HUBUNGAN *SELF CONSCIOUSNESS* DENGAN KUALITAS HIDUP REMAJA YANG MENGALAMI JERAWAT DI DESA KALI SELATAN KECAMATAN PINELENG

Belinda T. Undap

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi, Universitas Negeri Manado
Belindabe19k@gmail.com

Maria J. Wantah

Program Studi Pendidikan Khusus, Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi, Universitas Negeri Manado
mariawantah@gmail.com

Gloridei L. Kapahang

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi, Universitas Negeri Manado
glorideikapahang@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self consciousness* dengan kualitas hidup pada remaja yang mengalami jerawat di desa Kali Selatan kecamatan Pineleng. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Subjek pada penelitian ini berjumlah 48 remaja yang mengalami jerawat di desa Kali Selatan kecamatan Pineleng dengan teknik pengambilan sampling menggunakan sampel jenuh. Instrumen penelitian ini merupakan skala WHOQOL-BREF (2004) dan skala *self consciousness* (SCS-R) yang diadaptasi dari Scheier & Carver (2003) yang telah dimodifikasi oleh peneliti. Uji hipotesis menggunakan korelasi pearson correlation. Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa pola hubungan antara *self consciousness* dan kualitas hidup adalah signifikan. Hal itu menunjukkan hipotesis H1 diterima. Hipotesis H1 yaitu terdapat hubungan antara *self consciousness* dengan kualitas hidup remaja yang mengalami jerawat di Desa Kali Selatan Kecamatan Pineleng.

Kata kunci : Jerawat, jurnal, kualitas hidup, remaja, *self consciousness*.

Abstract

This study aims to determine the relationship between self-consciousness and quality of life in adolescents who experience acne in Kali Selatan village, Pineleng sub-district. This research uses quantitative methods. The subjects in this study were 48 adolescents who experienced acne in Kali Selatan village, Pineleng sub-district, using a saturated sample using a sampling technique. The research instrument is the WHOQOL-BREF (2004) scale and the self-consciousness scale (SCS-R) adapted from Scheier & Carver (2003) which has been modified by researchers. Test the hypothesis using the Pearson correlation. The results of the hypothesis test showed the pattern of relationship between self-consciousness and quality of life is significant. This shows that the H1 hypothesis is accepted. The H1 hypothesis is that there is a relationship between self-consciousness and the quality of life of adolescents who experience acne in Kali Selatan Village, Pineleng District.

Keywords : Acne, journal, quality of life, adolescent, self consciousness.

PENDAHULUAN

Memiliki fisik yang sempurna adalah salah satu impian manusia. Memiliki badan yang ideal dengan berat badan sesuai dengan tinggi badan, rambut yang bisa ditata sesuai keinginan, bahkan kulit tubuh yang putih, serta wajah yang mulus dan bercahaya adalah idaman hampir semua manusia. Tapi tentu saja tidak semua manusia akan mendapatkan perubahan fisik sesuai dengan apa yang diidamkan. Hal itu juga terjadi pada remaja.

Masa remaja atau masa *adolescence* adalah masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang melibatkan perubahan-perubahan biologis, kognitif dan sosial ekonomi menurut (Santrock, 2016). Salah satu permasalahan yang sering dihadapi oleh remaja yaitu permasalahan fisik karena munculnya jerawat. Dalam usia remaja ini dikenal istilah “puber” yang berarti mulai terdapat berbagai perubahan fisik maupun psikis terkait hormon dalam proses pematangan organ reproduksi, termasuk kelenjar yang berhubungan dengan mekanisme terbentuknya jerawat. Jerawat atau bahasa medisnya *acne vulgaris* merupakan penyakit kulit tidak fatal, tetapi cukup merisaukan karena menyebabkan menurunnya kepercayaan diri akibat berkurangnya keindahan wajah penderita dijelaskan oleh (Syahputra et al., n.d., 2021). Jerawat pada remaja merupakan kasus kulit yang sering ditemukan. Remaja yang mengalami jerawat menunjukkan bahwa mayoritas remaja dengan *acne vulgaris* memiliki harga diri sedang terutama pada aspek tidak bangga pada diri sendiri, tidak

puas dengan diri sendiri, tidak merasa berguna, dan tidak merasa diri sendiri baik. Jerawat merupakan suatu penyakit yang serius karena jika tidak ditangani dengan segera akan menyebabkan masalah psikologis khususnya pada usia remaja dan dewasa (Mahmood N F dkk, 2017).

Kemampuan yang dimiliki seseorang untuk mengenal dan memahami dirinya sendiri dapat dilihat berdasarkan emosi, perilaku dan sikap mereka ketika diperhadapkan dengan situasi apapun dan mereka dapat menyadari bahwa yang mereka lakukan atau tunjukkan dapat mempengaruhi orang lain. *Self consciousness* yang dilakukan secara berlebihan kepada diri sendiri dapat menghambat individu dalam membangun kedekatan dan berpengaruh terhadap hubungan sosialnya. Hal ini menunjukkan bahwa walaupun jerawat tidak berbahaya, namun jerawat dapat menyebabkan konsekuensi psikologis yang serius dan menimbulkan efek negatif pada kualitas hidup penderita. Kualitas hidup pasien akne pada masing-masing domain relatif rendah karena berada di bawah kisaran nilai (Andri, 2010).

Menurut *World Health Organization* kualitas hidup adalah persepsi individu terhadap kehidupannya dalam konteks budaya dan nilai dalam tempat tinggal dengan hubungan tujuan, harapan, standar, dan kekhawatiran (Fakihatun, 2019). Jika kualitas hidup tinggi maka kesehatan mental baik, dan sebaliknya jika individu memiliki kualitas hidup yang rendah maka akan

berdampak negatif bagi kesehatan mentalnya. Menurut *World Health Organisation* (WHO, 2004), empat dimensi kualitas hidup yaitu kesehatan fisik, kesejahteraan psikologis, hubungan sosial, dan hubungan dengan lingkungan. Remaja yang memiliki kualitas hidup yang baik akan lebih percaya diri, bahagia, dan syukur atas dirinya dan tentu saja antusiasme untuk masa depannya lebih tinggi, dan menjalankan fungsi dan peran dalam kehidupan sehari-hari dengan baik serta berperilaku sesuai tahap perkembangannya.

Penelitian yang dilakukan (Andri, 2010) diperoleh hasil terdapat hubungan antara *self-consciousness* dengan kualitas hidup remaja yang mengalami jerawat. Kecenderungan menonjolnya *self-consciousness* dan rendahnya harga diri pada penderita jerawat mempengaruhi domain kualitas hidup. Hal ini berarti adanya kesadaran diri untuk melihat sejauh mana remaja yang mengalami jerawat dapat mengarahkan perhatian diri baik secara internal maupun eksternal. Penelitian yang dilakukan (Rahmawaty, 2021) pada remaja yang ada di Duri, Riau menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara *self-consciousness* dengan kualitas hidup pada remaja dan berdasarkan analisis dari dimensi *self-consciousness* yang berpengaruh terbesar terhadap kualitas hidup pada remaja yang mengalami jerawat yaitu *private self-consciousness* yaitu remaja lebih fokus pada dirinya dan remaja menjadi lebih peka terhadap dirinya cenderung merasa tidak nyaman akan kehadiran orang lain.

Berdasarkan uraian dan fenomena diatas maka peneliti tertarik untuk

melakukan penelitian apakah terdapat “Hubungan *Self-consciousness* dengan Kualitas Hidup Remaja yang Mengalami Jerawat di Desa Kali Selatan Kecamatan Pineleng”.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Kuantitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme (mengandalkan empirisme) yang digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu menurut (Sugiyono, 2017). Peneliti menggunakan metode pengumpulan data berupa kuesioner menggunakan skala psikologi.

Populasi dalam penelitian ini seluruh remaja yang berusia 16-21 tahun yang tinggal di Desa Kali Selatan Kecamatan Pineleng yang mengalami jerawat. Jumlah keseluruhan remaja sebanyak 164 remaja. Jumlah tersebut sudah termasuk remaja yang tidak mengalami jerawat. Populasi remaja yang mengalami jerawat di Desa Kali Selatan Kecamatan Pineleng sebanyak 48. Jumlah populasi tersebut diambil berdasarkan remaja yang memenuhi ciri-ciri atau kriteria yaitu mengalami jerawat atau pernah mengalami jerawat pada masa remaja diusia 13-21 tahun (untuk responden yang berusia lebih dari 21 tahun dan masih mengalami jerawat termasuk kriteria), mengalami jerawat lebih dari 3 bulan, bersedia mengisi kuesioner. Untuk menentukan sampel dalam penelitian ini maka peneliti menggunakan jenis *nonprobability sampling* yaitu sample jenuh atau sering disebut juga sensus dimana semua anggota populasi dijadikan sampel.

Hal ini dilakukan bila jumlah populasi relative kecil, atau penelitian ingin membuat generalisasi dengan kesalahan yang sangat kecil.

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu variabel bebas (x) *self Consciousness* dan variabel terikat (y) kualitas hidup. Instrumen penelitian dalam mengukur *self consciousness* yaitu *Self Consciousness Scale* (SCS-R) yang diadaptasi dari (Scheier & Carver, 2013) yang disusun oleh peneliti dengan model skala Likert. Skala *self consciousness* yang berjumlah 22 aitem yang terdiri dari 3 dimensi, *private self consciousness*, *public self consciousness* dan *sosial anxiety* yang berupa pernyataan *favourable* dan *unfavourable*. Skala yang digunakan dalam mengukur kualitas hidup yaitu skala WHOQOL-BREF (Lopez & Snyder, 2003). Skala tersebut terdiri dari empat dimensi. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan alat ukur terjemahan yang diadaptasi dari (WHOQOL-BREF, 2004). Kuesioner terdiri dari 26 item, yang sudah terbagi dalam 5 aspek, yaitu kesehatan fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan yang berupa pertanyaan atau pernyataan *favourable* dan *unfavourable*. Teknik pengumpulan data dengan menyebarkan kuesioner melalui *google formulir*. Penelitian dilaksanakan pada bulan April sampai Juni 2022 di Desa Kali Selatan Kecamatan Pineleng melalui *google formulir* yang disebar dengan batas waktu pengumpulan satu bulan.

Hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah H_0 : tidak terdapat hubungan antara *self consciousness* dengan

kualitas hidup remaja yang mengalami jerawat di Desa Kali Selatan Kecamatan Pineleng. H_1 : terdapat hubungan antara *self consciousness* dengan kualitas hidup remaja yang mengalami jerawat di Desa Kali Selatan Kecamatan Pineleng.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Untuk mengetahui tiap variabel normal atau tidak, rumus yang digunakan dalam uji normalitas ini yaitu rumus *kolmogorov smirnov* dengan aplikasi SPSS version 29 for Windows Data dikatakan normal jika nilainya $> 0,05$ maka data terdistribusi normal dan sebaliknya. Berdasarkan hasil uji normalitas diketahui nilai signifikansi $0.112 > 0.05$ maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi normal.

Uji linearitas pada penelitian ini, peneliti menggunakan bantuan program SPSS 29 for windows. Dengan menggunakan tabel ANOVA pada SPSS, maka akan dilihat signifikansi dari *Deviation From Linearity*, dan ketentuan uji linearitas pada SPSS adalah : Jika nilai signifikansi $> 0,05$ maka terdapat hubungan linear secara signifikan antara variabel X dan variabel Y. dan sebaliknya jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka tidak terdapat hubungan linear secara signifikan antara variabel X dengan variabel Y. Hasil perhitungan berdasarkan *Deviation From Linearity* adalah $0.697 > 0.05$. Maka dapat disimpulkan pola hubungan variabel *self consciousness* dan kualitas hidup dapat dinyatakan linear.

Setelah uji normalitas dan uji linearitas terpenuhi maka dapat dilanjutkan ke uji korelasi. Peneliti menggunakan *pearson correlation* pada program SPSS versi 29 for

windows untuk mengetahui hubungan antara variabel *self consciousness* dengan kualitas hidup. Jika $p < 0,05$ maka sebaran dinyatakan ada hubungan yang signifikan dan jika $p > 0,05$ maka sebaran dinyatakan tidak ada hubungan. Tabel 1. hasil uji korelasi:

Tabel 1. Hasil Uji Korelasi Variabel *Self Consciousness* dan Kualitas Hidup

		Self Consciou sness	Kualitas Hidup
Self Conscious ness	Pearson	1	.657**
	Sig. (2-tailed)		<.001
	N	48	48
Kualitas Hidup	Pearson	.657**	1
	Sig. (2-tailed)	<.001	
	N	48	48

**Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Dari hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa koefisien korelasi $r_{xy}=0.657$ dengan taraf signifikansi atau $p<0.001$. dikarenakan $p<0.05$, maka pola hubungan antara *self consciousness* dan kualitas hidup adalah signifikan. Hal itu menunjukkan hipotesis H1 diterima. Hipotesis H1 yaitu terdapat hubungan antara *self consciousness* dengan kualitas hidup remaja yang mengalami jerawat di Desa Kali Selatan Kecamatan Pineleng.

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara *self consciousness* dengan kualitas hidup pada remaja yang mengalami jerawat di Desa Kali Selatan Kecamatan Pineleng.

Berdasarkan hasil uji hipotesis ditemukan terdapat hubungan antara *self consciousness* dengan kualitas hidup. Koefisien korelasi $r_{xy}=0.657$ dengan taraf signifikansi atau $p<0.001$ ($p<0.05$) maka pola hubungan antara *self consciousness* dan kualitas hidup adalah signifikan. Hal ini berarti hipotesis yang telah diajukan diterima. Dengan hasil yang diperoleh terdapat hubungan positif antara *self consciousness* dengan kualitas hidup remaja yang mengalami jerawat di Desa Kali Selatan Kecamatan Pineleng. Artinya jika *self consciousness* tinggi maka kualitas hidup semakin tinggi dan sebaliknya jika *self consciousness* rendah maka semakin rendah kualitas hidup.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan kepada 48 remaja yang mengalami jerawat di Desa Kali Selatan Kecamatan Pineleng dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *self consciousness* dengan kualitas hidup remaja yang mengalami jerawat. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima.

Dengan adanya hubungan yang positif antara *self consciousness* dengan kualitas hidup artinya jika *self consciousness* tinggi maka kualitas hidup juga semakin tinggi begitu juga sebaliknya. Maka dapat disimpulkan jika remaja yang mengalami jerawat di Desa Kali Selatan Kecamatan Pineleng memiliki *self consciousness* tinggi maka kualitas hidup juga tinggi dan jika *self consciousness* rendah maka kualitas hidup juga rendah.

Diharapkan bagi remaja yang mengalami jerawat untuk tidak terlalalu

memikirkan pendapat orang yang bersifat negatif. Untuk peneliti selanjutnya yang berminat untuk melakukan penelitian dengan topik yang sama, disarankan untuk meneliti faktor-faktor lainnya seperti tingkat keparahan jerawat, penyebab mengalami jerawat, dan rentang lamanya jerawat.

DAFTAR PUSTAKA

- RAHMAWATY, R., FRASTIKA, S., RAUF, A., BATUBARA, R., & HARAHAP, F. S. (2020). Land suitability assessment for *Lansium domesticum* cultivation on agroforestry land using matching method and geographic information system. *Biodiversitas Journal of Biological Diversity*, 21(8).
- Andri, A. K. (2010). Perasaan *Self Consciousness* dan Rendahnya Harga Diri dan Hubungannya dengan Kualitas Hidup Pasien *Acne Vulgaris*.
- Fiiha Fakihatun, M., Rivani, B., Derimaulina Pasaribu, S., Tinggi, S., & Kesehatan, I. (2019). Hubungan *Acne Vulgaris* dengan *Body Image* pada Remaja di SMA Fajrul Islam Jakarta. In *Jurnal Kesehatan STIKes IMC Bintaro: Vol. II*.
- Lopez, S. J., & Snyder, C. R. (2003). *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures* (pp. xvii-495). American Psychological Association.
- Mahmood, N. F., & Shipman, A. R. (2017). The Age-Old Problem of Acne. *International Journal of Women's Dermatology*, 3(2), 71-76. doi: 10.1016/j.ijwd.2016.11.002.
- Santrock, J. W. (2016). *Adolescence* (16th ed.). UK : McGraw-Hill Education
- Sari, R. F., Sari, S. P., & Hernawaty, T. (2017). Resiliensi Remaja Stunting: Sebagian Merasa Sulit Bangkit dan Bertahan Menghadapi Permasalahan. *Jurnal Keperawatan BSI*, 2. <http://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/jk>
- Scheier, M. F. & C. CS. (2013). *Self-consciousness Scale (SCS-R). Measurement Instrument Database for the Social Science*.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif (Mixed Methods)*. Bandung: CV Alfabeta.
- Syahputra, A., Penelitian, A., Anggreni, S., Handayani, D. Y., Rahmadhani, M., & Artikel, H. (2021.). Pengaruh Makanan Akibat Timbulnya *Acne Vulgaris* (jerawat) pada Mahasiswa FK UISU Tahun 2020 *Food Relationship Due to the Establishment of Acne Vulgaris (jerawat) in FK UISU Students*.
- WHO. (2004). World Health Organization. (2004). The World Health Organization quality of life WHOQOL-BREF, 2012 revision. World Health Organization