tahun.

### *Prosedur*

Penelitian ini terdiri dari beberapa tahap. Tahap pertama adalah penyebaran instrumen (skala strategi koping jenis PFC dan EFC, serta skala optimisme) kepada 93 remaja di Lembaga Kesejahteraan Sosial Muhammadiyah Prambanan Sleman DIY. Tahap selanjutnya adalah seleksi item dan estimasi reliabilitas. Seleksi item dilakukan dengan menggunakan bantuan program IBM SPSS for Windows 16. Kriteria pemilihan item berdasarkan korelasi item total menggunakan batasan  $\geq 0.20$ . Hal tersebut sesuai pendapat Azwar (2015) bahwa batasan minimal koefisien korelasi item-total sebesar 0.30, namun batas

tersebut dapat dipertimbangkan untuk diturunkan menjadi 0.20 apabila jumlah butir yang lolos tidak mencukupi jumlah yang diinginkan.

#### *Teknik pengumpulan data dan instrumen*

Data diperoleh langsung dari subjek penelitian. Data tersebut diperoleh melalui 3 instrumen penelitian yang disebar peneliti kepada 93 remaja di Lembaga Kesejahteraan Sosial Muhammadiyah Prambanan Sleman DIY. Adapun instrumen yang digunakan yakni skala strategi koping jenis PFC, skala strategi koping jenis EFC dan skala. Skala strategi koping jenis PFC terdiri atas 20 item, skala strategi koping jenis EFC terdiri atas 24 item, dan skala optimisme terdiri dari 18 item. Masing-masing subjek mengisi item-item tersebut, kemudian skala tersebut dikembalikan ke peneliti.

#### *Teknik Analisis data*

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri atas analisis deskriptif, uji prasyarat analisis yang terdiri dari uji normalitas, serta uji hipotesis.

#### 1. Analisis deskriptif

Analisis data deskriptif memiliki tujuan untuk mendeskripsikan variabel yang diperoleh dari kelompok subjek penelitian dan tidak dimaksudkan untuk melakukan.

#### 2. Uji prasyarat

Uji prasyarat yang dilakukan yaitu uji normalitas dan uji linieritas. Uji normalitas dilakukan dengan Kolmogorov-Smirnov dengan taraf signifikansi ( $p$ ) 0.05. Data berdistribusi normal apabila taraf signifikansi  $\geq .05$ .

#### 3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini dilakukan IBM SPSS Statistics for windows, menggunakan uji regresi linier sederhana secara terpisah pada strategi koping jenis

PFC ke optimisme dan strategi koping jenis EFC ke optimisme.

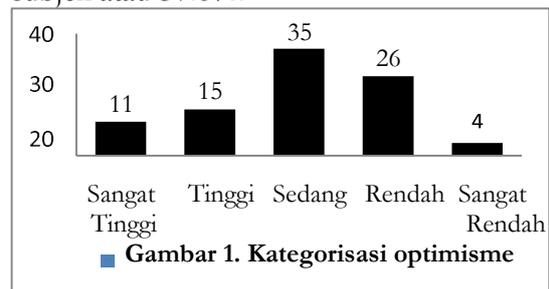
## Hasil Penelitian dan Pembahasan

#### *Karakteristik Responden*

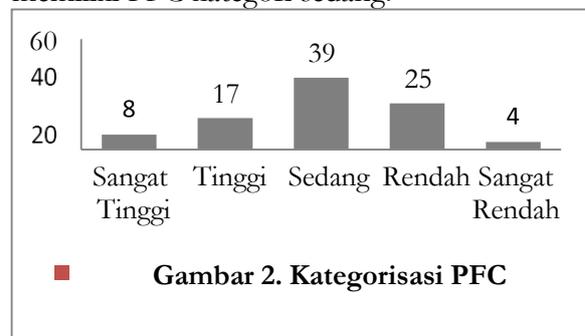
Subjek penelitian yang terlibat sebanyak 93 remaja yang terdiri dari 50 laki-laki (54%) dan 43 perempuan (46%). Tingkat pendidikan subjek bervariasi, yaitu 3 remaja (3.2%) SD, 43 remaja (46.2%) SMP, 39 remaja (42%) SMA, dan 8 orang (8.6%) perguruan tinggi atau S1.

#### *Hasil Uji Deskriptif*

Skor dari tiap variabel kemudian dikategorisasi. Rata-rata skor optimisme subjek yaitu sebesar 57.02 ( $SD=6.60$ ). Hasil kategorisasi skor optimisme dapat dilihat pada Gambar 1. Diketahui bahwa sebagian besar subjek memiliki tingkat optimisme yang cenderung sedang, yakni sebanyak 35 subjek atau 37.6%.



Adapun rata-rata skor strategi koping jenis PFC yaitu sebesar 60.79 ( $SD=7.26$ ). Gambar 2 menunjukkan bahwa sebagian besar subjek yaitu 39 orang (41.9%) memiliki PFC kategori sedang.



Pada skor strategi koping jenis EFC didapat rata-rata sebesar 61.49 (SD=9.31). pada Gambar 3 diketahui bahwa sebagian besar remaja yaitu sebanyak 47 orang (50.5%) memiliki EFC di kategori sedang.

#### *Hasil uji prasyarat*

Hasil uji normalitas dengan Kolmogorov-Smirnov pada data *unstandardized residual* ditemukan nilai statistic sebesar 0.830 dengan signifikansi 0.496 ( $p>0.05$ ) sehingga data memenuhi asumsi normalitas. Adapun hasil uji linieritas antara strategi koping jenis PFC dengan optimisme ditemukan nilai F sebesar 28.208 dengan signifikansi 0.00 ( $p<0.05$ ) sehingga kedua variable memiliki hubungan linier. Kemudian hasil uji linieritas antara strategi koping jenis EFC dan optimisme ditemuakn nilai F sebesar 5.724 dengan nilai signifikansi 0.019 ( $p<0.05$ ) sehingga kedua variable memiliki hubungan linier.

#### *Hasil Uji Hipotesis*

Uji analisis regresi sederhana dilakukan sebanyak dua kali, yakni untuk menguji pengaruh optimisme terhadap strategi koping jenis PFC dan strategi koping jenis EFC. Uji analisis regresi sederhana yang pertama dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh optimisme terhadap strategi koping jenis PFC. Berdasarkan hasil analisis, ditemukan bahwa variabel optimisme memiliki pengaruh yang bersifat positif terhadap strategi koping jenis PFC ( $F=28.829$ ,  $p=0.000$ ). Variabel optimisme ditemukan mampu mempengaruhi koping jenis PFC dengan sumbangan efekif sebesar 0.241 atau 24.1%.

Uji analisis regresi sederhana yang kedua dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh optimisme terhadap strategi koping jenis EFC. Berdasarkan hasil analisis, ditemukan bahwa variabel optimisme memiliki pengaruh terhadap

strategi koping jenis EFC ( $F=5.725$ ;  $p=0.019$ ). Selain itu, besarnya nilai koefisien determinasi adalah sebesar 0.059. Hal tersebut berarti besarnya kontribusi yang diberikan oleh variabel optimisme terhadap koping jenis EFC adalah sebesar 5.9%.

Tabel 1. Hasil uji regresi

	<b>r</b>	<b>F</b>	<b>sig</b>
Optimisme- PFC	0.539	28.829	0.00
Optimisme-EFC	-0.343	5.725	0.019

*Dependent variable:* PFC; EFC

#### *Pembahasan*

Berdasarkan data deskriptif diketahui bahwa sebagian besar subjek memiliki optimisme di kategori sedang. Berdasarkan hasil observasi remaja di lembaga kesejahteraan sosial Muhammadiyah Prambanan Sleman, aktivitas-aktivitas keagamaan seperti sholat berjamaah, tadarus, dan kajian ilmu-ilmu agama sebagai wujud kepercayaan kepada Tuhan, merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat optimismenya. Sikap optimisme adalah wujud prasangka baik kepada Tuhan atas pertolongan-Nya. Optimisme sendiri pandangan secara menyeluruh, melihat hal yang baik, berpikir positif dan mudah memberikan makna bagi diri (Seligman dalam Ghufroon & Rini, 2010). Sikap optimisme terdiri dari aspek permanensi, pervasivitas, dan personalisasi.

Kemudian subjek rata-rata memiliki PFC sedang. Menurut Lazarus (1984) PFC merupakan usaha yang digunakan dalam mengatasi tekanan oleh individu yang menghadapi masalah dan mencoba untuk memecahkan masalah tersebut, dengan kata lain, individu yang memiliki strategi koping PFC berusaha langsung menghadapi masalah dengan mencari sumber masalah, mengubah lingkungan yang menyebabkan stres dan berusaha menyelesaikannya sehingga pada akhirnya stres berkurang atau hilang. Menurut Hazina (dalam Anggraeni, 2009) salah satu faktor penting yang mempengaruhi bagaimana seseorang

mampu mengatasi masa-masa kritis adalah dukungan sosial yang mereka harapkan. Dukungan sosial utama bagi remaja adalah keluarga, namun remaja di lembaga kesejahteraan sosial sangat minim mendapatkan dukungan dari keluarga. Hal tersebut yang menyebabkan hasil tingkat strategi koping jenis PFC mayoritas cenderung sedang.

Pada skor EFC sebagian besar subjek juga berada pada kategori sedang. Strategi koping jenis EFC merupakan strategi menghadapi masalah dimana individu secara kognitif diarahkan untuk menghindari, menjaga jarak, dan mencari nilai positif dari sebuah peristiwa negatif. Individu dengan tingkat strategi koping jenis EFC cukup tinggi akan menata dirinya secara emosional sehingga siap menghadapi masalah yang terjadi.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti, menunjukkan bahwa remaja di lembaga kesejahteraan sosial Muhammadiyah Prambanan Sleman DIY memiliki kegiatan yang cukup padat dan terjadwal sehingga kurang memiliki banyak waktu luang. Secara materi atau uang hampir seluruh subjek berasal dari keluarga yang kurang mampu, karena lembaga ini memang diperuntukan untuk remaja yang berasal dari keluarga kurang mampu. Berkaitan dengan dukungan keluarga, subjek kurang mendapatkan dukungan dari keluarga secara maksimal. Meskipun begitu, dukungan sosial yang diberikan oleh lembaga kesejahteraan sosial dan juga sesama penghuni dapat dikatakan cukup baik, hal tersebut dapat terlihat dari keakraban yang terjalin. Hal-hal tersebut dapat menjadi alasan atau jawaban atas tingkat strategi koping jenis EFC dalam kategori sedang yang dimiliki oleh mayoritas subjek.

Adapun untuk hasil uji hipotesis yang menemukan bahwa variabel optimisme mampu mempengaruhi koping jenis PFC dengan sumbangan efekif sebesar 24.1%.

Alasan optimisme dapat mempengaruhi strategi koping jenis PFC adalah karena strategi koping jenis PFC yaitu karena faktor internal berupa kepribadian individu. Kepribadian mempengaruhi reaksi seseorang terhadap stres dan strategi koping yang digunakan (Taylor, 2006). Kepribadian optimis memiliki kecenderungan menggunakan strategi koping jenis PFC, sebab individu yang optimis akan lebih berusaha mencari pemecahan masalah. Individu yang optimis yakin bahwa semua masalah pasti ada jalan keluar asalkan berusaha untuk menyelesaikannya, bukan malah pasrah. Hal ini juga sejalan dengan pendapat Fontaine, Manstead, & Wagner (dalam Snyder, 2002) individu yang memiliki optimis tinggi lebih menekankan pada pendekatan penyelesaian masalah dan lebih terencana daripada individu yang memiliki optimisme rendah.

Kemudian juga ditemukan bahwa EFC berkontribusi secara negatif terhadap optimism dengan sumbangan sebesar 5.9%. Menurut Carver & Scheir (1989) individu yang optimis dapat dengan cepat mengubah diri agar dapat menyelesaikan masalah yang tengah dihadapi sehingga diri tidak menjadi kosong. Individu yang memiliki optimis tinggi lebih menekankan pada pendekatan penyelesaian masalah dan lebih terencana daripada individu yang memiliki optimisme rendah (Fontaine, Manstead, & Wagner, 1993 dalam Snyder, 2002). Berbeda dengan definisi strategi koping jenis EFC. Strategi koping jenis EFC berfokus pada usaha individu untuk mengatur atau mengurangi respon emosional terhadap stres. Jika individu tidak mampu mengubah kondisi masalah yang dihadapi, maka individu akan cenderung mengatur emosinya. Salah satu contoh strategi ini disebutkan oleh Freud (dalam Smet, 1994) yaitu mekanisme pertahanan diri (defense mechanism). Pengaturan emosi yang dilakukan melalui perilaku individu, seperti penggunaan alkohol, bermeditasi, melampiaskan amarah, mencari dukungan emosional, dan meniadakan fakta-fakta yang tidak

menyenangkan melalui strategi kognitif, seperti menghindari, minimalisasi, menjauh, fokus perhatian lebih selektif, dan mengambil nilai positif dari situasi negatif (Lazarus dan Folkman, 1984). Meskipun begitu, pengaruh negatif yang diberikan optimisme terhadap strategi koping jenis EFC nilainya kecil.

Hasil analisis data dalam penelitian ini menunjukkan bahwa variabel optimisme mampu memprediksi variabel strategi koping jenis PFC dengan memberikan sumbangan efektif sebesar 24.1%. Variabel optimisme juga memberikan sumbangan efektif sebesar 5.9% pada strategi koping jenis EFC.

Optimisme memang mampu mempengaruhi pemilihan strategi koping, tetapi dari nilai sumbangan efektif yang dihasilkan dari penelitian ini juga menunjukkan optimisme bukanlah satu-satunya faktor. Optimisme memang bukan satu-satunya faktor yang mempengaruhi pemilihan strategi koping. Terdapat faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi pemilihan strategi koping. Faktor-faktor lain seperti yang disebutkan Lazarus & Folkman (1984) yaitu kesehatan dan energi, kemampuan pemecahan masalah, keterampilan sosial, dukungan sosial, dan sumber material.

Faktor lain seperti kesehatan dan energi merupakan faktor fisik yang jelas mempengaruhi pemilihan strategi koping. Jika individu sehat maka mampu memilih strategi koping yang sesuai, tetapi jika keadaan sakit, lelah atau lemah pasti tidak mampu melakukan pemilihan strategi koping dengan baik. Penjelasan tersebut memberikan pernyataan bahwa kesehatan fisik menjadi faktor penting dalam menentukan strategi koping pada individu. Faktor kemampuan memecahkan masalah juga penting. Sebab dalam memecahkan masalah membutuhkan usaha seperti mencari informasi, identifikasi masalah, menganalisis masalah, sampai menentukan

alternatif strategi koping yang dipilih. Keterampilan sosial yang dimiliki individu memungkinkan individu untuk menjalin relasi dan kerjasama dengan orang lain. Keterampilan sosial yang baik akan membuat interaksi sosial menjadi baik. Interaksi yang terjadi dengan baik akan membantu individu dalam menyelesaikan masalah. Dalam menghadapi masalah individu membutuhkan dukungan sosial dari orang lain. Faktor dukungan dari keluarga, teman, dan orang-orang sekitar secara fisik dan emosional dimungkinkan akan memberikan pengaruh positif dalam menghadapi masalah atau tekanan. Dukungan tersebut juga akan mempengaruhi individu dalam menentukan strategi koping yang dipilih. Faktor materi meliputi uang atau harta benda yang dimiliki oleh seseorang tidak menjamin seseorang dapat memilih strategi koping yang individu akan memberikan kemudahan mengakses hal-hal yang dibutuhkannya dalam menyelesaikan masalah atau tekanan seperti kesehatan, hukum, hiburan dan sebagainya.

## **Simpulan dan Saran**

### *Simpulan*

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa: (1) optimisme terbukti memiliki pengaruh terhadap strategi koping jenis PFC pada remaja di lembaga kesejahteraan sosial Muhammadiyah Prambanan Sleman DIY dengan sumbangan sebesar 24.1%; (2) optimisme terbukti memiliki pengaruh negatif terhadap strategi koping jenis EFC pada remaja di Lembaga kesejahteraan sosial Muhammadiyah Prambanan Sleman DIY dengan sumbangan sebesar 5.9%. Pengaruh negatif optimisme terhadap strategi koping jenis EFC menandakan bahwa jika tingkat optimisme semakin tinggi maka tingkat strategi koping semakin rendah.

## Saran

Berdasarkan kesimpulan dari penelitian yang telah dilakukan, maka saran yang dapat diberikan yaitu sebagai berikut.

### 1. Bagi remaja di Lembaga Kesejahteraan Sosial

Penelitian ini menemukan fakta bahwa tingkat optimisme, strategi koping jenis PFC dan strategi koping jenis EFC mayoritas berada didalam kategori sedang. Oleh karena itu, remaja diharapkan dapat meningkatkan optimisme dan melakukan pemilihan strategi koping jenis PFC ketika menghadapi masalah dibandingkan strategi koping jenis EFC, agar dapat lebih efektif dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi.

### 2. Bagi pengurus Lembaga Kesejahteraan Sosial

Pada penelitian ini ditemukan fakta bahwa terdapat pengaruh yang positif variabel optimisme terhadap strategi koping jenis PFC dan pengaruh yang positif variabel optimisme terhadap strategi koping jenis EFC. Oleh karena itu, diharapkan pengurus lembaga kesejahteraan sosial kedepannya lebih memperhatikan potensi- potensi positif seperti optimisme yang dimiliki oleh remaja di lembaga kesejahteraan sosial. Pengurus lembaga kesejahteraan sosial juga meningkatkan tingkat optimisme remaja dengan program-program lembaga yang ada. Selain itu mendorong remaja untuk menggunakan strategi koping jenis PFC dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi karena lebih efektif dalam memecahkan masalah.

### 3. Bagi peneliti selanjutnya

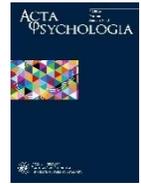
Bagi peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian ini dengan meneliti faktor lain yang dinilai dapat lebih mempengaruhi dan memberikan kontribusi besar terhadap pemilihan strategi koping misalnya: kesehatan dan energi,

kemampuan pemecahan masalah, keterampilan sosial, dukungan sosial, dan sumber material. Selain itu, peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat mengambil sampel penelitian yang lebih banyak jumlahnya, agar penelitian yang dilakukan dapat memiliki tingkat validitas dan reliabilitas yang lebih baik.

## Daftar Pustaka

- Aldita. (2004). Optimisme masa depan pada remaja ditinjau dari motivasi belajar dan latar belakang status sosial ekonomi orang tua. Skripsi (Tidak diterbitkan). Surakarta: Fakultas Psikologi UMS.
- Azwar, S. (2015). *Validitas dan reliabilitas (Edisi 4)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- BKKBN. (2016). Kajian profil penduduk pemaja (10-24 tahun): Ada apa dengan remaja? Jakarta: Policy Brief Puslitbang Kependudukan.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J.K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal* 267 – 283.
- Fabrykowski, K. N., & Piver, P. S. (2008). Caring for foster children in the south: Why they did not have even one person to care for them. *Journal of Education*, 129, 192-200.
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2010). *Teori- teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hanafi, M., Kurniawan, T. V., Dodik, A. A., Kusumayudha, J. S., Tehupeiory, V. Y., & Arifin, D. (2010). *Laporan pelaksanaan praktik Psikologi Terapan*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
- Kementerian Sosial Republik Indonesia, Save the Children, UNICEF (2007), Someone that matters: the quality of care in childcare institutions in

- Indonesia. Save the Children UK, the Ministry of Social Affairs & UNICEF. Jakarta.
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer Publishing Company, Inc.
- Mohino, S., Kirchner, T. & Forns, M. (2004). Coping strategies in young male prisoners. *Journal of Youth and Adolescence*, 33(1), 41-49.
- Nurindah, M., dkk. (2012). Meningkatkan optimisme remaja panti sosial dengan pelatihan berpikir positif. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 4(1), 57-76.
- Santrock, J.W. (2003). *Adolescence: Perkembangan remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J.W. (2007). *Psikologi Perkembangan Remaja*. (Alih Bahasa) Edisi 11 Jilid 2. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J.W. (2012). *Life-Span Development: (Alih Bahasa) Perkembangan Masa Hidup*. Edisi 13 Jilid 1. Jakarta: Erlangga.
- Sarafino, E. (1990). *Health Psychology: A biopsychosocial interaction*. New York: John Wiley & Sons.
- Sarafino, E.P. (1998). *Health Psychology: Biopsychosocial interaction*. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Seligman, M., & Martin, P.E. (2008). *Menginstal Optimisme*. Bandung: PT Karya Kita.
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2002). *Handbook of Positive Psychology*. New York: Oxford University Press.
- Taylor, S. E. (1991). *Healthy Psychology* (2nd Ed.). New York: McGraw-Hill.
- Yusuf, S. (2010). *Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Bandung: Rizqi.



## Relasi antara Orang tua dan Anak Ditinjau dari Sudut Pandang Remaja dengan Perilaku Delinkuen

*Nourmarifa Sari*

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta;  
Jl. Colombo No. 1 Sleman Yogyakarta, 55281  
[nourmarifa.sari@gmail.com](mailto:nourmarifa.sari@gmail.com)

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui relasi antara orang tua dan anak menurut sudut pandang remaja yang memiliki perilaku delinkuen. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Responden penelitian ini adalah 2 orang remaja laki-laki berusia 16-20 tahun yang memiliki skor skala delinkuensi  $\geq 17$ . Skala delinkuensi yang digunakan dalam penelitian yaitu Skala Delinkuensi Theunnisen yang telah dialih bahasa dan disesuaikan kembali dengan konteks di Indonesia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa relasi menurut remaja yang memiliki perilaku delinkuen adalah adanya relasi yang bersifat positif dan negatif. Relasi yang bersifat positif di antaranya pengasuhan, transmisi nilai, kedekatan, perhatian, dan kebersamaan. Relasi yang bersifat negatif di antaranya adalah kurangnya dukungan, minimnya pemahaman, kesalahan komunikasi antara orang tua dan anak, juga adanya konflik yang tidak disertai dengan manajemen konflik yang baik.

**Kata Kunci:** *relasi orang tua anak, remaja delinkuen, relasi, kualitatif*

### Abstract

This study aims to determine the relationship between parents and children from the perspective of adolescents with juvenile delinquency. This study used qualitative methods with a phenomenological approach. The research subjects were two boys aged 16-20 years who had a delinquency scale score  $\geq 17$ . In addition, the researcher uses the Theunnisen Delinquency Scale, as a delinquency scale, which has been translated and adjusted to the current conditions in Indonesia. As the result, it can be showed that relations according to adolescents with risky behavior were the existence of positive and negative relations. Positive relationships such as nurturing, transmitting values, closeness, attention, and togetherness. Negative relationships such as lack of support, lack of understanding, communication errors between parents and children, and conflicts that are not accompanied by good conflict management.

**Keywords:** *parent and child relations, juvenile delinquency, relations, qualitative*

### Pendahuluan

Masa remaja merupakan masa transisi individu yang sebelumnya anak-anak menjadi orang dewasa. Seperti yang dikemukakan oleh Piaget (dalam Santrock, 2003) masa remaja adalah masa seorang anak berinteraksi dengan masyarakat lain di sekitarnya yang lebih dewasa daripada dirinya. Dalam masa ini, anak sudah tidak lagi merasa berada di tingkatan lebih bawah dari orang-orang yang lebih tua. Remaja

sudah berpikir mereka berada dalam tingkatan yang sama dengan orang lain. Masa remaja sering juga menjadi masa yang membingungkan. Individu yang berada pada masa remaja, sudah tidak bisa disebut sebagai anak-anak, namun juga tidak dapat disebut sebagai orang dewasa. Individu yang berada pada masa ini dihadapkan pada pertanyaan siapa mereka, apa potensi mereka sebenarnya, dan ke arah mana mereka akan menuju dalam hidupnya.

Erikson (dalam Santrock, 2003) menyatakan bahwa remaja memiliki tugas untuk menemukan identitas diri mereka yang paling sesuai dengan dirinya. Oleh karena itu, masa remaja juga disebut sebagai masa pencarian jati diri, yaitu anak mempersiapkan diri untuk masa dewasanya. Remaja secara bertahap akan menyadari bahwa mereka bertanggung jawab akan diri mereka dan kehidupan mereka sendiri. Remaja akan mencari seperti apakah kehidupannya nanti (Santrock, 2003). Individu yang dapat melewati masa pencarian identitas diri dengan baik adalah remaja yang mampu menemukan identitas diri mereka dan mempersiapkan diri dengan baik untuk masa dewasanya.

Banyak remaja yang dapat melewati masa pencarian identitas diri dengan baik. Salah satu contohnya adalah yang diraih oleh Rebecca Alexandria yang memenangkan Youth America Grand Prix di New York, Amerika Serikat (Anonim, 2018). Rebecca menemukan bahwa dirinya kelak akan menjadi penari ballet profesional. Prestasi lain ditorehkan oleh 4 siswa SMA yang mewakili Indonesia dalam ajang Olimpiade Penelitian Tingkat Internasional Intel-ISEF di California, Amerika Serikat (Widhi K, 2017). Keempat siswa SMA ini mendapatkan penghargaan khusus dari berbagai macam lembaga di Amerika atas penelitian yang telah mereka lakukan pada ajang bergengsi tersebut. Contoh-contoh di atas menunjukkan bahwa remaja dapat menemukan identitas diri mereka melalui kegiatan-kegiatan yang positif.

Sebagian remaja dapat melewati masa pencarian jati diri dengan baik, namun ada pula remaja yang kurang dapat melewati masa pencarian jati diri. Salah satu bentuk dari kegagalan melewati masa pencarian jati diri adalah kenakalan remaja atau delinkuensi. Delinkuensi adalah suatu perilaku yang dilakukan oleh remaja yang menyalahi aturan sosial di sebuah lingkungan masyarakat tertentu (KBBI,

2016). Erikson (dalam Santrock, 2003) menyatakan bahwa delinkuensi ditandai dengan adanya kegagalan yang dilakukan oleh remaja dalam mencapai sebuah keadaan yang melibatkan berbagai macam aspek-aspek yang ada dalam pembentukan identitas diri. Menurut Erikson (dalam Santrock, 2003) juga berpendapat bahwa remaja yang cenderung melewati masa balita dan kanak-kanak dengan suasana atau keadaan yang membatasi mereka, akan cenderung kurang memiliki kemampuan untuk memenuhi tuntutan yang diberikan oleh lingkungannya kepadanya, akan cenderung mengembangkan sisi diri yang negatif atau sisi diri yang kurang baik.

Sutrisno (2016) dalam berita yang disampaikan melalui laman [republika.co.id](http://republika.co.id) mengemukakan bahwa anak di bawah umur dan remaja mendominasi jumlah pelaku begal di Makassar. Data warga binaan di lembaga pemasyarakatan (LAPAS) kelas IIA Makassar yang berusia di bawah 18 tahun berjumlah 96 orang dengan latar belakang kasus yang bermacam-macam mulai dari pencurian, pemerkosaan, hingga pembunuhan (Syam, 2017). Hal ini menunjukkan bahwa remaja yang melakukan tindak kejahatan di Makassar jumlahnya mendominasi.

Berdasarkan data milik Kementerian Kesehatan RI pada tahun 2016 (Kementerian Kesehatan RI, 2016) menunjukkan bahwa jumlah persentase remaja pada usia 16-19 tahun yang merokok meningkat tiga kali lipat dari 7,1% menjadi 20,5% sejak tahun 1995 hingga tahun 2014. Data perokok pemula pada usia 10-14 tahun meningkat lebih dari 100% dalam rentang waktu antara 1995 hingga 2013, yakni dari 8,9% menjadi 18% (Andayani, 2017). Pada tahun 2012, angka kehamilan remaja berusia 15-19 tahun mencapai 48 kasus dari 1.000 kehamilan (Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia, 2013).

Berbagai macam peristiwa yang berkaitan dengan delinkuensi dapat kita

temukan dengan mudah di masyarakat. Sebagai contoh adanya kasus pencabulan yang dilakukan oleh siswa SMP di Ambon (Hutapea, 2018). Siswa kelas 3 SMP tersebut membolos sekolah dan menemui korban yang notabene merupakan pacarnya, kemudian pelaku merayu korban hingga terjadilah tindakan pencabulan tersebut. Contoh lain yang sedang hangat-hangatnya dibicarakan di masyarakat dewasa ini ialah ditemukannya mayat pengemudi taksi online di sebuah perumahan di Semarang. Berdasarkan hasil penelusuran yang dilakukan oleh pihak kepolisian, didapatkan berbagai macam bukti yang mengarah pada 2 orang siswa sebuah SMK Negeri di Semarang. Kedua siswa sekolah ini diketahui menipu supir taksi online hingga akhirnya supir taksi tersebut dibunuh dan tersangka membawa lari mobil serta seluruh barang berharga milik korban (Assifa, 2018). Pada akhirnya polisi menangkap keduanya dan menjadikannya tersangka atas kasus pembunuhan tersebut.

Salah satu faktor yang memengaruhi terjadinya delinkuensi adalah ketiadaan penerapan pemberian dukungan keluarga dan praktek manajemen oleh orang tua (Santrock, 2003). Orang tua memegang peranan penting dalam membentuk kepribadian dan jati diri remaja. Relasi antara orang tua dan anak yang telah dibina sejak lahir dengan baik akan menumbuhkan keterikatan (*attachment*) atau ikatan relasi satu sama lain (Widiastuti & Widjaja, 2004). Dirgagunarsa & Sutantoputri (2004) mengemukakan bahwa relasi atau hubungan orang tua dengan anak pada keluarga normal memperlihatkan adanya afeksi yang hangat antara orang tua terhadap anak, serta anak terhadap orang tua.

Kepribadian anak dapat dibentuk melalui pola pengasuhan yang diberikan oleh orang tua. Oleh karena itu, hubungan antara orang tua dan anak sudah pasti merupakan suatu hubungan yang intim

karena tidak akan terputus hingga kapanpun. Pola asuh orang tua serta berbagai macam respon orang tua kepada anak akan membentuk suatu ikatan antara anak dan orang tua sebagai sosok pengasuh. Berbagai macam perilaku orang tua kepada anak akan diterima, diresapi dan dipelajari oleh anak hingga sepanjang hidupnya. Penelitian yang dilakukan oleh Muqorrobin (2016) menjelaskan bahwa pola asuh orang tua memiliki korelasi yang signifikan terhadap kenakalan remaja. Herdiana (2016) menyatakan bahwa semakin otoriter pola asuh yang dilakukan oleh orang tua, maka tingkat kenakalan remaja akan semakin tinggi pula. Penelitian yang dilakukan oleh Garvin (2017) menunjukkan bahwa semakin orang tua menerapkan pola asuh *authoritative*, maka kecenderungan delinkuen pada remaja akan semakin rendah. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Arif (2016) menunjukkan bahwa ada korelasi positif antara pola asuh permisif dengan kenakalan remaja.

Berdasarkan penelitian pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti, didapatkan informasi tiga dari lima anak mengemukakan bahwa orang tua mereka kurang dapat memahami dan mengerti keinginan mereka. Orang tua mereka cenderung mengambil keputusan (dalam hal yang berkaitan dengan anak) tanpa mempertimbangkan keinginan dan kemauan anak. Anak-anak berkata bahwa apabila hal tersebut memang sangat perlu untuk dilakukan, sebaiknya orang tua memberikan alasan yang logis saat menjelaskan kepada mereka. Hal ini menunjukkan bahwa ada kesenjangan antara harapan dan kenyataan pada remaja tentang relasi mereka dengan orang tua. Oleh karena itu, permasalahan ini menjadi menarik untuk diteliti lebih dalam tentang relasi antara orang tua dan anak. Bagaimana remaja yang memiliki perilaku delinkuen melihat relasi antara orang tua dan anak?.

## Metode Penelitian

### *Jenis penelitian*

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis fenomenologi.

### *Waktu dan tempat penelitian*

Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari sampai bulan Februari 2019. Penelitian dilaksanakan di Kota Semarang.

### *Subjek penelitian*

Penentuan responden penelitian ini menggunakan metode purposive sampling, dengan kriteria responden sebagai berikut: (1) Remaja berusia 16 hingga 20 tahun; (2) Berada pada bangku Sekolah Menengah Atas/Sederajat; (3) Memiliki skor skala delinkuensi  $\geq 17$  sehingga dapat dikatakan bahwa remaja tersebut merupakan remaja yang memiliki delinkuensi; (4) Tinggal di kota Semarang; dan (5) Bersedia menjadi responden penelitian.

### *Prosedur*

Penelitian ini terdiri dari empat tahap. Tahap pertama yaitu peneliti melakukan screening kepada remaja usia 16 hingga 20 tahun yang berada pada bangku SMA/Sederajat. Tahap kedua yaitu peneliti memperkenalkan diri dan memberi informasi terkait tujuan penelitian kepada kedua responden penelitian. Tahap ketiga adalah peneliti melakukan wawancara mendalam kepada responden penelitian dan significant others. Wawancara dilaksanakan dengan menggunakan pedoman wawancara yang telah dipersiapkan. Tahap keempat yaitu peneliti melakukan probing, pengolahan data dan triangulasi data pada responden penelitian.

### *Teknik pengumpulan data dan instrumen*

Data penelitian didapatkan langsung dari responden penelitian melalui wawancara mendalam kepada remaja serta ayah kandung dari 2 keluarga yang berbeda di Semarang. Instrumen yang digunakan

dalam penelitian ini adalah peneliti, skala delinkuensi, dan pedoman wawancara. Masing-masing responden penelitian diwawancara kurang lebih tiga kali untuk mendapatkan informasi yang selengkap-lengkapannya. Skala delinkuensi yang digunakan dalam penelitian disusun dengan menggunakan konsep dasar dari pengertian delinkuensi (seluruh perbuatan yang dilakukan oleh remaja, di mana perbuatan tersebut tidak sesuai dengan nilai dan norma yang dapat menimbulkan kecemasan serta ketidaknyamanan sosial dalam masyarakat serta dapat dikategorikan dalam tindakan kriminal.

Pedoman wawancara dibuat dengan menggunakan konsep relasi yang dikemukakan oleh Fiske (1992). Namun dalam penelitian ini hanya dua dari empat bentuk relasi yang digunakan. Pengambilan keputusan ini dilakukan dengan mempertimbangkan kemungkinan bentuk relasi yang muncul dalam relasi antara orang tua dan anak. Bentuk relasi tersebut adalah Authority Ranking dan Equality Matching.

Pedoman wawancara untuk orang tua dan anak secara mendetail bertujuan untuk menanyakan makna orang tua dan anak, kedekatan antara anak dengan orang tua, serta untuk mengetahui perasaan anak dan orang tua kepada satu sama lain. Peneliti juga menggali informasi tentang bagaimana pengasuhan orang tua, apa saja nilai-nilai yang diajarkan orang tua kepada anak serta bagaimana pengaruhnya kepada anak. Sebagai informasi tambahan, peneliti menggali tentang bentuk-bentuk perhatian dan kebersamaan orang tua dan anak demi menambah data penelitian.

Upaya lain yang dilakukan peneliti untuk menggali data atau informasi demi kekayaan data diantaranya adalah dengan membandingkan harapan serta realita hubungan antara anak dengan orang tua. Peneliti juga menanyakan tentang harapan-harapan anak kepada orang tua serta harapan orang tua kepada anak untuk

menambah informasi bahwa ada kesenjangan antara harapan dan realita dalam hubungan orang tua dan anak. Peneliti berupaya untuk menanyakan pandangan anak terhadap diri sendiri sebagai informasi tambahan guna menarik dinamika psikologis responden penelitian.

#### *Teknik Analisis data*

Analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis data kualitatif berdasarkan Miles dan Huberman (1992) yang terdiri dari tiga langkah pengolahan data, yaitu reduksi data (*data reduction*), penyajian data (*data display*), dan penarikan kesimpulan (*conclusion drawing and verification*). Data yang diperoleh dari hasil wawancara disederhanakan, selanjutnya disajikan dengan bentuk naratif. Peneliti menyusun tabel hasil wawancara untuk memudahkan dalam membaca.

### **Hasil Penelitian dan Pembahasan**

#### *Relasi orang tua dan anak*

Peneliti memilih 2 orang remaja laki-laki yang memiliki skor tertinggi berdasarkan hasil skala delinkuensi yang digunakan sebagai alat screening. Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, didapatkan hasil yaitu relasi antara orang tua dan anak menurut remaja yang memiliki perilaku delinkuen, bentuk-bentuk relasi tersebut dapat dilihat pada **Tabel 1**.

Tabel 1. Rangkuman hasil penelitian

<b>Relasi positif</b>	<b>Relasi negatif</b>
- Pengasuhan	- Kurangnya dukungan
- Tranmisi nilai	- Kurangnya
- Kedekatan	pemahaman
- Perhatian	- Kesalahan
- Kebersamaan	komunikasi
	- Konflik

Berdasarkan Tabel 1, relasi antara orang tua dan anak menurut remaja yang memiliki perilaku delinkuen terbagi menjadi 2 bentuk, yaitu relasi yang bersifat positif, serta relasi yang bersifat negatif. Relasi yang

bersifat positif terdiri dari pengasuhan, transmisi nilai, kedekatan, perhatian, serta kebersamaan. Sedangkan relasi yang bersifat negatif terdiri dari kurangnya dukungan, kurangnya pemahaman, adanya kesalahan komunikasi, serta adanya konflik dalam hubungan orang tua dan anak.

Salah satu relasi antara anak dengan orang tua ialah pengasuhan. Definisi pengasuhan yang disampaikan oleh responden penelitian selaras dengan definisi pengasuhan menurut Brooks (2011), yaitu orang tua sebagai individu yang mengasuh, melindungi dan membimbing anak dari bayi hingga dewasa. Pengasuhan dikatakan juga sebagai sebuah proses yang merujuk pada serangkaian aksi dan interaksi yang dilakukan oleh orang tua untuk mendukung perkembangan anak.

Pembelajaran yang didapatkan oleh kedua responden dari orang tuanya membuktikan bahwa dalam hubungan orang tua dan anak terdapat sebuah pembelajaran yang diberikan dari generasi ke generasi. Hal ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Lestari (2014) bahwa dalam transmisi budaya, suatu kelompok budaya mengabadikan ciri-ciri perilakunya kepada generasi selanjutnya lewat metode mengajar (*teaching*) dan belajar (*learning*).

Jenis perhatian yang muncul dalam hubungan antara responden dengan kedua orang tuanya berupa pertanyaan-pertanyaan yang bertujuan untuk mengingatkan kegiatan-kegiatan kecil yang setiap hari dilakukan. Hal ini sesuai dengan pendapat Kartini Kartono (dalam Suparyoto, 2011) yang menyatakan bahwa perhatian adalah pemusatan tenaga psikis tertuju pada kepada suatu objek. Dalam hal ini bermakna bahwa orang tua memusatkan tenaga psikisnya kepada anak yakni dengan cara menanyakan kegiatan anak serta memenuhi segala kebutuhan anak.

Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia (2017) mengemukakan bahwa yang menentukan kualitas kebersamaan adalah adanya interaksi dua arah antara orang tua dan anak. Apabila kebersamaan antara orang tua dan anak memiliki kualitas yang baik, dapat menimbulkan ikatan emosi antara orang tua dan anak yang lebih kuat, anak-anak dapat terbuka kepada orang tua, dapat melatih anak untuk bergaul, serta anak menjadi lebih bahagia.

Kesalahan komunikasi yang muncul pada relasi kedua responden berbeda. Salah seorang responden memiliki komunikasi yang kurang baik dengan ayah dan responden yang lain dengan ibu. Respon yang diberikan kedua responden cenderung sama, yaitu tidak mengkomunikasikan sudut pandangnya tersebut kepada orang tuanya. Grotevant dan Cooper (1985) menyatakan bahwa anak memiliki kesadaran akan sudut pandangnya sendiri dan memiliki rasa tanggung jawab untuk mengkomunikasikan secara jelas dengan orang lain. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden kurang memiliki kesadaran terhadap diri sendiri akan penegasan sudut pandangnya kepada orang lain dengan cara mengkomunikasikannya secara jelas.

Konflik antara kedua responden dengan orang tuanya secara umum berbentuk verbal dan fisik. Penyebab terjadinya konflik dalam hubungan ini adalah karena responden melanggar larangan yang telah diberikan oleh orang tuanya. Hal ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Thomas (dalam Laela, 2015) yang menyatakan bahwa konflik bermula pada saat salah satu pihak menganggap pihak yang lain berupaya untuk menggagalkan kepentingannya. Pada saat konflik berlangsung, anak cenderung merasa sakit hati dan marah kepada orang tua, hal ini sesuai dengan yang dikemukakan

oleh Laela (2015) bahwa perasaan positif yang dibangun secara mendalam dapat berubah menjadi perasaan negatif yang mendalam juga karena adanya konflik.

Dalam penelitian ini, muncul tuntutan untuk hidup sesuai dengan keinginan orang tua, hidup dengan meniru orang tua dan menuruti perkataan orang tua yang menunjukkan bahwa dalam relasi ini terdapat peraturan atau perintah tertentu yang diberikan oleh orang tua kepada anaknya. Seperti yang diungkapkan oleh Fiske (1992) bahwa dalam sebuah relasi terdapat kekuasaan yang didasarkan pada sebuah rantai tertentu yang ditandai dengan adanya tindakan untuk membuat peraturan atau memerintah orang lain (*Authority Ranking*). Dalam relasi ini, orang tua menunjukkan kekuasaan atau otoritas yang dimiliki kepada anak yang posisinya berada di bawah orang tua.

Adanya upaya untuk mewujudkan harapan antara orang tua kepada anak, serta anak kepada orang tua menunjukkan bahwa orang tua dan anak saling bergantung satu sama lain untuk bahu-membahu mewujudkan harapan mereka. Sesuai dengan yang diungkapkan oleh Fiske (1992) bahwa dalam sebuah relasi terdapat pertukaran bolak-balik antar individu untuk mendapatkan keseimbangan dalam hubungan tersebut. Dalam relasi ini, orang tua dan anak saling menaruh harapan satu sama lain yang disertai dengan berbagai upaya untuk mewujudkan harapan tersebut (*Equality Matching*). Orang tua dan anak saling bergantung satu sama lain sebagai upaya mewujudkan harapan mereka di mana apabila harapan tersebut terwujud, mereka saling menguntungkan satu sama lain.

#### *Dinamika relasi*

Kurangnya dukungan serta adanya kesalahan komunikasi antara orang tua dengan anak menimbulkan konflik dalam

relasi antara orang tua dan anak menimbulkan konflik dalam relasi tersebut. Minimnya upaya manajemen konflik dalam relasi ini, disertai oleh adanya pengaruh dari faktor internal (pengembangan identitas diri yang negatif serta kontrol diri yang rendah) yang menyebabkan anak menjadi memiliki kecenderungan untuk memiliki perilaku delinkuen. Santrock (2003) menyatakan bahwa faktor yang menyebabkan delinkuensi pada remaja ada empat faktor, yaitu: pembentukan identitas diri yang negatif pada remaja, kegagalan remaja dalam mengembangkan kontrol diri, terganggu atau tidak adanya dukungan keluarga serta praktek manajemen orang tua yang tidak konsisten, dan adanya pengaruh dari lingkungan sekitar dan masyarakat.

## **Simpulan dan Saran**

### *Simpulan*

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan, dapat diambil kesimpulan bahwa relasi menurut remaja yang memiliki perilaku delinkuensi adalah adanya beberapa hal yang bersifat positif dan negatif. Relasi yang bersifat positif di antaranya yaitu: pengasuhan, transmisi nilai, kedekatan, perhatian, dan kebersamaan. Sedangkan relasi yang bersifat negatif di antaranya adalah kurangnya dukungan, kurangnya pemahaman, kesalahan komunikasi antara orang tua dan anak, dan adanya konflik yang tidak disertai dengan manajemen konflik yang baik. Kurangnya dukungan, kurangnya pemahaman dan adanya kesalahan komunikasi antara orang tua dan anak menimbulkan konflik dalam relasi tersebut. Tidak adanya manajemen konflik yang baik dari orang tua maupun anak terhadap konflik yang muncul, serta adanya pengaruh dari faktor internal (pengembangan identitas diri negatif dan kontrol diri yang rendah) menyebabkan tumbuhnya kecenderungan untuk berdelinkuensi pada anak.

### *Saran*

Berdasarkan kesimpulan yang telah disebutkan sebelumnya, peneliti akan memberikan saran kepada beberapa pihak di antaranya adalah:

#### 1. Bagi anak

Anak diharapkan dapat belajar mengkomunikasikan apa yang dirasakan kepada orang tua dengan menggunakan bahasa dan intonasi suara yang baik disertai dengan melihat kondisi orang tua apakah dirasa dalam kondisi yang baik ataukah tidak untuk menerima pendapat anak

#### 2. Bagi orang tua

Konflik orang tua dan anak dapat di atasi serta dicegah dengan adanya komunikasi yang baik antara orang tua dengan anak. Orang tua dapat memperbaiki komunikasi yang sebelumnya kurang baik dengan cara mendengarkan pendapat anak serta mengikutsertakan anak dalam pengambilan keputusan bersama. Sebaiknya orang tua tidak melarang anak untuk mengemukakan pendapatnya dan lebih terbuka terhadap anak.

#### 3. Bagi peneliti selanjutnya

Jika peneliti ingin melakukan penelitian yang sama, disarankan untuk dapat menambah jumlah responden penelitian, memperluas cakupan usia responden serta menambah variasi jenis kelamin responden penelitian. Dalam pengambilan data, peneliti selanjutna diharapkan dapat melakukan wawancara kepada ibu responden juga dan disertai dengan observasi kepada responden penelitian agar mendapatkan hasil yang lebih detail dan maksimal.

## Daftar Pustaka

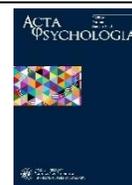
- Andayani, F.T. (2017). Peran relasi orang tua- anak dan tekanan teman sebaya terhadap kecenderungan perilaku pengambilan risiko pada remaja di Yogyakarta. *Tesis*, tidak diterbitkan. Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.
- Arif, M. I. S. (2016). Hubungan pola asuh permisif dengan kenakalan remaja. *E-Journal UNESA*, 0- 216.
- Assifa, F. (2018, Januari 24). Kepala smk kaget dua siswanya bunuh sopir taksi online. *Kompas*. Diakses dari regional.kompas.com.
- Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa. (2016). *Kamus besar bahasa Indonesia V*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.
- Brooks, J. (2011). *The process of parenting, proses pengasuhan edisi kedelapan*. (Alih Bahasa: Rahmat Fajar). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Anonim. (2018, Oktober 22). Balerina Remaja Berprestasi. *Media Indonesia*. Diakses dari mediaindonesia.com.
- Dirgagunarsa, Y.S., & Sutantoputri, N.W. (2004). *Hubungan orang tua dan remaja*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Fiske, A.P. (1992). The four elementary forms of sociality: framework for a unified theory of social relations. *Psychological Review*, 99(4), 689-723.
- Garvin, G. (2017). Pola asuh orangtua dan kecenderungan delinkuensi pada remaja. *Jurnal Psikologi Psibernetika*, 10(1), 30-39.
- Grotevant, H.D., & Catherine R. C. (1985). Patterns of interaction in family relationship and the development of identity exploration in adolescence. *Child Development*, 56(2), 415-428.
- Herdiana, N. (2016). Hubungan antara pola asuh otoriter dengan kenakalan remaja di sman 1 kutupanjang. *Skripsi*, tidak diterbitkan, Universitas Medan Area, Medan.
- Hutapea, E. (2018, 26 Februari). Cabuli pacarnya saat bolos sekolah, siswa smp ini berurusan dengan polisi. *Kompas*. Diakses dari regional.kompas.com.
- K., Nograhany W. (2017, 24 Mei). Inspiratif! 4 siswa sma ri raih penghargaan riset dunia. *Detik*. Diakses dari detik.com.
- Kementerian Kesehatan RI. (2016). *Profil kesehatan indonesia tahun 2015*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI. (2017). *Waktu berkualitas bersama anak*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Laela, F. N. (2015). *Bimbingan konseling keluarga dan remaja*. Surabaya: UIN Sunan Ampel Press.
- Lestari, S. (2014). *Psikologi keluarga penanaman nilai dan penanganan konflik dalam keluarga*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Muqorrobin, A.L.Z. (2016). Pengaruh pola asuh orang tua terhadap kenakalan remaja siswa kelas X dan XI SMKN 2 Malang. *Skripsi*, tidak diterbitkan. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, Malang.
- Santrock, J.W. (2003). *Adolescence: perkembangan remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Suparyoto, S. (2011). Hubungan perhatian orang tua dengan prestasi belajar siswa kelas V SD Negeri Keputran A Yogyakarta. *Skripsi*, tidak diterbitkan. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia. (2013). *Kesehatan*

*reproduksi remaja*. Jakarta: Badan Pusat Statistik.

Sutrisno, D. (2016, 4 Januari). Anak di bawah umur dominasi pelaku begal di makassar. *Republika*. Diakses dari [republika.co.id](http://republika.co.id).

Syam, H. (2017). Dinamika keterlibatan remaja menjadi pelaku begal. *Tesis*, tidak diterbitkan. Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.

Widiastuti, N. & Widjaja, T. (2004). Hubungan antara kualitas relasi ayah dengan harga diri remaja putra. *Jurnal Psikologi*, 2(1), 22-43.



## Pembentukan Identitas Diri pada Remaja yang Diadopsi

*Astri Anggraeni*

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta;  
Jl. Colombo No. 1 Sleman Yogyakarta, 55281  
[astriastr08@gmail.com](mailto:astriastr08@gmail.com)

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proses pembentukan identitas diri pada remaja yang adopsi dilihat dari aspek eksplorasi dan komitmen, serta sumber acuan yang mempengaruhinya. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Subjek penelitian adalah dua remaja adopsi berusia 18-21 tahun, sudah mengetahui dirinya diadopsi, dan masih berada di bawah pengawasan orang tua adopsi. Data diambil melalui wawancara yang kemudian dianalisis dengan cara reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Data yang didapat kemudian diuji keabsahannya dengan ketekunan pengamatan, triangulasi sumber dan metode, serta perpanjangan keikutsertaan. Hasil penelitian menunjukkan eksplorasi identitas kedua subjek berada pada *in crisis*, namun komitmen pada dua subjek berbeda. Komitmen subjek BAT lebih nyata dibandingkan subjek RA yang cenderung kabur. Perbedaan ini dipengaruhi oleh inisiatif diri, pengalaman masa kecil, dukungan orang tua, serta tuntutan lingkungan sekitar terhadap identitas yang dipilih. Di samping itu, sumber yang banyak berpengaruh dalam proses pencarian identitas diri secara berurutan adalah keluarga adopsi, *reference group*, dan keluarga kandung.

**Kata Kunci:** *identitas diri, remaja adopsi, kualitatif*

### Abstract

This study aimed to describe the process of identity formation among adopted adolescence based on the aspect of their exploration and commitment, and their most influential sources. This study used descriptive-qualitative methods. The subjects of this study were two adopted teenagers who are in their late adolescence or aged 18-21 years, already knowing the fact they were adopted, and still under guardianship of their adoptive parent. The data were collected through interviews. The data were analyzed using data reduction, data display and conclusion drawing. Furthermore, perseverance of observation, data and methodological triangulation, also extension of attendance were used to check the validity of the data. This research found that identity exploration of both subjects are in crisis, but the commitment given by subject BAT is more real than the commitment of subject RA which rather vague. This differences were affected by initiative, childhood experiences, parental support, and demand from environment according their chosen identity. In addition, the most influential sources of both subjects sequentially came from their adoptive families, reference group and biological families.

**Keywords:** *self-identity, adopted adolescence, qualitative*

### Pendahuluan

Anak adopsi dinyatakan sebagai individu yang bukan keturunan suami istri, namun ia diambil, dipelihara dan diperlakukan seperti halnya anak keturunan sendiri (Adel, 2018). Keberadaan anak adopsi dalam suatu keluarga bukan tanpa alasan. Yustiana (2017), mengemukakan alasan keluarga mengadopsi anak adalah

karena ketidakhadiran anak kandung dan ingin memiliki anak untuk menjaga masa depan dan masa tua nanti, menjaga keharmonisan hubungan pernikahan, keyakinan bahwa kehadiran anak adopsi dapat merangsang kehamilan, perasaan iba terhadap anak terlantar atau anak yang tidak mampu dirawat orang tuanya, titipan teman dan atau untuk menambah atau memperoleh tenaga kerja.

Keputusan mengadopsi anak bukanlah tindakan yang salah, hanya saja hendaknya dilakukan melalui banyak pertimbangan terutama menyangkut penjelasan identitas anak di kemudian hari (Mulyadi, 1999). Pengungkapan identitas ini perlu dilakukan karena anak perlu tahu siapa dirinya agar mereka tidak mengalami kebingungan identitas. Terlebih identitas adopsi merupakan identitas yang ditetapkan karena keadaan, dimana individu terlahir atau ditakdirkan dalam kondisi tertentu tanpa bisa memilih.

Pertanyaan mengenai identitas lebih sering terjadi pada masa remaja, karena pada masa ini remaja dihadapkan dengan pertanyaan-pertanyaan seputar dirinya yang kemudian akan diungkapkan melalui penemuan identitas diri. Erikson menambahkan adanya identitas diri akan membuat remaja memiliki pandangan yang jelas tentang diri sendiri, tidak mudah meragukan dirinya, serta mengenal peranannya dalam masyarakat (Dela, 2016).

Remaja yang mengalami kebingungan identitas cenderung memiliki perkembangan psikososial yang negatif (Schwartz dkk, 2011). Kebingungan itu dapat berupa menarik diri, mengasingkan diri dari dunia pertemanan dan keluarga, atau malah membenamkan dirinya pada dunia pertemanan dan kehilangan identitasnya di dunia pertemanan (Santrock, 2007). Sebaliknya remaja yang mampu menyelesaikan konflik identitas, emosinya cenderung stabil, *well-being* dan self-esteem nya lebih positif serta mampu melakukan penyesuaian sosial dan akademik dengan baik (Dela, 2016).

Proses pembentukan identitas yang dilakukan remaja di atas, dilakukan sebagai bentuk eksperimentasi peran terhadap berbagai macam identitas yang mungkin saling bertentangan. Pada kondisi ini kemampuan diri dan dukungan lingkungan sangat berpengaruh dalam membentuk identitas individu apakah mereka mampu

dalam menemukan identitas optimalnya atau malah mengalami kebingungan identitas. Hanya saja, bagi remaja adopsi, tugas pembentukan identitas diri ini harus ditambah dengan mengintegrasikan status adopsi ke dalam dirinya (Grotevant & Von Korff, 2011).

Beberapa penelitian seputar identitas diri dan anak adopsi menyatakan, proses pembentukan identitas diri akan lebih sulit dialami anak adopsi dibandingkan anak non adopsi (Frisk, 1964). Hal ini dikarenakan anak adopsi terutama yang memasuki masa remaja mengalami banyak permasalahan mengenai adopsi seperti perasaan terbuang, perasaan tidak ada yang menyayangnya, memiliki banyak pertanyaan yang sulit dijawab seperti bagaimana kondisi keluarga kandungnya dan alasan mengapa mereka di adopsi (Child Welfare, 2014).

Anak adopsi yang memasuki masa remaja juga cenderung memiliki perilaku yang negatif seperti memiliki nilai yang rendah di sekolah, banyak terlibat dalam tindakan kejahatan dan kriminal, serta berpeluang kecil melanjutkan pendidikan ke jenjang berikutnya (Decker, 2009). Hal ini memperlihatkan bahwa remaja adopsi cenderung memiliki permasalahan dalam hal perilaku dan psikologis namun belum diketahui secara pasti apakah hal ini akan bertahan sampai dewasa atau tidak.

Dalam ranah keluarga, anak adopsi juga akan menghadapi kebingungan identitas karena memiliki beberapa perbedaan fisik, karakter, dan budaya dengan orang tua angkat (Dunbar & Grotevant, 2004). Selain itu anak adopsi yang dihadapkan dengan perbedaan struktur keluarga dibandingkan dengan teman sebayanya berpotensi mengalami kebingungan identitas (Colaner & Kranstuber, 2010). Sebaliknya, remaja adopsi yang banyak melalui pencarian identitas diri cenderung memiliki hubungan yang lebih sehat, *well-being* nya meningkat dan memiliki pandangan yang positif terhadap adopsinya (Brodzinsky, 2006).

Di Indonesia sendiri, penelitian mengenai identitas diri memang sudah banyak dilakukan, hanya saja subjek yang dipilih masih seputar anak-anak yang memiliki perilaku bermasalah, anak dari keluarga yang bercerai atau anak yang tinggal di panti asuhan. Penelitian mengenai identitas diri pada anak adopsi baik ketika mereka masih kanak-kanak ataupun remaja masih sulit ditemukan padahal peluang penelitian ini masih sangat luas. Oleh karena itu, penelitian mengenai identitas diri pada remaja adopsi dirasa penting dilakukan mengingat individu yang sedang membentuk identitas cenderung mencari-cari cerita yang koheren dengan dirinya yang kemudian direfleksikan untuk menilai kebermanfaatannya hidupnya dan menghubungkan identitasnya dari masa lalu hingga masa sekarang (Mc Adam, 2001).

Berdasarkan latar belakang tersebut maka penulis tertarik untuk mengetahui bagaimana proses pembentukan identitas diri yang dilakukan remaja adopsi melalui analisis data kualitatif. Proses pembentukan identitas diri yang dimaksud mengacu pada teori yang disampaikan Marcia (1993) yaitu berdasarkan ada atau tidaknya eksplorasi dan komitmen yang diberikan. Di samping itu, penulis juga tertarik untuk mengetahui siapa saja sumber acuan yang paling berpengaruh dalam proses pembentukan identitas dirinya. Data yang di dapat kemudian di deskripsikan sesuai dengan proses pembentukan identitas diri yang telah mereka lakukan.

## **Metode Penelitian**

### *Jenis penelitian*

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis deskriptif.

### *Waktu dan tempat penelitian*

Penelitian ini dilaksanakan di Yogyakarta dan Magelang. Waktu penulisan penelitian dilakukan mulai Oktober-Juni 2019.

### *Subjek penelitian*

Subjek pada penelitian ini dipilih menggunakan teknik *purposive* dengan kriteria yang diajukan adalah remaja adopsi berusia 18-21 tahun (remaja akhir), sudah mengetahui bahwa dirinya merupakan anak adopsi, dan masih berada di bawah pengawasan orang tua adopsi.

### *Teknik pengumpulan data dan instrumen*

Data diperoleh langsung dari subjek penelitian menggunakan wawancara mendalam kepada anak adopsi dan informan kunci. Adapun instrumen yang digunakan adalah peneliti, pedoman wawancara dan rekaman suara.

### *Teknik Analisis data*

Analisis data dalam penelitian ini mengacu pada Miles dan Huberman (dalam Sugiyono, 2015) melalui tiga kegiatan yang terjadi bersamaan yaitu reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Data yang di dapat kemudian di uji keabsahannya melalui ketekunan pengamatan, triangulasi sumber dan metode serta perpanjangan keikutsertaan.

## **Hasil Penelitian dan Pembahasan**

### *Proses pembentukan identitas-eksplorasi*

Berdasarkan hasil analisis, diketahui bahwa eksplorasi kedua subjek berada pada tahap *in crisis* yaitu suatu keadaan dimana subjek sedang mencari tahu, menelaah informasi, memiliki pertanyaan-pertanyaan mengenai identitas serta sedang berjuang membuat keputusan hingga akhirnya memberikan perhatian lebih terhadap keputusan tersebut. Hanya saja kapasitas dan inisiatif ekplorasi subjek BAT jauh lebih nyata dibandingkan subjek RA yang cenderung kabur. Pada tabel 1 dipaparkan rincian proses eksplorasi subjek.

Mengenai eksplorasi, kedua subjek mampu menunjukkan konsep diri, kepercayaan diri, dan penghargaan diri yang positif. Namun konsep diri subjek BAT

tidak sebanding dengan kemampuan penyesuaian diri dengan lingkungan sosial. Menurut Calhun dan Accocela (1990) hal ini bisa disebabkan oleh pengalaman dengan lingkungan dan orang sekitar yang memberikan masukan mengenai akibat suatu perilaku. Akibat ini bisa menjadi

bentuk yang positif maupun negatif. Hurlock (dalam Simanjuntak, 2009) menambahkan individu dengan konsep diri positif akan mengembangkan sikap percaya diri, harga diri, dan kemampuan melihat diri secara realistis yang mempengaruhi kemampuan penyesuaian sosial.

Tabel 1. Proses eksplorasi

	<b>Subjek BAT</b>	<b>Subjek RA</b>
Konsep diri	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Memiliki konsep diri positif</li> <li>- Melakukan evaluasi diri positif</li> <li>- <b>Tertarik menggali potensi</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Konsep diri positif</li> <li>- Melakukan evaluasi diri positif</li> <li>- <b>Kurang tertarik menggali potensi</b> namun mampu menggambatkan diri dengan jelas</li> </ul>
Pemahaman diri	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menyadari pentingnya pemahaman diri untuk <i>self love</i>, lebih bersyukur, tidak membanding-bandingkan diri dengan orang lain</li> <li>- Menjadikan pengalaman hidup sebagai ajang refleksi pada orang dengan nasib sama</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menyadari pentingnya pemahaman diri untuk mengetahui siapa dirinya dan apa yang diinginkan</li> <li>- Memandang adopsi sebagai takdir</li> </ul>
Harga diri	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mampu menunjukkan penghargaan diri positif</li> <li>- Memandang status adopsi secara positif</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mampu menunjukkan penghargaan diri positif</li> <li>- Memandang status adopsi secara positif</li> </ul>
Kepercayaan diri	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Memiliki kepercayaan diri yang positif</li> <li>- <b>Kurang mampu</b> menempatkan potensi diri di tempat yang tepat</li> <li>- <b>Lingkungan sosial kurang mendukung</b> kepercayaan diri subjek</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Memiliki kepercayaan diri positif</li> <li>- <b>Mampu</b> menempatkan potensi diri di tempat yang tepat</li> <li>- <b>Lingkungan sosial sangat mendukung</b> kepercayaan diri</li> </ul>

Keberhasilan maupun kegagalan remaja dalam menyelesaikan krisis identitas guna membentuk identitas diri tidak dapat dipisahkan dari pengalaman-pengalaman yang dijalani remaja. Pada saat kecil subjek BAT mengalami perlakuan yang kurang mengenakkan dari ibu adopsinya dimana ia sering mendapat kekerasan fisik serta sangat dibatasi dalam berperilaku. Karena perlakuan ini subjek menjadi individu yang pendiam dan serba pasrah. Selain itu, ketika kecil subjek sering berpindah tempat sekolah ia kesulitan dalam menjalin hubungan dengan teman-temannya. Sehingga dapat dikatakan bahwa proses pembentukan identitas lebih banyak terjadi pada masa remaja dengan segala faktor dan konsekuensi yang didapatkan (Calhoun & Accocella, dalam Dela, 2016).

Apabila kita melihat kondisi masa kecil dapat dilihat bahwa keluarga dari kedua subjek menggunakan pola asuh permisif, yang memberi sedikit arahan dan membiarkan remaja membuat keputusan sendiri. Pada subjek BAT, keluarganya masih kurang mempercayai keputusan-keputusan yang dilakukan sehingga hubungan saling percaya antara kedua belah pihak kurang kuat. Sedangkan pada subjek RA orang tua memberikan kepercayaan diri yang tinggi pada sang anak begitu pula sebaliknya sehingga muncul hubungan saling percaya. Dariyo (2004) mengatakan kepercayaan diri tumbuh dari kehidupan kelompok sosial atau keluarga yang saling mempercayai antara satu dengan yang lain.



Orang tua yang percaya kepada anak, maka anak akan tumbuh dengan karakteristik untuk mempercayai orang tua. Hal ini dikarenakan mereka hidup dan tumbuh dalam suasana hubungan keluarga yang hangat dan penuh kasih sayang, serta menjunjung tinggi nilai-nilai kejujuran dan kebenaran. Dengan kepercayaan diri, individu dapat berpikir dan bertindak antisipatif, artinya apa yang dipikirkan cenderung melihat ke arah masa depan.

Meski hubungan saling percaya di dalam keluarga subjek berbeda namun kedua subjek mampu menunjukkan rasa percaya diri yang tinggi. Hal ini bukan berarti kedua subjek kompeten melakukan segala hal namun lebih merujuk pada adanya beberapa aspek dari kehidupan individu tersebut dimana ia merasa memiliki kompetensi, yaitu mereka yakin bahwa dirinya bisa karena didukung oleh pengalaman, potensi aktual, prestasi serta harapan yang realistis terhadap diri sendiri (Rini dalam Hakim, 2007). Mereka percaya terhadap kemampuan diri, menilai keberhasilannya melalui standar dan penilaian pribadi sehingga mereka tidak tergantung pada penilaian orang lain. Hal ini dapat dibuktikan dari perilaku subjek BAT mengenai kemampuan akademik yang dimiliki saat ini, ia mengaku kemampuan yang ia miliki sekarang adalah berkat dari usaha dan jerih payahnya seorang diri demi mendapatkan hasil yang ia inginkan. Baginya jika ia ingin mendapatkan hasil yang positif maka ia sendiri harus berusaha demi mendapatkan hal tersebut. Hanya saja kemampuan yang subjek miliki ini tidak dibarengi dengan kemampuannya dalam menempatkan potensi di depan umum karena subjek merasa itu bukanlah dirinya yang ia ketahui. Sedangkan pada subjek RA hal ini dapat dilihat ketika ia diminta menjadi perwakilan lomba yang belum pernah ia ikut sama sekali, dimana subjek awalnya takut namun ia kemudian meyakinkan diri bahwa dirinya bisa. Subjek juga tidak takut menunjukkan potensi yang ia miliki di depan umum karena menurutnya

kegiatan semacam ini merupakan kesempatan bagus untuk meningkatkan kepercayaan diri. Sehingga dapat dikatakan kepercayaan dan penghargaan diri kedua subjek positif.

Dunbar & Grotevant pernah melakukan penelitian pada tahun 2004 menyatakan bahwa dalam ranah keluarga, anak adopsi akan menghadapi kebingungan karena memiliki perbedaan dengan orang tua angkat dalam beberapa hal seperti perbedaan fisik, karakter, dan budaya, akan tetapi dalam penelitian ini permasalahan tersebut tidak dapat ditemukan. Hal ini dapat disebabkan karena kedua belah pihak baik keluarga adopsi maupun keluarga kandung masih berada pada suku atau ras yang sama dimana faktor fisik dan karakter keduanya tidak memiliki perbedaan yang mencolok. Subjek RA bahkan mengatakan dirinya sama sekali tidak menyangka jika dirinya anak adopsi karena ia merasa tidak ada perbedaan fisik antara dirinya dengan orang tua adopsi, ia malah beranggapan dirinya memiliki kemiripan fisik dengan orang tua adopsi.

Dalam penelitian ini, kebingungan identitas hanya terjadi pada subjek BAT karena ia menemukan perbedaan antara kondisi keluarganya dengan informasi yang disampaikan orang lain padanya. Informasi yang ia dapatkan adalah kedua orang tuanya sudah meninggal dunia dan ia memiliki dua orang kakak sedangkan kondisi keluarga yang ia ketahui adalah kedua orang tuanya masih hidup hanya saja mereka sudah bercerai. Perbedaan ini kemudian membuat subjek kebingungan akan identitasnya namun karena subjek berani mencari dan menghubungkan informasi-informasi yang ia dapat, ia kemudian mengetahui kondisi yang terjadi. Dari berbagai informasi ini subjek kemudian mulai menemukan siapakah dirinya. Sedangkan pada subjek RA permasalahan ini tidak ditemukan karena dirinya merupakan anak tunggal dan orang tua mengontrol penuh lingkungan sekitar agar tidak memberikan kecurigaan

pada subjek mengenai status adopsi. Hasil ini berarti mematahkan temuan yang dilakukan oleh Colaner & Kranstuber (2010) yang mengatakan bahwa dalam ranah keluarga anak adopsi akan dihadapkan dengan perbedaan struktur keluarga dibandingkan dengan teman sebayanya, dalam proses pembentukan identitas, perbedaan ini berpotensi membawa anak kearah kebingungan identitas.

Mengenai status adopsi, kedua subjek mampu menghargai dirinya sebagai anak adopsi karena kondisi ini bukanlah sebuah aib yang perlu ditutup-tutupi. Hal ini menunjukkan penghargaan diri subjek sehat, artinya mereka mengenal dirinya sendiri dengan segala keterbatasan yang dimiliki namun tetap tidak merasa malu akan keterbatasan itu dan memandang keterbatasannya sebagai suatu realita. Kedua subjek melihat adopsi sebagai takdir yang diberikan Tuhan padanya sehingga mereka merasa bersyukur karena sudah ada orang yang mau merawat dan membesarkannya. Proses pencarian identitas diri pada kedua subjek sebelum dan sesudah mengetahui dirinya anak adopsi tidak berdampak besar. Hanya saja pada subjek BAT ia sempat mengalami

kebingungan identitas namun itu dapat ia atasi dengan baik sedangkan pada subjek RA bahkan tidak ditemukan dampak sama sekali. Subjek RA beranggapan ia cukup mengetahui informasi yang perlu ia ketahui dan tidak tertarik untuk menggali identitas dirinya lebih dalam. Hal ini sesuai dengan penelitian Grotevant dan Von Korff (2011) yang menyatakan proses pembentukan identitas lebih banyak terjadi pada masa remaja dengan segala faktor dan konsekuensi yang didapatkan namun bagi anak adopsi tugas pembentukan identitas diri tersebut harus ditambah dengan mengintegrasikan status adopsi ke dalam definisi diri.

*Proses pembentukan identitas-komitmen*

Aspek kedua dalam proses pembentukan identitas diri adalah komitmen. Pada tabel 2 dapat diketahui bahwa kedua subjek menunjukkan komitmen yang berbeda. Subjek BAT mampu menunjukkan karakteristik individu yang memiliki komitmen karena ia mampu memberikan perhatian lebih terhadap pilihan yang ia pilih, sedangkan subjek RA mengindikasikan individu yang memiliki pilihan atau tujuan namun tidak memberikan komitmen yang kuat.

Tabel 2. Proses komitmen

	<b>Subjek BAT</b>	<b>Subjek RA</b>
Komitmen	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hasil evaluasi diri dijadikan sebagai tujuan yang ingin dicapai</li> <li>- Memberikan perhatian lebih dan melaksanakan usaha yang jelas demi mencapai tujuan</li> <li>- Tidak takut gagal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tujuan belum jelas</li> <li>- Usaha untuk mencapai tujuan masih kabur</li> <li>- Kurang memberikan perhatian dan usaha untuk mencapai tujuan</li> </ul>

Desmita (2016) menyatakan terdapat dua kemungkinan yang dapat terjadi mengenai komitmen individu, pertama jika individu mampu menentukan alternatif yang ia pilih kemudian berusaha mempertahankan pilihan tersebut maka aspek identitas yang dimiliki individu akan berguna untuk mengarahkan perilaku di masa depan.

Kemungkinan kedua adalah ketika individu belum mampu menunjukkan komitmennya maka akan memunculkan sifat ragu-ragu, tindakannya terus berubah-ubah, tidak terarah dan menganggap komitmen personal saat ini bukanlah suatu hal yang penting.

Berdasarkan penjelasan yang telah diuraikan di atas, ditemukan perbedaan minat eksplorasi dan komitmen pada kedua subjek dalam menemukan identitas diri. Dalam penelitian ini subjek BAT berada pada status identity achievement karena ia mampu menunjukkan minat eksplorasi yang tinggi sehingga membuatnya berada pada tahap eksplorasi (in crisis) dan memberikan komitmen terhadap hasil dari eksplorasi yang ia lakukan. Identity achievement adalah suatu keadaan dimana individu sedang mengalami eksplorasi dan memiliki tekad untuk menghadapinya dengan baik. Keberadaan eksplorasi ini mendorong dirinya untuk membuktikan bahwa ia mampu melewatinya dengan baik meski harus melewati banyak kegagalan demi menemukan identitas dirinya yang optimal.

Pada subjek RA, ia berada pada status identity moratorium karena ia sedang melakukan eksplorasi atau (in crisis) namun tidak memberikan komitmen terhadap eksplorasi yang ia lakukan. Subjek menyadari adanya suatu krisis yang harus ia selesaikan namun ia tidak mau melakukannya. Hal ini bisa disebabkan subjek masih dikuasai oleh prinsip kesenangan dan egoisme pribadi. Apa yang ia lakukan seingkali menyimpang dan tidak

pernah sesuai dengan masalahnya, akibatnya ia mengalami stagnasi perkembangan. Subjek seharusnya telah mencapai tahap perkembangan yang lebih maju namun karena ia terus menerus tidak mau menghadapi krisisnya maka ia hanya bertahan dalam tahap itu. Kemungkinan yang lain ialah subjek memang tidak menyadari tugasnya namun juga tidak memiliki komitmen. Hal ini bisa disebabkan karena orang tua kurang memberikan rangsangan yang mengarahkan subjek untuk menyadari tugas perkembangannya pada masa itu

#### *Sumber pembentu identitas diri*

Pada kedua subjek, sumber acuan yang paling berpengaruh dalam proses pembentukan identitas diri secara berurutan adalah keluarga adopsi, reference group dan keluarga kandung. Pada anak adopsi, peran orang tua dapat mereka dapatkan dari dua keluarga yaitu dari keluarga kandung maupun dari keluarga adopsi. Pada penelitian ini, peran keluarga kandung hanya berdampak pada subjek BAT karena mereka sudah mengetahui kondisi adopsi subjek dan saat ini tinggal bersama sedangkan pada subjek RA ia belum pernah berinteraksi dengan keluarga kandung sejak ia diadopsi sehingga peran keluarga kandung kurang begitu besar.

Tabel 3. Sumber acuan

	<b>Subjek BAT</b>	<b>Subjek RA</b>
Keluarga adopsi	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Memiliki peran besar</li> <li>- Pandangan subjek pada ibu adopsi negative karena sering mendapat perlakuan kasar dan kekerasan verbal serta fisik</li> <li>- Pandangan subjek pada bapak adopsi positif karena sangat baik dan sayang</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Peran orang tua adopsi besar</li> <li>- Pandangan subjek pada orang tua adopsi positif dan merasa bersyukur karena mau mengadopsi dna merawat hingga sekarang</li> </ul>
Keluarga kandung	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Peran keluarga kandung masih ada dan berasal dari kaka perempuan yang merupakan satu-satunya keluarga yang masih hidup</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Subjek mengetahui keluarga akandungnya namun enggan mencari tahu</li> </ul>
<i>Reference group</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Peran lingkungan sosial dan teman bermain ada sebagai langkah subjek berinteraksi dengan orang baru</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Peran teman bermain sangat tinggi karena banyak perilaku yang subjek tiru dan sangat tergantung kelompok</li> </ul>
<i>Significant other</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tidak ada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tidak ada</li> </ul>

Pada subjek BAT, peran keluarga kandung didapat dari kakak perempuannya karena semua anggota keluarganya sudah meninggal dunia. Di samping itu karena keluarga kandung dan keluarga adopsinya masih memiliki hubungan saudara, subjek di adopsi oleh pamannya sendiri, keluarga adopsi tidak membatasi hubungan mereka dan mengizinkan mereka tinggal bersama. Subjek BAT merasa nyaman dan percaya kakak perempuannya karena memiliki banyak kesamaan baik dari hobi dan sifat. Subjek juga menghargai dan menerima nasihat-nasihat yang kakaknya berikan.

Peranan keluarga adopsi pada kedua subjek cukup positif, mereka menghargai dan menyayangi orang tua adopsinya serta sudah menganggap sebagai orang tua sendiri. Pada subjek BAT lebih menghormati bapak adopsi karena sangat menyayanginya dan selalu memberikan nasihat yang terbaik baginya. Hanya saja penilaian subjek pada ibu adopsinya cukup negatif karena ketika kecil sang ibu sangat membatasi perilaku subjek serta pernah melakukan kekerasan fisik maupun verbal padanya. Pengalaman ini kemudian menyebabkan subjek menjadi pendiam dan kesulitan beradaptasi dengan lingkungan baru. Selain itu, keluarganya kurang terbuka satu sama lain dan beberapa anggota keluarga cenderung meremehkan kemampuan subjek sehingga membuat subjek tidak percaya diri. Beruntungnya subjek mampu menghadapi krisis ini dan rasa percaya dirinya mulai meningkat.

Pada subjek RA, hubungan antara keluarga dan dirinya tidak dipenuhi dengan konflik keluarga. Hubungan dalam keluarga terjalin dengan baik dan penuh rasa saling percaya. Hal ini membuat subjek memiliki hubungan yang baik pula pada lingkungan sekitar. Subjek RA mudah beradaptasi dengan lingkungan serta mudah menjalin hubungan orang baru. Menurut Papalia (2004) hubungan remaja dengan orang tua

yang buruk akan berpengaruh terhadap hubungan remaja dengan lingkungan di luar rumah. Remaja yang terikat secara aman pada orang tua semasa kecil, cenderung memiliki hubungan positif dengan lingkungan pergaulannya daripada remaja yang masa kecilnya memiliki konflik dengan orang tua (Santrock, 2003).

Sumber lain yang berpengaruh dalam pencarian identitas kedua subjek adalah *reference group* (kelompok-kelompok yang terbentuk ketika memasuki masa remaja) yaitu teman sebaya. Dampak teman sebaya lebih terlihat pada subjek RA subjek merupakan individu yang mudah beradaptasi dengan lingkungan sehingga memiliki banyak teman sedangkan subjek BAT lingkup pertemanannya lebih sempit. Subjek RA cenderung melakukan konformitas terhadap teman sebaya dimana ia mulai berperilaku dan mengubah sikap agar sesuai dengan kelompoknya.

## Simpulan dan Saran

### *Simpulan*

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut.

1. Eksplorasi identitas kedua subjek berada pada tahap *in crisis* dimana keduanya sedang menelaah pertanyaan-pertanyaan seputar identitas, namun komitmen yang diberikan subjek BAT lebih nyata dibandingkan subjek RA yang cenderung kabur. Perbedaan ini dipengaruhi oleh inisiatif diri, pengalaman masa kecil, tuntutan, dukungan orang tua selama subjek mencari identitas serta tuntutan lingkungan sekitar terhadap identitas yang dipilih. Individu yang mampu menentukan alternatif yang dipilih kemudian berusaha mempertahankan pilihan tersebut maka aspek identitas yang dimiliki individu akan berguna

untuk mengarahkan perilaku di masa depan. Sebaliknya apabila individu tersebut ragu-ragu maka tindakannya cenderung berubah-ubah dan menganggap komitmen bukanlah suatu hal yang penting.

2. Sumber yang banyak berpengaruh dalam proses pencarian identitas diri kedua subjek secara berurutan berasal dari keluarga adopsi, reference group yang dalam hal ini adalah teman sebaya lalu keluarga kandung.

#### Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah disebutkan sebelumnya, saran yang dapat diberikan yaitu:

1. Bagi subjek penelitian

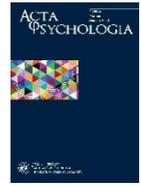
Aspek eksplorasi sudah berada pada *in crisis* dimana keduanya sudah mau mencari informasi-informasi penting seputar dirinya. Hanya saja kemampuan ini perlu diimbangi dengan adanya pemberian komitmen yang kuat agar tujuan atau alternatif yang dipilih dapat tercapai. Apabila subjek masih belum yakin dengan eksplorasi dan komitmen yang akan dilakukan maka subjek dapat meminta bantuan kepada sumber lain untuk menguatkan pilihannya dan tidak salah arah.

2. Bagi peneliti selanjutnya

diperlukan penelitian mengenai identitas diri pada remaja adopsi dengan mempertimbangkan konteks yang lebih spesifik (misalnya status sosial ekonomi, budaya dan tingkat pendidikan) baik dari anak adopsi maupun orang tua adopsi karena masih banyak informasi yang dapat digali disana.

#### Daftar Pustaka

- Adel, B. & Rustiyarso, A. Z. (2018). Model adopsi bagi keluarga yang tidak mempunyai anak. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 7(1).
- Child Welfare Information Gateway. (2013). *Impact of adoption on adopted persons*. Washington. US: Children's Bureau
- Child Welfare Information Gateway. (2013). *Working with birth and adoptive families to support open adoption*. Washington, US: Children's Bureau
- Desmita. (2016). *Psikologi perkembangan*. Bandung: Remaja Rosdhakarya.
- Hidayah, N & Huriati. (2016). Krisis identitas diri pada remaja "identity crisis of adolscences". *Jurnal Wawasan Keislaman*, 10(1).
- Marcia, J. E. (1966). Development and validation of ego identity status. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3(5), 551-558.
- Peraturan Pemerintah Republik Indonesia No. 54 Tahun 2007 Pelaksanaan Pengangkatan Anak. Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia. Jakarta.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence edisi keenam*. Jakarta: Erlangga
- Santrock, J. W. (2012). *Perkembangan masa hidup edisi ketigabelas jilid 1*. Jakarta : Erlamgga
- Suadi, A. & Candra, M. (2016). *Politik hukum: Perspektif hukum perdata dan pidana islam serta ekonomi syariah*. Jakarta : Kencana.
- Yustiana. (2017). Legal arrangements regarding the adoption of children in indonesia. *International Journal of Humanities and Social Science Invention*, 6(2), 24-44.



## Penerimaan Diri pada Ibu dengan Anak Tunagrahita

*Dian Pertiwi Simamora*

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta;  
Jl. Colombo No. 1 Sleman Yogyakarta, 55281  
[diansimamor13@gmail.com](mailto:diansimamor13@gmail.com)

### Abstrak

Setiap ibu menginginkan anaknya lahir dalam keadaan normal dan sehat, harapan muncul sejak anak masih di dalam kandungan, keadaan berbalik saat ibu mendengar diagnosis anaknya yang tunagrahita. Berbagai masalah psikologis dialami ibu sebelum akhirnya mencapai tahap penerimaan diri. Proses untuk dapat menerima keadaan diri sebagai ibu dari anak tunagrahita merupakan proses yang sulit. Setiap ibu memiliki proses dan cara masing-masing untuk mencapai tahap itu. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan gambaran penerimaan diri pada ibu dengan anaknya tunagrahita. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus. Hasil dari penelitian ini diambil dari tiga orang subjek secara purposive dengan kriteria ibu yang memiliki anak tunagrahita di SDN Gejayan Yogyakarta. Metode pengumpulan data menggunakan wawancara. Teknik analisis data menggunakan reduksi data, display data, dan kesimpulan. Uji keabsahan data menggunakan teknik triangulasi sumber dan member checking. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semua subjek memiliki penerimaan diri yang baik. Ketiga subjek menunjukkan penerimaan diri terhadap kondisi yang dialami anak yaitu tunagrahita. Setiap subjek mengalami fase masing-masing untuk menuju tahap penerimaan. Fase tersebut adalah *denial*, *anger*, *bargaining*, *depression*, dan *acceptance*. Setiap subjek mengalami fase yang berbeda antara satu dengan lainnya. Fase penerimaan ini tidak selalu terjadi secara berurutan.

**Kata Kunci:** *penerimaan diri, tunagrahita, ibu, kualitatif*

### Abstract

Every mother wants her child born in the normal and healthy condition, hopes to emerge since the child was still in the womb. The state turned around when the mother heard her child diagnosis in mentally retarded child. A variety of psychological problems has been experienced by mother before reaching the stage of self- acceptance. Process to be able to receive the state itself as the mother of the child with mental retardation is a difficult process. Every mother has the process and how to achieve each of these stages. The research's subjects are three mother who raises kids with mentally retarded. This research aims to obtain an overview of self-acceptance of mothers who have mentally retarded children. This research using a qualitative method with a case study approach. Data collected using the interview method and analyzed by data reduction, data display, and conclusions verification. The validity tests of the data use data triangulation techniques namely source triangulation and member checking. The result of this study indicate that all subjects have good self-acceptance. The three subjects showed self-acceptance of the condition of mentally retarded children. Each subject experiences each phase to reach the acceptance stage. The phase is denial, anger, bargaining, depression and acceptance. Every subject experiences a different phase from one to another. This acceptance phase does not always occur sequentially.

**Keywords:** *self-acceptance, child with special need, mother, qualitative*

### Pendahuluan

Setiap anak terlahir dengan kondisi yang berbeda. Ada yang lahir dengan kondisi normal dan ada yang lahir dengan kelainan, baik secara fisik maupun mental. Anak

dengan kondisi berbeda dengan anak normal disebut Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). Anak berkebutuhan khusus adalah anak dengan karakteristik khusus yang berbeda dengan anak umumnya (Faradina, 2016).

Tidak dapat dipungkiri bahwa semua orang tua mengharapkan anaknya lahir sempurna, tumbuh sehat, pandai serta cerdas. Bila ditanya apakah Anda siap memiliki anak berkebutuhan khusus? Tentu saja sebagian besar orang tua serentak akan menjawab “tidak”. Bahkan mungkin tidak terlintas dipikiran orang tua akan mendapatkan anak berkebutuhan khusus dalam kondisi apapun (Mulyadi, 2014). Penerimaan diri orang tua terhadap anak yang memiliki kebutuhan khusus sangat mempengaruhi proses perkembangan anak. Menurut Chaplin (2012) penerimaan diri ditandai dengan sikap positif, adanya pengakuan terhadap tingkah lakunya. Penelitian yang dilakukan oleh Faradina (2016) mengatakan bahwa penerimaan diri orang tua tidak hanya ditandai dengan menerima kondisi anaknya tetapi juga berusaha mengembangkan diri melalui tahap-tahap penerimaan diri, mampu menerima dirinya ketika menghadapi kondisi yang membuat dirinya tidak nyaman serta memiliki pribadi yang matang dan dapat berfungsi dengan baik.

Pentingnya penerimaan diri ibu sangat dibutuhkan dalam persiapan proses pengasuhan anak berkebutuhan khusus, khususnya anak tunagrahita. Ketika ibu dapat menerima keadaan dirinya dengan baik, ibu juga memiliki kemampuan menerima kondisi keadaan anak yang menyandang tunagrahita dan ibu akan mencari tahu mengenai kondisi anaknya dan mempersiapkan secara tepat model pengasuhan yang akan diberikan kepada anaknya yang tunagrahita, sehingga dapat memaksimalkan perkembangan dan pertumbuhan anak (Mahabatti, 2009).

Memiliki anak dengan kondisi kebutuhan khusus dapat mempengaruhi ayah, ibu dan keluarga dalam berbagai aspek kehidupan. Salah satu jenis kebutuhan khusus tersebut adalah anak tunagrahita. Tunagrahita merupakan kata lain dari retardasi mental yang berarti keterbelakangan secara mental.

Mangunsong (2009) menjelaskan bahwa keterbelakangan mental menunjukkan adanya keterbatasan yang signifikan dalam berfungsi, baik secara intelektual maupun perilaku adaptif yang terwujud melalui kemampuan adaptif konseptual, sosial dan praktikal.

Di dunia terdapat banyak kasus anak dengan masalah tunagrahita, lebih dari 120 juta orang di dunia menyandang tunagrahita (Retnaningsih, 2013). Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2011 di Indonesia jumlah anak dengan tunagrahita sebanyak 6.6 juta jiwa (Dinas Kesehatan, 2010). Jumlah anak tunagrahita di DIY tahun 2010, total jumlah anak tunagrahita di Yogyakarta sebanyak 9301 orang yang merupakan jumlah terbesar kedua dibandingkan dengan jumlah kecacatan lainnya dari jumlah penduduk. Kasus tunagrahita di masing-masing wilayah provinsi DIY, sebagai berikut: Kota Yogyakarta 684 orang (7.35%), Kabupaten Bantul 1968 orang (21.15%), Kabupaten Kulonprogo 1632 orang (17.54%), Kabupaten Gunung Kidul 2482 orang (26.68) dan Kabupaten Sleman 2535 (27.25%) (Dinas Kesehatan, 2010).

Banyak ibu yang awalnya sulit menerima kenyataan bahwa anak yang selama ini dikandung dan lahirkan adalah anak yang menyandang tunagrahita, kenyataan tersebut bertolak belakang dengan harapan sebelum anak lahir (Mangunsong, 2009). Adanya harapan yang tak terpenuhi menyebabkan penerimaan diri pada ibu tersebut rendah. Ada beberapa gejala emosional yang ditunjukkan oleh ibu seperti menangis, kecewa, kaget dan perasaan menyangkal sebelum kemudian menerima keadaan (Mangunsong, 2009).

Kubler Ross (2005) mendefinisikan sikap penerimaan terjadi bila seseorang mampu menghadapi kenyataan daripada menyerah pada tidak adanya harapan. Sebelum mencapai pada tahap penerimaan individu akan melalui beberapa fase yakni,

tahap *denial*, *anger*, *bargaining*, *depression*, dan *acceptance*. Tahapan penerimaan orang tua dalam menerima anak berkebutuhan khusus dimulai dari tahap pertama yaitu *denial*. Tahapan ini dimulai dari rasa tidak percaya saat menerima diagnosis dari seorang ahli, perasaan orang tua selanjutnya akan diliputi rasa kebingungan dan terselip rasa malu pada orang tua tentang keadaan anaknya untuk mengakui bahwa hal tersebut dapat terjadi di keluarga mereka. Keadaan ini menjadi bertambah buruk, jika keluarga tersebut mengalami tekanan sosial dari lingkungan yang kurang memahami tentang keadaan anak berkebutuhan khusus. Tahap kedua *angry*, kemarahan ini dilampiaskan orang tua pada hal-hal yang tidak jelas. Kemarahan bisa dilampiaskan kepada dokter yang mendiagnosis, kemarahan kepada diri sendiri atau kepada orang lain, bentuk lain kemarahan antara lain menolak untuk mengasuh anak berkebutuhan khusus. Tahap ketiga *depression* dalam tahap ini terkadang muncul dalam bentuk rasa putus asa, tertekan dan kehilangan harapan. Tahap keempat *bargainig* orang tua berusaha untuk menghibur diri dengan pernyataan segala sesuatu yang dikaruniakan Allah harus disyukuri apapun bentuknya. Tahap kelima *acceptance*. Pada tahapan ini, orang tua sudah berusaha menerima kenyataan dengan kehadiran anak berkebutuhan khusus dalam keluarganya baik secara emosi maupun intelektual.

Reaksi orang tua yang pertama kali muncul pada saat mengetahui bahwa anaknya mengalami kelainan adalah perasaan *shock*, mengalami goncangan batin, terkejut, dan tidak mempercayai kenyataan yang menimpa anaknya (Mangungsong, 2011). Ibu harus mengorbankan banyak waktu khusus untuk merawat anak tunagrahita. Ibu membutuhkan waktu, tenaga, dan pikiran yang lebih banyak untuk merawat anak tunagrahita karena fungsi kecerdasan dan kemampuan perilaku adaptif anak tunagrahita terbatas. Ibu yang memiliki

anak tunagrahita menunjukkan perasaan sedih, depresi, marah dan kurang menerima keadaan anaknya. Ibu merasa khawatir dengan masa depan anaknya dan stigma masyarakat yang melekat pada diri anak.

Berbagai masalah yang dihadapi ibu yang memiliki anak tunagrahita dapat menurunkan penerimaan diri dalam hidupnya. Penelitian yang dilakukan oleh Miyahara (2008) didapati bahwa sebagian keluarga dengan anak tunagrahita terlihat memiliki kehidupan yang lebih baik dibanding keluarga lain sedangkan di sisi lain beberapa orang tua terutama ibu merasa terpuruk, dan mengakibatkan ibu tidak mampu merawat anaknya dengan baik. Dalam referensi tersebut didapatkan temuan bahwa ibu yang sanggup bangkit untuk memberikan pengasuhan terbaik bagi anak mereka adalah ibu yang mampu mengatasi stres psikologis mereka.

## **Metode Penelitian**

### *Jenis penelitian*

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang untuk memberikan perhatian ekstra dan perhatian dialami oleh subjek penelitian secara holistik dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa pada suatu konteks khusus yang alamiah (Moleong, 2005). Penelitian kualitatif, yang merupakan metode untuk mengeksplorasi dan memahami makna yang oleh sejumlah individu atau sekelompok orang dianggap berasal dari masalah sosial atau kemanusiaan (Creswell, 2013).

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini dengan jenis studi kasus. Penelitian ini berpusat secara intensif pada satu objek tertentu dan mempelajarinya sebagai suatu kasus. Data studi kasus dapat diperoleh dari semua pihak yang bersangkutan dengan objek yang

akan diteliti, dengan kata lain dalam studi kasus ini dikumpulkan dari berbagai sumber (Creswell, 2015). Kasus yang diteliti dalam penelitian ini adalah gambaran penerimaan diri pada ibu yang memiliki anak tunagrahita.

#### *Waktu dan tempat penelitian*

Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri Gejayan Yogyakarta. Peneliti memilih sekolah ini karena sekolah tersebut merupakan sekolah Inklusif dan belum adanya penelitian mengenai penerimaan diri pada ibu yang memiliki anak tunagrahita di SD tersebut. Penelitian dilakukan pada bulan Maret – April.

#### *Subjek penelitian*

Penentuan subjek pada penelitian ini menggunakan purposive (kriteria tertentu), yaitu ibu yang memiliki anak tunagrahita di SD Negeri Gejayan Yogyakarta. Jumlah subjek sebanyak 3 orang.

#### *Teknik pengumpulan data dan instrumen*

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan wawancara sebagai metode pengumpul data yang utama. Wawancara adalah proses interaksi yang dilakukan oleh dua orang atau lebih. Interaksi ini terjadi atas dasar ketersediaan dan dalam setting alamiah, dimana arah pembicaraan mengacu pada tujuan yang telah ditetapkan dengan mengedepankan kepercayaan sebagai landasan utama dalam proses memahami (Herdiansyah, 2013).

Instrumen pengumpulan data yang digunakan yaitu berupa pedoman wawancara. Pedoman wawancara dibuat untuk menjadi patokan dalam membuat pertanyaan wawancara yang disesuaikan dengan tema-tema yang telah dibuat. Adapun tema-tema yang telah dibuat oleh peneliti, yaitu mencakup proses tahapan penerimaan diri ibu yang memiliki anak tunagrahita. Pedoman wawancara disusun berdasarkan teori-teori yang telah diketahui oleh peneliti sebelumnya. Pedoman ini

dibuat untuk mendapatkan data yang terperinci, menyeluruh dan sesuai dengan tujuan awal penelitian.

#### *Teknik Analisis data*

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan Model Interaktif dari Miles dan Huberman (dalam Herdiansyah, 2015) yang mengemukakan bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, yakni data yang didapat telah cukup dan tidak ada lagi informasi yang dapat digali. Adapun tahapan dalam menganalisa data Model Interaktif dari Miles dan Huberman adalah sebagai berikut:

##### 1. Pengumpulan data

Langkah pertama peneliti adalah mengumpulkan data sebanyak-banyaknya sesuai kebutuhan. Data yang dikumpulkan adalah data primer maupun data sekunder. Apabila kedua jenis data ini dapat diperoleh, maka akan mempermudah peneliti untuk menyelesaikan penelitian ini.

##### 2. Reduksi Data

Reduksi data adalah proses menggabungkan segala data yang diperoleh menjadi bentuk tulisan yang akan dianalisis. Menyeleksi data yang telah terkumpul untuk dapat menemukan data yang penting, berguna, dan sesuai dengan tujuan penelitian. Dalam reduksi data, diperlukan kejelian, kefokusannya peneliti, dan ketegasan peneliti guna memilih dan memilih data yang diperlukan.

##### 3. Penyajian Data

Peneliti dapat menggabungkan data yang telah direduksi untuk menggambarkan data dalam bentuk apapun seperti tulisan, bagan, diagram, dan sebagainya. Penyajian data bertujuan agar data yang diolah dapat dengan mudah dimengerti oleh para pembaca. Proses penyajian data dilakukan dengan mengolah data yang telah direduksi menjadi sub-kategori tema dan proses

pengkodean (coding). Penyajian data pada penelitian ini akan disajikan dalam bentuk tabel.

#### 4. Penarikan kesimpulan

Setelah berhasil menyajikan data, peneliti dituntut untuk mampu menarik kesimpulan sesuai dengan tahapan yang telah dilakukan maupun informasi yang didapatkan. Hasil dari penarikan kesimpulan ini adalah menjawab pertanyaan penelitian berdasarkan hasil temuan peneliti secara spesifik.

#### 5. Uji keabsahan data

Uji keabsahan data menjadi hal yang penting bagi penelitian dengan jenis deskriptif kualitatif. Hal ini dikarenakan sumber-sumber data yang digunakan tidak bisa dipastikan kebenarannya secara langsung, maka peneliti diharuskan mampu menguji kevalidannya. Peneliti memilih teknik triangulasi data guna mengetahui kevalidan dari data yang diperoleh. Triangulasi adalah teknik membandingkan data yang diperoleh dengan beberapa sumber lainnya. Peneliti akan melakukan triangulasi sumber. Triangulasi sumber merupakan kegiatan membandingkan informasi yang diperoleh dari hasil wawancara dengan seluruh subjek penelitian. Cara ini menggunakan perspektif orang lain atau informan yang datanya digunakan untuk memperjelas apakah yang dikatakan subjek adalah benar atau bohong Marvasti (2004).

### Hasil Penelitian dan Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada tiga subjek yang memiliki anak tunagrahita, diketahui bahwa ketiga subjek sampai pada fase penerimaan. Ketiga subjek mengalami beberapa tahapan sebelum sampai pada fase penerimaan. Masing-masing subjek melewati tahapan yang berbeda dan tidak sesuai urutan. Subjek S1 melewati fase *denial*, *anger*,

*depression*, *bargaining*, kemudian *acceptance*. Pada subjek S2 hanya melewati tiga fase saja, yaitu fase *denial*, *bargaining* dan fase *acceptance*. Sedangkan pada subjek S3 melewati kelima fase. Hal ini sesuai dengan pernyataan (Kubler-Ross, 2005) dimana fase-fase yang dialami tidak selalu harus diselesaikan sesuai urutan.

Ketiga subjek melewati fase yang sama pada tahapan *denial*, *bargaining*, dan *acceptance*. Fase *denial* yang muncul pada penelitian ini adalah perasaan *shock* dan tidak percaya dengan kenyataan yang ada. Dimana reaksi yang pertama kali muncul dari ketiga subjek saat pertama kali muncul adalah perasaan *shock* dan tidak mempercayai kenyataan yang ada. Hal ini sesuai dengan pernyataan (Mangungsong, 2011) Reaksi orang tua yang pertama kali muncul pada saat mengetahui bahwa anaknya mengalami kelainan adalah perasaan *shock*, mengalami goncangan batin, terkejut, dan tidak mempercayai kenyataan yang menimpa anaknya.

Pada fase *bargaining* ketiga subjek berusaha untuk menerima keadaan anak dengan membuat harapan-harapan yang ingin diwujudkan untuk masa depan anak kedepannya. Ketiga subjek juga dapat bersyukur dengan keadaan anak yang tunagrahita dan merasa anak adalah pemberian Allah dan harus dapat diterima bagaimana pun keadaan anak. Ketiga subjek ingin mewujudkan harapan mereka yang sesuai dengan kemampuan dan keinginan anak, dimana ketiga subjek tidak memaksakan kehendak mereka kepada anaknya. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Devina dan Penny (2016) dimana saat berada dalam fase *bargaining*, dipengaruhi oleh faktor pemahaman diri mengetahui kemampuan dan kelemahan yang dimiliki. Keadaan ini mendukung subjek untuk membuat harapan yang

realistis setelah mengetahui diagnosa anaknya.

Pada subjek S1 dan S3 tidak melewati semua tahapan untuk sampai pada fase penerimaan. Hal ini sesuai dengan pernyataan (Kubler-Ross, 2005) dimana fase- fase yang dialami tidak selalu harus diselesaikan selalu urut, atau dilalui semuanya oleh seorang individu, tapi paling tidak ada 2 fase yang pasti akan dilalui. Berbeda dengan subjek S2 yang melewati semua tahapan untuk sampai pada fase penerimaan. Subjek S2 lebih lama menerima keadaan anaknya dikarenakan subjek S2 tahu bahwa anaknya tunagrahita di saat anak memasuki bangku sekolah kelas 4SD. Subjek S2 awalnya sangat menolak dan tidak mau percaya bahwa anaknya adalah anak tunagrahita, hal ini ditunjukkan subjek dengan subjek melakukan tes IQ sampai 4 kali terhadap anaknya. Subjek S2 merasa depresi dan sering menangis dengan keadaan anaknya dan hal ini berlangsung selama 2 tahun. Subjek S2 mulai memasuki fase penerimaan setelah anak masuk ke SDN Gejayan di Yogyakarta dan mendapatkan dukungan dari orang tua yang anaknya juga ABK. Hal ini sesuai dengan pernyataan (Kubler-Ross, 2005) dimana proses duka adalah hal yang sangat personal dan sebaiknya tidak dipercepat (atau diperpanjang). Kebanyakan orang tidak siap menghadapi duka, karena seringkali, tragedi terjadi begitu cepat, dan tanpa peringatan. Subjek harus bekerja keras melalui proses tersebut hingga akhirnya sampai pada fase penerimaan. Subjek S2 tidak siap untuk menerima kenyataan bahwa anaknya adalah anak tunagrahita dan harus berusaha untuk dapat menerima kenyataan bahwa anaknya adalah anak tunagrahita.

Ketiga subjek memiliki penerimaan diri yang baik terhadap anaknya, dimana ketiga subjek dapat menjalani keseharian dengan bahagia dan menerima semua

kekurangan dan kelebihan pada anak. Ketiga subjek tidak mengalami kesulitan dalam keseharian dan tetap semangat untuk mewujudkan harapan- harapan subjek kepada anaknya.

Meskipun memiliki penerimaan diri yang baik, bukan berarti subjek tidak lagi merasakan fase di atas. Pada subjek S1 dan S3 beberapa kejadian atau peristiwa, subjek bisa saja merasakan fase marah. Hal ini terjadi karena beberapa faktor, pada subjek S1 fase *anger* muncul pada saat subjek sedang lelah dan kondisi anak sulit untuk diatur. Dimana anak subjek sangat suka berlari dan berjalan-jalan. Subjek S1 merasa marah pada keadaan dan berusaha untuk tidak memarahi anak. Pada subjek S3 fase *anger* ini bisa muncul kembali saat subjek sedang mengajarkan anaknya, dimana anak subjek sulit mengerti meskipun subjek sudah menjelaskan berkali-kali yang membuat subjek terkadang kembali marah kepada keadaan dan sampai memarahi anaknya. Setelah itu subjek merasa menyesal karena sudah marah kepada anaknya. Muncul kembali rasa khawatir dengan masa depan anaknya. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Devina dan Penny (2016) dimana subjek sudah mencapai fase acceptance, namun melewati berbagai proses yang tidak selalu bergerak maju.

Keadaan anak tunagrahita menimbulkan reaksi emosi negatif pada ibu, dimana ketiga subjek awalnya menolak kenyataan bahwa anak mereka tunagrahita. Upaya yang dilakukan ketiga subjek untuk mengatasi emosi negatif tersebut adalah berdoa kepada Tuhan. Keyakinan subjek pada Tuhan mempengaruhi penerimaan pada keadaan diri dan anaknya. Keyakinan subjek pada Tuhan membuat subjek lebih bersyukur dengan hadirnya anak. Pengaruh religiusitas pada melewati fase *depression* yang tidak dilewati oleh subjek penerimaan

diri juga ditemukan dalam penelitian Mukti & Dewi (2013) bahwa religiusitas memiliki hubungan dengan penerimaan diri.

## Simpulan dan Saran

### Simpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ketiga subjek sampai pada fase penerimaan diri. Ketiga subjek menunjukkan penerimaan diri terhadap kondisi yang dialami anak yaitu tunagrahita. Setiap subjek mengalami fase masing-masing untuk menuju tahap penerimaan. Fase tersebut adalah denial, anger, bargaining, depression dan acceptance. Setiap subjek mengalami fase yang berbeda antara satu dengan lainnya. Ada subjek yang melewati seluruh fase dan ada subjek yang hanya melewati 3 fase. Berdasarkan hasil penelitian fase penerimaan ini tidak selalu terjadi secara berurutan. Meskipun ketiga subjek sudah mencapai fase penerimaan, terkadang masih bisa kembali ke fase sebelumnya. Hal ini dapat dipengaruhi oleh suatu peristiwa dimana subjek memikirkan masa depan anaknya.

### Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah disebutkan sebelumnya, peneliti akan memberikan saran kepada beberapa pihak di antaranya adalah:

#### 1. Bagi ibu dengan anak tunagrahita

Bagi Ibu yang belum dapat menerima kondisi anak, agar dapat mengubah pandangan dan penilaian negatif terhadap anak tunagrahita jika anak tunagrahita tidak memiliki kemampuan apapun. Ibu perlu menggali lebih banyak lagi pemahaman tentang anak tunagrahita dengan cara mencari informasi tentang anak tunagrahita melalui buku, majalah ataupun media elektronik.

#### 2. Bagi keluarga

Keluarga diharapkan dapat lebih memberikan dukungan dan perhatian pada ibu yang memiliki anak tunagrahita sehingga ibu dapat mencapai fase penerimaan diri dan memberikan pengasuhan yang baik pada anak

#### 3. Peneliti selanjutnya

Diharapkan pada penelitian berikutnya agar dapat lebih mengembangkan penelitian tentang penerimaan diri pada ibu yang memiliki anak tunagrahita, memperbanyak subjek penelitian agar mendapatkan data yang lebih banyak dengan menggunakan metode wawancara.

#### 4. Pihak sekolah

Guru wali kelas diharapkan memberikan informasi mengenai keadaan anak tunagrahita kepada ibu yang memiliki anak tunagrahita. Dalam hal ini ibu perlu mendapatkan gambaran informasi penyebab tunagrahita, dan penanganan yang dapat dilakukan ibu untuk mengasuh anaknya. Adapun bagi Kepala Sekolah diharapkan dapat memberikan penyuluhan kepada ibu-ibu yang memiliki anak tunagrahita yang berisi informasi bagaimana pola asuh yang tepat untuk anak tunagrahita dan mengadakan *sharing* kepada para ibu untuk saling bercerita dan menguatkan.

## Daftar Pustaka

- Chaplin, J. P. (2012). *Kamus lengkap psikologi*. Jakarta: Rajawali Press.
- Creswell, J. (2013). *Research design pendekatan kualitatif, kuantitatif, dan mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Creswell, J. (2015). *Penelitian kualitatif dan desain riset memilih di antara lima*

- pendekatan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Devina, G., & Penny, H. (2016). Gambaran proses penerimaan diri ibu yang memiliki anak tunagrahita. *IJDS*, 3(1), 44-52.
- Faradina, N. (2016). Penerimaan diri pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. *E-Journal Psikologi*, 4(4), 386.
- Herdiansyah, H. (2015). *Metodologi penelitian kualitatif untuk ilmu Psikologi*. Jakarta: Rajawali Press.
- Kübler-Ross, E. (2009). *On death and dying: what the dying have to teach doctors, nurses, clergy and their own families*. London: Routledge.
- Mahabbati, A. (2009). Penerimaan dan kesiapan pola asuh ibu terhadap anak berkebutuhan khusus. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 5(2), 75-82.
- Mangunsong, F. (2009). *Psikologi dan pendidikan anak berkebutuhan khusus. Jilid 1*. Depok: Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran dan Pendidikan Psikologi.
- Mangunsong, F. (2011). *Psikologi dan pendidikan anak berkebutuhan khusus jilid kedua*. Depok: LPSP3 UI.
- Miyahara, M. (2008). Social support for developmental disabilities: Theoretical framework, practice, and research agenda. *New Zealand Journal of Disabilities Studies*, 13, 14-23.
- Moleong, L. J. (2005). *Metodologi penelitian kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Mukti, D. I., & Dewi, D. S. (2013). Hubungan antara religiusitas dengan penerimaan diri pada pasien stroke iskemik di RSUD Banjarnegara. *Psycho Idea*, 11(2), 35-40.
- Mulyadi, K., & Sutadi, R. (2014). *Autism is Curable (Benar, Autisme dapat Disembuhkan)*. Jakarta: PT Alex Media Komputindo.
- Ross, K. (2005). *Death and dying*. (ed 8). Swiss: Medical school University Zurich



## Pengaruh *Bullying* terhadap Harga Diri Siswa Sekolah Dasar

*Diab Fara Sasanti Ayu Tanton*

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta;  
Jl. Colombo No. 1 Sleman Yogyakarta, 55281  
4yutanton@gmail.com

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *bullying* terhadap harga diri siswa yang menjadi korban *bullying*. Jenis penelitian ini adalah penelitian *ex-post facto* dengan pendekatan penelitian kuantitatif. Populasi dalam penelitian sebanyak 220 siswa kelas IV dan V MI Negeri 1 Bantul tahun ajaran 2018/2019 dengan sampel dalam penelitian ini sebanyak 147 responden. Pengambilan data menggunakan skala *bullying* dan skala harga diri. Teknik pengambilan sampel menggunakan *cluster random sampling*. Adapun keabsahan data diuji menggunakan validitas isi dengan *expert judgment*, sedangkan reliabilitas dihitung dengan menggunakan rumus Alpha Cronbach. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan uji regresi sederhana. Hasil penelitian menunjukkan tidak ada pengaruh *bullying* terhadap harga diri siswa yang menjadi korban *bullying*. Tidak adanya pengaruh *bullying* terhadap harga diri diduga dipengaruhi oleh faktor *bullying* yang tidak mempengaruhi harga diri secara langsung. Penurunan harga diri merupakan dampak jangka panjang dari *bullying*, serta *bullying* hanya meningkatkan risiko penurunan harga diri korban di kemudian hari.

**Kata Kunci:** *bullying, harga diri, siswa korban bullying*

### Abstract

The purpose of this study was to know the influence of bullying toward student's self esteem as victim bullying. The research used type of research was *ex-post facto* with quantitative approach. The population in this research were 220 students of the fourth and fifth grade in MI Negeri 1 Bantul academic year 2018/2019 and the sample in this research were 147 respondents. The sampling technique in this research was cluster random sampling. Data were collected by was bullying scale and self esteem scale. The validity of the data was tested by expert judgment, while reliability was calculated used the Alpha Cronbach. For data analysis, this study used simple regression test. The results of this study shows that there was no effect of bullying toward student's self esteem as victim bullying. Bullying was not affected on student's self esteem suspected by factor bullying was not affected self esteem directly, decline of self esteem was long term effect of bullying, and bullying only increasing the risk for decline of victim's self esteem in the next time.

**Keywords:** *bullying, self-esteem, bullying victim*

### Pendahuluan

Pendidikan pertama dimulai dari sekolah dasar pada masa anak berusia 6-7 tahun. Pada masa usia sekolah dasar, anak menemui dan berada di lingkungan yang baru. Lingkungan baru yang lebih kompleks membuat anak berhubungan dengan lebih banyak individu yang belum dikenal sebelumnya. Apabila anak-anak mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan

kondisi baru maka kemudian dapat mengalami hambatan pertemanan yaitu dari saling tidak suka hingga menimbulkan konflik.

Pada pelaksanaan proses pendidikan masih ditemukan adanya permasalahan yang terjadi di lingkungan pendidikan. Masalah-masalah dalam lingkungan pendidikan salah satunya adalah tindak kekerasan yang dilakukan oleh sesama anak

di tingkat sekolah dasar. Menurut ICRW (International Center for Research on Women) pada tahun 2015 terdapat 84% anak di Indonesia mengalami kekerasan di sekolah (dalam Aini, 2018).

*Bullying* merupakan masalah dengan angka terbesar dalam kasus pendidikan di Indonesia. *Bullying* yang disebut KPAI sebagai bentuk kekerasan di sekolah mengalahkan tawuran pelajar, diskriminasi pendidikan, ataupun pengaduan pungutan liar (Firmansyah, 2014). Menurut Setyawan (2014) kasus *bullying* merupakan fenomena gunung es, yaitu kejadian yang terjadi jauh lebih banyak dari yang terlihat di permukaan, karena kasus yang dilaporkan hanya sebagian kecil.

Berdasarkan hasil kajian Konsorsium Nasional Pengembangan Sekolah Karakter pada 2014, *bullying* terjadi hampir setiap sekolah di Indonesia baik bentuk verbal maupun psikologis/mental (Rini, 2014). Hasil survei oleh Yayasan Semai Jiwa Amini pada 2008 di tiga kota besar di Indonesia yaitu Surabaya, Daerah Istimewa Yogyakarta, dan Jakarta memberi gambaran kasus *bullying* di sekolah. Hasil survei mencatat bahwa kekerasan di sekolah terjadi di tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA) dengan tingkat kekerasan 67.9% dan di tingkat Sekolah Menengah Pertama sebesar 66.1%.

Kota Yogyakarta yang dikenal sebagai kota pelajar tercatat sebagai kota dengan tingkat kekerasan di sekolah tertinggi dibanding dua kota yang lain yang disurvei dengan persentase tingkat kekerasan 77.5%. Hasil survei yang dilakukan pada bulan Juli sampai dengan Agustus 2013 kepada 739 siswa SMAN di Kota Yogyakarta menunjukkan bahwa 396 siswa (54%) mengaku pernah melihat kejadian *bullying* di lingkungan sekolah dan 100 siswa (13%) merasa pernah mengalami *bullying* (Aryuni, 2014; Poeh, 2014). Kota Yogyakarta lebih sering disebut kota pelajar sejak tahun 2009 menerapkan kebijakan mengenai kota layak

anak. Namun pada kenyataannya di kota Yogyakarta masih banyak ditemukan kasus-kasus kekerasan dan hasil penelitian yang mengindikasikan masih adanya fenomena *bullying*.

Pada penelitian sebelumnya peneliti melakukan studi kasus, observasi, dan pemberian kuesioner terkait *bullying* pada siswa kelas IV di MI Negeri 1 Bantul. Hasil studi tersebut menunjukkan bahwa masih ada beberapa anak yang mengalami *bullying* di sekolah. *Bullying* sendiri memiliki dampak secara fisik maupun psikologis pada korbannya.

Dampak *bullying* secara fisik dapat berupa mengalami sakit kepala, gangguan tidur, sakit perut, merasa letih dan depresi pada anak-anak yang tidak menjadi korban *bullying* (Fekkes, Fijpers, & Verloove-Vanhorick, 2004). Selain itu, dampak *bullying* secara psikologis atau mental juga dirasakan oleh korban. Dampak *bullying* tidak hanya dirasakan pada saat *bullying* tersebut terjadi akan tetapi juga pada masa yang akan datang. Perilaku *bullying* sendiri dapat mengakibatkan dampak jangka pendek dan jangka panjang pada korban (Fekkes dkk., 2006; Milson & Gallo, 2006; Roberts, 2005 dalam Santrock, 2011). Beberapa dampak jangka pendek *bullying* yang dirasakan korban *bullying* yaitu merasakan perasaan tertekan, kehilangan minat dalam tugas sekolah dan tidak ingin pergi ke sekolah. Adapun dampak jangka panjang dari *bullying* berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa korban *bullying* mengalami kecemasan, depresi, harga diri rendah, kegagalan konsentrasi, dan perilaku menghindar (Austin & Joseph, 1996; Kochenderfer & Ladd, 1996; Olweus, 1993).

*Bullying* di sekolah dasar yang dialami anak akan mempengaruhi kondisi fisik dan psikologis anak tersebut. Salah satu dampak psikologis dan dampak jangka panjang dari *bullying* yaitu mempengaruhi harga diri anak yang menjadi korban *bullying*. *Bullying* dapat menjadi salah satu faktor yang membuat

harga diri korban menjadi rendah. Penelitian oleh Jamir, Devi, Lenin, dan Roshan (2014) pada remaja SMP dan SMA di India menunjukkan bahwa *bullying* menyebabkan harga diri rendah dan depresi.

Anak dengan harga diri rendah cenderung mengalami kesulitan di lingkungan akibat kepribadiannya. Anak-anak dengan harga diri rendah seringkali memiliki performa yang rendah pula atau penolakan sosial akibat kepribadiannya yang demikian, sehingga mereka yakin bahwa mereka tidak dapat berubah. Anak dengan harga diri rendah cenderung merasa tidak bersemangat ketika mengalami kegagalan.

Kasus *bullying* pada anak telah sampai pada level sekolah dasar. Sekolah dasar memiliki dua tingkatan kelas yaitu kelas rendah dan kelas tinggi. Usia anak pada kelompok kelas-kelas tinggi, yaitu 9 atau 10 sampai 12 atau 13 tahun. Anak kelas atas sekolah dasar mulai mengembangkan rasa percaya diri terhadap kemampuan dan pencapaian yang baik dan relevan. Mereka mulai melakukan evaluasi diri yang lebih kompleks dari sebelumnya. Evaluasi atau penilaian terhadap diri sendiri disebut sebagai harga diri.

Pada masa anak sekolah dasar, mereka tidak hanya melakukan pemahaman diri dan menggambarkan dirinya, namun lebih dari itu mereka melakukan evaluasi terhadap dirinya. Evaluasi ini yang akan membentuk harga diri dan konsep diri mereka (Santrock, 2011). Beberapa hal dapat mendukung pembentukan harga diri yang positif namun adapula beberapa faktor yang dapat menurunkan harga diri.

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan sebelumnya, peneliti berupaya untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh *Bullying* terhadap Harga Diri Siswa Kelas IV dan V MI Negeri 1 Bantul Tahun Ajaran 2018/2019”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh

*bullying* terhadap harga diri siswa sebagai korban *bullying*.

## Metode Penelitian

### *Jenis penelitian*

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *ex-post factor* yang bertujuan untuk memeriksa pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat.

### *Waktu dan tempat penelitian*

Penelitian dilaksanakan pada semester genap tahun ajaran 2018/2019 mulai tanggal 8 April sampai 13 April 2018 di MI Negeri 1 Bantul yang terletak di Jalan Imogiri Timur km 7.5, Jati, Wonokromo, Pleret, Bantul, Yogyakarta

### *Populasi, Sampling, dan Subjek*

Populasi penelitian ini adalah siswa kelas IV dan V MI Negeri 1 Bantul sebanyak 220 siswa. Responden pada penelitian adalah 147 siswa yang terdiri dari kelas IV dan V MI Negeri 1 Bantul. Teknik pengambilan sampel penelitian menggunakan *cluster random sampling*.

### *Teknik pengumpulan data dan instrumen*

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan pengukuran dengan skala *bullying* dan skala harga diri.

Tabel 1. Kisi-kisi skala *Bullying*

Aspek	Indikator	Item
Verbal	Menerima julukan nama	2
	Menerima celaan	2
	Menjadi korban fitnah	2
	Menerima kritik dengan bahasa kasar	2
	Menerima ancaman	2
Fisik	Menerima kekerasan fisik ringan.	3
	Menerima kekerasan fisik berat	3
Psikologis	Dihindari dalam aktivitas bersama	3
	Menerima bahasa tubuh negatif	2
	Didiamkan orang lain	2
	Dimanipulasi persahabatannya	2

Total item dalam skala *bullying* yaitu 24 item yang disusun berdasar aspek *bullying*

dari Coloroso (2007). Keseluruhan item memiliki indeks *item-total correlation* di atas 0.3. Kisi-kisi skala *bullying* dapat dilihat pada Tabel 1.

Adapun skala harga diri disusun berdasar aspek harga diri dari Coopersmith (1997) yang terdiri dari aspek kekuatan (*power*), keberartian (*significance*), kebajikan (*virtue*), dan kemampuan (*competence*). Kisi-kisi skala dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Kisi-kisi skala Harga Diri

Aspek	Indikator	Item
Kekuatan	Dapat mengontrol orang lain	4
	Dapat mengontrol diri	4
Keberartian	Merasa berkontribusi pada lingkungan	4
Kebajikan	Berperilaku sesuai norma	5
	Berperilaku sesuai tuntunan agama	4
Kemampuan	Berhasil memnuhi tuntutan lingkungan	4

#### Teknik Analisis data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri atas analisis deskriptif, uji prasyarat analisis yang terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas, serta uji hipotesis.

#### 1. Analisis deskriptif

Data hasil pengerjaan instrument kemudian akan dikategorikan dan dideskripsikan. Skor dikategorikan dalam tiga kategori yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Pengkategorian dilakukan dengan panduan pada tabel 1.

Tabel 3. Kategorisasi skor

Kategori	Bullying	Harga Diri
Rendah	<47	<36
Sedang	47-65	36-53
Tinggi	66 ke atas	54 ke atas

#### 2. Uji prasyarat

Uji prasyarat yang dilakukan yaitu uji normalitas dan linieritas dengan IBM SPSS 22. Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data dalam penelitian ini berdistribusi normal. Uji normalitas

dilakukan pada data residual menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov. Data berdistribusi normal apabila taraf signifikansi  $\geq 0.05$ . Adapun uji linearitas dilakukan dengan menggunakan *Tes for Linearity*.

#### 3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh *bullying* terhadap harga diri. Pengujian hipotesis dilakukan dengan uji regresi linier satu predictor dengan signifikansi ( $p < .05$ ).

### Hasil Penelitian dan Pembahasan

#### Hasil Uji Deskriptif

Berdasarkan uji deskriptif diketahui bahwa rata-rata skor *bullying* dari 147 responden yaitu sebesar 57.5 (sedang). Sebanyak 83 siswa (56.5%) mengalami *bullying* dalam kategori rendah, sebanyak 60 siswa (40.8%) kategori sedang, dan sebanyak 4 siswa (2.7%) kategori tinggi. Adapun dapak skor harga diri, sebagian besar siswa memiliki harga diri yang tinggi. Rinciannya yaitu seorang siswa (0.7%) memiliki skor harga diri dalam kategori rendah, sebanyak 37 siswa (25.2%) kategori sedang, dan 109 siswa (74.1%) kategori tinggi.

#### Hasil Uji Hipotesis

Berdasarkan uji normalitas dengan Kolmogorov-Smirnov pada data residual diperoleh nilai Z sebesar 1.023 dengan signifikansi ( $p$ ) sebesar 0.246 ( $p > 0.05$ ). Dengan demikian tidak ada perbedaan data penelitian dan lapangan atau data berdistribusi normal. Adapun pada uji linieritas didapat nilai F pada baris Linearity sebesar 3.786 dengan signifikan 0.054 sehingga terdapat hubungan yang linier antara dua variable yang diteliti. Dengan demikian uji hipotesis dengan uji regresi linier satu predictor dapat dilakukan. Hasil uji regresi didapat nilai F sebesar 3.808 dengan signifikansi 0.053 ( $p > 0.05$ ) sehingga

hipotesis yang menyatakan bahwa tidak terdapat pengaruh *bullying* terhadap harga diri ditolak

#### *Pembahasan*

Mengacu pada hasil uji regresi menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh dari variabel *bullying* terhadap harga diri siswa. Temuan ini dapat disebabkan karena *bullying* tidak mempengaruhi harga diri korban secara langsung. *Bullying* dapat meningkatkan risiko penurunan harga diri pada korban di kemudian hari. Hal ini sejalan dengan temuan Jansen et al., (2012) yang menyatakan bahwa korban *bullying* memiliki risiko yang lebih tinggi untuk mengalami harga diri yang rendah di kemudian hari, kesehatan fisik yang lemah, dan masalah-masalah psikiatri seperti kecemasan, simtom psikotik, dan depresi. Penurunan harga diri merupakan salah satu dampak jangka panjang *bullying*. Hal ini sesuai dengan pernyataan Turkel (1990) yang menyebut bahwa terdapat fakta yang dipertimbangkan saat ini yaitu *bullying* yang terjadi terus-menerus atau berat dapat menyebabkan masalah secara langsung seperti depresi, sulit tidur, konsentrasi rendah dalam pemecahan masalah, dan masalah jangka panjang seperti kecemasan permanen dan harga diri rendah (Turkel, 1990).

Hasil temuan-temuan di atas menunjukkan bahwa pengalaman *bullying* yang dialami siswa tidak mempengaruhi harga diri siswa tersebut. Namun, meskipun *bullying* tidak mempengaruhi harga diri siswa secara langsung tetapi *bullying* dapat meningkatkan risiko penurunan harga diri pada korban di kemudian hari. Hal ini semakin diperkuat oleh temuan yang menyebutkan bahwa salah satu dampak jangka panjang *bullying* adalah harga diri rendah. meningkatkan risiko penurunan harga diri sebagai dampak jangka panjang dari *bullying*.

Berdasarkan hasil uji deskriptif sebelumnya ditemukan bahwa sebagian

besar siswa memiliki skor *bullying* dalam kategori rendah. Hal ini kemudian dapat dijelaskan berdasar wawancara peneliti dengan kepala sekolah yang menyebutkan bahwa *bullying* rendah mungkin karena lingkungan madrasah yang menerapkan nilai-nilai religius. Selain itu, sekolah menekankan pada pembentukan karakter sehingga anak dapat merepresentasikan perilaku-perilaku yang selaras dengan nilai-nilai agama. Pembentukan karakter dapat menjadi upaya pencegahan dan penanganan kasus *bullying*. Hal ini senada dengan hasil penelitian Mustikasari (2015) yang menyebutkan bahwa salah satu upaya penanganan *bullying* di SD Manggung 3 yaitu dengan pencegahan melalui pendidikan karakter. Oleh karena itu, penekanan pada pembentukan karakter anak menjadi alasan rendahnya kasus *bullying*.

Adapun ditilik dari skor harga diri, sebagian besar siswa sudah memiliki harga diri tinggi. Hal ini sesuai dengan temuan Robins dkk (2002) yang menyatakan bahwa harga diri berada pada level yang tinggi pada masa kanak-kanak, menurun pada masa remaja, dan meningkat pada masa dewasa sampai masa dewasa akhir lalu menurun kembali. Selain itu juga mungkin disebabkan sekolah tempat penelitian mengadakan pemberian motivasi pada siswa setiap pagi hari sebelum waktu pelajaran dimulai sebagai usaha untuk meningkatkan harga diri siswa. Skor harga diri yang tinggi memiliki makna bahwa responden pada penelitian ini memiliki penilaian diri yang positif akan dirinya sendiri secara keseluruhan. Anak dengan harga diri tinggi memiliki karakteristik memiliki kestabilan emosi, konsep diri yang menyeluruh, memiliki penilaian diri positif merasa dirinya penting dan berharga. Hal ini sejalan dengan pendapat Coopersmith (Gresia, Komalasari & Karsih, 2014) yang menyatakan bahwa individu dengan harga diri tinggi adalah seseorang yang menilai dirinya sebagai orang yang berharga, penting dan layak dihormati oleh orang-orang disekitarnya.

Pemberian motivasi diyakini dapat meningkatkan rasa percaya diri siswa yang nantinya akan mempengaruhi penilaian diri siswa tersebut. Hal ini sejalan dengan penelitian Pujadi (2007) yang menyebutkan bahwa individu memerlukan motivasi untuk meraih tujuan tertinggi dalam hidupnya yang nantinya akan membuat individu tersebut merasa berharga akan dirinya.

## Simpulan dan Saran

### Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh bullying terhadap harga diri siswa yang menjadi korban bullying. Hal ini ditunjukkan dengan uji regresi sederhana dengan nilai signifikansi  $s(p) > .05$ . Hasil temuan tersebut menunjukkan bahwa pengalaman *bullying* yang dialami siswa tidak mempengaruhi harga diri siswa.

### Saran

Berdasarkan kesimpulan dari penelitian yang telah dilakukan, maka saran yang dapat diberikan yaitu sebagai berikut.

#### 1. Bagi siswa

Bagi siswa yang mengalami *bullying* dapat kemudian melaporkan ke pihak sekolah atau orang terdekat untuk mencari bantuan.

#### 2. Bagi sekolah

Sekolah disarankan untuk bisa mencegah secara dini terjadinya *bullying* di lingkungan sekolahnya. Salah satu pencegahan yang dapat dilakukan yaitu dapat memberikan wawasan dan pemahaman mengenai indikasi-indikasi perilaku *bullying* dan selalu menjaga semangat anak dan memberikan motivasi kepada anak agar dapat terbentuk harga diri yang positif.

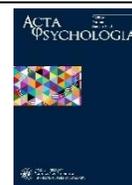
#### 3. Bagi peneliti selanjutnya

Diperlukan penelitian selanjutnya untuk mengetahui variabel lain yang dapat mempengaruhi harga diri seperti dari faktor fisik, faktor sosial, faktor psikologis, dan lain sebagainya

## Daftar Pustaka

- Abdulsalam, A. J., Al Daihani, A. E., & Francis, K. (2017). Prevalence and associated factors of peer victimization (bullying) among grades 7 and 8 middle school students in Kuwait. *International Journal of Pediatrics*, 1(8), 1-9.
- Aini, D. F. N. (2018). Self esteem pada anak usia sekolah dasar untuk pencegahan kasus bullying. *Jurnal Pemikiran dan Pengembangan SD*, 6(1), 36-46
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Austin, S., & Joseph, S. (1996). Assesment of bully/victims problem in 8 to 11 year-olds. *British Journal of Educational Psychology*, 66, 447- 456.
- Baron, R. A. & Byrne, D. (2005). *Psikologi sosial (10th ed.)*. Jakarta: Erlangga.
- Beane, A.L. (2008). *Protect your child from bullying: Expert advice to help you recognize, prevent, and stop bullying before your child gets hurt*. San Fransisco: Jossey Bass.
- Beck, A.T. (1986). Hopelessness as a predictor of eventual suicide. *Annals of The New York Academy of Sciences*, 487, 90-96.
- Besag, V.E. (1989). *Bullies and victims in schools*. England: Open University Press.
- Blascovich, L., & Tomaka, J. (1991). Measures of self- esteem. In J.P. Robinson, P. R. Shaver, & L. S.

- Wrightsmann (Eds.), Measures of personality and social psychological attitudes (Vol. 1, 115-160). San Diego, CA: Academic Press.
- Burns, S., Maycock, B., Cross., & Brown, G. (2009). The power of peers: Why some students bully others to conform. *Qualitative Health Research* 18(12), 1704-16. Diakses dari: <http://www.researchgate.net>. (diakses pada 24 Desember 2018).
- Cassidy, T. (2009). Bullying and victimization in school children: The role of social identity, problem-solving style, and family and school context. *Social Psychology Education*, 12, 63-76.
- Chaplin, J.P. (2001). *Kamus lengkap psikologi (Terjemahan Kartini Kartono)*. Jakarta: Raja Graindo Perkasa.
- Coetzee, M. (2005). *Disgrace*. University of Pretoria ets. (Terjemahan Indah Lestari). Diakses dari: <http://upetd.up.ac.za> (diakses pada 24 Desember 2018).
- Coloroso, B. (2007). *Stop bullying*. Jakarta: PT. Serambi Ilmu Semesta.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Fransisco: W.H. Freeman and Company.
- Dariuzky, G. (2004). *Membangun harga diri*. Bandung: CV. Ponir Jaya.
- Dariyo, A. (2007). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Dayaksini, T. & Hudaniah. (2006). *Psikologi sosial*. Malang: UMM Press.
- Dolan, S. L. (2007). *Stress, self esteem, health and work*. New York: Palgrave Macmillan. hlm.50.
- Eleni, Politi. (2014). School bullying: The phenomenon, the prevention and the intervention. *Procedia- Social and Behavioral Sciences*, 152, 268-271.
- Elliot, M. (Ed). (1994). *Keeping safe: A practical guide to talking with children*. London: Hooder and Stoughton.
- Erdley, C.A., Cain, K., Loomis, C.C., Dumas-Hines, F., & Dweck, C.S. (1997). Relations among children's social goals, implicit personality theories, and responses to social failure. *Developmental Psychology*, 33(2), 263-72. Diakses dari: [://www.ncbi.nlm.nih.gov](http://www.ncbi.nlm.nih.gov).
- Febriana, B., Poeranto, S., & Kapti, R. E. (2016). Pengaruh terapi kognitif terhadap harga diri remaja korban bullying. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 4(1).
- Furchan, A. (1982). *Pengantar penelitian dalam pendidikan*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Ghozali, I. (2012). *Aplikasi analisis multivariate dengan program ibm spss*. Yogyakarta: Universitas Diponegoro.
- Harre, R., & Lamb, R. (1996). *Ensiklopedi psikologi: Pembahasan dan evaluasi lengkap berbagai topik, teori, riset dan penemuan baru dalam ilmu psikologi (Terjemahan Danuyasa Asihwardji)*. Jakarta: Arcan.



## Perbedaan *Organizational Citizenship Behavior* Guru Sekolah ditinjau dari Jenis Kelamin

Rahma Wiranti Lestari

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta;  
Jl. Colombo No. 1 Sleman Yogyakarta, 55281  
[arinurastirahma@gmail.com](mailto:arinurastirahma@gmail.com)

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan *Organizational Citizenship Behavior* (OCB) pada guru Sekolah Dasar yang ditinjau dari jenis kelamin. Penelitian ini dilakukan pada guru Sekolah Dasar Kecamatan Gedongtengen dengan populasi guru sejumlah 63 subjek. Pengumpulan data menggunakan skala *Organizational Citizenship Behavior* yang terdiri dari 5 aspek yaitu *conscientiousness*, *sportsmanship*, *civic virtue*, *courtesy*, dan *altruism*. Pengujian validitas dan reliabilitas skala OCB menggunakan uji ahli dan uji reliabilitas Alpha Cronbach sebesar 0,853. Sementara itu, untuk uji perbedaan digunakan independent samples t-Test. Hasil analisis data menunjukkan adanya perbedaan OCB pada guru laki-laki dan perempuan. Pada uji hipotesis yang dilakukan, diperoleh hasil ( $t = 2,612$ ;  $df = 57$ ;  $p < 0,005$ ) hal itu menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara kelompok guru laki-laki dan perempuan. Berdasarkan hasil perhitungan, didapatkan hasil OCB guru laki-laki lebih tinggi dibandingkan guru perempuan.

**Kata Kunci:** *organizational citizenship behavior, guru, jenis kelamin*

### Abstract

This study aims to determine the difference *Organizational Citizenship Behavior* (OCB) on elementary school teachers viewed by gender. This study was conducted on elementary school teachers in Gedongtengen district with a teacher population of 63 subjects. Data collection used *Organizational Citizenship Behavior* scale consisting of 5 aspects such as *conscientiousness*, *sportsmanship*, *civic virtue*, *courtesy*, and *altruism*. The validity and reliability testing of the OCB-scale used expert testing and the reliability test of Alpha Cronbach amounted to 0.853. Meanwhile, to test the difference is used independent samples t-Test. Data analysis results indicate OCB differences in male and female teachers. On the hypothesis test conducted, obtained results ( $t = 2.612$ ;  $df = 57$ ;  $p < 0.005$ ) showing that there is a difference between a group of male and female teachers. Based on the calculation results, the results of the male teacher OCB are higher than the female teacher.

**Keywords:** *organizational citizenship behavior, teachers, gender*

### Pendahuluan

Guru memiliki arti penting untuk keberhasilan pendidikan. Peran penting guru sebagai pengajar sekaligus pendidik merupakan faktor penentu keberhasilan pendidikan (Rida, Dantes, & Dantes, 2013). Berdasarkan perilaku keorganisasian, tuntutan yang dihadapi guru sebagai seorang yang profesional memiliki beberapa keterbatasan. Keterbatasan tersebut dapat berupa keterbatasan yang dimiliki oleh guru

itu sendiri ataupun keterbatasan mengenai tuntutan yang diharapkan dari profesi guru.

Menurut Katz (1964) terdapat tiga kategori perilaku kerja yaitu individu terikat dan ada di dalam organisasi, diwajibkan menyelesaikan peran khusus dalam pekerjaannya, dan mengharuskan terikat pada aktivitas yang inovatif dan spontan di luar perannya. Kategori terakhir itu yang dikatakan sebagai *extra role* atau *organizational citizenship behavior*. *Organizational Citizenship*

*Behavior* (OCB) merupakan perilaku positif yang menguntungkan organisasi, namun bukan termasuk dalam tugas pokoknya (Duffy & Lilly, 2013). Menurut Organ (1988) OCB dapat meningkatkan fungsi efektif organisasi, hal ini termasuk sekolah. Sekolah merupakan organisasi yang menaungi para guru diharapkan dapat berjalan dengan baik, Jafari dan Bidarian (2012) menganggap bahwa ada beberapa faktor yang melandasinya seperti perilaku organisasi, komitmen, tanggung jawab, sikap berani dan pekerja yang bijaksana. Faktor pekerja ini sama halnya dengan guru yang berada di sekolah. Dapat dikatakan bahwa faktor guru yang bijaksana merupakan salah satu faktor paling dasar dalam keberhasilan sekolah. Guru di sekolah dituntut tidak hanya melaksanakan tugasnya sebagai seorang guru, melainkan juga mampu beradaptasi dengan lingkungan sekolah. Salah satunya dengan rekan kerja. Guru diharapkan mampu berkoordinasi dengan baik, membantu rekan, ataupun menghindari perilaku yang merugikan sekolah.

Pada sektor pendidikan seperti sekolah, pekerja perempuan relatif lebih banyak jumlahnya dibanding pekerja laki-laki (Sari, Sampeadi dan Sunardi, 2018). Jenis kelamin dalam partisipasi angkatan kerja untuk laki-laki 80% sementara 50.2% untuk perempuan berdasarkan data yang dikeluarkan ILO (International Labour Organization) tahun 2014. Terkait dengan guru, guru laki-laki dan perempuan memiliki karakteristik psikologis dan fisik yang berbeda, terutama dalam melakukan pekerjaan (Sari, Sampeadi & Sunardi, 2018). Hal tersebut yang memunculkan perilaku laki-laki dan perempuan berbeda dalam masyarakat maupun lingkup pekerjaan. Laki-laki dan perempuan mempunyai tuntutan yang berbeda di masyarakat, termasuk guru di sekolah. Stereotipe masyarakat terhadap jenis kelamin juga berbeda-beda. Hal itulah yang membedakan jenis kelamin dalam sudut pandang peran di masyarakat (Ahdiah, 2013). Di sisi lain, dalam konteks

organisasi atau pekerjaan baik laki-laki dan perempuan diharapkan dapat bekerja dengan baik bahkan memenuhi harapan lebih dari organisasi. Harapan lebih tersebut ialah Organizational Citizenship Behavior (OCB). Guru yang memiliki OCB yang tinggi akan sukarela melakukan hal-hal positif yang bersifat membangun sekolah. Guru yang memiliki OCB tinggi akan senang bekerja di sekolah dan merasa bahwa ia bagian dari sekolah. Sebaliknya jika OCB rendah, guru tidak terdorong dalam melakukan tugasnya, dan cenderung mengabaikan perkembangan sekolah.

Pada penelitian Beauregard (2000) perempuan diharapkan memiliki OCB yang lebih dan mendapatkan hukuman (*punishment*) jika tidak melakukannya. Piercy, Lane, dan Craves (dalam Dewi & Perdhana, 2016) mengemukakan bahwa perempuan lebih terlibat banyak OCB dibanding laki-laki. Sementara itu laki-laki tidak diharapkan memiliki OCB tinggi dan mendapatkan apresiasi jika memiliki OCB yang tinggi. Perempuan seringkali memiliki OCB yang lebih tinggi dibanding laki-laki karena dianggap lebih rela membantu orang dan lebih murah hati (Farrel & Finkelstein dalam Dewi & Perdhana, 2016).

Belum banyak penelitian yang berfokus pada jenis kelamin dan pengaruhnya pada OCB menurut Punia dan Shyam (2017). Penelitian dari masalah OCB dan jenis kelamin ini didasarkan oleh pentingnya OCB terhadap organisasi. Setiap organisasi, dalam hal ini sekolah memiliki tujuan agar ada kontribusi yang dilakukan guru untuk menunjang keefektifan sekolah. Dalam penelitian yang telah dilakukan, ada hasil yang bertentangan antara pengaruh jenis kelamin dan OCB. Di lapangan juga ditemukan data yang berbeda dengan data empiris yang ada. Mengingat peran penting OCB yang bagi sekolah, maka tingkat OCB seharusnya baik agar membantu meningkatkan produktivitas dan efektivitas dari sekolah. Sehingga dapat diketahui tingkatan OCB pada guru laki-laki maupun

perempuan sebagai salah satu dasar untuk menjadikan efektivitas sekolah lebih baik dari sebelumnya. Oleh karena itu pada peneliti melakukan penelitian untuk mengetahui perbedaan OCB pada guru SD ditinjau dari jenis kelamin.

## Metode Penelitian

### Jenis penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Jenis penelitian ini termasuk dalam penelitian *ex post facto* karena variabel yang digunakan tidak bisa dimanipulasi dan kejadian sudah sudah terjadi (Sugiyono, 2012)

### Waktu dan tempat penelitian

Penelitian ini dilakukan mulai Januari- Mei 2019. Tempat penelitian dilakukan pada seluruh guru SD di Kecamatan Gedongtengen.

### Subjek penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah guru sekolah dasar di Kecamatan Gedongtengen. Populasi guru Sekolah Dasar di Kecamatan Gedongtengen sejumlah 63. Adapun yang terlibat menjadi subjek penelitian yaitu 22 guru laki-laki dan 37 guru perempuan.

### Prosedur

Prosedur pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala Organizational Citizenship Behavior (OCB). Subjek akan menilai pernyataan-pernyataan yang sesuai dengan dirinya maupun tidak berdasarkan pilihan jawaban yang ada. Terdapat 23 pernyataan yang diberikan serta 4 pilihan jawaban berupa sangat setuju, setuju, kurang setuju, dan tidak setuju. Tidak ada jawaban benar atau salah dalam pengisian skala.

### Teknik pengumpulan data dan instrumen

Dalam pengambilan data, instrumen yang digunakan merupakan skala OCB. Skala OCB ini digunakan untuk mengukur

sikap, pendapat, maupun persepsi individu atau kelompok terhadap fenomena sosial (Sugiyono, 2012). Instrumen didasarkan pada Teori Organ 1988 yang berisi 5 dimensi yaitu *conscientiousness*, *sportsmanship*, *civic virtue*, *courtesy*, dan *altruism*. Kisi-kisi OCB dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Kisi-kisi skala *Organizational Citizenship Behaviour*

Aspek	Indikator
<i>Conscientiousness</i> (melakukan hal-hal yang menguntungkan untuk sekolah)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melaksanakan tugas lebih dari harapan sekolah</li> <li>Menaati peraturan yang ada di sekolah</li> </ul>
<i>Sportsmanship</i> (toleransi pada kekurangan yang dimiliki sekolah tanpa mengeluh)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mampu memandang sekolah sebagai tempat yang nyaman untuk bekerja</li> <li>Menghindari hal-hal yang menimbulkan pengaruh negatif pada sekolah</li> </ul>
<i>Civic Virtue</i> (peduli terhadap sekolah dengan terlibat pada kelangsungan sekolah)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan hal-hal di luar mengajar untuk mewakili sekolah pada kegiatan tertentu</li> <li>Memantau perkembangan sekolah melalui media informasi di sekolah</li> </ul>
<i>Courtesy</i> (menjaga hubungan baik dengan sesama)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mampu menghargai privasi guru lain</li> <li>Tidak menggumbar keburukan sesama guru</li> </ul>
<i>Altruism</i> (menolong rekan kerja sesama guru)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Menolong rekan kerja dalam penyelesaian pekerjaan tanpa paksaan</li> </ul>

### Teknik Analisis data

Uji hipotesis penelitian dilakukan yaitu *Independent sample t-test* dengan bantuan program SPSS. Uji tersebut ditujukan untuk menguji perbedaan dua rata-rata kelompok yaitu OCB guru laki-laki dan OCB guru perempuan. Hipotesis di penelitian ini yaitu terdapat perbedaan OCB antara guru laki-laki dan guru perempuan di Sekolah Dasar yaitu OCB guru perempuan lebih tinggi dibanding guru laki-laki.

Dalam melakukan uji *t-test* terdapat uji prasyarat yang dipenuhi peneliti terlebih dahulu yaitu uji normalitas dan

homogenitas. Menurut Siegel (1994) syarat dilakukan uji t antara lain yaitu data independen, berdistribusi normal, memiliki varians yang sama atau homogen, dan variabel terukur setidaknya skala interval. Sudijono (2008) mengatakan bahwa terdapat perbandingan dua buah sampel pada uji t kecil, yaitu  $n < 30$  yang satu sama lain memiliki hubungan dan tidak. Sementara itu menurut Singgih (2004), t-test memiliki 3 syarat yaitu data berjenis interval atau rasio, jumlah sampel 2, dan hubungan antar sampel harus bebas. Pada dasarnya untuk mengetahui adanya perbedaan dengan uji t dapat dilakukan apabila data berdistribusi normal dan homogen (Yusri, 2013).

## Hasil Penelitian dan Pembahasan

### Hasil Uji Deskriptif

Pada Tabel 2 dapat dilihat bahwa rata-rata skor OCB pada guru laki-laki lebih tinggi daripada guru perempuan. Rata-rata skor OCB pada guru laki-laki ( $n_1=22$ ) sebesar 80.727 adapun pada guru perempuan ( $n_2=37$ ) rata-rata skor OCB sebesar 76.189.

Tabel 2. Data deskriptif OCB

	Laki-laki	Perempuan
n	22	37
mean	80.727	76.189
minimum	67	62
maksimum	88	89

Skor OCB juga dikategorikan menjadi tiga kategori yaitu tinggi, rendah, dan sedang. Pada tabel 3 dapat dilihat bahwa sebagian besar guru laki-laki yaitu 63.6% memiliki OCB di kategori sedang, begitu pula guru perempuan yaitu 59.5%.

Tabel 3. Data deskriptif OCB

	Laki-laki	Perempuan
Tinggi	31.8%	13.5%
Sedang	63.6%	59.5%
Rendah	4.5%	27%

### Hasil Uji Hipotesis

Berdasarkan hasil uji normalitas diketahui bahwa nilai Kolmogorov-Smirnov pada data kelompok laki-laki sebesar 0.111 dengan  $p=0.200$ . Adapun pada data pada kelompok perempuan sebesar 0.109 dengan  $p=0.200$ . Dengan demikian kedua data berdistribusi normal. Kemudian hasil uji homogenitas dengan *Levene test* diperoleh signifikansi ( $p$ ) sebesar 0.19 sehingga tidak ada perbedaan varian antar kelompok sehingga data homogen. Analisis kemudian dilakukan dengan uji *independent sample t-test*. Hasil uji *independent sample t-test* diperoleh perbedaan mean antara dua kelompok sebesar 4.538 dengan nilai  $t=2.612$  ( $df=57$ ) dan nilai signifikansi ( $p$ )  $< .05$  sehingga terdapat perbedaan skor OCB yang signifikan antara guru laki-laki ( $mean=80.727$ ) dan perempuan ( $mean=76.189$ ).

Tabel 4. Perbedaan mean tiap aspek dalam OCB

Aspek	Laki-laki	Perempuan
<i>Conscientiousness</i>	3.53	3.42
<i>Sportmanship</i>	3.64	3.37
<i>Civic Virtue</i>	3.44	3.21
<i>Courtesy</i>	3.46	3.23
<i>Altruism</i>	3.40	3.29

Berdasarkan tabel 4, rata-rata nilai aspek pada laki-laki lebih tinggi dibandingkan perempuan. Meskipun demikian, pada aspek *conscientiousness* atau hal-hal yang dilakukan menguntungkan sekolah, perempuan dan laki-laki hanya berselisih sedikit yaitu 0.11 serta pada aspek *altruism* atau sikap untuk menolong sesama guru, perempuan hanya berselisih 0.11 di bawah laki-laki. Artinya, pada kedua aspek tersebut pada kelompok laki-laki maupun perempuan hampir sama atau cenderung seimbang.

### Pembahasan

Berdasarkan hasil uji *independent sample t-test*, hipotesis penelitian yang menyatakan terdapat perbedaan skor OCB pada guru laki-laki dan perempuan terbukti. Namun di penelitian ini skor OCB guru laki-laki ditemukan lebih tinggi dibanding guru perempuan. Tingkat *organizational citizenship behavior* pada laki-laki dan perempuan di kategori sedang. Namun, OCB pada laki-laki memiliki kecenderungan lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan. Hal ini terlihat pada rata-rata hasil OCB yang menunjukkan bahwa nilai OCB kelompok laki-laki sebesar 80.73 sementara pada perempuan 76.19.

Keseluruhan rata-rata OCB kelompok guru laki-laki dan perempuan memiliki selisih yang cukup jauh. Apabila dilihat dari aspek-aspek yang membentuk OCB, maka hanya terdapat perbedaan sedikit antara OCB laki-laki dan perempuan walaupun pada semua aspek laki-laki memiliki nilai yang lebih baik dibanding perempuan. Pada aspek *conscientiousness* dan *altruism* laki-laki memiliki rata-rata yang lebih baik sebesar 0.11. Selisih nilai tersebut dapat dikatakan kecil jika dibandingkan aspek lainnya. Artinya hanya terdapat perbedaan sedikit lebih baik laki-laki dibanding perempuan pada aspek tersebut.

Adanya kecenderungan perbedaan hasil yang lebih tinggi kelompok guru laki-laki dibandingkan dengan kelompok guru perempuan pada tingkat *organizational citizenship behavior* dimiliki berbeda dengan pernyataan Morrison (1994) yang menyatakan bahwa OCB perempuan lebih baik dibanding OCB laki-laki. Fokus pada penelitian ini yaitu OCB guru yang ditinjau dari jenis kelamin meskipun OCB laki-laki memiliki rata-rata yang lebih tinggi dibanding perempuan yang kemungkinan didapatkan karena beberapa faktor lain. Menurut Organ dalam Titisari (2014) OCB dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti motivasi, moral guru, budaya organisasi

dalam sekolah, kepribadian guru dan komitmen terhadap organisasi sekolah. Faktor lainnya yaitu masa kerja, usia, dan tingkat pendidikan. OCB tidak hanya dipengaruhi oleh satu faktor melainkan berbagai faktor, salah satunya jenis kelamin. Penelitian ini juga mendapatkan data dari usia dan masa kerja, meskipun demikian pengaruh kedua faktor tersebut kecil untuk menentukan tingkat OCB.

Kemungkinan yang paling besar sebagai alasan bahwa *organizational citizenship behavior* laki-laki lebih besar dari perempuan adalah karakteristik laki-laki dan perempuan serta kepribadian individu. Laki-laki cenderung diharapkan menjadi sosok yang bertanggung jawab dan menjadi pemimpin yang baik dalam lingkup pekerjaannya. Berbanding terbalik dengan perempuan yang masih dipandang lebih cocok dalam lingkup rumah tangga, bukan dunia kerja. Hal ini berdampak pada respon individu yang berbeda-beda, terutama laki-laki dan perempuan. Selain itu faktor internal dari individu seperti kepribadian individu. Baik laki-laki maupun perempuan memiliki kepribadian yang berbeda-beda dan cenderung menetap.

Berdasarkan kemungkinan yang telah dibahas sebelumnya, pada penelitian ini terdapat hal lain yang membuat OCB pada guru laki-laki lebih tinggi dibandingkan perempuan. Banyak faktor yang mempengaruhi OCB, salah satunya adalah jenis kelamin. Artinya bahwa jenis kelamin bukan satu-satunya penentu tinggi rendahnya OCB seseorang. Berbagai faktor eksternal maupun internal lain seperti keadaan guru saat itu dan kepribadian yang dibentuk laki-laki dan perempuan tentu berbeda.

### Simpulan dan Saran

#### Simpulan

Berdasarkan penelitian, terdapat perbedaan *Organizational Citizenship Behavior* (OCB) pada guru laki-laki dan perempuan di SD se-

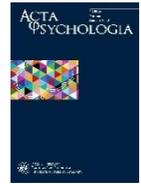
Kecamatan Gedongtengan. Guru laki-laki memiliki rata-rata skor OCB yang lebih tinggi dibanding guru perempuan.

#### *Saran*

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, terdapat saran bagi penelitian selanjutnya. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggali lebih dalam faktor-faktor lain yang mempengaruhi OCB. Jenis kelamin dalam penelitian ini menunjukkan bahwa OCB laki-laki lebih tinggi dibanding perempuan, berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa perempuan diharapkan memiliki OCB yang lebih dibanding laki-laki.

#### **Daftar Pustaka**

- Ahdiah, I. (2013). Peran-peran perempuan dalam masyarakat. *Jurnal Academica*, 5(2), 1085-1092.
- Dewi, R.M. & Perdhana, M.S. (2016). Peran gender, usia, dan tingkat pendidikan terhadap organizational citizenship behavior (OCB). 5, 1-9.
- Duffy, J.A., & Lilly, J. (2013). Do individual needs moderate the relationships between organizational citizenship behavior, organizational trust and perceived organizational support?. *Journal of Behavioral and Applied Management*, 14, 185.
- Jafari, P., & Bidarian, S. (2012). The relationship between organizational justice and organizational citizenship behavior. *Procedia- Social and Behavioral Sciences*, 47, 1815–1820.
- Katz, D. (1964). The motivational basis of organizational behaviour. *Behavioural Science*, 9, 131-146.
- Morrison, E.W. (1994). Role definitions and organizational citizenship behavior: The importance of the employee's perspective. *Academy of Management Journal*, 37, 1543-1567.
- Organ, D.W. (1988). *Organizational citizenship behavior: The good soldier syndrome*. Lexington, MA: Lexington Books.
- Punia, A.P. & Shyam,
- Purnia, A.P., & Shyam, R. (2017). Gender difference in of organisational behavior (OCB) and motives underlying OCB. *Psychology and Behavioral Science International Journal*, 2, 1-5.
- Rida, M., Dantes, N. & Dantes, K.R. (2013). Hubungan motivasi kerja, masa kerja dan kesejahteraan guru terhadap profesionalisme guru sekolah dasar negeri di Gugus II Kecamatan Sukasada. *E-journal Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha*, 3, 1-10.
- Sari, R., Sampeadi, & Sunardi. (2018). Perbedaan organizational citizenship behavior (OCB), kepuasan kerja dan stres kerja berdasarkan gender pada perawat instalasi rawat inap RSD Balung Kabupaten Jember. *Bisma*, 12, 31-340.
- Siegel. S. (1994). *Statistik non parametrik untuk ilmu- ilmu sosial*. Jakarta: Gramedia
- Sudijono, A. (2008). *Pengantar statistik pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono. (2012). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&B*. Bandung: Alfabeta.
- Titisari, P. (2014). *Peranan organizational citizenship behavior (OCB) dalam meningkatkan kinerja karyawan*. Jakarta : Mitra Wacana Media.
- Yusri. (2013). *Statistika sosial: aplikasi dan interpretasi*. Yogyakarta: Graha Ilmu



## Hubungan Kualitas Perkawinan dan Kebersyukuran pada Pasangan Penyandang Disabilitas

*Isti Anahtul Fitriyah*

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta;  
Jl. Colombo No. 1 Sleman Yogyakarta, 55281  
[fitri86isti@gmail.com](mailto:fitri86isti@gmail.com)

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kebersyukuran dan kualitas perkawinan pada pasangan penyandang disabilitas. Penelitian dilakukan di Yayasan Penyandang Cacat Mandiri (YPCM) dan Paguyuban Penyandang Paraplegia Yogyakarta (P3Y). Subjek penelitian berjumlah 84 orang dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Alat pengumpulan data menggunakan skala kebersyukuran dan skala kualitas perkawinan. Adapun analisis data penelitian dilakukan dengan uji korelasi menggunakan *pearson product moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebersyukuran memiliki hubungan positif dan signifikan terhadap kualitas perkawinan pada pasangan penyandang disabilitas, yaitu diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0.980 dengan signifikansi 0.000 ( $p < 0.05$ ).

**Kata Kunci:** *kebersyukuran, kualitas perkawinan, disabilitas*

### Abstract

This study aimed to find out the correlation between gratitude and marriage quality on couples with disabilities. This research took place in Yayasan Penyandang Cacat Mandiri (YPCM) and Paguyuban Penyandang Paraplegia Yogyakarta (P3Y). The subjects in this study amounted to 84 people obtained by the purposive sampling technique. The data collected using a gratefulness scale and a marriage quality scale. The data was analysed using pearson correlation. The result of this study showed that gratefulness has a positive and significant correlation with marriage quality on couples with disabilities, resulted from correlation coefficient value 0.980 with significance value 0.000 ( $p < 0.05$ ).

**Keywords:** *gratefulness, marriage quality, disability*

### Pendahuluan

Perkawinan merupakan salah satu fase dalam kehidupan manusia untuk membangun sebuah keluarga. Pada umumnya, setiap individu mengharapkan perkawinannya akan bertahan selamanya, juga memberikan kebahagiaan bagi pasangannya. Sebagaimana disebutkan dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 1 tahun 1974 tentang perkawinan yaitu, "Perkawinan adalah ikatan lahir batin antara seorang pria dan wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk

keluarga yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa." Namun demikian, faktanya seringkali perkawinan berakhir dengan perceraian. Data dari Dirjen Badan Peradilan Agama, Mahkamah Agung pada periode 2014-2016 melaporkan bahwa angka perceraian di Indonesia meningkat, yaitu dari 344.237 pada tahun 2014 menjadi 365.633 di tahun 2016. Rata-rata angka perceraian naik 3% per tahun. Badan Peradilan Agama (Badilag) Mahkamah Agung (MA) juga menyebutkan bahwa terdapat lima faktor yang mendorong tingginya perceraian, yaitu

tidak ada keharmonisan (97.615), tidak ada tanggung jawab (81.266), ekonomi (74.559), gangguan pihak ketiga (25.310), dan cemburu (9.338).

Banyaknya kasus perceraian tersebut mengindikasikan bahwa kualitas perkawinan yang dicapai kurang baik. Kualitas perkawinan memiliki pengaruh yang kuat terhadap kepuasan di dalam hidup. Ketidakbahagiaan di dalam perkawinan akan mengurangi kebahagiaan di dalam aspek kehidupan yang lain seperti pekerjaan dan pertemanan (Cavanaugh & Blanchard-Fields, 2010). Kualitas perkawinan digambarkan sebagai taraf keunggulan proses relasi suami istri, serta suatu perasaan yang bersifat subjektif tentang kebahagiaan yang diperoleh pasangan yang menikah dalam kehidupan perkawinannya, baik itu secara menyeluruh maupun terhadap aspek-aspek dari perkawinannya (Nurhayati, 2017).

Sebagaimana individu yang lainnya, orang dengan disabilitas juga menginginkan kebahagiaan dalam hidupnya. Perkawinan dapat menjadi salah satu pintu menuju kebahagiaan itu. Sebuah studi yang dilakukan di Inggris menunjukkan bahwa orang-orang yang menikah lebih bahagia dan tingkat kesejahteraan psikologisnya lebih tinggi dibandingkan dengan orang-orang yang tidak atau belum menikah (Helliwell & Grover, 2014). Oleh karena itu, orang-orang dengan disabilitas juga berhak menikah seperti individu yang lainnya untuk mencapai kehidupan yang bahagia dan sejahtera.

Permasalahan pernikahan yang dihadapi penyandang disabilitas sangat kompleks. Adanya keterbatasan fungsi tubuh kemudian menimbulkan masalah mobilitas. Ketidakmampuan ini dapat menghambat penyandang disabilitas fisik dalam menjalankan kegiatan sehari-hari. Keadaan seperti ini dapat menimbulkan keadaan rawan psikologis yang ditandai dengan munculnya stress, sikap emosional yang

labil, berkurangnya rasa kepercayaan diri, penerimaan diri rendah, hingga kesulitan dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungan sosial (Izzah, 2016). Pasangan penyandang disabilitas yang menikah cenderung memiliki kesejahteraan ekonomi yang rendah dibandingkan dengan pasangan yang bukan disabilitas (Perwitasari, 2012). Hal tersebut dapat dikarenakan penyandang disabilitas kerap menghadapi keterbatasan dalam mengakses pendidikan, pelatihan, dan pekerjaan yang layak. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Lubis, Syahfitriani, dan Emy (2017) menyatakan bahwa ketika pasangan tidak merasa sejahtera atau menunjukkan ketidakbahagiaan dalam rumah tangga, maka hal tersebut dapat merusak kualitas perkawinan. Namun demikian menurut Watkins (Emmons & McCullough, 2004) ada keterkaitan yang erat antara kebersyukuran dengan kesejahteraan.

Setiap pasangan yang menikah penting untuk meningkatkan kebahagiaan dan kesejahteraannya dalam membina rumah tangga. Salah satu caranya adalah dengan bersyukur terhadap apa yang dilakukannya (Algoe, Gable, & Maisel, 2010). Kebersyukuran dapat meningkatkan individu untuk menikmati manfaat yang mereka peroleh dari suatu hubungan yang positif sehingga mencapai manfaat emosi yang positif (Emmons, Tsang, & McCullough, 2004). Bersyukur dianggap sebagai sebuah penghargaan terhadap pasangannya, yaitu emosi positif yang tidak dipicu oleh keuntungan tertentu, melainkan merupakan bentuk pengakuan dan penghargaan terhadap nilai-nilai pasangan terhadap dirinya (Kubacka, Finkenauer, Rusbult, & Keijsers, 2011).

Berdasarkan uraian di atas maka rumusan masalah penelitian yang diajukan yaitu apakah ada hubungan antara kebersyukuran dengan kualitas perkawinan pada pasangan penyandang disabilitas. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui hubungan kebersyukuran

terhadap kualitas perkawinan pada pasangan penyandang disabilitas. Adapun manfaat dari penelitian ini adalah memperkaya kajian konsep kebersyukuran dan kualitas perkawinan.

## Metode Penelitian

### *Jenis penelitian*

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan satu variabel terhadap variabel yang lain.

### *Waktu dan tempat penelitian*

Penelitian dilakukan pada bulan Maret-April 2019 di Yayasan Penyandang Cacat Mandiri dan Paguyuban Penyandang Paraplegia Yogyakarta.

### *Populasi, Sampling, dan Subjek*

Populasi dalam penelitian ini adalah pasangan suami istri yang berdomisili di Daerah Istimewa Yogyakarta yang salah satu atau keduanya menyandang disabilitas fisik dengan waktu perkawinan minimal 5 tahun. Sampel pada penelitian ini berjumlah 84 orang.

### *Prosedur*

Penelitian ini terdiri dari beberapa tahap. Tahap pertama adalah penyebaran instrumen (skala kebersyukuran dan skala kualitas perkawinan). Tahap selanjutnya adalah seleksi item dan reliabilitas. Seleksi item dilakukan dengan menggunakan bantuan program IBM SPSS for Windows 23. Kriteria pemilihan item berdasarkan korelasi item total menggunakan batasan  $\geq .20$ . Hal tersebut sesuai pendapat Azwar (2015) bahwa batasan minimal koefisien korelasi item-total sebesar .30, namun batas tersebut dapat dipertimbangkan untuk diturunkan menjadi .20 apabila jumlah butir yang lolos tidak mencukupi jumlah yang diinginkan.

### *Teknik pengumpulan data dan instrumen*

Data diperoleh langsung dari subjek penelitian. Data tersebut diperoleh melalui 2 instrumen penelitian yang disebar peneliti kepada 84 subjek. Adapun instrumen yang digunakan yakni skala kualitas perkawinan dan skala kebersyukuran. Skala kualitas perkawinan terdiri dari 32 item dan skala kebersyukuran terdiri dari 32 item. Masing-masing subjek mengisi item-item tersebut, kemudian skala tersebut dikembalikan ke peneliti.

### *Teknik Analisis data*

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri atas analisis deskriptif, uji prasyarat analisis yang terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas, serta uji hipotesis.

#### 1. Analisis deskriptif

Analisis data deskriptif memiliki tujuan untuk mendeskripsikan variable. Data berupa skala diperoleh kemudian diubah dalam bentuk kategori.

#### 2. Uji prasyarat

Uji prasyarat yang dilakukan yaitu uji normalitas dan uji linieritas. Uji normalitas dilakukan dengan Kolmogorov-Smirnov dengan taraf signifikansi  $(p) < .05$ . Adapun uji linearitas pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan *Tes for Linearity* dalam program SPSS Statistics for windows dengan taraf signifikan .05.

#### 3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah kebersyukuran mampu memprediksi kualitas perkawinan. Pengujian hipotesis dilakukan dengan bantuan IBM SPSS Statistics for Windows, menggunakan analisis korelasi—Pearson Product Moment

## Hasil Penelitian dan Pembahasan

### *Hasil Uji Deskriptif*

Subjek yang terlibat sebanyak 84 orang yang terdiri dari 42 laki-laki (50%) dan 42 perempuan (50%). Berdasarkan uji deskriptif, rata-rata skor kualitas perkawinan subjek sebesar 113.65 dengan deviasi standar sebesar 8.98. adapun rata-rata skor kebersyukuran sebesar 11.09 dengan deviasi standar 9.46. Sebagian besar atau mayoritas subjek memiliki tingkat kualitas perkawinan yang sedang cenderung tinggi. Hasil analisis deskriptif pada variabel kebersyukuran juga menunjukkan bahwa sebagian besar atau mayoritas subjek memiliki tingkat kebersyukuran pada kategori sedang cenderung tinggi.

### *Hasil uji prasyarat*

Hasil uji normalitas pada data residual dengan menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov didapat nilai signifikansi ( $p$ ) sebesar 0.691 ( $p > 0.05$ ). Dengan demikian data kebersyukuran dan kualitas perkawinan yang diperoleh berdistribusi normal. Kemudian hasil uji linieritas nilai  $F$  2.544 dengan signifikansi 0.000 ( $p < 0.05$ ) sehingga terdapat hubungan linier antara variable kebersyukuran ( $X$ ) dan variable kualitas perkawinan ( $Y$ ).

### *Hasil Uji Hipotesis*

Berdasarkan hasil analisis, koefisien korelasi sebesar 0.980 dengan  $p < 0.001$ . Hal ini berarti bahwa kebersyukuran memiliki hubungan positif dan signifikan terhadap kualitas perkawinan.

### *Pembahasan*

Hasil penelitian bahwa kebersyukuran berhubungan positif dengan kualitas perkawinan sejalan dengan penelitian Herawati dan Farradina (2017). Pada individu, terutama penyandang disabilitas, kebersyukuran memiliki peran yang sangat penting dalam kehidupannya. Hal ini karena dengan bersyukur akan

membuat seseorang memiliki pandangan yang lebih positif dan perspektif secara lebih luas mengenai kehidupan, yaitu pandangan bahwa hidup adalah suatu anugerah (Peterson & Seligman, 2004). Bersyukur juga akan menyebabkan seseorang mendapatkan keuntungan secara emosi dan interpersonal. Dengan melihat dan merasakan penderitaan atau keterbatasan sebagai sesuatu yang positif, maka seseorang akan bisa meningkatkan kemampuan coping barunya baik secara sadar maupun tidak, dapat memicu timbulnya pemaknaan terhadap diri yang akan membawa hidup seseorang ke arah yang lebih positif (McMillen dalam Krause, 2006).

Bersyukur juga dapat membantu seseorang untuk dapat meningkatkan kemampuan dirinya dalam menghadapi masalah dan menemukan penyelesaian yang terbaik bagi masalahnya. Watkins dkk (2003) menyatakan bahwa rasa bersyukur yang dimiliki oleh seseorang dapat mengindikasikan seberapa jauh ia merasa bahagia yang dilihat dari kepuasan terhadap kehidupan perkawinannya.

Beberapa penelitian lain membuktikan bahwa rasa syukur dapat memunculkan berbagai emosi positif diantaranya adalah kemurahan hati kepada orang lain (McCullough, Kimeldorf, & Cohen, 2008), di mana dalam kehidupan perkawinan individu akan lebih perhatian dan dermawan kepada pasangannya. Penelitian Froh, Yurkewicz, dan Kashdan (2009) membuktikan bahwa rasa syukur memiliki hubungan yang kuat dengan penghargaan terhadap diri, pandangan hidup positif, dan inisiatif. Penelitian Wood, Joseph, dan Linley (2007) juga menemukan bahwa syukur berkorelasi positif dengan reinterpretasi positif, coping aktif, dan berkorelasi negatif dengan perilaku menyalahkan, dalam hal ini jika pasangan penyandang disabilitas memiliki rasa syukur yang tinggi, maka ketika mereka mengalami konflik rumah tangga mereka akan

mencoba menyelesaikan masalah bersama-sama dan tidak saling menyalahkan satu sama lain. Adanya berbagai emosi positif tersebut dalam kehidupan rumah tangga pasangan penyandang disabilitas tentunya akan meningkatkan kualitas perkawinan mereka. Hal ini sesuai dengan penelitian terdahulu yang menyebutkan bahwa rasa syukur adalah prediktor kuat kesejahteraan dan kualitas perkawinan seseorang (Watkin, Woodward, Stone, & Kolt, 2003).

Menurut Sativa dan Helmi (2013) kebersyukuran memiliki peran yang sangat penting pada penyandang disabilitas dibandingkan pada individu lainnya, sehingga pada hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa faktor kebersyukuran memiliki kontribusi yang besar terhadap kualitas perkawinan pada penyandang disabilitas.

Hasil penelitian ini juga diperkuat dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang menyebutkan bahwa kebersyukuran adalah mata rantai terkuat yang memiliki hubungan dengan kesehatan mental seseorang, bahkan bisa menjadi lebih kuat dibandingkan dengan sifat-sifat positif lainnya, seperti optimisme, ataupun harapan. Berkaitan dengan kualitas perkawinan, penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa bersyukur yang diekspresikan dapat memicu rasa percaya pada pasangan, lebih lanjutnya bahkan disebutkan bahwa individu yang merasa bersyukur akan lebih nyaman dalam menjalani sebuah hubungan. Seperti yang dikemukakan oleh Kubacka, Finkenauer, Rusbult, & Keijsers (2011), bersyukur dianggap sebagai sebuah penghargaan terhadap pasangannya, yaitu emosi positif yang tidak dipicu oleh keuntungan tertentu, melainkan merupakan bentuk pengakuan dan penghargaan terhadap nilai-nilai pasangan terhadap dirinya. Sikap menghargai diantara pasangan dan ekspresi seperti ungkapan pernyataan dan perasaan dari pemikiran atau pendapat tersebut merupakan faktor penting yang dapat

memengaruhi kualitas perkawinan (Orgill & Heaton, 2005). Pada individu, terutama penyandang disabilitas kebersyukuran memiliki peran yang sangat penting dalam kehidupannya. Hal ini karena dengan bersyukur akan membuat seseorang memiliki pandangan yang lebih positif dan perspektif secara lebih luas mengenai kehidupan, yaitu pandangan bahwa hidup adalah suatu anugerah (Peterson dan Seligman, 2004). Bersyukur juga akan menyebabkan seseorang mendapatkan keuntungan secara emosi dan interpersonal. Dengan melihat dan merasakan penderitaan atau keterbatasan sebagai sesuatu yang positif, maka seseorang akan bisa meningkatkan kemampuan coping barunya baik secara sadar maupun tidak, dapat memicu timbulnya pemaknaan terhadap diri yang akan membawa hidup seseorang ke arah yang lebih positif (McMillen dalam Krause, 2006).

## **Simpulan dan Saran**

### *Simpulan*

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diambil kesimpulan bahwa kebersyukuran berhubungan secara positif dengan kualitas perkawinan pada pasangan penyandang disabilitas.

### *Saran*

Berdasarkan kesimpulan dari penelitian yang telah dilakukan, maka saran yang dapat diberikan yaitu sebagai berikut.

#### 1. Pasangan penyandang disabilitas

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebersyukuran memiliki hubungan yang positif dengan kualitas perkawinan pada pasangan disabilitas. Oleh karena itu, para pasangan penyandang disabilitas perlu meningkatkan rasa kebersyukurannya. Adapun hal sederhana yang dapat dilakukan adalah menulis jurnal kebersyukuran yaitu dengan cara menulis hal-hal apa yang dapat disyukuri setiap harinya

## 2. Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM)

Bagi LSM atau yayasan yang khusus menaungi para penyandang disabilitas perlu melakukan intervensi atau program-program yang dapat meningkatkan kebersyukuran pada pasangan penyandang disabilitas, sehingga kualitas perkawinan akan meningkat.

## 3. Psikologi atau Konselor Perkawinan

Bagi psikolog atau konselor perkawinan perlu membuat program untuk meningkatkan kebersyukuran dengan mengeksplorasi aspek kebersyukuran, seperti membangun perasaan positif, mengembangkan perilaku bertindak positif, dan aspek-aspek lainnya melalui pelatihan dan pendampingan dari ahli

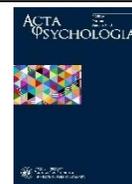
## 4. Bagi peneliti selanjutnya

Diperlukan penelitian selanjutnya mengenai variabel perilaku kebersyukuran maupun kualitas perkawinan yang memiliki jumlah sampel lebih banyak dan cakupan generalisasi yang lebih luas.

## Daftar Pustaka

- Algoe, S. B., Gable, S. L., & Maisel, N. C. (2010). It's the little things: everyday gratitude as a booster shot for romantic relationship. *Journal of the Association for Relationship Research*, 17, 217-233.
- Cavanaugh, J. C. & Blanchard-Fields. (2010). *Adult development and aging (6th Edition)*. USA: Cengage Learning.
- Froh, J. J., Yurkewicz, C., & Kashdan, T. B. (2009). Gratitude and subjective well-being in early adolescence: Examining gender differences. *Journal of Adolescence*, 32, 633-650.
- Helliwell, J. F., & Grover. (2014). How's life at home? New evidence on marriage and the set point for happiness. *NBER Working Paper No. 20794*.
- Herawati, I., & Farradina, S. (2017). Kepuasan perkawinan ditinjau dari kebersyukuran dan pemaafan pada pasangan bekerja. *Mediapsi*, 3(2), 10-21.
- Izzah, L. (2016). Gratitude (Kebersyukuran) pada pasangan disabilitas fisik. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel : Surabaya
- Krause, N. (2006). Gratitude toward god, health, and stress in late life. *Research in Aging*, 28(2), 163.
- Kubacka, K.E., Finkenauer, C., Rusbult, C., & Keijsers, L. (2011). "Maintaining close relationships: Gratitude as a motivator and a detector of maintenance behavior" dalam *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37, 1362-1375.
- Lubis, N. L., Syahfitriani, E. (2007) Perbedaan konflik peran ganda suami ditinjau dari motivasi kerja kebutuhan ekonomi dan aktualisasi diri pada istri. *Majalah Kedokteran Nusantara*, 40(1).
- McCullough, M. E., Kimeldorf, M. B., & Cohen, A.D. (2008). An adaptation for altruism? The social causes, social effects, and social evolution of gratitude. *Current Directions Psychological Science*, 17(4), 281-284.
- McCullough, M.E., Tsang, J. & Emmons, R.A. (2004). Gratitude in intermediate affective terrain: Links of grateful moods to individual difference and daily emotional experience. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86, 295-309.
- Nurhayati, S.R. (2017). Konsep, dinamika, dan pengukuran kualitas perkawinan Orang Yogyakarta. *Disertasi*. Fakultas Psikologi

- Universitas Gadjah Mada:  
Yogyakarta.
- UU RI No. 1 Tahun 1974 Tentang  
Perkawinan.
- Orgill, J. & Heaton, T.B. (2005). Women's status and marital satisfaction in Bolivia. *WIN*, 36(1), 23-39.
- Perwitasari, F. (2012). Pengaruh Konseling Kebermaknaan Hidup Terhadap Kesejahteraan Psikologis Difabel. *Tesis*. Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada:Yogyakarta.
- Peterson, C., & Seligman, M.E.P. (2004). *Character Strength and Virtues: A Handbook & Classification*. New York: Oxford University Press.
- Watkins, P.C., Woodward, K., Stone T., & Kolts, R.L. (2003). *Gratitude and happiness: Development of a measure of gratitude, and relationships with subjective well-being*. *Social Behavior and Personality*, 31 (5), 431-452.
- Wood, A. M., Joseph, S., & Linley, P. A. (2007). Coping Style As A Psychological Resource of Grateful People. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 26(9), 1076–1093.



## Hubungan antara Harga Diri dan Citra Tubuh pada Remaja Putri Kelas X SMA

*Lupitasari*

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta;  
Jl. Colombo No. 1 Sleman Yogyakarta, 55281  
[lupitas0996@gmail.com](mailto:lupitas0996@gmail.com)

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan harga diri dengan citra tubuh pada remaja putri di SMA Z di Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian ex post facto. Penelitian dilakukan di wilayah Daerah Istimewa Yogyakarta. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa SMA dengan populasi 130 remaja dan sampel berjumlah 100 remaja. Pengumpulan data dilakukan dengan skala harga diri dan citra tubuh. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu Pearson Product Moment. Hasil penelitian menunjukkan bahwa, harga diri berhubungan dengan citra tubuh pada remaja putri kelas X di SMA Z Yogyakarta dengan nilai korelasi sebesar 0.458 dengan signifikansi ( $p < 0.05$ ).

**Kata Kunci:** *harga diri, citra tubuh, remaja putri*

### Abstract

The purpose of this study is to determined the how self-esteem correlate with body image of grade X teenage girls at Z Senior High School Yogyakarta. This study used a quantitative approach with type of research was ex post facto. This study was conducted in Yogyakarta. The subject of this study were Senior High School students with the population in this study were 130 teenagers and subjects in this study are 100 teenagers. Data were collected using self-esteem and body image scales. Data were analysed using linear regression to examine the correlation between self-esteem and body image. The result of this study showed that self-esteem correlate significantly with body image of grade X teenage girls at Z Senior High School in Yogyakarta.

**Keywords:** *self-esteem, body image, teenage girls*

### Pendahuluan

Masa remaja merupakan masa transisi perkembangan dari masa anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan biologis, kognitif, dan sosial. Masa remaja berlangsung dari usia 12-21 tahun yang dibagi menjadi: masa remaja awal (12-15 tahun), masa remaja pertengahan (15-18 tahun), dan masa remaja akhir (18-21 tahun) (Monks, dkk, 2006). Menurut Hurlock (1997), masa remaja adalah masa dimana tingkat perubahan sikap dan perilaku remaja sejajar

dengan tingkat perubahan fisik dan perubahan tersebut berlangsung sangat pesat. Menurut Havighurst (dalam Hurlock, 1999) terkait dengan perubahan fisik yang terjadi, para remaja harus dapat menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif, dimana hal tersebut merupakan salah satu tugas perkembangan remaja.

Salah satu aspek psikologis dari perubahan fisik remaja saat pubertas adalah citra tubuh. Remaja terobsesi dengan tubuh mereka dan mengembangkan gambaran

dari bentuk tubuh yang mereka sukai (Allen dkk., 2008; Mueller, 2009). Citra tubuh merupakan salah satu bagian dari konsep diri yaitu, sikap seseorang terhadap tubuhnya sendiri secara sadar dan tidak sadar. Sikap ini mencakup persepsi dan perasaan tentang ukuran, bentuk, fungsi, penampilan dan potensi tubuh saat ini dan masa lalu yang secara berkesinambungan dimodifikasi oleh pengalaman baru setiap individu (Stuart & Sundeen, 1991).

Citra tubuh merupakan topik yang semakin penting di zaman sekarang ini. Orang-orang saat ini sangat memperhatikan penampilan dan benar-benar dipaksa untuk menjadi kurus, bugar, dan cantik. Gambar model atau artis yang ditampilkan di layar televisi dan di majalah memberikan pesan bahwa kesuksesan dan kebahagiaan berasal dari kecantikan yang tidak dapat dicapai. Ukuran konstan tubuh kurus dan kecantikan menuntun orang-orang untuk mencermati penampilan mereka sendiri serta orang-orang di sekitar mereka, dan biasanya orang-orang memandang tubuh mereka sendiri lebih kejam daripada kenyataan yang sebenarnya (Lowery, Robinson Kurpius, dkk, 2005).

Classer (2001) menyatakan bahwa jenis kelamin adalah faktor penting dalam perkembangan citra tubuh seseorang. Deacey dan Kenny (2001) juga sependapat bahwa jenis kelamin mempengaruhi citra tubuh. Pria dan wanita tidak melihat tubuh mereka dengan cara yang sama, wanita tampak lebih kritis dan lebih menekankan pada penampilan tubuh mereka daripada pria. Menurut Cash (2002), citra tubuh negatif lebih banyak dialami oleh sebagian besar perempuan yaitu banyak yang tidak puas dengan tubuh mereka, terutama dengan ukuran tubuh dan berat badan. Cash menemukan bahwa sekitar 40%-70% remaja putri tidak puas dengan dua atau lebih aspek dari tubuhnya seperti pinggul, perut, dan paha. Sekitar 50%-80% remaja putri ingin langsing dan 20%-60% remaja putri telah melakukan diet.

Selama masa remaja, perempuan lebih memiliki perhatian khusus tentang berat badan, bentuk tubuh dan citra diri dibandingkan laki-laki. Ada bukti ilmiah bahwa citra tubuh dialami secara negatif oleh mayoritas perempuan dan anak perempuan (Furnham, Badmin & Snead, 2002; Grogan, 2008). Banyak yang tidak puas dengan ukuran dan berat badan mereka karena kelangsingan dipandang sebagai standar yang diinginkan dan sebagai pola kecantikan, terutama bagi wanita muda. Pada masa dewasa, berat badan yang rendah jauh lebih umum di kalangan wanita daripada pria (Ali & Lindstrom, 2006).

Di Indonesia fenomena citra tubuh juga terjadi di kalangan perempuan. Asri dan Setiasih (2004), menyatakan bahwa di Surabaya kategori ketidakpuasan bentuk tubuh pada perempuan penyandang obesitas tergolong tinggi dan sedang sebanyak 45.5%. Mereka memilih melakukan akupunktur untuk mendapatkan tubuh yang ideal. Dieny (2007), mengemukakan hasil penelitiannya di Semarang menunjukkan bahwa remaja berusia 14-17 tahun sebanyak 68.2% menginginkan tubuh yang langsing dan tinggi, 50.4% pernah melakukan upaya pencapaian tubuh ideal secara tidak tepat, 22.2% melakukan diet tidak sehat, 9.3% mengkonsumsi obat pelangsing, dan 37% melakukan olahraga berlebih.

Citra tubuh merupakan aspek penting dalam perkembangan psikologis dan interpersonal remaja, terutama remaja putri (Cash & Pruzinsky, 2002). Remaja yang memiliki citra tubuh positif akan merasa puas dan menyukai penampilan tubuhnya, sedangkan remaja yang memiliki citra tubuh negatif selalu merasa penampilannya jauh dari gambaran idealnya (Tamannaefar dan Mansourinik, 2012). Verplanken (dalam Herabadi, 2007) juga melakukan penelitian mengenai kebiasaan seseorang untuk berpikiran negatif dalam menilai dirinya sendiri. Penilaian negatif menjadi kebiasaan serta terus menerus muncul secara

otomatis, sering dan menetap dalam benak seseorang, sehingga dapat menurunkan harga diri. Menurut Lubis dan Astuti (2010), serangkaian operasi kecantikan seperti bedah plastik, sedot lemak, operasi memperbesar payudara banyak dilakukan oleh wanita di seluruh dunia yang memiliki harga diri rendah.

Harga diri itu sendiri merupakan salah satu faktor yang berkaitan dengan perkembangan citra tubuh. Seseorang yang memiliki harga diri yang tinggi akan mengembangkan evaluasi yang positif terhadap tubuhnya, namun sebaliknya seseorang yang memiliki harga diri yang rendah akan meningkatkan citra tubuh yang negatif (Cash & Pruzinsky, 2002). Menurut Rosenberg (dalam Mruk, 2006) harga diri merupakan sikap seseorang berdasarkan persepsi tentang bagaimana individu menghargai dan menilai dirinya sendiri secara keseluruhan, yang berupa sikap positif atau negatif terhadap dirinya.

Harter (dalam Damon & Lerner, 2006) juga mengungkapkan bahwa penampilan fisik yang terkait dengan citra tubuh secara konsisten memiliki hubungan yang kuat dengan harga diri. Bessenoff (2006), menemukan bahwa semakin besar ketidaksesuaian persepsi seseorang terhadap tubuhnya dengan gambaran idealnya, maka semakin besar kemungkinan seseorang memiliki harga diri yang lebih rendah.

Harter (dalam Berk, 2012) mengatakan bahwa citra tubuh merupakan salah satu prediktor kuat bagi penghargaan diri dari anak muda. Selain itu, Cash (2012) menyatakan bahwa citra tubuh, yang meliputi persepsi mengenai keseluruhan penampilan fisik, merupakan unsur penting dari harga diri keseluruhan remaja. Berkaitan dengan masalah tersebut, peneliti ingin mengetahui apakah harga diri dapat memprediksi citra tubuh pada remaja putri.

## Metode Penelitian

### *Jenis penelitian*

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian *ex post facto*. Menurut Sugiyono (2010), *ex post facto* merupakan suatu penelitian yang telah terjadi kemudian merunut ke belakang untuk mengetahui faktor-faktor yang dapat menimbulkan kejadian tersebut. Dalam penelitian ini variabel bebas berupa harga diri, adapun variabel terikat berupa citra tubuh.

### *Waktu dan tempat penelitian*

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April sampai bulan Mei 2019. Penelitian ini dilakukan di SMA Z Yogyakarta.

### *Populasi, Sampling, dan Subjek*

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X di SMA Z Yogyakarta yang berjumlah 130 orang. Sampel pada penelitian ini berjumlah 100 orang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *simple random sampling*.

### *Teknik pengumpulan data dan instrumen*

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket atau kuesioner. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala harga diri dan skala citra tubuh. Skala dalam penelitian ini menggunakan skala Likert yang sudah dimodifikasi. Skala Likert yang sudah dimodifikasi memiliki 4 alternatif jawaban yaitu, Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Pernyataan dalam kuesioner tersebut terdiri dari dua jenis pernyataan, yaitu *favorable* dan *unfavorable*. Menurut Azwar (2009), *favorable* berisi pernyataan yang mendukung indikator variabel, sedangkan *unfavorable* berisi pernyataan yang tidak mendukung indikator variabel. Penilaian untuk aitem *favorable* adalah 4-3-2-1, untuk aitem *unfavorable* 1-2-3-4.

Tabel 1. Kisi-kisi skala harga diri

Aspek	Pengertian
<i>Power</i>	Kemampuan seseorang mengontrol tingkah lakunya sendiri maupun orang lain.
<i>Significance</i>	Penerimaan, perhatian dan kasih sayang yang diterima dari orang lain.
<i>Virtue</i>	Kepatuhan terhadap prinsip etis, moral, dan agama.
<i>Competence</i>	Kemampuan mencapaiprestasi dan tugas-tugas pada variasi usia seseorang.

Penyusunan skala harga diri didasari teori dari Coopersmith (1967) yang memuat empat aspek harga diri yaitu, kekuatan (*power*), keberartian (*significance*), kebajikan (*virtue*), dan kemampuan (*competence*). Skala harga diri diadaptasi dari teori Coopersmith.

Tabel 2. Kisi-kisi skala citra tubuh

Aspek	Pengertian
Evaluasi Penampilan	Mengukur keseluruhan ukuran tubuh.
Orientasi Penampilan	Pandangan mendasar tentang penampilan dan usaha untuk memperbaiki penampilan.
Kepuasan Terhadap Bagian Tubuh	Kepuasan individu terhadap bagian tubuh secara spesifik dan keseluruhan.
Kecemasan Menjadi Gemuk	Kewaspadaan individu terhadap bertambahnya berat badan
Pengkategorian Ukuran Tubuh	Pengkategorian ukuran tubuh dari kurus sampai gemuk.

Penyusunan skala citra tubuh didasari teori dari Cash yang diadaptasi dari Husna (2013) yang membagi citra tubuh ke dalam lima aspek antara lain, evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk, dan pengkategorian ukuran tubuh.

### Teknik Analisis data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri atas analisis deskriptif, uji prasyarat analisis yang terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas, serta uji hipotesis.

#### 1. Analisis deskriptif

Analisis data deskriptif memiliki tujuan untuk mendeskripsikan variable. Data berupa skala diperoleh kemudian diubah dalam bentuk kategori.

#### 2. Uji prasyarat

Uji prasyarat yang dilakukan yaitu uji normalitas dan uji linieritas. Uji normalitas merupakan cara untuk mengetahui data penelitian yang ada termasuk dalam kategori berdistribusi normal atau tidak normal (Misbahuddin, 2013). Uji normalitas dilakukan dengan Kolmogorov-Smirnov dengan taraf signifikansi ( $p < 0.05$ ). Adapun uji linearitas bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat terdapat hubungan linearitas atau tidak. Uji linearitas pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan *Tes for Linearity* dalam program SPSS Statistics for windows dengan taraf signifikan 0.05.

#### 3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan positif antara harga diri dan citra tubuh pada remaja putri. Pengujian hipotesis dilakukan dengan bantuan IBM SPSS Statistics for windows, menggunakan uji regresi linier satu prediktor (Hadi, 2004).

### Hasil Penelitian dan Pembahasan

#### Hasil Uji Deskriptif

Berdasarkan uji deskriptif, data harga diri dikelompokkan menjadi tiga kateori yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Diketahui bahwa sebagian besar subjek memiliki harga diri di kategori tinggi dengan rincian tidak

ada subjek yang memiliki harga diri di kategori rendah, sebanyak 28% subjek di kategori sedang, dan sebanyak 72% di kategori tinggi. Adapun dari skor citra tubuh sebagian besar memiliki citra tubuh di kategori sedang dengan rincian sebanyak 6% subjek kategori rendah, sebanyak 78% kategori sedang, dan sebanyak 16% kategori tinggi.

#### *Hasil Uji Prasyarat*

Berdasarkan uji normalitas dengan Kolmogorov Smirnov, pada variable harga diri didapat signifikansi ( $p$ ) 0.200 dan pada variable citra tubuh didapat signifikansi ( $p$ ) 0.077. Dengan demikian distribusi data harga diri dan citra tubuh berdistribusi normal karena nilai  $p > 0.05$ . Adapun pada hasil uji linieritas, didapat nilai  $F$  pada baris Linearity sebesar 29.628 dan signifikansi ( $p$ ) = 0.00 sehingga kedua variable memiliki hubungan yang linier. Hasil uji prasyarat terpenuhi sehingga pada uji hipotesis dapat dilakukan dengan uji regresi linier satu prediktor.

#### *Hasil Uji Hipotesis*

Uji regresi linier dilakukan untuk menguji hipotesis yang menyatakan bahwa harga diri mampu memprediksi citra tubuh pada remaja putri. Berdasarkan hasil pengujian diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0.458 dengan signifikansi ( $p$ )  $< 0.05$ . Hal ini berarti terdapat hubungan positif yang signifikan antara harga diri dengan citra tubuh.

#### *Pembahasan*

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan diketahui bahwa harga diri berhubungan positif dengan citra tubuh pada remaja putri. Citra tubuh berkaitan dengan harga diri individu, seseorang dengan harga diri tinggi akan mengembangkan citra tubuh positif. Citra tubuh positif membuat individu merasa lebih puas terhadap penampilan fisiknya. Individu yang memiliki citra tubuh positif

dapat menerima kondisi tubuhnya dan menghargai apa yang dimiliki, sehingga individu merasa lebih percaya diri dan nyaman dengan kondisi fisiknya (Januar & Puri, 2014). Sebaliknya, citra tubuh yang positif juga dapat meningkatkan harga diri seseorang. Penilaian positif hubungan yang positif antara variabel harga diri dengan variabel citra tubuh. Artinya semakin tinggi harga diri remaja putri, maka citra tubuh yang dimiliki semakin positif. Begitu pula sebaliknya, semakin positif penilaian terhadap penampilan fisik remaja putri, maka semakin tinggi harga diri yang dimilikinya.

Hasil penelitian yang menunjukkan adanya hubungan antara harga diri dengan citra tubuh sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Victoria Nurvita dan Muryantinah (2015), yaitu terdapat hubungan yang positif antara variabel harga diri dengan variabel citra tubuh. Artinya semakin tinggi harga diri remaja putri, maka citra tubuh yang dimiliki semakin positif. Begitu pula sebaliknya, semakin positif penilaian terhadap penampilan fisik remaja putri, maka semakin tinggi harga diri yang dimilikinya.

## **Simpulan dan Saran**

### *Simpulan*

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diambil kesimpulan bahwa harga diri pada remaja putri berhubungan dengan citra tubuh remaja putri.

### *Saran*

Berdasarkan kesimpulan dari penelitian yang telah dilakukan, maka saran yang dapat diberikan yaitu sebagai berikut.

#### 1. Bagi remaja putri

Harga diri yang dimiliki tinggi, sehingga perlu dipertahankan agar dapat menjadi seseorang yang lebih mandiri dan mampu menyesuaikan diri dengan berbagai situasi.

## 2. Guru bimbingan dan konseling

Diharapkan dapat mengoptimalkan perannya dalam membimbing dan mengarahkan siswa untuk terus mengembangkan harga diri dan citra tubuh yang positif melalui konseling kelompok atau pelatihan berpikir positif.

## 3. Kepala sekolah

Diharapkan dapat membuat program yang dapat meningkatkan harga diri dan citra tubuh siswa seperti memberikan pelatihan atau pembelajaran mengenai berpikir optimis atau berperilaku positif, agar siswa dapat terus meningkatkan harga diri dan citra tubuh.

## Daftar Pustaka

- Aditomo & Retnowati. (2004). Perfeksionisme, harga diri, dan kecenderungan depresi pada remaja akhir. *Jurnal Psikologi Fakultas Psikologi*. Universitas Gadjah Mada.
- Anastasia, M. (2006). *Menjelajah tubuh: Perempuan dan mitos*. Kecantikan. Yogyakarta: LKis.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asri, D.N; & Setiasih. (2004). Penerapan metode akupuntur pada wanita penyandang obesitas. *Jurnal Psikologi*. *Anima Indonesian Psychological Journal*, 286-296.
- Azwar, S. (2013). *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2007). *Metode penelitian*. Pustaka Pelajar: Yogyakarta.
- Baron, R.A., & Byrne, D. (2004). *Psikologi sosial*. (edisi ke-10). Cetakan ke-1. Jakarta: Erlangga.
- Cash, T. F., & Smolak, L. (2011). *Body image: A handbook of science, practice, and prevention*. Second Edition. New York: Guilford Press.
- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. New York: The Guilford Press.
- Coopersmith, S. (1967). *The Antecedents of self-esteem*. San Francisco: W.H. Freeman and Company.
- Damon, W., & Lerner, R. (2006). *Handbook of child psychology, 6th ed.*, hlm. 506–561. New York: Wiley.
- Ghufron & Risnawita. (2011). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Madia, 41.
- Guindon, M. H. (2010). *Self-esteem across the lifespan*. New York: Routledge.
- Gunarsa, S. D. (2004). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Jakarta: PT Gunung Mulia.
- Grogan, S. (2008). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children*. London: Routledge.
- Hadi, S. (2004). *Statistika Jilid 2*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Husna, N. L. (2013). Hubungan antara *body image* dengan perilaku diet (Penelitian pada Wanita di Sanggar Senam Rita Pati). *Jurnal Psikologi*, 2 (2)
- Santrock, J. W. (2011). *Masa Perkembangan Anak*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Sari, D. N. P. (2012). Hubungan antara *body image* dan *self esteem* pada dewasa awal tuna daksa. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 1(1).
- Sugiyono. (2012). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan r&d*. Bandung: Alfabeta.