

HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DAN PENYESUAIAN SOSIAL PADA REMAJA PUTRI

Meisi Mewengkang

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado
Email: meisimewengkang98@gmail.com

Melkian Naharia

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado
Email: melkiannaharia@unima.ac.id

Stevi B. Sengkey

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado
Email: stevisengkey@unima.ac.id

Abstrak : Manusia merupakan makhluk sosial, dimana manusia tidak dapat hidup sendiri sehingga selalu membutuhkan keberadaan orang lain dalam hidupnya. Tujuan dari penelitian ini ingin membuktikan adanya hubungan antara penerimaan diri dengan penyesuaian sosial pada remaja putri. Metode Penelitian yang dipakai dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan populasi dan Sampel Penelitian. Dari uji normalitas data menurut rumus Kolmogorov-Smirnov dari variabel penerimaan diri diperoleh harga/statistic 0.18, dengan derajat kebebasan $df = 100$, dan, *nhilang*/signifikansi sebesar $p < 0.5$, berarti sebaran data adalah normal. Berdasarkan uji inieritas hubungan dengan menggunakan teknik analisis regresi tersebut diperoleh harga R Square = 0.519, dengan $F = 105.9$, signifikansi $p < 0.5$ artinya hubungannya adalah linier. Dari hasil analisis uji Product/Moment antara penerimaan diri dan penyesuaian sosial, diperoleh hasil $R_{xy} = 0.428$ $p < 0.5$. Dengan hasil analisis koefisien korelasi $r_{xy} = 0.428$, dan nilai $p = 0$ yang berarti nilai probabilitasnya tidak < 0.50 , sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara penerimaan diri dengan penyesuaian sosial pada remaja putri. Beberapa saran yang dapat diberikan peneliti, berdasarkan hasil penelitian ini yang pertama ibagi iorangtua agar dapat memperhatikan anak khususnya bagi remaja/putri. Penerimaan diri dimulai dari lingkungan, yang positif. Orangtua yang tanggap dan mendukung perkembangan remaja putri dengan positif akan membentuk anak menjadi pribadi positif yang dapat menerima dirinya.

Kata Kunci : Hubungan Antara Penerimaan Diri, Penyesuaian Sosial, Remaja Putri, Teknik Analisis Regresi, Kolmogorov-Smirnov.

Abstract : Humans are social creatures, which means humans cannot live alone. In any situation and situation, humans always need the presence of other people in their lives. The purpose of this study is, to prove whether there is a relationship between self-acceptance and social adjustment in adolescent girls. The research method used in this study is to use the population and research sample. Based on the data normality test using the Kolmogorov-Smirnov formula above, the Kolmogorov-Smirnov formula for the self-acceptance variable obtained a statistical value of 0.18, with degrees of freedom $df = 100$, and a significance value of $p < 0.5$, meaning that the data distribution is normal. Based on the linearity test of the relationship using the regression analysis technique, the value of R Square = 0.519, with $F = 105.9$, significance = $p < 0.5$, meaning that the relationship is linear. From the results of the Product Moment Test analysis between self-acceptance and social

adjustment, the results obtained are $R_{xy} = 0.428$ $p = 0$ ($p < 0.5$). With the results of the analysis of the correlation coefficient $r_{xy} = 0.428$, and the value of $p = 0$ which means the probability value is not < 0.5 , so it can be concluded that there is a relationship between self-acceptance and social adjustment in adolescent girls. Some suggestions that can be given by researchers based on the results of this study are the first for parents to pay attention to their children, especially for young women. Self-acceptance starts from a positive environment. Parents who are responsive and support the development of young women positively will shape the child into a positive person who can accept himself.

Keyword : Relationship Between Self-Acceptance, Social Adjustment, Young Women, Regression Analysis Techniques, Kolmogorov-Smirnov.

PENDAHULUAN

Manusia merupakan makhluk sosial, dimana manusia tidak dapat hidup sendiri. Sehingga dalam situasi apapun manusia selalu membutuhkan keberadaan oranglain dalam hidupnya. Kodrat social pada manusia, membuat manusia mencari orang lain untuk menjalin hubungan dan interaksi sehingga memungkinkan terjadi interaksi antara manusia satu dengan manusia yang lain. (Walgito,2000).

Dalam mencari jati diri selain dimasyarakat, sekolah juga memberikan peran yang besar dalam membentuk kepribadian serta pola pikir remaja.

Hal itu dikarenakan banyaknya waktu yang dilalui oleh remaja salah satunya di lingkungan sekolah. Maka dari itu remaja harus mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan dan keadaan yang baru.

Masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada masa ini, remaja mudah dipengaruhi sehingga menimbulkan munculnya penyesuaian diri yang positif dan negatif dalam diri remaja. Dalam hal remaja juga akan mengalami konflik yang disebabkan karena adanya tuntutan dari dalam dirinya maupun dari luar dirinya (Retnowati, 1984).

Keberhasilan seorang remaja dalam mengatasi kesulitan yang berhubungan dengan tuntutan-tuntutan dari dalam maupun dari luar dirinya ini sangat dipengaruhi oleh kematangan pribadi individu. Pribadi seorang remaja dapat dibentuk dengan baik sejak dini didalam keluarga karena keluarga adalah lingkungan pertama sehingga mempengaruhi perkembangan pribadi seorang remaja menjadi lebih baik.

Penyesuaian diri merupakan satu proses yang mencakup proses mentah dan tingkah laku yang merupakan usaha individu agar berhasil mengatasi

kebutuhan, ketegangan, konflik dan frustrasi yang dialami dalam dirinya. Usaha individu tersebut bertujuan untuk memperoleh keselarasan dan keharmonisan antara tuntutan dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan, hal tersebut diungkapkan oleh Schneiders (dalam Agustiani, 2009).

Pribadi seorang remaja yang mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya dapat dilihat dengan banyaknya perilaku menyimpang yang dilakukan remaja, seperti misalnya pergaulan bebas (Maharani dan Andayani 2003).

Penyesuaian diri remaja dimulai dari penerimaannya akan dirinya sendiri. Jika seseorang dapat menerima dirinya maka Ia akan lebih mudah menyesuaikan diri dalam pergaulannya.

METODE

Analisis Data

Uji Normalitas

Uji normalitas diperlukan untuk mengetahui apakah data variable yang diteliti berdistribusi normal atau tidak. Distribusi normal adalah salah satu distribusi teoritis dari variable random kontinu. Distribusi ini merupakan distribusi yang simetris dan berbentuk genta atau lonceng. Artinya data banyak berada di sekitar mean (rata-rata).

Uji Linearitas

Uji linier dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dan terikat. Untuk mengetahui hubungan Antara Hubungan Antara Penerimaan Diri Dan Penyesuaian Sosial Pada Remaja Putri, maka Teknik analisis data pada penelitian ini adalah menggunakan Teknik analisis product moment. Analisis data dilakukan dengan menggunakan program SPSS 20.0 for windows.

Uji Hipotesis

Analisis penelitian ini menggunakan bantuan komputerisasi Statistical Product and Service Solutions (SPSS) 20 for Windows untuk mencari hubungan antara variabel Penerimaan Diri (X) dengan variabel Penyesuaian Sosial (Y). Populasi yang dipilih untuk digunakan dalam penelitian adalah remaja putri di kelurahan Kotobangon, kecamatan Kotamobagu Timur, Kota Kotamobagu, berjumlah 160 Orang.

Sampel dalam penelitian besar 25% dari jumlah populasi sehingga jumlah sampelnya 40 orang remaja putri.

Menurut Masyhuri dan Zainuddin (2008), Teknik incidental sampling adalah metode dengan pengambilan sampel secara kebetulan. Teknik ini merupakan Teknik pengambilan sampel berdasarkan kebetulan, siapa saja yang termasuk anggota populasi yang secara kebetulan dijumpai oleh peneliti pada saat penelitian dapat dijadikan sampel selama sesuai kriteria. Kriteria sampel pada penelitian ini adalah :

1. Remaja Putri.
2. Usia 15-18 tahun.
3. Domisili di Kelurahan Kotobangu, kecamatan kotamobagu timur, Kota Kotamobagu. Jumlah Sampel 40.

Instrumen Penelitian

Dalam penelitian peneliti akan menyusun kuisioner dengan didasari beberapa aspek dari penerimaan diri dan penyesuaian sosial. Untuk memastikan bahwa Item yang digunakan tepat maka akan dilakukan uji validitas dan reliabilitas.

Instrumen Penerimaan Diri

Penerimaan diri dalam penelitian ini akan diukur dengan menggunakan

Skala Penerimaan Diri berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan Supratiknya (1995) yaitu pembukaan diri, penerimaan terhadap orang lain dan kesehatan psikologis. Skala dibuat sendiri oleh peneliti sebanyak 40 aitem berdasarkan aspek-aspek penerimaan diri.

Skala Penerimaan Diri disusun dengan menggunakan model skala differensial yang dibuat dalam tujuh alternative jawaban, yaitu: SS(Sangat Sesuai), Sesuai(S), Agak Sesuai(AS), Netral(N), Kurang Sesuai(KS), Tidak Sesuai(TS), Sangat Tidak Sesuai(STS) yang terdiri dari pernyataan favourable dan unfavourable.

Penilaian yang diberikan untuk pernyataan favourable, yaitu Sangat Sesuai(SS) memperoleh skor 7, Sesuai(S) memperoleh skor 6, Agak Sesuai(AS) memperoleh skor 5, Netral (N) memperoleh skor 4, Kurang Sesuai(KS) memperoleh skor 3, Tidak Sesuai (TS) memperoleh skor 2, Sangat Tidak Sesuai(STS) memperoleh skor 1.

Untuk pernyataan unfavourable, yaitu Sangat Sesuai(SS) memperoleh skor 1, Sesuai(S) memperoleh skor 2, Agak Sesuai(AS) memperoleh skor 3, Netral(N) memperoleh skor 4. Kurang Sesuai(KS) memperoleh skor 5, Tidak Sesuai(TS) memperoleh skor 6, Sangat Tidak Sesuai (STS) memperoleh skor 7.

Tabel Blue Print Skala Penerimaan Diri

Aspek	Indikator	No Item		Jumlah
		F	UF	
Pembukaan Diri	1. Kemampuan mengungkapkan pikiran, perasaan, dan reaksi kepada orang lain	1, 3, 5, 12, 17, 19,	6, 15, 28, 31	14
	2. Perasaan tertarik dalam kegiatan yang bersifat pengungkapan diri	20, 21, 32, 36		
Penerimaan terhadap orang lain	1. Peka terhadap kebutuhan orang lain	2, 7, 11, 26,	8, 10, 13, 22,	12
	2. Bersedia menerima bantuan atau peran orang lain	37	24, 33, 34	
Kesehatan Psikologis	1. Memandang dirinya sebagai individu yang disenangi	4, 9, 14, 23, 25, 29,	16, 18, 27, 40	14
	2. Merasa dirinya memiliki kemampuan	30, 35, 38, 39		
	3. Yakin bahwa dirinya merupakan individu yang berguna atau pantas			
	4. Terdapat keyakinan untuk dapat diterima orang lain			
Total				40

*keterangan: F = Favourable, UF = Unfavourable

Instrumen Penyesuaian Sosial

Penyusunan skala penyesuaian social ini diadaptasi dari skala Vianawati (2008) yang dikembangkan oleh dengan merujuk pada teori yang dikemukakan oleh Hurlock.

Tabel Blue Print Skala Penyesuaian Sosial

No	Aspek	No Item		Jumlah
		F	UF	
1	Penampilan nyata	1, 3, 5, 7, 9	2, 4, 6, 8, 10	10
2	Penyesuaian diri terhadap kelompok	11, 13, 15, 17, 19	12, 14, 16, 18, 20	10
3	Sikap sosial	21, 23, 25, 27, 29	22, 24, 26, 28, 30	10
4	Kepuasan pribadi	31, 33, 35, 37, 39	32, 34, 36, 38, 40	10
Jumlah				40

Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Uji Validitas

Validitas adalah sejauh mana kecermatan dan ketepatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi alat ukurnya. Suatu instrumen atau alat ukur dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat tersebut menjalankan fungsi alat ukurnya atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut.

Pada skala penerimaan diri dengan jumlah aitem 40 butir pernyataan yang telah diuji cobakan terdapat 20 item yang gugur, sehingga tersisa 20 aitem yang valid. Koefisien korelasi aitem total (rxy) bergerak antara 0,31 sampai 0,66.

Tabel Item Valid Skala Penerimaan Diri

Aspek	Indikator	No Item		Jumlah
		F	UF	
Pembukaan Diri	1. Kemampuan mengungkapkan pikiran, perasaan, dan reaksi kepada orang lain	1, 5, 12,17, 19, 20,		8
	2. Perasaan tertarik dalam kegiatan yang bersifat pengungkapan diri	21, 36		
Penerimaan terhadap orang lain	1. Peka terhadap kebutuhan orang lain	26, 37	10	3
	2. Bersedia menerima bantuan atau peran orang lain			
Kesehatan Psikologis	1. Memandang dirinya sebagai individu yang disenangi	4, 9, 14,25, 29,30,	-	9
	2. Merasa dirinya memiliki kemampuan	35, 38,39		
	3. Yakin bahwa dirinya merupakan individu yang berguna atau pantas			
	4. Terdapat keyakinan untuk dapat diterima orang lain			
Total				20

Pada variable penyesuaian sosial terdapat 40 item yang diuji validitasnya dan terdapat 6 item yang tidak valid. Koefisien korelasi item total yang valid berkisar antara 0,315-0,594.

Tabel Item Valid Skala Penyesuaian Sosial

No	Aspek	No Item		Jumlah
		F	UF	
1	Penampilan nyata	7, 9	8, 10	4
2	Penyesuaian diri terhadap kelompok	11, 13, 15, 17, 19	12, 14, 16, 18, 20	10
3	Sikap sosial	21, 23, 25, 27, 29	22, 24, 26, 28, 30	10
4	Kepuasan pribadi	31, 33, 35, 37, 39	32, 34, 36, 38, 40	10
Jumlah				34

Uji Reliabilitas

Hasil yang konsisten yang dilakukan dengan skala pengukuran tertentu. Dan hasil dapat dipercaya jika dilakukan oleh orang yang sama, diuji ulang dengan alat ukur yang sama pada waktu yang berbeda. Teknik yang digunakan adalah Alfa Cronbach dengan menggunakan SPSS untuk Windows Reabilitas dinyatakan dalam koefisien reabilitas, yang angkanya berada dalam rentang dari 0-1. Koefisien reabilitas yang mendekati angka 1 menunjukkan reabilitas alat ukur yang semakin tinggi. Sebaliknya alat ukur yang rendah reabilitasnya ditandai dengan koefisien reabilitas yang mendekati angka 0 (Azwar, 2012). Berdasarkan uji reliabilitas terhadap item pada skala penerimaan diri (X) koefisien reliabilitas sebesar 0,87 dan koefisien reliabilitas pada aitem skala penyesuaian Sosial (Y) koefisien reliabilitas sebesar 0,83. Jadi reliabilitas

untuk skala penerimaan diri dan skala penyesuaian sosial tergolong reliable.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Hasil

Uji Normalitas

Uji normalitas adalah uji one sample Kolmogorov – Smirnov dengan menggunakan taraf signifikansi 5. Dengan Uji normalitas dapat diketahui apakah data yang ada berdistribusi normal. Dan juga untuk mengetahui jika ada penyimpangan. Apabila terjadi penyimpangan, seberapa jauh penyimpangan tersebut. Kaidah yang digunakan :

- a. Nilai Sig <5, maka data penelitian berdistribusi tidak normal.
- b. Nilai Sig >5, maka data penelitian berdistribusi adalah normal.

Berdasarkan uji normalitas data menggunakan rumus Kolmogorov-Smirnov tersebut di atas, untuk rumus Kolmogorov-Smirnov dari variable penerimaan diri diperoleh harga statistic 0.174, dengan derajat kebebasan $df=100$, dan nilai signifikansi sebesar $0 < 5$, berarti sebaran data adalah normal.

Uji Linieritas

Kaidah yang digunakan untuk menguji linieritas hubungan adalah jika signifikansi <5 maka hubungannya adalah linier, sebaliknya jika signifikansi >5 maka hubungannya adalah tidak linier. Berdasarkan uji linieritas hubungan dengan menggunakan Teknik analisis regresi tersebut diperoleh harga RS square = 0.519, dengan $F = 105.807$, signifikansi = $0 < 5$ artinya hubungannya adalah linier.

Uji Hipotesis

Dari hasil analisis Uji Product Moment antara penerimaan diri dan penyesuaian sosial, diperoleh hasil $R_{xy} = 0.428$ $p = 0$ ($p < 50$). Dengan hasil analisis koefisien korelasi $r_{xy} = 0.428$, dan nilai $p = 0$ yang berarti nilai probabilitasnya tidak <0.50, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara penerimaan diri dengan penyesuaian social pada remaja putri.

Dengan kata lain dapat disimpulkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara penerimaan diri dengan penyesuaian sosial pada remaja putri. Artinya semakin tinggi tingkat penerimaan diri maka semakin tinggi pula tingkat penyesuaian sosial. Sehingga hipotesis dapat diterima.

Pembahasan

Penerimaan diri (Self-acceptance) ialah suatu kemampuan individu untuk dapat melakukan penerimaan terhadap keberadaan diri sendiri. Hasil Analisa atau penilaian terhadap diri sendiri akan dijadikan dasar bagi seorang individu untuk dapat mengambil suatu keputusan dalam rangka penerimaan terhadap keberadaan diri sendiri. Sikap penerimaan diri dapat dilakukan secara realistis, tetapi juga dapat dilakukan secara tidak realistis.

Berdasarkan hipotesis penelitian ini ingin melihat apakah penerimaan diri seseorang memiliki hubungan dengan caranya menyesuaikan diri dalam lingkungan sosial. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa antara kedua variable ini terdapat hubungan yang positif dan signifikan.

Bagi remaja putri, penerimaan dari lingkungan sosialnya menjadi hal yang penting. Karena dalam masa perkembangan remaja peer pressure menjadi salah satu hal yang tidak dapat dihindari. Sehingga penting bagi

seorang remaja putri untuk memiliki penerimaan diri yang baik.

Berdasarkan hasil uji hipotesis dalam penelitian ini, diperoleh hasil bahwa remaja putri yang memiliki penerimaan diri yang baik akan dapat menyesuaikan diri dengan baik. Semakin baik penerimaan diri dari seorang remaja putri maka akan semakin baik pula penyesuaian sosialnya.

KESIMPULAN

Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat ditarik adalah, penerimaan diri remaja putri akan mempengaruhi penyesuaian sosialnya. Semakin baik penerimaan diri seseorang akan semakin baik pula penyesuaian sosialnya.

Hal ini dapat dilihat dari hasil uji hipotesis yang menunjukkan hasil korelasi signifikan antara kedua variable.

Beberapa alasan mengapa penerimaan diri menjadi penentu suksesnya penyesuaian sosial pada remaja putri adalah :

1. Masa remaja adalah masa yang penuh perubahan-perubahan signifikan terjadi saat seseorang memasuki masa remaja. Dari perubahan secara fisik maupun secara emosional. Keadaan yang penuh perubahan ini dapat menyebabkan menurunnya rasa percaya diri pada remaja karena tidak semua remaja dapat menerima dengan baik segala perubahan yang terjadi.
2. Peer pressure
Kebutuhan remaja untuk diterima oleh lingkungan dan teman-temannya sangat besar. Tetapi diwaktu yang sama juga lingkungan sekitarnya memiliki tuntutan besar bagi remaja. Remaja putri yang tidak dapat menerima dirinya akan kesulitan bergaul atau bahkan

menarik diri dari pergaulan. Orangtua perlu mendampingi dan memberi pendampingan agar remaja dapat memilih lingkungan pergaulan yang positif sehingga juga dapat membangun penerimaan diri yang positif.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiani, H. (2009). Psikologi Perkembangan. Jakarta: Aditama
- A. Supratiknya. (1995). Tinjauan Psikologi Komunikasi Antar Pribadi. Yogyakarta: Kanisius (Anggota IKAPI).
- Azwar, S. (2012). Penyusunan skala psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Maharani, O. P., & Andayani, B. (2003). Hubungan antara dukungan sosial ayah dengan penyesuaian sosial pada remaja laki-laki. *Jurnal Psikologi*, 1, 23-35.
- Retnowati, 1984. Psikologis keluarga. Gajah Mada press
- Vianawati. (2008). Penyesuaian Sosial pada Rehabilitan Mental Ditinjau dari Penerimaan Diri. Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata Semarang.
- Walgito, B. 2000. Psikologi Sosial : Suatu Pengantar. Yogyakarta : Andi Offset.