

**HUBUNGAN PENERIMAAN DIRI DAN PENYESUAIAN SOSIAL
DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA REMAJA PANTI
ASUHAN DI KECAMATAN NGALIYAN SEMARANG**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam
Menyelesaikan Program Strata Satu (S1)
Psikologi (S.Psi)



Lailatun Nurul Hidayah
1807016054

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG**

2022

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Lailatun Nurul Hidayah

NIM : 1807016054

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul:

**HUBUNGAN PENERIMAAN DIRI DAN PENYESUAIAN SOSIAL
DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA REMAJA PAINTI
ASUHAN DI KECAMATAN NGALIYAN SEMARANG**

Secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya sendiri, kecuali bagian tertentu yang dirujuk sumbernya.

Pembuat pernyataan

Semarang 17 Juni 2022



Lailatun Nurul Hidayah

NIM. 1807016054



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI**

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PENGESAHAN

Naskah skripsi berikut ini :

Judul : HUBUNGAN PENERIMAAN DIRI DAN PENYESUAIAN SOSIAL
DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA REMAJA PANTI
ASUHAN DI KECAMATAN NGALIYAN SEMARANG

Penulis : Lailatun Nurul Hidayah

NIM : 18070161054

Jurusan : Psikologi

Telah diujikan dalam sidang munaqosah oleh Dewan Penguji Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam Ilmu Psikologi.

Semarang, 6 Juli 2022

DEWAN PENGUJI

Penguji I

Dr. Nikmah Rochimawati, M.Si

NIP :

Penguji III

Khairani Zikrinawati, M.A

NIP : 199201012019032036

Pembimbing I

Dra. H. Maria Ulfah, M.Si

NIP : 196008071986122001

Penguji II

Nadva Arivani H. N., M.Psi., Psikolog

NIP : 199201172019032019

Penguji IV

Lainatul Mudzkivvah, M.Psi., Psikolog

NIDN : 2003058802

Pembimbing II

Nadva Ariyani H. N., M.Psi., Psikolog

NIP : 199201172019032019



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK
INDONESIA UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
WALISONGO FAKULTAS PSIKOLOGI DAN
KESEHATAN JURUSAN PSIKOLOGI**

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Assalamu 'alaikum.wr.wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : HUBUNGAN PENERIMAAN DIRI DAN PENYESUAIAN SOSIAL DENGAN
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS REMAJA PANTI ASUHAN AL-
IKHSANIYYAH KALIPANCUR SEMARANG

Nama : Lailatun Nurul Hidayah
NIM : 1807016054
Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu 'alaikum.wr.wb.

Mengetahui
Pembimbing 1,

Dra. Hj. Maria Ulfah, M. Si
NIP. 196008071986122001

Semarang, 17 Juni 2022
Yang bersangkutan

Lailatun Nurul Hidayah
NIM.1807016054



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK
INDONESIA UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
WALISONGO FAKULTAS PSIKOLOGI DAN
KESEHATAN JURUSAN PSIKOLOGI**

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Assalamu 'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : HUBUNGAN PENERIMAAN DIRI DAN PENYESUAIAN SOSIAL DENGAN
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS REMAJA PANTI ASUHAN AL-
IKHSANIYYAH KALIPANCUR SEMARANG

Nama : Lailatun Nurul Hidayah
NIM : 1807016054
Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu 'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing 2,

Nadya Ariyani M. Psi
NIP .199201172019032019

Semarang, 17 Juni 2022
Yang bersangkutan

Lailatun Nurul Hidayah
NIM.1807016054

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang senantiasa melimpahkan rahmat, serta hidayah-Nya kepada penulis dalam rangka menyelesaikan studi dan penulisan skripsi. Shalawat serta salam penulis haturkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW sebagai motivator sepanjang masa yang memberi contoh baik untuk meraih kebahagiaan dunia akhirat, semoga kita mendapat syafa'at di hari akhir kelak Aamiin.

Berkat ridho Allah SWT penyusunan skripsi dengan judul **“Hubungan Penerimaan Diri dan Penyesuaian Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis Remaja Panti Asuhan di Kecamatan Ngaliyan Semarang”**, dapat terselesaikan sebagai persyaratan kelulusan Program Studi Strata I (S-I) di Prodi Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidaklah lepas dari bantuan, dukungan, dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada:

1. Allah SWT yang maha besar atas segala rahmat dan kenikmatan yang sudah dilimpahkan sehingga penulis mampu menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik.
2. Prof. Dr. KH. Imam Taufiq, M.Ag selaku Rektor UIN Walisongo Semarang beserta jajarannya.
3. Prof. Dr. Syamsul Ma'arif, M.Ag selaku Dekan Fakultas Psikologi & Kesehatan UIN Walisongo Semarang beserta jajarannya.
4. Ibu Maria Ulfah, M.Si, selaku dosen wali sekaligus pembimbing I, yang telah memberikan bimbingan, dukungan, arahan, motivasi dan waktunya selama proses penyusunan skripsi.

5. Ibu Nadya Ariyani. H. N., M.Psi., Psikolog selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, dukungan, arahan, motivasi dan waktunya selama proses penyusunan skripsi.
6. Dosen Fakultas Psikologi & Kesehatan UIN Walisongo yang telah memberikan ilmunya, membimbing serta memberikan saran kepada penulis.
7. Seluruh civitas akademik Fakultas Psikologi dan Kesehatan yang telah memberikan pelayanan dan fasilitas yang menunjang.
8. Orang tua tercinta, Bapak Fatkul Mu'in dan Ibu Kapsah yang tidak pernah berhenti memberikan do'a, semangat, dan kerja kerasnya untuk anak-anaknya.
9. Kedua kakak saya tercinta Siti Ulil Ma'rifah, Muhammada Abdullah, serta kedua keponakan saya Muhammad Hisyam Abdullah, Muhammad Hamzah dan Nenek Saya Mbah Musa yang selalu memberikan doa, semangat dan dukungan kepada saya .
10. Kepada seluruh pihak panti asuhan Al-Ikhsaniyyah, panti asuhan Al-Hikmah, panti asuhan Iskandariyyah, dan panti asuhan Darul Hadlonah yang telah memberikan izin untuk menjadi tempat penelitian penulis, terutama remaja panti asuhan yang bersedia menjadi subjek penelitian penulis.
11. Keluarga Besar Teater Mimbar yang telah memberikan semangat dan dukungan untuk penyelesaian skripsi ini
12. Siti Nur Halisa dan Aulia Syifa yang telah memberikan semangat, bantuan, dan dukungan dalam proses penyelesaian skripsi ini
13. Aulia Rahmawati yang rela menjadi tempat keluh kesah, tempat bercerita, dan telah memberikan semangat, nasehat, dukungan dan bantuan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi.
14. Keluarga besar jurusan Psikologi khususnya sahabat-sahabat angkatan 2018 yang telah berjuang bersama, saling memberi motivasi, semangat dalam menyelesaikan skripsi dan studi ini.

15. Sahabat-sahabat terbaik penulis yang selalu memberikan semangat untuk penulis menyelesaikan skripsi ini.

16. Kepada semua pihak yang namanya tidak bisa penulis sebut satu persatu.

Kepada mereka semua tiada yang dapat penulis berikan untuk membalas kebaikannya, selain berdoa semoga Allah SWT membalas semua jasa baik mereka. Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dari berbagai pihak, penyusunan skripsi ini tidak dapat berjalan dengan baik. Oleh karena itu penulis menerima kritikan dan saran yang sangat penulis harapkan demi perbaikan skripsi ini.

Dengan ucapan Alhamdulillahirobbil alamin penulis berharap semoga hasil karya ilmiah ini membawa kemanfaatan bagi penulis dan pembaca maupun masyarakat pada umumnya. Aamiin.

Wassalamualaikum Wr.Wb.

Semarang, 17 Juni 2022



Lailatun Nurul Hidayah

NIM. 1807016054

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah robbil ‘Almiin segala puji dan rahmat milik Allah SWT yang telah memberikan petunjuk dan pertolongan kepada peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini, maka dari itu peneliti mempersembahkan karya tulis sederhana ini kepada

1. Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri UIN Walisongo Semarang
2. Orang tua tercinta, bapak Fatkul Mu’in dan ibu Kapsah yang selalu memberikan motivasi, kasih sayang dan cintanya serta doa kepada peneliti supaya dapat segera menyelesaikan pendidikan dibangku sarjana
3. Kakak-kakak tercinta Ulil Ma’rifah dan Muhammada Abdullah
4. Teman seperjuangan psikologi 2018
5. Teman sekelas psikologi B 2018
6. Dan masih banyak lagi yang tidak bisa peneliti sebut satu per satu

MOTTO

“Man Jadda Wa Jadda”

Siapa yang bersungguh-sungguh, maka ia akan berhasil

DAFTAR ISI

Halaman Awal	
PERNYATAAN KEASLIAN	i
KATA PENGANTAR	v
PERSEMBAHAN.....	viii
MOTTO.....	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
ABSTRACT	xvi
ABSTRAK	xvii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan Penelitian	10
D. Manfaat Penelitian	11
E. Keaslian Penelitian.....	12
BAB II LANDASAN TEORI	18
A. Kesejahteraan Psikologis (<i>Psychological Well Being</i>).....	18
1. Pengertian Kesejahteraan Psikologis	18
2. Aspek Kesejahteraan Psikologis.....	19
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis	25
4. Kesejahteraan Psikologis dalam Perspektif Islam	31
B. Penerimaan Diri	33
1. Pengertian penerimaan diri.....	33
2. Aspek penerimaan diri	34
3. Faktor yang mempengaruhi penerimaan diri	38
4. Penerimaan Diri dalam Perspektif Islam	42
C. Penyesuaian Sosial	43
1. Pengertian penyesuaian sosial	43

2.	Aspek penyesuaian sosial.....	44
3.	Faktor yang mempengaruhi Penyesuaian Sosial	46
4.	Penyesuaian Sosial dalam Perspektif Islam	48
E.	Hipotesis	54
BAB III METODE PENELITIAN		55
A.	Jenis dan Pendekatan Penelitian	55
B.	Variabel Penelitian	55
C.	Definisi Operasional.....	56
D.	Tempat dan Waktu Penelitian.....	58
E.	Populasi, Sampel dan Teknik Sampling.....	58
1.	Populasi.....	58
2.	Sampel.....	59
3.	Teknik Sampling.....	59
F.	Teknik Pengumpulan Data	60
G.	Validitas dan Reliabilitas.....	64
1.	Validitas	64
2.	Reliabilitas.....	68
H.	Analisis Data.....	70
1.	Uji Asumsi.....	70
2.	Uji Hipotesis.....	72
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		74
A.	Deskripsi Data.....	74
1.	Subjek Penelitian	74
2.	Kategorisasi Variabel Penelitian	77
B.	Hasil Uji Asumsi	79
1.	Uji Normalitas	79
2.	Uji Linieritas.....	80
3.	Uji Multikolinieritas	81
C.	Uji Hipotesis	82
D.	Pembahasan Hasil Penelitian	85
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....		91
A.	Kesimpulan	91

B. Saran.....	92
Daftar Pustaka	94
LAMPIRAN	101

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Persamaan dan Perbedaan dengan Penelitian Terdahulu	15
Tabel 3. 1 Jumlah populasi.....	59
Tabel 3. 2 Penilaian skala likert.....	60
Tabel 3. 3 Blueprint Kesejahteraan Psikologis.....	61
Tabel 3. 4 Blueprint Penerimaan Diri	62
Tabel 3. 5 Blueprint Penyesuaian Sosial.....	63
Tabel 3. 6 Hasil Uji Validitas Bahasa	68
Tabel 3. 7 Uji Reliabilitas Kesejahteraan Psikologis.....	69
Tabel 3. 8 Uji Reliabilitas Penerimaan Diri	70
Tabel 3. 9 Uji Reliabilitas Penyesuaian Sosial	70
Tabel 3. 10 Interpretasi Koefisien Nilai R	73
Tabel 4. 1 Deskripsi Data Variabel.....	76
Tabel 4. 2 Kategorisasi Variabel Kesejahteraan Psikologis.....	77
Tabel 4. 3 Kategorisasi Variabel Penerimaan Diri	78
Tabel 4. 4 Kategorisasi Variabel Penyesuaian sosial	78
Tabel 4. 5 Uji Normalitas	79
Tabel 4. 6 Uji Linieritas Kesejahteraan Psikologis dengan Penerimaan Diri	80
Tabel 4. 7 Uji Linieritas Kesejahteraan Psikologis dengan Penyesuaian Sosial ...	80
Tabel 4. 8 Uji Multikolinieritas	81
Tabel 4. 9 Hasil Korelasi Pearson Hipotesis 1	82
Tabel 4. 10 Hasil Korelasi Pearson Hipotesis 2	83
Tabel 4. 11 Hasil Korelasi Pearson Hipotesis 3	84

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 <i>Kerangka Teoritik</i>	54
Gambar 3. 1 <i>Data Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin</i>	74
Gambar 3. 2 <i>Data Subjek Berdasarkan Usia</i>	75
Gambar 3. 3 <i>Data Subjek Berdasarkan Kelas</i>	76

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Blueprint Skala Penelitian	101
Lampiran 2 Skala Uji Coba	108
Lampiran 3 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	114
Lampiran 4 Skala Penelitian.....	121
Lampiran 5 Tabulasi Data Hasil Penelitian.....	1
Lampiran 6 Dokumentasi	1
Lampiran 7 Riwayat Hidup	3

ABSTRACT

Abstract: A person who is placed in an orphanage can occur for several reasons such as economic problems, divorce, parents die, stepchildren, natural disaster events and others. Changes in conditions in the family and changes in the function of the social role of parents will have a major impact on the psychological well-being of adolescents who live in orphanages. This study aims to empirically examine the correlation of self-acceptance and social adjustment with the psychological well-being of adolescent orphanages in Ngaliyan District, Semarang. The research sample in this study were 97 teenagers in three orphanages in Ngaliyan District, namely Al-Ikhsaniyyah, Al-Hikmah, and Iskandariyyah. The measuring instrument in this study used three scales, namely, self-acceptance scale, social adjustment scale, and psychological well-being scale. The data analysis method uses multiple correlation analysis with the help of SPSS version 21.0 for windows. The results showed a value (sig) of 0.000 <0.05, meaning that there was a positive correlation between self-acceptance and social adjustment with the psychological well-being of the orphanage youth. The level of correlation in this hypothesis is low with an r value or Pearson correlation of 0.396. From the results of this study, it is expected that orphanage youth will be able to increase a positive sense of self-acceptance and improve social relationships or make social adjustments to the environment, so that psychological well-being can increase.

Keywords: Self-acceptance, social adjustment, psychological well-being

ABSTRAK

Abstrak: Seseorang yang ditempatkan di dalam panti asuhan bisa terjadi karena beberapa alasan seperti permasalahan ekonomi, perceraian, orang tua meninggal dunia, anak tiri, peristiwa bencana alam dan lain sebagainya. Berubahnya kondisi dalam keluarga tersebut dan perubahan fungsi peran sosial orang tua akan berdampak besar pada keadaan kesejahteraan psikologis remaja yang tinggal dalam panti asuhan. Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan antara penerimaan diri dan penyesuaian sosial dengan kesejahteraan psikologis remaja Panti Asuhan di Kecamatan Ngaliyan Semarang. Sampel penelitian dalam penelitian ini adalah 97 remaja di tiga panti asuhan Kecamatan Ngaliyan yaitu panti asuhan Al-Ikhsaniyyah, panti asuhan Al-Hikmah, dan panti asuhan Iskandariyyah. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik sampling jenuh. Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan tiga skala yaitu, skala penerimaan diri, skala penyesuaian sosial, dan skala kesejahteraan psikologis. Metode analisis data menggunakan analisis korelasi berganda dengan bantuan *SPSS versi 21.0 for windows*. Hasil penelitian menunjukkan nilai (sig) sebesar $0,000 < 0,05$ artinya terdapat hubungan positif antara penerimaan diri dan penyesuaian sosial dengan kesejahteraan psikologis remaja panti asuhan. Tingkat korelasi hubungan pada hipotesis ini tergolong rendah dengan nilai r atau korelasi Pearson sebesar 0.396. Dari hasil penelitian ini diharapkan remaja panti asuhan mampu meningkatkan rasa penerimaan diri secara positif dan meningkatkan hubungan sosial atau melakukan penyesuaian sosial pada lingkungan, sehingga kesejahteraan psikologis dapat meningkat.

Kata Kunci: Penerimaan diri, penyesuaian sosial, kesejahteraan psikologis

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Berdasarkan data yang didapat dari aplikasi SIKS NG per Mei 2021 dari 3.914 LKSA diketahui bahwa terdapat sejumlah 191.696 anak berada di bawah pengasuhan LKS Anak (Panti Asuhan/Yayasan/Balai). Dari jumlah tersebut anak yatim sebanyak 33.085, anak piatu sebanyak 7.160, dan yatim piatu 3.936 sehingga diperoleh total 44.181 jiwa. Dari data tersebut menunjukkan bahwa lebih dari setengah atau kurang lebih 65% jumlah anak yang tinggal di panti asuhan adalah anak yang masih memiliki orang tua lengkap atau keluarga. Pada dasarnya Orang tua mempunyai peran yang sangat besar dalam proses perkembangan seorang anak khususnya remaja, hal tersebut dikarenakan peran orang tua adalah mengajari dan membantu anak atau remaja dalam menghadapi tugas perkembangannya. Namun hal tersebut akan dirasa berbeda bagi seseorang yang hidup tanpa didampingi orang tua atau remaja yang tinggal dalam panti asuhan di mana peran orang tua akan tergantikan oleh pengurus panti asuhan.

Usia remaja merupakan masa di mana anak berkembang mendekati masa dewasa yang meliputi perkembangan fisik, sosial, emosional, dan kematangan mental (Hurlock, 2002). Hurlock menjelaskan fase remaja dibagi menjadi fase remaja awal dengan usia antara 13-16 tahun dan fase remaja akhir usia antara 17-18 tahun. Masa remaja awal dan akhir

mempunyai karakteristik yang berbeda, pada masa remaja akhir individu telah mencapai peralihan perkembangan yang lebih mendekati masa dewasa.

Santoso (2005) memberikan pengertian panti asuhan sebagai sebuah lembaga yang sangat populer guna membentuk perkembangan anak-anak yang tidak mempunyai keluarga atau yang tidak tinggal bersama dengan keluarga. Menurut Himpunan Peraturan Perundang-undangan tentang perlindungan anak (2002:7), Undang-Undang Republik Indonesia No.4 Tahun 1979 pasal 2 ayat 1, terlihat Jelas bahwa setiap anak mempunyai hak guna memperoleh perawatan, bimbingan, asuhan, dan kesejahteraan sesuai dengan kasih sayang dalam keluarganya maupun di dalam asuhan tertentu untuk tumbuh dan berkembang dengan sebenarnya. Namun, fakta yang terjadi sebenarnya keadaan di dalam panti asuhan dapat dikatakan belum sesuai dengan maksud tersebut (Illahi & Akmal, 2017). Di dalam panti asuhan tidak hanya dihuni dari kalangan anak-anak saja, tetapi juga dari kalangan dewasa yang dapat masuk dan tinggal didalamnya. Penghuni panti asuhan tersebut umumnya adalah orang yang mengalami berbagai permasalahan sosial.

Orang tua yang menempatkan anaknya di panti asuhan tentu bukan tanpa alasan, kesulitan ekonomi yang menyebabkan orang tua tidak sanggup untuk membiayai kebutuhan anaknya adalah salah satu alasan paling besar bagi orang tua untuk menitipkan anaknya di panti asuhan. Hal tersebut sependapat dengan pernyataan Hartini (dalam Lesmana & Budiani,

2013) adanya perubahan kondisi dalam keluarga dan perubahan fungsi peran sosial orang tua yang mengharuskan remaja untuk tinggal dalam panti asuhan terjadi karena beberapa alasan, sebagai contoh adalah faktor ekonomi, perceraian, orang tua yang meninggal dunia, perkawinan yang tidak sah, anak tiri, peristiwa bencana alam dan lain sebagainya. Berubahnya kondisi dalam keluarga akan berdampak besar pada keadaan kesejahteraan psikologis remaja yang tinggal dalam panti asuhan. Remaja memiliki peranan yang penting sebagai generasi yang akan meneruskan cita-cita bangsa, dengan peran tersebut maka kesejahteraan psikologis remaja perlu untuk diperhatikan (Savitri & Lestiyandini, 2017). Remaja yang mempunyai kesejahteraan psikologis yang tinggi cenderung akan terlihat lebih bahagia, merasa senang dalam hidupnya, mampu menikmati setiap momen dalam kesehariannya, mempunyai pemikiran yang positif tentang masa depan, serta dapat bertahan dari ujian di hidupnya (Minasochah, 2019).

Ryff (1989) mendefinisikan *psychological well-being* atau kesejahteraan psikologis sebagai sebuah kondisi di mana individu memiliki sikap yang positif terhadap dirinya sendiri dan orang lain, mampu membuat keputusan sendiri dan mengontrol tingkah lakunya sendiri, dapat menciptakan dan mengatur lingkungan yang sesuai dengan kebutuhannya, mempunyai tujuan hidup, dan membuat hidup mereka lebih bermakna serta berusaha menjelajahi dan mengembangkan diri.

Psychological well-being sama halnya dengan *Subjective well-being* yang berbicara mengenai kesejahteraan psikologis individu. Namun, titik poinnya berbeda karena *subjective well-being* diartikan sebagai tingkat kepuasan individu sedangkan *psychological well-being* lebih dalam daripada itu, mencakup individu yang mampu tumbuh dan berkembang, mampu menunjukkan potensinya secara optimal dan berani menghadapi tantangan yang dihadapinya (Takwin, 2008).

Psychological well-being juga dapat diartikan sebagai kesejahteraan yang berpegang pada konsep yang dapat diukur yaitu mengenai pengembangan manusia dan kemampuan individu dalam menghadapi ujian kehidupan (Keyes, Shmotkin, & Ryff, 2002). Dalam hal ini kesejahteraan psikologis anak yang tinggal dalam panti asuhan ditentukan dari bagaimana kemampuan dan perjuangan anak dalam menghadapi tantangan hidup di panti asuhan. Diperoleh dari teori yang dijabarkan oleh Ryff (2014) Aspek-aspek kesejahteraan psikologis terdiri dari 6 aspek yaitu: hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), otonomi (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), pertumbuhan pribadi (*personal growth*), dan penerimaan diri (*self-acceptance*).

Guna mengetahui gambaran keadaan kesejahteraan psikologis pada remaja panti asuhan di Ngaliyan Semarang, penulis melakukan analisis awal atau pra survei terhadap 10 remaja di 3 yayasan panti asuhan kecamatan Ngaliyan kota Semarang yaitu panti asuhan Al Ikhsaniyyah,

panti asuhan Al-Hikmah, dan panti asuhan Iskandariyyah. Delapan subjek tersebut berinisial Nj (18 th), Sf (10 th), Ra (14 th), Sk (17 th), Sm (16 th), Mn (13 th), S (15 th), Ns (16), Ds (18) dan R (18 th). Dalam pra survei tersebut, penulis melakukan interview atau wawancara sederhana dengan pertanyaan-pertanyaan yang mengarah pada aspek kesejahteraan psikologis guna memperoleh informasi yang dibutuhkan. Dari hasil wawancara ditemukan bahwa keempat subjek mempunyai beberapa permasalahan pada aspek kesejahteraan psikologis yaitu hubungan positif dengan orang lain, penguasaan lingkungan dan penerimaan diri.

Dari wawancara tersebut penulis mendapatkan keterangan bahwa pada aspek hubungan positif dengan orang lain diketahui⁷ dari 10 anak mengalami beberapa permasalahan, seperti konflik dengan sesama anak panti asuhan sampai tidak diajak berteman atau berbicara dan bertengkar. Kemudian anak panti asuhan yang bernisial Sf merasa kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan orang yang lebih tua dari dirinya, bahkan dalam lingkungan sekolah subjek mengaku tidak mempunyai teman karena temannyapernah mengejek atau menghina karena dia anak panti asuhan. Sementara Ra adalah anak pindahan dari panti asuhan lain karena pernah menjadi korban perundungan sehingga dia pindah panti asuhan di Ngaliyan dan disana dia merasa lebih nyaman karena diperlakukan dengan baik oleh teman-teman lainnya, namun dalam lingkungan sekolah Ra mengaku sebagai seseorang yang pendiam sehingga tidak banyak teman yang mengajaknya untuk berinteraksi.

Kehidupan di rumah dengan kehidupan di panti asuhan pasti sangat berbeda, seseorang yang tinggal dalam panti asuhan pasti membutuhkan proses penyesuaian dengan keadaan lingkungan, begitupun dengan kedelapan subjek. Saat pertama kali tinggal dalam panti asuhan beberapa dari mereka mengatakan harus terbiasa jauh dari keluarga dan tidur dengan banyak orang dalam satu kamar, itu adalah salah satu contoh tantangan yang harus mereka hadapi untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan panti asuhan, namun hal tersebut dapat mereka atasi sampai sekarang dan sudah merasa terbiasa dan nyaman dengan lingkungan panti asuhan. Namun terdapat 4 anak yang mengaku sedikit kesusahan menyesuaikan diri dengan anak-anak panti terlebih yang usianya lebih tua dari mereka. Sementara Ramasih sedikit kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan teman-teman di sekolahnya karena pernah dihina dan Mn merasa malu ketika berinteraksi dengan teman baru di sekolah sehingga dia tidak terlalu mendapat teman yang banyak.

Aspek yang menjadi permasalahan selanjutnya adalah aspek penerimaan diri, untuk aspek ini 9 subjek mengatakan bahwa keadaan mereka di panti asuhan saat ini merupakan pilihan yang harus dijalani, akan tetapi perasaan iri dengan orang lain yang tinggal di rumah dengan keluarga sering terlintas dalam pikiran mereka. Subjek mengatakan tinggal di panti asuhan lumayan menyenangkan namun lebih menyenangkan kalau tinggal dirumah bersama keluarga yang harmonis seperti anak lainnya. Selain itu terdapat 3 subjek mengaku merasa kecewa dan sedih dengan

ayah atau ibunya yang menelantarkan mereka atau lepas dari tanggung jawab untuk mengurus dan membiayai kehidupan mereka. Dari perasaan yang mereka alami dapat diketahui dari keempat subjek mempunyai penerimaan diri yang rendah.

Berdasarkan hasil dari analisis awal yang dilakukan, menunjukkan bahwa terdapat permasalahan mengenai keadaan kesejahteraan psikologis anak yang hidup dalam panti asuhan, yaitu dalam aspek hubungan positif dengan orang lain subjek sulit menyesuaikan hubungan sosial dengan teman lainnya, aspek penguasaan terhadap lingkungan terdapat subjek yang masih sulit beradaptasi dengan anak di lingkungan panti asuhan dan di lingkungan sekolah dan aspek penerimaan diri mereka yang rendah.

Melihat dari teori yang dijabarkan oleh Snyder dan Lopez (2002) bahwa seseorang dapat dikatakan memiliki kondisi kesejahteraan psikologis yang baik ketika aspek-aspek dari kesejahteraan psikologis dapat terpenuhi. Maka dapat disimpulkan bahwa kesulitan membangun hubungan positif, kesulitan dalam menguasai lingkungan dan rendahnya penerimaan diri anak panti asuhan dapat menyebabkan permasalahan dalam kesejahteraan psikologis.

Kesejahteraan psikologis sendiri dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Huppert (2009) terdapat 4 faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis, yaitu kepribadian individu, faktor demografik, faktor sosial-ekonomi, dan faktor lain seperti aktivitas di luar dan di dalam kontrol individu. Salah satu faktor kepribadian individu yang

dapat mempengaruhi *psychological well-being* (kesejahteraan psikologis) adalah penerimaan diri. Sependapat dengan teori Hupert, Ryff menjelaskan bahwa dalam 5 tipe kepribadian (*the big five traits*) kategori *extraversion*, *conscienttiousness*, dan *low neuroticism* berpengaruh besar dalam penerimaan diri (Schumutte & Ryff, 1997). Penerimaan diri menurut Rubin (Ratnawati, 1990) adalah suatu sikap yang menggambarkan perasaan senang mengenai kenyataan dalam diri sendiri. Sehingga penerimaan diri dapat diartikan sebagai suatu sikap penerimaan terhadap gambaran sehubungan dengan kenyataan diri. Jika seseorang mempunyai penerimaan diri yang baik maka dia akan memperoleh kesejahteraan psikologis. Paramitha (2020) dalam penulisannya berjudul ‘Hubungan antara Penerimaan Diri dengan *Psychological Well-Being* pada Narapidana Wanita di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Semarang’ menerangkan bahwa penerimaan diri mempunyai hubungan positif dengan kesejahteraan psikologis.

Selain faktor penerimaan diri, menurut Ryff (1995) dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang penting dalam kesejahteraan psikologis khususnya wanita, semakin tinggi tingkat interaksi sosial yang dilakukan maka semakin tinggi tingkat kesejahteraan psikologisnya. Dukungan sosial sendiri dapat diperoleh dari berbagai pihak, seperti keluarga, teman dan pasangan, jika individu mendapatkan dukungan sosial dengan baik maka akan mudah melakukan penyesuaian sosial. Sedangkan menurut Hupert faktor sosial adalah faktor yang berpengaruh besar

terhadap kesejahteraan psikologis, individu dapat dikatakan bisa menghadapi lingkungan sosialnya jika mampu melakukan penyesuaian sosial dengan baik (Huppert, 2009). Menurut Schneiders (Rifai, 2015) penyesuaian sosial yang baik adalah dapat menguasai emosinya, mampu mengendalikan tingkah lakunya, mempunyai motivasi yang tinggi, mempunyai sifat toleransi, bersedia untuk bekerja sama dengan lingkungannya, dan dapat berpartisipasi dalam lingkungan sosial. Sedangkan menurut Andani (2015) seseorang yang dapat menjalankan penyesuaian sosial dengan baik ditandai dengan keberhasilannya dalam hubungan sosial dimana dia dapat diterima dalam anggota kelompok ataupun anggota masyarakat. Sedangkan menurut Mounts, dkk (Malay, 2019) mengatakan bahwa seseorang yang mengalami hambatan dalam melakukan penyesuaian sosial cenderung akan merasakan kesepian, kecemasan, dan depresi. Asterina (2020) dalam penulisannya berjudul 'Hubungan Penyesuaian Sosial dan Kesejahteraan Psikologis pada Remaja Panti Asuhan' menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara penyesuaian sosial dengan kesejahteraan psikologis.

Melihat dari masalah yang ditemukan, untuk mengetahui keadaan yang sebenarnya pada remaja panti asuhan maka dalam penelitian ini akan membahas mengenai hubungan penerimaan diri dan penyesuaian sosial dengan kesejahteraan psikologis remaja panti asuhan dengan lokasi penelitian di 3 yayasan yaitu panti asuhan Al-Ikhsaniyyah, panti asuhan Al

Hikmah, dan panti asuhan Iskandariyyah, Kecamatan Ngaliyan Kota Semarang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan hasil pemaparan latar belakang masalah di atas maka dapat dikemukakan rumusan masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah ada hubungan antara penerimaan diri dengan kesejahteraan psikologis pada remaja panti asuhan di kecamatan Ngaliyan Semarang?
2. Apakah ada hubungan antara penyesuaian sosial dengan kesejahteraan psikologis pada remaja panti asuhan di kecamatan Ngaliyan Semarang?
3. Apakah ada hubungan antara penerimaan diri dan penyesuaian sosial dengan kesejahteraan psikologis pada remaja panti asuhan di kecamatan Ngaliyan Semarang?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian rumusan masalah diatas maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Untuk menguji secara empiris hubungan antara penerimaan diri dengan kesejahteraan psikologis pada remaja panti asuhan di kecamatan Ngaliyan Semarang

- b. Untuk menguji secara empiris hubungan antara penyesuaian sosial dengan kesejahteraan psikologis pada remaja panti asuhan di kecamatan Ngaliyan Semarang
- c. Untuk menguji secara empiris hubungan antara penerimaan diri dan penyesuaian sosial dengan kesejahteraan psikologis pada remaja panti asuhan di kecamatan Ngaliyan Semarang

D. Manfaat Penelitian

- a. Secara Teoritis

Hasil penulisan ini diharapkan dapat menambah wawasan dan rujukan dalam ilmu pengetahuan berdasarkan teori-teori yang ada dan memberikan informasi terkait penerimaan diri dan penyesuaian sosial dengan kesejahteraan psikologis pada anak panti asuhan.

- b. Secara Praktis

- 1. Bagi penulis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sarana yang bermanfaat dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis penulis.

- 2. Bagi pembaca atau masyarakat

Dari hasil penelitian yang didapatkan terkait kesejahteraan psikologis diharapkan pembaca atau masyarakat dapat menerapkannya sesuai kebutuhan dalam kehidupan sehari-hari.

3. Bagi panti asuhan

Manfaat dari penelitian ini bagi panti asuhan adalah dapat memperbaiki dan meningkatkan kesejahteraan psikologis dengan memberikan bimbingan sesuai kebutuhan anak panti asuhan dalam penerimaan diri dan penyesuaian sosial.

4. Bagi remaja panti asuhan

Manfaat penelitian ini bagi remaja panti asuhan adalah supaya anak panti asuhan dapat mengetahui tentang kesejahteraan psikologis yang ada dalam dirinya, sehingga diharapkan dari pengetahuan tersebut anak panti asuhan semakin termotivasi untuk berkembang secara maksimal.

E. Keaslian Penelitian

Guna menghindari terjadinya plagiarisme, baik dalam bentuk artikel, jurnal, skripsi ataupun dalam bentuk tulisan lainnya, maka penulis akan menjelaskan persamaan dan perbedaan antara penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis. Penelitian terkait yang relevan yaitu penelitian dari:

Indriani dan Sugiasih (2016) dalam penelitiannya berjudul “Dukungan Sosial dan Konflik Peran Ganda Terhadap Kesejahteraan Psikologis Karyawati PT. SC Enterprises Semarang” dengan subjek penelitian sebanyak 163 karyawati. Skala kesejahteraan psikologis dalam penelitian ini mengacu pada teori Ryff (1989). Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian tersebut adalah korelasi analisis regresi dua prediktor.

Hasil analisis data dari penelitian tersebut menunjukkan perolehan nilai r sebesar 0,195 dan nilai signifikan 0,01 sehingga hipotesis yang diajukan diterima.

Khoirunnisa dan Setianingsih (2016) dalam penelitiannya berjudul “Optimismes dan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro” dengan jumlah subjek penelitian sebanyak 135 mahasiswa tahun pertama. Metode analisis data dalam penelitian tersebut menggunakan analisis regresi sederhana. Penelitian ini memperoleh hasil dengan nilai koefisien korelasi (r) sebanyak 0,590 dengan signifikan 0,001. Dari hasil tersebut menunjukkan adanya pengaruh yang positif antara optimisme terhadap kesejahteraan psikologis pada Mahasiswa Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro, semakin optimisme maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis begitupun sebaliknya.

Paramitha (2020) dalam penelitiannya berjudul “Hubungan Antara Penerimaan Diri dengan *Psychological Well Being* pada Narapidana Wanita di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Semarang” dengan tempat penelitian di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II A Kota Semarang. Skala pada variabel kesejahteraan psikologis disusun berdasarkan teori dari Ryff sedangkan untuk skala variabel penerimaan diri disusun berdasarkan teori dari Shereer. Metode analisis data pada penelitian tersebut menggunakan metode analisis korelasi produk momen. Hasil penelitian ini menunjukkan nilai koefisien korelasi (r) sebanyak

0,718 dengan signifikan 0,000 yang berarti adanya hubungan signifikan antara penerimaan diri dengan *psychological well being* pada narapidana wanita. Hal tersebut menunjukkan semakin tinggi penerimaan diri maka semakin tinggi *psychological well being*, begitupun sebaliknya semakin rendah penerimaan diri maka semakin rendah *psychological well being*.

Asterina (2020) dalam penelitiannya berjudul “Hubungan Penyesuaian Sosial dan Kesejahteraan Psikologis pada Remaja Panti Asuhan” dengan populasi anak remaja panti asuhan usia 10-18 tahun di daerah Semarang. Skala pada variabel penyesuaian sosial dan kesejahteraan psikologis menggunakan teori dari Ryff dan Schneiders. Metode analisis data pada penelitian tersebut menggunakan metode analisis korelasi produk momen. Dari hasil penelitian diperoleh nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,469 dengan hasil perhitungan nilai signifikan sebesar 0,01. Maka dapat disimpulkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara penyesuaian sosial dengan kesejahteraan psikologis pada remaja panti asuhan. Semakin tinggi penyesuaian sosial maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis, begitupun sebaliknya semakin rendah penyesuaian sosial maka semakin rendah kesejahteraan psikologis.

Prabowo (2016) dalam penelitiannya berjudul “Kesejahteraan Psikologis di Sekolah” yang dilaksanakan di SMK Muhammadiyah kota Malang. Rancangan penelitian menggunakan metode kuantitatif deskriptif dengan metode pengumpulan data skala kesejahteraan psikologis yang mengacu pada teori Ryff (1989). Hasil dalam penelitian tersebut

menjelaskan bahwa sebanyak 76% siswa mempunyai kesejahteraan psikologis kategori sedang. Sedangkan sisanya 13% siswa masuk dalam kategori tinggi dan 11% siswa masuk dalam kategori rendah. Dari data tersebut menunjukkan bahwa secara umum kesejahteraan psikologis remaja Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah berada dalam kategori sedang.

Aisyah dan Chisol(2018) dalam penelitiannya berjudul “Rasa syukur dan kaitannya dengan kesejahteraan psikologis pada guru honorer sekolah dasar” dengan subjek penelitian sebanyak 63 guru honorer sekolah dasar di UPT Disdikpora Kecamatan Pecangaan Kabupaten Jepara. Skala pada variabel kesejahteraan psikologis menggunakan teori dari Ryff (2014). Teknis analisis data yang digunakan adalah analisis korelasi Product Moment, dengan hasil nilai koefisien korelasi $r = 0,744$ dengan $p < 0,01$. Hal tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif antara rasa syukur dengan kesejahteraan psikologis pada guru honorer sekolah dasar.

Tabel 1. 1 *Persamaan dan Perbedaan dengan Penelitian Terdahulu*

No	Judul	Penulis	Tahun	Persamaan	Perbedaan
1.	Dukungan Sosial dan Konflik Peran Ganda Terhadap Kesejahteraan Psikologis Karyawan PT. SC Enterprises Semarang	Defi Indriani dan Inhasuti Sugiasih	2016	<ul style="list-style-type: none"> • Variabel terikat : kesejahteraan psikologis. • Teori variabel: Ryff 	<ul style="list-style-type: none"> • Subjek penelitian : karyawan < anak panti asuhan • Metode: korelasi analisis regresi dua prediktor ><korelasi produk momen
2.	Optimismes dan Kesejahteraan	Adzmi Khoirunnisa	2016	<ul style="list-style-type: none"> • Variabel terikat : kesejahteraan 	<ul style="list-style-type: none"> • Subjek: mahasiswa pendidikan dokter UNDIP >< anak

	Psikologis pada Mahasiswa Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro	dan Ika Zenita Ratnaningsih		psikologis	panti asuhan • Metode: Regresi sederhana >> Korelasional
3.	Hubungan antara Penerimaan Diri dengan <i>Psychological Wellbeing</i> pada Narapidana Wanita di Lembaga Pemasarakatan Perempuan Semarang	Apolinaris Pradnya Paramitha	2020	<ul style="list-style-type: none"> • Variabel bebas: penerimaan diri • Variabel terikat: kesejahteraan psikologis • Teori skala item kesejahteraan psikologis teori: Ryff 	<ul style="list-style-type: none"> • Subjek: narapidana wanita >> anak panti asuhan • Teori skala penerimaan diri: Shereer >> Benard
4.	Hubungan Penyesuaian Sosial dan kesejahteraan Psikologis pada Remaja Panti Asuhan	Monica Astrid Inez Asterina	2020	<ul style="list-style-type: none"> • Variabel bebas: penyesuaian sosial • Variabel terikat: kesejahteraan psikologis • Teori skala blueprint: Ryff dan Schneiders • Subjek: anak panti asuhan 	<ul style="list-style-type: none"> • Jumlah variabel bebas: satu variabel bebas >> dua variabel bebas yang berbeda
5.	Kesejahteraan Psikologis di Sekolah	Adhyatman Prabowo	2016	<ul style="list-style-type: none"> • Pembahasan: kesejahteraan psikologis • Teori variabel penelitian: Ryff • Metode penelitian: kuantitatif deskriptif 	<ul style="list-style-type: none"> • Subjek: remajadi sekolah >> anak panti asuhan • Jumlah variabel: satu variabel >> tiga variabel

6.	Rasa Syukur dan kaitannya dengan Kesejahteraan Psikologis pada Guru Honorer Sekolah Dasar	Asti Aisyah dan Rohmatun Chisol	2018	<ul style="list-style-type: none"> • Variabel terikat: Kesejahteraan psikologis • Teori Skala variabel: Ryff • Metode: Korelasional 	<ul style="list-style-type: none"> • Subjek: guru honorer sekolah dasar >< anak panti asuhan
----	---	---------------------------------	------	--	---

Beberapa hasil tulisan di atas memiliki persamaan penelitian baik dalam hal pembahasan, variabel, teori, metode penelitian maupun subjek penelitian, namun meskipun demikian tulisan di atas tetap terdapat perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis berdasarkan tabel persamaan dan perbedaan dengan penelitian terdahulu. Dengan demikian, permasalahan penelitian yang penulis lakukan benar-benar asli.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well Being*)

1. Pengertian Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis merupakan kemampuan seseorang untuk menerima kondisi dirinya sendiri yang sebenarnya, menjalin hubungan yang baik dengan orang lain, tidak tergantung pada tekanan sosial, mengendalikan lingkungan eksternal, memiliki kehidupan yang bermakna dan terus mengembangkan potensinya. Memiliki penilaian positif terhadap dirinya, mampu bertindak secara mandiri, mengendalikan lingkungan, memiliki tujuan dan makna hidup, mengalami perkembangan kepribadian sehingga individu tersebut dapat dikatakan mempunyai kesejahteraan psikologis (Daniella, 2012).

Teori kesejahteraan psikologis dijelaskan sebagai kemampuan seseorang dalam mencapai potensi psikologis secara penuh dan suatu keadaan ketika individu bisa menerima kelebihan dan kekurangan pada dirinya, mempunyai tujuan hidup, meningkatkan hubungan yang positif dengan orang lain, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengontrol keadaan lingkungan, dan terus berkembang secara personal (Ryff & Keyes, 1995). Sedangkan Huppert (2009), menjelaskan kesejahteraan psikologis sebagai kehidupan yang dapat berlangsung dengan baik, yaitu gabungan dari merasa lebih baik dan berfungsi secara positif.

Hadjam dan Nasiruddin (2003) berpendapat bahwa kesejahteraan psikologis merupakan parameter kedamaian seseorang dan bermanfaat guna memenuhi standar peran positif psikologisnya. Sementara itu Kaneez (2015) memaparkan kesejahteraan psikologis merupakan pemikiran mengenai kondisi dalam diri yang diamati dari kesehatan mental seseorang. Sebagaimana dengan Mawarpuri (2013) juga mengartikan kesejahteraan psikologis sebagai suatu kondisi yang tidak terdapat penyakit tentang psikologis atau penyakit mental.

Beberapa penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis adalah kemampuan seseorang dalam mencapai potensi positif psikologisnya secara keseluruhan sehingga dalam kehidupannya dapat berjalan dengan baik. Kesejahteraan psikologis ditandai dengan keadaan mental yang sehat.

2. Aspek Kesejahteraan Psikologis

Aspek kesejahteraan psikologis menurut Ryff (dalam Prabowo 2016) adalah sebagai berikut :

1) Penerimaan Diri (*self acceptance*)

Penerimaan diri dapat dilihat dari seseorang yang mampu menilai dengan positif tentang dirinya yang saat ini dan tentang dirinya di masa lampau. Individu mampu untuk mempertahankan perilaku positifnya dan mengerti akan kekurangan dalam dirinya. Dalam arti, seseorang yang dapat menerima kondisi dalam dirinya adalah yang menyadari dan menerima kelebihan maupun

kekurangannya dan hal tersebut merupakan salah satu karakteristik psikologis yang dapat berfungsi secara positif (*positive psychological functioning*).

Menurut Ryff (1989) individu yang semakin bisa menerima dirinya sendiri, maka akan semakin tinggi sikap positif individu tersebut terhadap dirinya sendiri, dapat mengerti, menerima semua aspek diri, termasuk kualitas diri yang buruk dan melihat masa lalu sebagai sesuatu yang tetap baik. Sebaliknya, semakin rendah tingkat penerimaan individu terhadap dirinya sendiri maka akan semakin tidak puas dengan dirinya sendiri, merasa kecewa dengan masa lalu, sehingga menimbulkan perasaan ingin menjadi seperti orang lain.

2) Hubungan Positif dengan Orang Lain (*positive relation with others*)

Individu ini mampu untuk menjalin hubungan antar pribadi dengan dekat, bermakna dan percaya terhadap satu dengan lainnya serta ia dapat merasa senang. Kemudian dari pada itu, adanya hubungan positif dengan orang lain dapat diketahui dengan mempunyai kedekatan yang bermakna dengan orang yang tepat (*significant others*).

Menurut Ryff (1995), semakin tinggi kemampuan individu dalam menjalin hubungan interpersonal, maka individu tersebut mempunyai rasa perhatian dan berempati pada kesejahteraan orang

lain, menyayangi, menjalin kedekatan dengan orang lain, mengerti konsep memberi dan menerima dalam membina sebuah hubungan. Dan sebaliknya individu yang tidak mampu menjalin hubungan interpersonal dengan baik maka individu tersebut akan merasa terisolasi, kurang terbuka, kurang bisa bersikap hangat, dan tidak bisa berempati terhadap kesejahteraan orang lain dan tidak mau berdiskusi untuk mempertahankan hubungan yang penting dengan orang lain.

3) Otonomi

Otonomi merupakan kemampuan seseorang untuk menentukan nasib sendiri, kebebasan, pengendalian internal, individual, dan pengaturan perilaku internal. Tanda ini merupakan dasar keyakinan bahwa pikiran dan tindakan individu berasal dari dalam dirinya sendiri, tanpa adanya pengaruh dari luar. Fungsi otonomi dan ketahanan ditunjukkan dalam keberhasilan individu mengaktualisasikan dirinya.

Ryff (1995) menjelaskan bahwa, orang yang mempunyai tingkat otonomi yang tinggi mampu memberikan keputusan terbaik bagi dirinya sendiri, dalam arti mampu menghilangkan tekanan sosial, dan sebaliknya orang yang mempunyai tingkat otonomi rendah akan menilai dirinya melalui pandangan orang lain dan memilih menyesuaikan diri terhadap tekanan sosial.

4) Penguasaan terhadap lingkungan (*enviromental mastery*)

Penguasaan lingkungan adalah kemampuan dalam mengatur atau mengelola kehidupan secara efektif dan positif pada lingkungan sekitar. hal tersebut bermakna merubah lingkungannya supaya diatur dan dikelola sesuai dengan kebutuhan dan beberapa tuntutan dalam hidupnya. Di lihat dari karakteristik psikologi yang sehat, menunjukkan adanya kemampuan untuk mempunyai atau membuat lingkungan yang sesuai dengan kondisi tubuhnya. Pada konsep perkembangan, penguasaan lingkungan ditegaskan dengan kemampuan seseorang dalam menguasai ataupun mengatur lingkungannya dan memodifikasi dengan kreatif dan inovatif melewati sebuah kegiatan fisik dan non fisik. Menggabungkan dari perspektif yang memandang bahwa dengan keikutsertaan aktif dan penguasaan lingkungan merupakan aspek penting dari kerangka kerja aktif secara psikologis.

5) Tujuan hidup (*purpose in life*)

Individu yang memiliki tujuan di dalam hidupnya dapat diartikan sebagai kesuksesan dalam menemukan arti dan tujuan diberbagai usaha dan kesempatan. Individu tersebut memiliki tujuan dan keyakinan bahwa dia memiliki hidup yang berarti. Dalam arti dewasa menekankan adanya pemahaman tentang tujuan dalam hidup, perasaan yang terkendali, dan terdapat harapan dalam hidupnya. Pada konsep perkembangan yang mengacu pada

perubahan mengenai tujuan dalam hidup adalah dengan menjadi individu yang lebih aktif dan dapat mencapai kesatuan emosional di masa depan. Maka, individu yang sudah mampu berfungsi dengan positif mempunyai tujuan hidup, adanya harapan dalam hidup, dan perasaan terarah.

6) Pertumbuhan pribadi (*personal growth*)

Fungsi psikologis yang optimal tidak serta merta menuntut tercapainya ciri-ciri yang telah dicapai sebelumnya, tetapi juga kelangsungan dan pengembangan potensi seseorang untuk terus tumbuh dan berkembang sebagai pribadi yang utuh. Dari sudut pandang kesehatan, kebutuhan untuk membentuk diri sendiri dan memenuhi potensi diri adalah inti dari pertumbuhan pribadi. Misalnya, keterbukaan terhadap keinginan untuk mengalami sesuatu (*openness to experience*) merupakan ciri penting seseorang yang mampu berfungsi secara penuh. Teori masa hidup juga menekankan bahwa ada keberlangsungan perkembangan dan berbagai hambatan dan tugas baru yang dihadapi pada semua tahap kehidupan.

Selain aspek-aspek yang dijelaskan diatas, Ingersoll-Dayton, dkk (2004) juga menjelaskan aspek-aspek kesejahteraan psikologis sebagai berikut:

a. Harmonis (*Harmony*)

Harmonis dapat diperoleh dengan adanya hubungan yang nyaman dengan orang lain seperti keluarga, pasangan, teman dan tetangga.

b. Saling Bergantung (*Interdependence*)

Individu dapat memberi dan memperoleh bantuan dari anggota keluarga, saudara dan orang lain secara bersamaan.

c. Penerimaan (*Acceptance*)

Menerima keadaan dalam dirinya serta tidak merenungkan kejadian-kejadian negatif supaya dapat memperoleh kebahagiaan dan kenyamanan.

d. Rasa Hormat (*Respect*)

Memperhatikan pandangan orang lain serta memahami atau mengevaluasi kebijakan. Orang yang mendapatkan perhatian akan menciptakan psikologis yang sejahtera.

e. Menikmati (*Enjoyment*)

Jangan sia-siakan kebahagiaan hidup dengan hal-hal yang terlalu sederhana dan didapatkan dari orang lain, carilah cara terbaik untuk hidup sampai dapat menikmatinya.

Aspek kesejahteraan psikologis pada penelitian ini akan mengambil teori dari Ryff (1995). Menurut Ryff kesejahteraan psikologis dapat diperoleh jika dari beberapa aspek di atas terpenuhi, yaitu mampu menerima keadaan apapun dalam dirinya, mampu berhubungan positif dengan orang lain, mempunyai kemandirian dalam

diri sendiri atau otonomi, mampu menguasai lingkungan, memiliki tujuan hidup dan dapat mengembangkan potensi yang dimiliki.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) seseorang menurut Ryff (1989) antara lain:

a) Faktor Demografis

Faktor demografis yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) yaitu usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, dan budaya.

1. Usia

Ryff dan Keyes (1995) mengemukakan bahwa dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh perbedaan usia. Dalam penelitiannya ditemukan bahwa dimensi penguasaan lingkungan dan dimensi otonomi mengalami peningkatan seiring bertambahnya usia, terutama dari remaja hingga pertengahan dewasa

2. Jenis Kelamin

Ryff mendapati bahwa perempuan dari berbagai kalangan usia secara stabil mengevaluasi hubungan yang positif pada orang lain lebih tinggi dari pria. Perempuan mendapatkan hasil lebih tinggi dari pria pada pertumbuhan pribadi. Empat dimensi kesehatan mental yang tersisa tidak secara stabil

mengungkapkan perbedaan yang berarti pada pria dan wanita (Ryff, 1989).

3. Status Sosial dan Ekonomi

Wisconsin Longitudinal Study menerangkan bahwa dalam kesejahteraan menunjukkan adanya perbedaan sosial di pertengahan masa dewasa. Pendidikan tinggi dan status pekerjaan meningkatkan kesehatan mental, terutama dalam hal tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi. Tunjangan yang lebih baik juga berlaku pada orang yang mendapatkan kedudukan pekerjaan yang lebih tinggi. Sebuah tinjauan nasional yang mewakili keluarga di Amerika Serikat juga mengungkapkan bahwa status yang lebih rendah kemungkinan akan meningkatkan kesehatan mental negatif dan menurunkan peluang kesehatan mental positif (Ryff & Singer, 1966). Sedangkan Ryan dan Deci (2001) meyakini bahwa status sosial ekonomi berkaitan pada aspek penerimaan diri, tujuan hidup, penguasaan lingkungan, dan pertumbuhan pribadi.

4. Budaya

Budaya barat dengan budaya timur tentunya memiliki sebuah perbedaan, di mana budaya barat lebih individualis dan budaya timur lebih guyub atau kolektif, hal tersebut menghasilkan ide bahwa aspek kesejahteraan penerimaan diri atau otonomi dalam konteks budaya barat kemungkinan lebih

menonjol, sedangkan aspek kesejahteraan yang lain seperti hubungan positif dengan orang lain dalam budaya timur mungkin lebih menonjol (Ryff & Singer, 1966).

b) Dukungan Sosial

Dukungan sosial dapat dimaknai sebagai rasa nyaman, damai, peduli, penghormatan, atau bantuan yang dipikirkan oleh seseorang dan didapat dari bermacam pihak, seperti pasangan, keluarga, teman, teman kerja, guru ataupun dari organisasi sosial. Enam aspek dalam kesejahteraan psikologis, perempuan mendapat hasil yang lebih tinggi pada aspek hubungan positif dengan orang lain dari pada laki-laki (Ryff, 1995; Hoyer, 2002; Akbar, 2013). Hal tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang penting terhadap kesejahteraan psikologis khususnya wanita. Semakin tinggi tingkat interaksi sosial maka semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologisnya pada individu dewasa. Demikian individu yang tidak mempunyai teman dekat kemungkinan besar mempunyai kesejahteraan psikologis yang rendah (Krammer, 1997; Hoyer, 2003; Akbar, 2013).

c) Evaluasi terhadap Pengalaman Hidup

Evaluasi terhadap pengalaman hidup memberikan pengaruh besar terhadap kesejahteraan psikologis. Ryff (1995) menjelaskan bahwa pengalaman hidup yang berpotensi mempengaruhi kesejahteraan psikologis adalah pengalaman yang dilihat oleh

individu tersebut sebagai pengalaman yang memberikan pengaruh besar pada komponen-komponen dalam hidupnya. Pengalaman tersebut meliputi berbagai bidang kehidupan, dimana masing-masing terdapat tantangan tersendiri dalam menjalaninya. Sebagai contoh, adanya bakat dalam diri kemudian dikembangkan sampai meraih prestasi.

d) Kepribadian

Schmutte dan Ryff (1997) dalam penelitiannya mengenai hubungan antara lima tipe kepribadian (*the big five traits*) dengan aspek-aspek kesejahteraan psikologis. Penelitian tersebut memperoleh hasil bahwa individu yang termasuk dalam kategori kenyamanan (*extraversion*), sifat kehati-hatian (*conscientiousness*), dan emosional negatif (*low neuroticism*) mendapatkan hasil paling tinggi dalam aspek penerimaan diri, penguasaan lingkungan dan arah hidup. Individu yang termasuk kategori terbuka pada hal-hal baru (*openness to experience*) mempunyai skor tinggi pada dimensi pertumbuhan pribadi, individu yang termasuk dalam kategori mudah setuju (*agreeableness*) dan kenyamanan (*extraversion*) mendapatkan hasil yang tinggi dalam aspek hubungan positif dengan orang lain dan seseorang yang masuk pada kategori *low neuroticism* mendapatkan hasil yang tinggi dalam aspek otonomi.

e) Religiusitas

Penelitian yang dilakukan oleh Koenig, Kvale dan Ferrel (1998) memperlihatkan bahwa individu yang mempunyai tingkat keagamaan yang baik maka mempunyai sikap yang lebih baik, lebih merasa puas dalam hidup dan jarang merasa kesepian. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Coke, Walls dan Zarit (1991) menunjukkan bahwa individu yang merasa memperoleh dukungan religiusitas kemungkinan besar mendapatkan kesejahteraan psikologis yang tinggi. Dengan demikian para ahli menyatakan bahwa religiusitas mempunyai hubungan yang kuat dengan kesejahteraan psikologis (Papalia, 2002; Akbar, 2013).

Selain yang disebutkan di atas, faktor lain yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis menurut Huppert (2009) ialah:

- a. Faktor Sosial dan Perkembangan Otak (*Sosial Factors and Brain Development*)

Setiap orang mempunyai ciri emosional yang berbeda baik dalam perasaan emosional yang positif maupun perasaan emosional yang negatif. Ciri emosional yang berbeda tersebut dapat diketahui dari tahapan perkembangan otak manusia yang berkembang dalam kurun waktu yang cukup lama. Ketika beranjak dewasa perkembangan otak cenderung lebih banyak sebagai pengatur lingkungan.

b. Faktor Genetik (*Genetic Factors*)

Kesejahteraan psikologis dapat dipengaruhi oleh kondisi genetik seseorang dan kondisi genetik tersebut juga dapat berpengaruh pada kemampuan seseorang dalam menghadapi tekanan atau stres. Telah diketahui bahwa kondisi genetik berpengaruh pada aktivitas otak di mana otak berperan dalam mengoperasikan emosi.

c. Kepribadian (*Personality*)

Salah satu faktor yang paling berpengaruh dalam bentuk emosional seseorang adalah faktor kepribadian, yaitu sebagai aspek pendorong perasaan negatif (*ekstraversi*) dan pendorong perasaan positif (*neurotisme*).

d. Faktor Demografi (*Demographic Factors*)

Wanita merupakan kaum yang paling banyak mengalami penyakit gangguan psikologis dari pada kaum laki-laki, gangguan psikologis tersebut umumnya mengalami kecemasan dan depresi. Selain perbedaan jenis kelamin tersebut, usia menjadi salah satu faktor yang sangat berpengaruh pada kesehatan psikologis. Seseorang dengan usia yang lebih muda cenderung akan mudah untuk mendapatkan kesejahteraan psikologis dibandingkan dengan orang yang berusia lebih tua. Selain itu, menikah dan memiliki pasangan hidup juga berpengaruh terhadap kepuasan dalam hidup dan kesehatan psikologis.

e. Faktor Sosial Ekonomi (*Socio Economic Factors*)

Keadaan sosial ekonomi cenderung mempunyai pengaruh yang sepadan dengan kesehatan psikologis atau gangguan mental. Tingkat kesejahteraan seseorang yang tinggi dan adanya gangguan atau masalah yang rendah dapat dipengaruhi oleh tingkat penghasilan dan tingkat kedudukan sosial yang tinggi.

f. Faktor Yang Lain (*Other Drivers*)

Huppert (2009) menerangkan bahwa kebahagiaan dapat ditingkatkan dengan kegiatan dari tiga kelompok yaitu 1) berolah raga secara terstruktur dan dengan orang lain dapat bersikap dengan baik. 2) pemikiran yang dapat mengarahkan pada pikiran yang positif dan bersyukur. 3) termotivasi dan bertekad termotivasi kuat ketika ingin memperoleh sesuatu yang diharapkan.

Dari penjelasan diatas mengacu pada teori Ryff dapat diketahui bahwa kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh lima faktor, diantaranya 1) Faktor demografis yang terdiri dari usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi dan budaya, 2) Dukungan sosial, 3) Evaluasi terhadap pengalaman hidup, 4) kepribadian, dan 5) Religiusitas.

4. Kesejahteraan Psikologis dalam Perspektif Islam

Huppert (2009) menjelaskan kesejahteraan psikologis sebagai kehidupan yang dapat berlangsung dengan baik, yaitu gabungan dari merasa lebih baik dan berfungsi secara positif. Islam berkonsentrasi untuk mencapai sebuah kebenaran dari kebahagiaan atau kesejahteraan

yaitu kesejahteraan di akhirat dibandingkan untuk kebahagiaan sementara seperti mencari kesenangan sebanyak mungkin atau budaya hedonis menurut Nasr (dalam Marliyani, Hamdani, & Imron, 2019). Allah juga telah menjelaskan dalam firman-Nya yang terdapat dalam Quran surat An-Nahl ayat 97.

مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً
وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ - ٩٧

“Barang siapa yang mengerjakan amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka sesungguhnya akan kami berikan kepadanya kehidupan yang baik dan sesungguhnya akan kami beri balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan”.(Q.S. An-Nahl: 97)

Dalam ayat tersebut menjelaskan tentang kehidupan yang baik merupakan seseorang yang mengerjakan kebajikan amal sholeh dalam keadaan beriman kepada Allah SWT. baik laki-laki atau perempuan tanpa memandang fisik, ras dan keturunan, oleh karena itu siapa saja yang mau melakukan amal kebaikan hanya karena Allah semata maka Allah menjanjikan balasan dengan memberikan kehidupan dunia yang baik dan pahala di akhirat atas kebajikan yang telah dikerjakan.

Dari penejelasan diatas dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis dapat diperoleh dari kehidupan yang baik dengan mengerjakan kebaikan dan amal sholeh dalam keadaan beriman.

B. Penerimaan Diri

1. Pengertian penerimaan diri

Menurut Hurlock (1973), penerimaan diri adalah tingkat kemampuan dan keinginan individu untuk hidup dengan segala karakteristiknya. Orang yang mampu menerima diri sendiri didefinisikan sebagai orang yang tidak memiliki masalah dengan dirinya sendiri, tidak merasa terbebani dengan dirinya sendiri, sehingga memberikan individu lebih banyak kesempatan untuk beradaptasi dengan keadaannya. Menurut Rubin (Marlina, 2020) penerimaan diri diartikan sebagai sikap yang mencerminkan kesenangan yang terkait dengan realitas diri sendiri. Penerimaan diri dapat diartikan sebagai sikap menerima gambaran tentang realitas seseorang. Menurut teori Chaplin (2005) mengemukakan bahwa penerimaan diri adalah sikap kepuasan terhadap diri sendiri, kualitas dan bakat diri sendiri, dan kesadaran akan keterbatasan diri.

Secara umum dapat dilihat ciri-ciri individu yang dapat menerima diri sendiri adalah dapat menerima kelemahan dan kekurangannya, dapat menerima diri sendiri, dapat memberikan penghargaan untuk diri sendiri maupun untuk orang lain, dan dapat menciptakan hal-hal yang berguna untuk dirinya dan orang di sekitarnya (Bastaman, 2010). Pada saat yang sama, menurut Handayani (2009), seseorang tanpa penerimaan diri yang baik akan rentan terhadap depresi, sulit berkonsentrasi, dan melemahkan

motivasi dan efektivitas daya juang anak. Pada akhirnya, anak gagal mencapai kemampuannya untuk berkembang dengan baik.

Coleridge (1997) mengatakan penerimaan diri bukanlah sikap pasrah, tetapi menerima identitas diri secara positif, penilaian terhadap diri sendiri dan bahkan harga diri dapat meningkat dan tidak menurun sama sekali.

Dari definisi diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa penerimaan diri adalah suatu sikap menerima kenyataan mengenai kondisi atau keadaan dirinya sekarang ini baik kelebihan maupun kekurangannya secara positif dengan perasaan senang dan percaya diri sehingga dia dengan mudah dapat beradaptasi dengan lingkungannya.

2. Aspek penerimaan diri

Aspek penerimaan diri menurut Hurlock (1974: 437) adalah sebagai berikut:

1) Sifat percaya diri dan menghargai diri sendiri

Seseorang dengan rasa percaya diri dan dapat menghargai dirinya sendiri cenderung memiliki kemampuan untuk melakukan sebuah hal. Kepercayaan diri yang tinggi akan membuat individu tidak merasa keberatan ketika disuruh mengerjakan sesuatu.

2) Kesiediaan menerima kritikan dari orang lain.

Menurut Anderson (Sobur, 2003), seseorang yang memiliki kematangan psikologis dapat ditandai dari kemampuan menerima pendapat dan kritikan dari orang lain. Individu yang matang

mempunyai tekad yang nyata namun juga mengetahui bahwa dirinya tidak selalu benar. Individu yang psikologisnya matang akan jauh lebih terbuka dan tidak marah jika mendapat kritikan atau saran dari orang lain demi kebaikan dirinya. Individu yang rela untuk dikritik atau diberi saran merupakan ciri seseorang yang dapat menilai diri secara netral.

3) Mampu menilai diri dan mengoreksi kelemahan

Seseorang dengan penyesuaian diri yang realistis adalah mampu untuk memperbaiki serta mengevaluasi diri secara teliti. Seseorang dengan penyesuaian diri yang realistis mampu beradaptasi pada kondisi lingkungan yang baru, fleksibel dan bisa memposisikan diri secara nyata.

4) Jujur terhadap diri sendiri dan orang lain

Dahler (Sobur, 2003) menyatakan bahwa seseorang yang mampu mengetahui dengan sadar kelemahan pada dirinya adalah seseorang yang mau jujur pada dirinya sendiri. Bersikap jujur pada dirinya sendiri akan membuat individu menjadi santai ketika mengetahui kelemahannya.

5) Nyaman dengan dirinya sendiri

Seseorang ketika memasuki usia remaja akan menghadapi sebuah perkembangan baik secara fisik maupun non fisik. Perkembangan pada kondisi kelamin dan perubahan pada tingkah laku adalah hal yang paling menonjol pada diri remaja. Individu

yang merasa nyaman dengan keadaan dirinya sendiri akan mudah melakukan penyesuaian diri terhadap perubahan secara fisik maupun non fisik.

6) Memanfaatkan kemampuan dengan efektif

Keberanian seseorang untuk menjelajahi keterampilan dan potensi adalah bagian dari teori kebutuhan tentang motivasi. Menurut Mc Clelland (Ali & Asrori, 2009) salah satu teori kebutuhan adalah kebutuhan untuk berprestasi. Masa remaja adalah masa di mana individu ingin dinilai sebagai orang yang sukses dalam hidupnya.

7) Mandiri dan berpendirian

Sunaryo Kartadinata (Ali & Asrori, 2009) menjelaskan remaja pada umumnya memiliki tingkat kemandirian yang bermacam-macam dan berpencar menjadi tingkat kesadaran diri, saksama atau teliti, mandiri dan individualis. Remaja yang mandiri dan mempunyai pendirian teguh akan sadar mengenai perilaku yang bergantung pada orang lain hanya akan menimbulkan masalah secara emosional dan dapat bertambah jika seseorang itu tidak bisa merespon dengan benar.

8) Bangga menjadi diri sendiri

Seseorang yang merasa bangga dengan dirinya merupakan pribadi yang sudah merasa senang pada semua kekuatan dan kelemahan yang ada pada dirinya. Menerima apapun kondisi dalam

diri sendiri akan membuat individu tersebut mempunyai strategi untuk menyesuaikan dirinya terhadap kegelisahan atau kecemasan, konflik, dan tekanan emosional.

Selain aspek-aspek yang disebutkan di atas, Benard (2013) mengemukakan aspek-aspek penerimaan diri sebagai berikut:

a. *Self Regard*

Self regard atau penghargaan terhadap diri merupakan proses individu dalam memandang dan menghargai karakter dalam dirinya sendiri secara positif. Seseorang yang mempunyai kemampuan penghargaan diri yang positif akan memandang setiap kejadian yang terjadi secara positif terlebih ketika menghadapi peristiwa negatif. Maka, penghargaan diri yang positif merujuk pada kemampuan individu dalam menerima setiap kejadian atau pengalaman yang telah terjadi sebelumnya tanpa terpengaruh keadaan luar di sekitarnya. Oleh karena itu, meskipun individu dihadapkan dengan kejadian negatif yang penuh tekanan, individu tersebut masih bisa memandang dan menyikapinya dengan positif dengan kemampuan *self regard* tersebut

b. *Self Evaluation*

Self evaluation atau evaluasi diri merupakan proses individu dalam mengevaluasi dan memahami dirinya sendiri secara positif. Seseorang yang tidak memiliki sikap penerimaan diri akan menilai dan mengevaluasi dirinya secara negatif dengan

mementingkan pendapat orang lain dan menjadikannya sebagai dasar untuk menilai dirinya sendiri.

Berdasarkan pemaparan dari beberapa ahli di atas, penulis menyimpulkan bahwa terdapat banyak aspek yang disebutkan dalam penerimaan diri namun aspek yang akan digunakan pada penelitian ini adalah aspek penerimaan diri menurut Benard (2013) aspek tersebut adalah *self regard* atau penghargaan diri dan *self evaluation* atau evaluasi diri.

3. Faktor yang mempengaruhi penerimaan diri

Hurlock (1974: 434) menyatakan bahwa banyak faktor yang mempengaruhi orang menyukai dan menerima dirinya. Faktor tersebut merupakan kebalikan dari faktor-faktor yang mengakibatkan penolakan diri, faktor-faktor yang mempengaruhi penerimaan diri tersebut adalah:

a) Pemahaman Diri

Pemahaman diri adalah suatu penilaian atas dirikita sendiri yang ditandai oleh keaslian bukan kebohongan, kenyataan bukan khayalan, kebenaran bukan kepalsuan dan keterusterangan bukan berbelit-belit.

b) Harapan yang realistis

Ketika seseorang mempunyai harapan terhadap suatu kesuksesan yang akan dicapai hal tersebut merupakan pengharapan yang nyata, kesempatan untuk memperoleh kesuksesan tersebut

akan muncul. Adanya harapan tersebut akan mendukung terbentuknya kepuasan diri sendiri yang pada akhirnya membentuk sikap penerimaan terhadap diri sendiri.

c) Tidak adanya hambatan dari lingkungan

Ketidakmampuan individu untuk mengatur dan mengolah hambatan-hambatan dari lingkungan dapat menyebabkan kesulitan untuk mencapai tujuan yang realistis. Begitupun sebaliknya, individu yang mampu mengontrol hambatan dari lingkungan maka dia akan dengan mudah mencapai tujuan, hambatan tersebut misalnya diskriminasi, ras, gender, dan kepercayaan.

d) Tidak adanya tekanan emosi yang berat

Adanya tekanan berat dan datang secara terus menerus seperti di lingkungan kerja atau rumah dapat menyebabkan gangguan berat. Perilaku orang yang mengalami gangguan berat dapat dianggap sebagai sesuatu yang menyimpang dan orang lain melihatnya dengan tercela dan akan menolak orang tersebut. Tidak adanya tekanan emosi yang berat menjadikan seseorang mampu melakukan yang terbaik dan mampu memberikan penilaian ke luar dan tidak hanya memberikan penilaian kedalam diri saja. Tidak adanya tekanan emosi bisa membuat seseorang merasa santai tidak tegang, senang bukan marah, benci dan frustrasi.

e) Sukses yang sering terjadi

Sering mengalami kegagalan dapat menjadikan seseorang menolak terhadap diri sendiri, dan sebaliknya kesuksesan yang sering hadir dapat menimbulkan penerimaan terhadap diri sendiri.

f) Konsep diri yang stabil

Konsep diri yang stabil adalah suatu cara seseorang memandang kedalam dirinya sendiri dan hasilnya tetap sama setiap waktu. Adanya konsep diri yang baik akan menciptakan penerimaan diri yang baik begitupun sebaliknya jika memiliki konsep diri yang buruk akan menciptakan sebuah penolakan terhadap diri sendiri.

Santrock (2007) menerangkan individu yang tidak mempunyai penerimaan diri dipengaruhi oleh lima faktor yaitu:

a. Tidak adanya pemahaman diri

Pemahaman diri merupakan salah satu metode untuk mengenali, mengerti tentang kepribadian, kemampuan dan permasalahan pada individu atau kelompok. Seseorang yang tidak mempunyai pemahaman terhadap dirinya maka cenderung sulit untuk mengekspresikan semua potensi yang terdapat dalam dirinya.

b. Perasaan tidak nyaman

Perasaan tidak nyaman dapat menimbulkan beberapa masalah, dalam hidup seseorang akan dihadapkan tantangan atau ujian dan hal tersebut dapat terjadi secara berkepanjangan, adanya

perasaan tidak nyaman akan menyebabkan penyesuaian diri yang buruk pada lingkungan baru dan seseorang tersebut akan dituntut untuk dapat menyesuaikan diri karena pola kehidupan yang ada.

c. Permasalahan keluarga

Unit terkecil dalam masyarakat adalah keluarga, anggota di dalam keluarga meliputi ayah, ibu dan anak yang pastinya mempunyai sebuah perbedaan, baik kepribadian, pendapat, pola pikir dan tingkah laku. Keluarga yang memiliki permasalahan seperti kesulitan perekonomian dalam keluarga mempengaruhi kondisi sandang, pangan, papan dan masa depan menyebabkan hilangnya rasa penerimaan diri.

d. Anti sosial

Seseorang yang memiliki sifat anti sosial umumnya mengabaikan nilai benar atau salah dan cenderung tidak peduli terhadap perasaan dan hak orang lain. Mereka sering membuat keributan atau melanggar peraturan serta memperlakukan orang lain dengan kasar. Selain itu orang yang anti sosial tidak mau melaksanakan tanggung jawab dan kewajiban yang berkaitan dengan keluarga, sekolah ataupun pekerjaan.

e. Bersikap negatif tentang masa depan

Berpikir secara positif ataupun secara negatif dapat menciptakan perbedaan besar dalam hidup, dengan berpikir positif dapat menimbulkan sikap yang baik. Berpikir secara positif

mempunyai peran penting dalam pembentukan individu dan penetapan kualitas dalam hidup.

Berdasarkan hasil uraian diatas penerimaan diri dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya pemahaman diri, harapan yang realistis, tidak hadirnya hambatan-hambatan dari lingkungan, tidak memiliki tekanan emosi yang berat, sukses yang sering terjadi, dan konsep diri yang stabil. Sementara itu menurut Santrock (2007) seseorang yang tidak mempunyai penerimaan diri disebabkan oleh 5 faktor, yaitu tidak memiliki pemahaman terhadap diri sendiri, perasaan yang tidak nyaman, adanya permasalahan dalam keluarga, mempunyai sikap anti sosial dan bersikap negatif terhadap masa depan.

4. Penerimaan Diri dalam Perspektif Islam

Penerimaan diri adalah suatu sikap menerima kenyataan mengenai kondisi atau keadaan dirinya sekarang ini baik kelebihan maupun kekurangannya secara positif dengan perasaan senang dan percaya diri. Dalam Islam penerimaan diri dikenal dengan istilah ikhlas dan qonaah. Salah satu ayat Al-Quran yang menjelaskan tentang penerimaan diri adalah Q.S At-Taubah ayat 59.

وَلَوْ أَنَّهُمْ رَضُوا مَا آتَاهُمُ اللَّهُ وَرَسُولُهُ وَقَالُوا حَسْبُنَا

اللَّهُ سَيُؤْتِينَا اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ وَرَسُولُهُ إِنَّا إِلَى اللَّهِ رَاغِبُونَ - ٥٩

“Dan sekiranya mereka benar-benar rida dengan apa yang diberikan kepada mereka oleh Allah dan Rasul-Nya, dan berkata, “Cukuplah Allah bagi kami, Allah dan Rasul-Nya akan memberikan kepada kami sebagian dari karunia-Nya. Sesungguhnya kami orang-orang yang berharap kepada Allah.”(Q.S. At-Taubah: 59)

Manusia yang mampu menerima kenyataan mengenai kondisi dirinya secara positif dan selalu bersyukur atas hidupnya akan mendapatkan karunia dari Allah Swt. Seseorang yang ikhlas dan rida atas semua ketetapan Allah dalam hidupnya akan menjadi pribadi yang tenang dan damai meskipun mendapat berbagai cobaan.

C. Penyesuaian Sosial

1. Pengertian penyesuaian sosial

Menurut Hurlock (1978) penyesuaian sosial adalah kesuksesan individu dalam menyesuaikan diri dengan orang lain secara umum dan secara khusus terhadap kelompok. Kemudian menurut Yusuf (2011) menjelaskan bahwa penyesuaian sosial sebagai kemampuan untuk menanggapi secara benar terhadap kenyataan sosial, kondisi dan hubungan.

Definisi lain penyesuaian sosial menurut Chaplin (2002) mempunyai tiga penjelasan penyesuaian sosial (*social adjustment*) adalah menjalin hubungan dengan lingkungan sosial secara harmonis dan mempelajari perilaku yang dibutuhkan dan merubah kebiasaan yang sedemikian rupa untuk mendapatkan kecocokan bagi lingkungan sosial. Nurhusni (2017) mengatakan penyesuaian sosial merupakan kemampuan seseorang dalam memberikan reaksi atau tanggapan secara efektif dan sehat terhadap kenyataan sosial, kondisi dan relasi sosial sehingga seseorang tersebut dapat mendapatkan kebutuhan dengan sikap yang akan dia terima.

Pengertian lainnya menurut Schneiders (Gunarsa, 1989:93) menjelaskan bahwa penyesuaian sosial merupakan sebuah proses psikologis dan perilaku yang memotivasi seseorang untuk menyesuaikan diri selaras dengan keinginan yang berasal dari dalam diri sendiri, yang tentunya dapat diterima dalam lingkungannya. Penyesuaian sosial sangatlah penting bagi seseorang untuk membantu mencapai keberhasilan masa yang akan datang dalam menjalin relasi dengan orang lain di lingkungannya (Hartati, 2005:43)

Jadi penyesuaian sosial adalah kemampuan seseorang dalam menyesuaikan diri dan menjalin hubungan dengan lingkungan sekitarnya.

2. Aspek penyesuaian sosial

Schneiders (Gunarta, 2015) juga menambahkan penyesuaian sosial memiliki beberapa aspek- aspek sebagai berikut :

a. Recognition

Recognition merupakan rasa menghargai dan menerima hak-hak yang dimiliki orang lain. Individu ini tidak melanggar hak-hak orang lain yang tentunya hak mereka berbeda dari dirinya, hal tersebut dilakukan untuk menghindari terjadinya suatu masalah dalam masyarakat. Upaya dalam menerima dan menghargai hak-hak orang tersebut adalah untuk menjalin hubungan antar individu sehingga dapat terjalin dengan sehat dan harmonis.

b. Participation

Partisipasi adalah sebuah upaya melibatkan diri dalam hubungan, setiap individu harus dapat mengembangkan dan menjaga sebuah hubungan. Seseorang yang tidak dapat membina hubungan dengan orang lain dan memilih untuk menutup diri dari hubungan sosial akan menghasilkan penyesuaian diri yang buruk.

c. *Social approval*

Social approval adalah minat dan sikap perhatian terhadap kesejahteraan orang lain, sebagai bentuk penyesuaian diri di lingkungan sekitar, dengan sikap tersebut individu dapat peka terhadap sebuah konflik dan kesulitan orang lain yang ada di sekitarnya serta mau untuk menolong meringankan atau menyelesaikan masalahnya. Selain itu individu juga menunjukkan ketertarikan terhadap harapan, tujuan dan aspirasi dari masyarakat.

d. *Altruisme*

Altruisme adalah sifat rendah hati dan tidak egois, rasa untuk ingin saling menolong dan mengedepankan orang lain merupakan nilai moral yang penerapannya dari nilai tersebut adalah bagian dari penyesuaian moral yang baik.

e. *Conformity*

Conformity adalah menghormati atau menghargai dan menaati nilai-nilai kesatuan hukum, tradisi, dan kebiasaan. Adanya kesadaran untuk mematuhi dan menghormati peraturan dan kebiasaan yang terdapat di lingkungan.

Menurut Kartono (2000), aspek-aspek penyesuaian sosial adalah sebagai berikut:

- a. Memiliki perasaan empati yang besar, selaras atau seimbang, sehingga dapat merasa aman, nyaman, baik dalam budi pekertidan bersikap hati-hati.
- b. Memiliki kepribadian yang matang dan terkombinasi dengan baik pada diri sendiri dan orang lain, mempunyai rasa tanggung jawab, berpikir dengan pertimbangan, mempunyai kemampuan dalam mengendalikan dan mempelajari diri sendiri.
- c. Mempunyai hubungan yang baik dalam lingkungan sosialnya.

Dari hasil pembahasan tersebut menurut Schneiders (1964) aspek-aspek dalam penyesuaian sosial yaitu mampu menghormati atau menerima hak orang lain, mampu berpartisipasi dalam relasi, mempunyai sikap empati terhadap orang lain, dan dapat menaati aturan. Sedangkan menurut Kartono aspek penyesuaian sosial terdiri dari perasaan empati yang kuat dan sesuai, memiliki kepribadian yang matang dan mempunyai hubungan atau relasi yang baik dalam lingkungannya.

3. Faktor yang mempengaruhi Penyesuaian Sosial

Gerungan (2010) menyatakan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian sosial adalah sebagai berikut: (1) peran keluarga dalam membimbing anak untuk penyesuaian lingkungan yang mencakup status sosial ekonomi, kebutuhan dalam keluarga, tingkah

laku dan kebiasaan orang tua dan status anak, (2) peranan sekolah yang mencakup struktural, ekstrakurikuler dan organisasi sekolah, peran guru membimbing siswanya dalam kegiatan belajar mengajar (KBM), (3) peranan lingkungan kerja seperti lingkungan pekerjaan dalam industri atau pertanian di daerah yang tentunya terdapat perbedaan ketika melakukan penyesuaian, (4) peranan media massa, alat komunikasi media sosial memberikan pengaruh besar dalam penyesuaian sosial dan media massa lain seperti perpustakaan, televisi, film, radio dan sebagainya.

Menurut Schneider (Ali & Asrori, 2017), ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian sosial yaitu:

a) Kondisi fisik

Kondisi fisik yang dapat memberikan pengaruh kuat terhadap penyesuaian sosial adalah keturunan atau hereditas, bentuk tubuh, sistem syaraf dan kesehatan fisik.

b) Kepribadian

Kepribadian mempunyai unsur yang penting dalam penyesuaian sosial, kepribadian disini meliputi kemauan dan kemampuan untuk berubah, pengaturan diri, realisasi diri, dan inteligensi.

c) Edukasi atau Pendidikan

Faktor edukasi atau pendidikan dalam hal ini meliputi pengalaman, belajar, latihan, dan determinasi diri atau menentukan nasib diri sendiri.

d) Kondisi lingkungan

Faktor kondisi lingkungan dapat mencakup keluarga, rumah, tempat kerja dan sekolah.

e) Faktor kebudayaan dan agama

Faktor budaya ini diperkirakan ikut terlibat dalam penyesuaian sosial individu, karena adat istiadat dan agama akan mempengaruhi pembentukan tingkah laku, nilai moral dan norma seseorang.

Dari berapa uraian di atas dapat disimpulkan faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial adalah keadaan fisik, perkembangan dan kematangan, faktor psikologis, kondisi lingkungan sekitar dan faktor kebudayaan dan agama menurut teori dari Schneider (1984).

4. Penyesuaian Sosial dalam Perspektif Islam

Penyesuaian sosial adalah kemampuan seseorang dalam menyesuaikan diri dan menjalin hubungan dengan lingkungan sekitar. Dalam Islam penyesuaian sosial berarti menjalin dan menjaga hubungan persaudaraan dengan orang di sekitarnya. Allah SWT. menciptakan manusia dengan berbagai macam perbedaan, dimana dari perbedaan tersebut Allah menjadikan kita untuk saling mengenal satu dengan yang lainnya, sebagaimana yang telah dijelaskan Allah dalam Firmannya Quran Surat Al-Hujurat ayat 13.

لِيَعَارَفُوا أَقْبَابًا لِيَسْعَوْا بِهِمْ وَيُجْعَلُوا لَكُمْ إِخْوَانًا لِيَتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي هُوَ أَعْلَمُ بِالسُّرُورِ الَّتِي فِي قُلُوبِهِمْ

خَيْرٌ عَلَيْنَا اللَّهُ إِنَّا نَعْلَمُ مَا اللَّهُ عِنْدَ كَرِّ مَكْرَانٍ - ١٣

“Wahai manusia! Sungguh, Kami telah menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan, kemudian Kami jadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku agar kamu saling mengenal. Sesungguhnya yang paling mulia di antara kamu di sisi Allah ialah orang yang paling bertakwa. Sungguh, Allah Maha Mengetahui, Mahateliti.” (Q.S. Al-Hujurat: 13)

Dalam ayat tersebut menjelaskan bahwa Allah menciptakan manusia dengan berbagai macam perbedaan namun perbedaan tersebut bukanlah suatu masalah bagi manusia untuk mengenal satu dengan yang lainnya sampai dapat menjalin sebuah tali persaudaraan.

D. Hubungan Penerimaan Diri dan Penyesuaian Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis

Adapun menurut Hurlock (1973) penerimaan diri adalah suatu tingkat kemampuan dan keinginan individu untuk hidup dengan segala karakteristik dirinya. Individu yang dapat menerima dirinya diartikan sebagai individu yang tidak bermasalah dengan dirinya sendiri, yang tidak memiliki beban perasaan terhadap diri sendiri sehingga individu lebih banyak memiliki kesempatan untuk beradaptasi dengan lingkungan.

Setiap individu ingin mempunyai sifat menerima keadaan diri sendiri, untuk mendapatkan hal tersebut bisa diperoleh dengan cara memenuhi aspek-aspek yang dibutuhkan dalam penerimaan diri. Menurut Hurlock (1974) aspek dalam penerimaan diri terdiri dari 8 aspek, yaitu sifat percaya diridan menghargai diri sendiri, kesediaan menerima kritikan dari orang lain, mampu menilai diri dan mengoreksi kelemahan, jujur terhadap diri sendiri dan orang lain, nyaman dengan dirinya sendiri, memanfaatkan

kemampuan dengan efektif, mandiri dan berpendirian dan bangga menjadi diri sendiri.

Dari 8 aspek yang disebutkan, secara keseluruhan aspek tersebut masuk dalam faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis yaitu faktor dukungan sosial, kepribadian, dan evaluasi terhadap pengalaman hidup. Dukungan sosial dapat diperoleh dari berbagai macam sumber, salah satu sumber dukungan sosial adalah mendapat kritikan dari orang lain. Kritikan tersebut dapat menjadi sebuah informasi dari luar di mana informasi tersebut dapat membantu kita menjadi lebih baik untuk ke depannya.

Pada faktor kepribadian, Alwisol (2009) menjelaskan kepribadian atau *psyche* merupakan keseluruhan pikiran, perasaan dan tingkahlaku. Kepribadian dapat membimbing individu untuk dapat beradaptasi dengan keadaan lingkungan fisik dan lingkungan sosialnya. Bersedia menerima kritikan, jujur, mandiri, dan memanfaatkan kemampuan dengan baik merupakan sebuah perilaku sosial yang dibutuhkan dalam penyesuaian diri di lingkungan sekitar, kemudian adanya pemikiran untuk mengintrospeksi atau mengoreksi kelemahan dalam diri sendiri dapat berguna untuk mengubah kelemahan tersebut menjadi sesuatu yang lebih baik. Selain itu adanya rasa percaya diri, nyaman, dan bangga pada diri sendiri merupakan sebuah perasaan yang bermanfaat dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis individu.

Faktor selanjutnya adalah evaluasi terhadap pengalaman hidup. Salah satu cara mengevaluasi pengalaman hidup adalah introspeksi atau mengoreksi setiap kelemahan atau kesalahan yang pernah dilakukan sebelumnya. Hasil dari introspeksi tersebut sangat berguna dalam memperbaiki dan mengubahnya menjadi lebih baik untuk masa yang akan datang. Beberapa uraian tersebut dapat dikatakan bahwa jika seseorang mampu memenuhi aspek penerimaan diri tersebut maka dia akan menjadi lebih mudah untuk memperoleh kesejahteraan psikologis.

Selain aspek dalam penerimaan diri, aspek penyesuaian sosial juga mempunyai peran yang penting untuk mendapatkan kesejahteraan psikologis. Menurut Hurlock (1978:287) penyesuaian sosial berarti keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap orang lain pada umumnya dan terhadap kelompok pada khususnya. Kemudian menurut Schneiders penyesuaian sosial dapat diperoleh jika individu dapat memenuhi aspek-aspeknya, yaitu mampu menghormati atau menerima hak orang lain, mampu berpartisipasi dalam relasi, mempunyai sikap empati terhadap orang lain, rendah hati, dan dapat menaati aturan.

Berdasarkan penjelasan tersebut aspek dalam penyesuaian sosial dapat masuk dalam faktor dukungan sosial, faktor kepribadian, dan faktor demografis kesejahteraan psikologis. Menurut Ryff (1995) dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang penting dalam kesejahteraan psikologis khususnya wanita, semakin tinggi tingkat interaksi sosial yang dilakukan maka semakin tinggi tingkat kesejahteraan psikologisnya.

Dukungan sosial sendiri dapat diperoleh dari berbagai pihak, seperti keluarga, teman dan pasangan. Jika individu mendapatkan dukungan sosial dengan baik maka akan mudah melakukan penyesuaian sosial. Salah satu cara mendapatkan dukungan sosial adalah menjalin hubungan antar individu dengan sehat dan harmonis. Keharmonisan suatu hubungan dapat ditandai dengan adanya rasa menghargai dan menghormati hak orang lain. Guna menjaga hubungan perlu dilakukan beberapa upaya, seperti berempati untuk membantu orang lain yang sedang dalam masalah dan senantiasa berusaha untuk melibatkan diri dalam hubungan sehingga hubungan dapat semakin berkembang dan semakin harmonis.

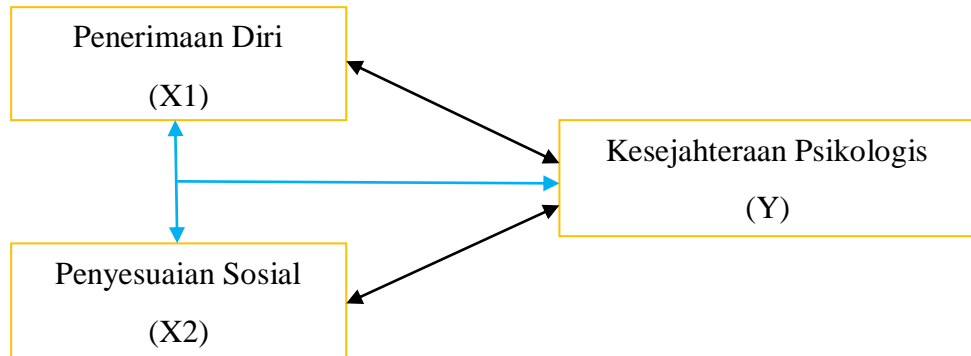
Faktor kesejahteraan psikologis selanjutnya adalah kepribadian. Mempunyai aspek kepribadian yang positif merupakan faktor penting untuk mendapatkan kesejahteraan psikologis. Salah satunya adalah sifat rendah diri atau tidak egois, mempunyai rasa untuk ingin menolong, dan mengedepankan orang lain. Kemudian faktor demografis, ketika kita memasuki wilayah atau daerah baru kita akan menemukan sebuah kebudayaan baru yang berbeda dari sebelumnya, dan pada kebudayaan baru tersebut mempunyai hukum, tradisi, dan kebiasaan yang mungkin belum kita ketahui, pada kejadian ini kita harus senantiasa bisa menghormati dan menaati setiap aturan budaya dari daerah tersebut demi menciptakan kesejahteraan lingkungan bersama.

Memiliki keadaan psikologis yang sehat dan sejahtera merupakan keinginan setiap orang, namun untuk mencapai pada tahap kesejahteraan

tersebut tentunya melalui proses yang panjang dan tidak mudah. Menurut Ryff (1989) kesejahteraan psikologi dapat dipengaruhi oleh lima faktor, lima faktor tersebut di antaranya, faktor demografis yang terdiri dari usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi dan budaya, dukungan sosial, evaluasi terhadap pengalaman hidup, kepribadian, dan religiusitas. Berdasarkan uraian tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa faktor dukungan sosial, evaluasi terhadap pengalaman hidup, dan kepribadian dapat berpengaruh terhadap penerimaan diri seseorang. Kemudian pada faktor dukungan sosial, kepribadian, dan faktor demografis dapat berpengaruh terhadap penyesuaian sosial individu. Sehingga dapat diketahui bahwa penerimaan diri dan penyesuaian sosial merupakan faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu.

Hidup dalam panti asuhan adalah suatu hal yang terkadang tidak diinginkan oleh setiap orang karena kehidupan di sana memang tidak selalu indah dan mudah, namun dengan keadaan yang dialami membuat mereka mau tidak mau harus menjalaninya. Menerima kondisi atau keadaan dirinya dengan sikap syukur dan senang adalah suatu hal yang sangat diperlukan dalam menghadapi situasi tersebut. Selain penerimaan diri, proses penyesuaian sosial merupakan sebuah hal yang penting untuk diperhatikan supaya dapat beradaptasi atau menyesuaikan keadaan lingkungan dengan baik dan nyaman. Jika kedua hal tersebut dapat dilakukan maka kesejahteraan psikologis akan mudah didapatkan meskipun tinggal dalam panti asuhan.

Gambar 2. 1 *Kerangka Teoritik.*



E. Hipotesis

Berdasarkan hasil dari kajian teori yaitu hasil penelitian sebelumnya dan temuan-temuan yang relevan, maka dalam penelitian ini terdapat tiga hipotesis yang ditemukan, di antaranya:

1. Adanya hubungan antara penerimaan diri dengan kesejahteraan psikologis pada remaja panti asuhan di kecamatan Ngaliyan Semarang
2. Adanya hubungan antara penyesuaian sosial dengan kesejahteraan psikologis pada remaja panti asuhan di kecamatan Ngaliyan Semarang
3. Adanya hubungan antara penerimaan diri dan penyesuaian sosial dengan kesejahteraan psikologis pada remaja panti asuhan di kecamatan Ngaliyan Semarang

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Berdasarkan judul penelitian yang telah ditentukan di atas maka dalam penelitian ini jenis penelitian yang akan dipakai adalah penelitian kuantitatif dengan metode pendekatan korelasional. Penelitian kuantitatif merupakan metode penelitian yang berhubungan dengan angka. Menurut Azwar (2010:5) penelitian kuantitatif pada proses analisis datanya lebih menekankan angka atau numerik yang akan diolah melalui statistika. Sedangkan menurut Sugiyono (2013: 13) metode penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang didasarkan pada filosofi *positivisme* (fakta yang positif) untuk meneliti suatu populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel biasanya dilaksanakan secara acak, data dikumpulkan dengan menggunakan alat penelitian, analisis data kuantitatif/statistik, dengan tujuan menguji hipotesis yang telah ditentukan.

B. Variabel Penelitian

Variabel penelitian terdiri dari dua macam yaitu variabel independen dan variabel dependen. Variabel independen adalah variabel yang dapat mempengaruhi sedangkan variabel dependen adalah variabel yang dipengaruhi. Penelitian ini terdiri dari dua variabel independen (bebas) dan satu variabel dependen (terikat), yaitu:

1. Variabel Bebas (X)

Variabel bebas (X1) : Penerimaan diri

Variabel bebas (X2) : Penyesuaian Sosial

2. Variabel Terikat (Y) : Kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*)

C. Definisi Operasional

1) Penerimaan Diri

Penerimaan diri adalah sikap menerima kenyataan kondisi atau keadaan dirinya sekarang ini baik kelebihan maupun kekurangan secara positif dengan perasaan senang dan percaya diri sehingga dia dengan mudah dapat beradaptasi dengan lingkungannya. Untuk mengetahui tingkat penerimaan diri remaja panti asuhan diukur menggunakan skala penerimaan diri yang dibuat oleh peneliti sendiri mengacu pada teori Bernard (2013) aspek tersebut adalah *self regard* dan *self evaluation*. Kriteria skala dalam penelitian ini akan diketahui jika semakin tinggi skor yang didapat maka menunjukkan nilai tinggi penerimaan diri subjek. Sementara semakin rendah skor yang didapatkan maka hal tersebut menunjukkan semakin rendah penerimaan diri subjek.

2) Penyesuaian Sosial

Penyesuaian sosial merupakan kemampuan seseorang dalam menyesuaikan diri dan menjalin hubungan dengan lingkungan sekitarnya. Skala yang digunakan untuk mengetahui tingkat penyesuaian sosial remaja panti asuhan yaitu dengan menggunakan aspek-aspek penyesuaian sosial yang sudah diklasifikasikan oleh

Schneiders (1964) dan skala tersebut dibuat oleh peneliti sendiri. Aspek-aspek dalam penyesuaian sosial yaitu penghargaan, pengikutsertaan, penerimaan sosial, rendah hati, dan kepatuhan. Kriteria skala dalam penelitian ini akan diketahui jika semakin tinggi skor yang didapat maka menunjukkan nilai tinggi penyesuaian sosial subjek. Sementara semakin rendah skor yang didapatkan maka hal tersebut menunjukkan semakin rendah penyesuaian sosial subjek.

3) Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis adalah kemampuan seseorang dalam mencapai potensi positif psikologisnya secara keseluruhan. Untuk mengetahui tingkat kesejahteraan psikologis remaja panti asuhan diukur menggunakan skala kesejahteraan psikologis yang dibuat oleh peneliti sendiri mengacu pada teori Ryff (1995). Aspek-aspek tersebut adalah penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan terhadap lingkungan dan tujuan hidup. Kriteria skala dalam penelitian ini akan diketahui jika semakin tinggi skor yang didapat maka menunjukkan nilai tinggi kesejahteraan psikologis subjek. Sementara semakin rendah skor yang didapatkan maka hal tersebut menunjukkan semakin rendah kesejahteraan psikologis subjek.

D. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Tempat dalam penelitian ini akan dilaksanakan di 3 yayasan panti asuhan di kecamatan Ngaliyan, yaitu:

- a. Panti asuhan Al-Ikhsaniyyah Kalipancur Kecamatan Ngaliyan Kota Semarang
- b. Panti asuhan Al-Hikmah Wonosari Kecamatan Ngaliyan Kota Semarang
- c. Panti asuhan Iskandariyyah Wates Kecamatan Ngaliyan Kota Semarang

2. Waktu Penelitian

Waktu dalam penelitian ini akan dilaksanakan pada bulan Juni.

E. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi adalah menggeneralisasi wilayah yang terdiri dari subjek yang memiliki karakter dan jenis tertentu yang telah ditentukan oleh seorang peneliti untuk kemudian dipelajari dan ditarik kesimpulannya. (Sugiyono, 2017). Populasi dalam penelitian adalah remaja yang tinggal dalam panti asuhan Al-Ikhsaniyyah, panti asuhan Al-Hikmah, dan panti asuhan Iskandariyyah di kecamatan Ngaliyan kota Semarang. Adapun jumlah keseluruhan populasi remaja di 3 panti asuhan tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. 1 *Jumlah populasi*

No.	Nama Panti	Jumlah
1.	Panti asuhan Al-Ikhsaniyyah	26
2.	Panti asuhan Al-Hikmah	24
3.	Panti asuhan Iskandariyyah	47
Total		97

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari sebuah populasi yang akan diteliti sesuai dengan jumlah dan karakter yang telah ditentukan oleh seorang peneliti (Sugiyono, 2016). Dalam penelitian ini jumlah populasi remaja adalah 97 remaja yang tinggal dalam 3 panti asuhan di kecamatan Ngaliyan kota Semarang. Pengambilan sampel pada penelitian ini akan diambil secara keseluruhan dari jumlah populasi yaitu sebanyak 97 remaja.

3. Teknik Sampling

Tata cara dalam pengambilan sampel penelitian disebut dengan teknik sampling. Teknik sampling yang akan dipakai dalam penelitian ini adalah teknik sampling jenuh. Menurut sugiyono (2017:85) sampling jenuh merupakan teknik penentuan sampel jika keseluruhan populasi dapat dijadikan sebagai sampel, hal ini dilakukan jika jumlah populasi relatif kecil yaitu kurang dari 30 orang, atau jika sebuah penelitian ingin membuat generalisasi dengan kesalahan yang sangat kecil dapat menjadikan keseluruhan populasi menjadi sampel.

Penyebutan lain dari sampel jenuh ialah sensus, di mana semua populasi menjadi sampel.

Berdasarkan penjelasan tersebut maka peneliti akan menggunakan metode sampling jenuh yaitu peneliti mengambil seluruh populasi untuk dijadikan sampel sebanyak 97 remaja di 3 panti asuhan kecamatan Ngaliyan kota Semarang

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah metode skala. Jenis skala tersebut adalah skala likert. Menurut Sugiyono (2017) skala likert merupakan alat yang dipakai dalam mengukur persepsi, perilaku dan tanggapan seseorang baik secara individu maupun berkelompok mengenai fenomena yang ada di masyarakat.

Penulis akan menyusun dengan tiga skala, yaitu penerimaan diri, penyesuaian sosial dan kesejahteraan psikologis. Skala yang disusun berdasarkan skala likert di mana terdapat 5 pilihan jawaban yaitu Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Netral (N), Sesuai (S), dan Sangat Sesuai (SS), Pernyataan dalam skala penelitian ini akan disusun dalam *favourable* dan *unfavourable*. Kriteria penilaian untuk pernyataan *favourable* dan *unfavorable* berdasarkan skala Likert ini adalah sebagai berikut.

Tabel 3. 2 *Penilaian skala likert*

Kategori Jawaban	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
-------------------------	-------------------------	---------------------------

SS (Sangat Setuju)	1	5
S (Setuju)	2	4
Netral	3	3
TS (Tidak Setuju)	4	2
STS (Sangat Tidak Setuju)	5	1

a) **Skala Kesejahteraan Psikologis**

Skala kesejahteraan psikologis mengacu teori dari Ryff (1995), dalam teori tersebut aspek kesejahteraan psikologis terdiri dari penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan terhadap lingkungan, tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi.

Tabel 3. 3 *Blueprint Kesejahteraan Psikologis*

No	Aspek	Indikator	No. Item		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1.	Penerimaan Diri	Menerima kelebihan dan kekurangan dalam diri sendiri	8, 25	6, 34	4
		Merasa puas dengan dirinya sendiri	12, 37	23, 48	4
2.	Hubungan positif dengan orang lain	Mampu menjalin hubungan interpersonal	2, 26	20, 44	4
		Mempunyai kedekatan dengan orang lain	17, 35	15, 36	4
3.	Otonomi	Mampu menentukan keputusan sendiri	13, 29	7, 27	4
		Mampu menghadapi tekanan	10, 30	22, 42	4

		sosial			
4.	Penguasaan terhadap lingkungan	Memiliki kemampuan dalam mengatur lingkungannya	21, 38	1, 28	4
		Ikut serta secara aktif dalam lingkungan	16, 40	18, 39	4
5.	Tujuan hidup	Produktif dan kreatif	3, 31	32, 45	4
		Mempunyai tujuan untuk dicapai	19, 46	4, 41	4
6.	Pertumbuhan pribadi	Mengetahui potensi yang dimiliki	5, 33	14, 47	4
		Mengembangkan potensi yang dimiliki	11, 24	9, 43	4
Jumlah			24	24	48

b) Skala Penerimaan Diri

Skala penerimaan diri mengacu teori dari Benard (2013) dalam teori tersebut aspek penerimaan diri terdiri dari *self regard* dan *self evaluation*

Tabel 3. 4 *Blueprint Penerimaan Diri*

No.	Aspek	Indikator	No. Item		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1.	<i>Self Regard</i>	Mampu menghargai kondisi saat ini	7, 15	2, 11	4
		Mampu menghargai pengalaman di masa lalu	4, 12	1, 10	4
2.	<i>Self Evaluation</i>	Mampu mengevaluasi diri secara positif	3, 13	5, 8	4
		Mampu bertanggung jawab terhadap perilaku	6, 9	14, 16	4

Jumlah	8	8	16
--------	---	---	----

c) Skala Penyesuaian Sosial

Skala penyesuaian sosial ini mengacu teori dari Schneiders (1964), dalam teori tersebut aspek penyesuaian sosial terdiri dari penghargaan, pengikutsertaan, penerimaan sosial, altruisme, dan kepatuhan.

Tabel 3. 5 *Blueprint Penyesuaian Sosial*

No.	Aspek	Indikator	No. Item		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1.	Penghargaan (<i>Recognition</i>)	Menghargai hak orang lain	7, 28	21, 36	4
		Menerima hak orang lain	37, 23	38, 18	
2.	Pengikutsertaan (<i>Participation</i>)	Melibatkan diri dalam hubungan	11, 31	3, 25	4
		Dapat mengembangkan hubungan	15, 26	8, 34	4
3.	Penerimaan sosial (<i>Social approval</i>)	Tertarik pada harapan dan aspirasi masyarakat	4, 22	17, 27	4
		Memperhatikan kesejahteraan orang lain	9, 19	13, 32	4
4.	Rendah hati (<i>Altruisme</i>)	Mempunyai sifat rendah hati	1, 39	14, 29	4
		mendahulukan orang lain	12, 30	6, 24	4
5.	Kepatuhan (<i>Conformity</i>)	Menghormati tradisi dalam lingkungan	16, 35	10, 33	4
		Mematuhi hukum dalam lingkungan	5, 40	2, 20	4
Jumlah			20	20	40

G. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Arikunto (1999) menjelaskan bahwa validitas adalah suatu ukuran yang memperlihatkan tingkat ketepatan atau kesahihan suatu alat ukur. Ukuran validitas yang rendah menunjukkan alat ukur tersebut kurang valid dan begitupun sebaliknya. Ukuran validitas yang tinggi diketahui dari hasil yang sesuai dengan kriteria. Uji validitas dilakukan untuk melihat apakah item-item dalam kuesioner benar-benar mampu mengungkapkan dengan tepat mengenai apa yang diteliti (Ghozali, 2010). Jenis validitas yang akan dipakai adalah validitas isi dan validitas bahasa. Validitas isi dipakai untuk mengukur item-item yang terdapat dalam kuesioner guna mendapatkan sejauh mana item tersebut dapat mewakili ciri-ciri atribut yang diukur (Soewadji, 2012). Pengujian pada validitas isi akan menggunakan pendapat dan rekomendasi dari para ahli (*expert judgment*). Penulis akan mengonsultasikan atau mendiskusikandengan ahli guna memeriksa instrumen aspek-aspek penelitian yang akan diukur. Sedangkan untuk validitas bahasa digunakan untuk memperlihatkan kalimat dalam setiap item sesuai dengan penggunaan Bahasa Indonesia yang baik dan benar, sehingga pernyataan dalam skala dapat dipahami dengan jelas dan tidak menimbulkan penafsiran yang salah (Harahap & Novita, 2020).

Uji daya beda item dalam penelitian ini akan dilakukan dengan memperhatikan nilai *corrected item total correlation*. Item dapat dikatakan valid jika nilai *corrected item total correlation* mendapatkan hasil lebih besar dari 0,3, sementara item yang hasil nilainya kurang dari 0,3 dinyatakan tidak valid atau gugur (Sugiyono, 2017). Proses penghitungan uji validitas akan dilakukan dengan menggunakan bantuan program *software SPSS 21 for windows*.

Pengujian validitas akan dilakukan pada 30 remaja dari panti asuhan tepatnya panti asuhan Darul Hadlonah yang terletak di Wonosari, Kecamatan Ngaliyan Kota Semarang. Berikut hasil uji coba skala yang telah diujikan kepada responden.

a. Skala Kesejahteraan Psikologis

Hasil uji validitas skala perilaku kesejahteraan psikologis dari 48 item ditemukan 11 item yang tidak valid atau gugur sehingga item tersebut tidak dapat digunakan. Berikut beberapa item yang gugur atau tidak valid merupakan item dengan nomor 4, 10, 12, 13, 19, 20, 25, 29, 30, 36, dan 43. Maka blueprint yang akan digunakan dalam penelitian adalah sebagai berikut.

No	Aspek	Indikator	No. Item		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1.	Penerimaan Diri	Menerima kelebihan dan kekurangan dalam diri sendiri	8, 25*	6, 34	3
		Merasa puas dengan dirinya sendiri	12*, 37	23, 48	3

2.	Hubungan positif dengan orang lain	Mampu menjalin hubungan interpersonal	2, 26	20*, 44	3
		Mempunyai kedekatan dengan orang lain	17, 35	15, 36*	3
3.	Otonomi	Mampu menentukan keputusan sendiri	13*, 29*	7, 27	2
		Mampu menghadapi tekanan sosial	10*, 30*	22, 42	2
4.	Penguasaan terhadap lingkungan	Memiliki kemampuan dalam mengatur lingkungannya	21, 38	1, 28	4
		Ikut serta secara aktif dalam lingkungan	16, 40	18, 39	4
5.	Tujuan hidup	Produktif dan kreatif	3, 31	32, 45	4
		Mempunyai tujuan untuk dicapai	19*, 46	4*, 41	2
6.	Pertumbuhan pribadi	Mengetahui potensi yang dimiliki	5, 33	14, 47	4
		Mengembangkan potensi yang dimiliki	11, 24	9, 43*	3
Jumlah			17	20	37

Keterangan: *item gugur

b. Skala Penerimaan Diri

Hasil uji validitas skala perilaku penerimaan diri ditemukan 4 item yang tidak valid atau gugur sehingga item tersebut tidak dapat digunakan untuk pengukuran perilaku kesejahteraan psikologis. Berikut beberapa item yang gugur atau tidak valid merupakan item dengan nomor 5, 7, 9, dan 12. Dari hasil uji coba tersebut maka blueprint yang akan digunakan dalam penelitian adalah sebagai berikut

No.	Aspek	Indikator	No. Item		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1.	<i>Self Regard</i>	Mampu menghargai kondisi saat ini	7*, 15	2, 11	3
		Mampu menghargai pengalaman di masa lalu	4, 12*	1, 10	3
2.	<i>Self Evaluation</i>	Mampu mengevaluasi diri secara positif	3, 13	5*, 8	3
		Mampu bertanggung jawab terhadap perilaku	6, 9*	14, 16	3
Jumlah			6	6	12

Keterangan : *item gugur

c. Skala Penyesuaian Sosial

Hasil uji validitas skala perilaku penyesuaian sosial diketahui terdapat beberapa item yang tidak valid atau gugur sehingga item tersebut tidak dapat digunakan untuk pengukuran perilaku penyesuaian sosial. Berikut beberapa item yang gugur atau tidak valid merupakan item dengan nomor 1, 3, 4, 7, 8, 16, dan 40. Dari hasil uji coba tersebut maka blueprint yang akan digunakan dalam penelitian adalah sebagai berikut.

No.	Aspek	Indikator	No. Item		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1.	Penghargaan (<i>Recognition</i>)	Menghargai hak orang lain	7*, 28	21, 36	3
		Menerima hak orang lain	37, 23	38, 18	4
2.	Pengikutsertaan (<i>Participation</i>)	Melibatkan diri dalam hubungan	11, 31	3*, 25	3

		Dapat mengembangkan hubungan	15, 26	8*, 34	4
3.	Penerimaan sosial (<i>Social approval</i>)	Tertarik pada harapan dan aspirasi masyarakat	4*, 22	17, 27	3
		Memperhatikan kesejahteraan orang lain	9, 19	13, 32	4
4.	Rendah hati (<i>Altruisme</i>)	Mempunyai sifat rendah hati	1*, 39	14, 29	3
		mendahulukan orang lain	12, 30	6, 24	4
5.	Kepatuhan (<i>Conformity</i>)	Menghormati tradisi dalam lingkungan	16*, 35	10, 33	3
		Mematuhi hukum dalam lingkungan	5*, 40*	2, 20	2
Jumlah			14	19	33

Keterangan: *item gugur

Tabel 3. 6 Hasil Uji Validitas Bahasa

Aspek yang Divalidasi	Hasil		
	Subjek 1	Subjek 2	Subjek 3
Kesejahteraan Psikologis	100%	100%	100%
Penerimaan Diri	100%	100%	100%
Penyesuaian Sosial	100%	100%	100%

Hasil dari uji validitas bahasa pada tabel di atas menunjukkan bahwa 3 subjek yang menjadi responden dapat memahami setiap pernyataan pada aspek kesejahteraan psikologis, penerimaan diri, dan penyesuaian sosia.

2. Reliabilitas

Azwar (2020) menjelaskan reliabilitas merupakan proses pengukuran apakah hasil yang diperoleh dapat dipercaya dan konsisten

ketika dilakukan beberapa pengukuran pada kelompok yang sama dalam kurun waktu yang berbeda, namun tetap memperlihatkan hasil yang sama.

Teknik yang digunakan pada uji reliabilitas ialah teknik *Alpha Cronbach* dimana koefisien reliabilitas memiliki nilai 0 – 1,00 yang berarti semakin mendekati 1,00 maka reliabilitasnya semakin tinggi. Dasar pengambilan reliabilitas dengan teknik *Alpha Cronbach* akan dinyatakan reliabel atau konsisten jika nilai skor yang diperoleh $> 0,6$ dan jika nilai skor $< 0,6$ maka dapat dinyatakan tidak reliabel atau tidak konsisten. Proses penghitungan uji reliabilitas akan dilakukan dengan menggunakan bantuan program *software SPSS 21 for windows*.

Berikut hasil uji reliabilitas dari setiap variabel yang telah diujikan dengan bantuan program *software SPSS 21 for windows*.

a. Kesejahteraan Psikologis

Tabel 3. 7 Uji Reliabilitas Kesejahteraan Psikologis

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.822	48

Dari tabel tersebut menunjukkan hasil dari uji reliabilitas skala kesejahteraan psikologis adalah 0.822 yang menunjukkan bahwa nilai tersebut lebih besar dari > 0.6 sehingga dapat dikatakan reliabel

b. Penerimaan Diri

Tabel 3. 8 Uji Reliabilitas Penerimaan Diri

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.753	16

Dari tabel tersebut menunjukkan hasil dari uji reliabilitas skala penerimaan diri adalah 0.753 yang menunjukkan bahwa nilai tersebut lebih besar dari >0.6 sehingga dapat dikatakan reliabel

c. Penyesuaian Sosial

Tabel 3. 9 Uji Reliabilitas Penyesuaian Sosial

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.742	40

Dari tabel tersebut menunjukkan hasil dari uji reliabilitas skala penyesuaian sosial adalah 0.742 yang menunjukkan bahwa nilai tersebut lebih besar dari >0.6 sehingga dapat dikatakan reliabel

H. Analisis Data

1. Uji Asumsi

a) Uji Normalitas

Priyatno (2010) menjelaskan uji normalitas dilaksanakan guna menetapkan data yang dihitung berdistribusi normal atau tidak.

Pengujian normalitas akan memakai uji *Kolmogorov-Smirnov* dengan memakai bantuan dari program SPSS 23 *for windows*. Distribusi data dapat dinyatakan normal apabila nilai signifikan lebih dari 0,05 dan jika nilai signifikan kurang dari 0,05 maka data dapat dinyatakan berdistribusi tidak normal (Priyatno 2010: 71).

b) Uji Linieritas

Priyatno (2010) menerangkan uji linieritas dilakukan guna melihat linieritas atau hubungan pada dua variabel, tanpa memedulikan adanya hubungan yang linier dari dua variabel tersebut. Uji linieritas dipakai untuk mengetahui variabel independen dengan variabel dependen terdapat persamaan garis regresi. Pengujian linieritas dapat ditentukan dengan nilai signifikansi dari dua variabel, kedua variabel dapat dikatakan linier jika nilai signifikan kurang dari 0,05, namun apabila nilai signifikan lebih dari 0,05 maka dinyatakan tidak linier (Priyatno 2010).

c) Uji Multikolinieritas

Uji multikolinieritas dilakukan guna melihat seberapa kuat hubungan antar variabel, variabel independen harus terbebas dari gejala multikolinearitas atau tidak terjadi korelasi antara variabel independen, dalam model regresi seharusnya tidak terdapat tanda multikolinieritas (Ghozali, 2016). Uji linieritas bisa dilihat dari skor toleransinya. Jika nilai toleransi kurang dari 0,10 dapat

dikatakan terdapat gejala multikolinieritas namun jika nilai toleransi lebih 0,10 dapat dikatakan tidak terdapat gejala multikolinieritas.

2. Uji Hipotesis

Metode pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif non eksperimen yang memakai analisis korelasi *product moment* dan korelasi ganda (*Multiple Correlation*) kemudian diolah dengan menggunakan bantuan dari *SPSS 23for windows*. Analisis korelasi *product moment* dipakai untuk mengetahui hubungan dari variabel dependen dengan variabel independen dan membuktikan hipotesis dari hubungan dua variabel tersebut adalah benar (Sugiyono, 2017). Uji hipotesis ke tiga akan menggunakan analisis korelasi berganda (*Multiple Correlation*). Analisis korelasi berganda dipakai guna melihat hubungan dari dua variabel bebas atau lebih secara bersamaan dengan satu variabel terikat yaitu variabel independen penerimaan diri dan penyesuaian sosial dengan variabel dependen kesejahteraan psikologis (Sugiyono, 2015).

Untuk mengetahui hubungan tersebut dapat dilihat dari tingkat signifikansinya, hipotesis dapat diterima apabila nilai tingkat signifikan kurang dari 0.05 dan hipotesis akan ditolak bila nilai signifikan lebih dari 0.05 berlandaskan taraf kepercayaan sebanyak 95% (Priyanto, 2014). Adapun pedoman dalam interpretasi koefisien

korelasi menurut Sugiyono (2017) dengan melihat nilai R tabel dengan rentang 0 sampai 1.

Tabel 3. 10 *Interpretasi Koefisien Nilai R*

interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00 - 0,199	Sangat Rendah
0,20 - 0,399	Rendah
0,40 - 0,599	Sedang
0,60 - 0,799	Kuat
0,80 - 1,000	Sangat Kuat

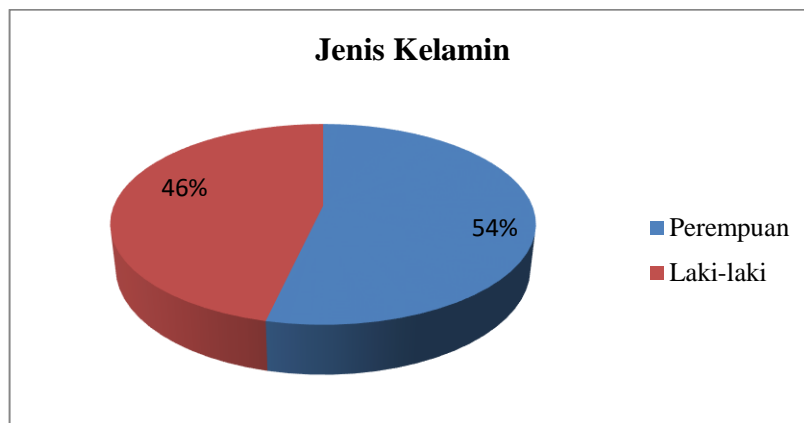
BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data

1. Subjek Penelitian

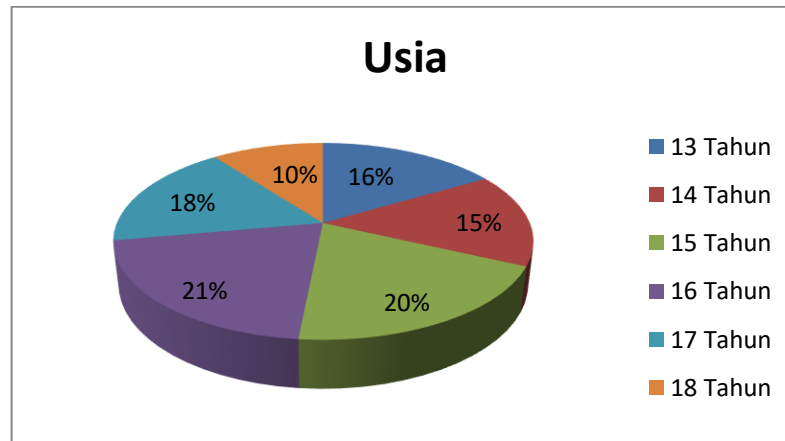
Subjek dalam penelitian ini merupakan remaja di tiga panti asuhan Kecamatan Ngaliyan kota Semarang yang berjumlah 97 subjek. Tiga panti asuhan tersebut adalah panti asuhan Al-Ikhsaniyyah yang berjumlah 26 remaja, panti asuhan Al-Hikmah berjumlah 24 remaja, dan panti asuhan Iskandariyyah yang berjumlah 47 remaja. Berikut tampilan gambar mengenai deskripsi subjek yang diperoleh:



Gambar 3. 1 Data Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

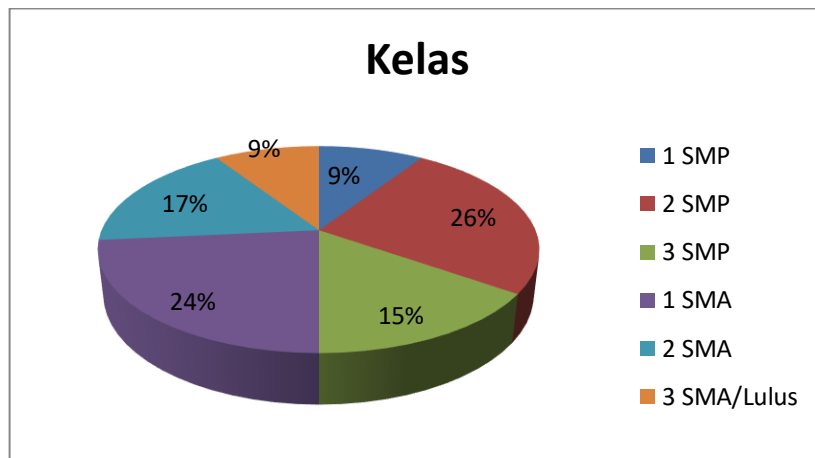
Berdasarkan tabel di atas diketahui subjek yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 52 subjek atau 54% dan berjenis kelamin laki-laki sebanyak 45 subjek atau 46%. Dapat disimpulkan antara subjek perempuan dan subjek laki-laki hanya selisih 7 orang

atau 8 % sehingga subjek terbanyak dalam penelitian ini adalah perempuan.



Gambar 3. 2 Data Subjek Berdasarkan Usia

Berdasarkan tabel di atas diketahui subjek yang berusia 13 tahun sebanyak 16 anak atau 16%, subjek yang berusia 14 tahun sebanyak 15 anak atau 15%, subjek yang berusia 15 tahun sebanyak 19 anak atau 20%, subjek yang berusia 16 tahun sebanyak 20 anak atau 21%, subjek yang berusia 17 tahun sebanyak 17 anak atau 18%, dan subjek yang berusia 18 tahun sebanyak 10 anak atau 10%. Dapat disimpulkan antara subjek dalam penelitian ini yang paling banyak adalah remaja yang berusia 16 tahun.



Gambar 3.3 Data Subjek Berdasarkan Kelas

Berdasarkan tabel di atas diketahui subjek yang bersekolah di kelas 1 SMP sebanyak 9 anak atau 9%, subjek kelas 2 SMP sebanyak 24 anak atau 26%, subjek kelas 3 SMP sebanyak 15 anak atau 15%, subjek kelas 1 SMA sebanyak 23 anak atau 24%, subjek kelas 2 SMA sebanyak 17 anak atau 17%, dan subjek kelas 3 SMA/Lulus sebanyak 9 anak atau 9%. Dapat disimpulkan bahwa subjek terbanyak dalam penelitian ini adalah subjek yang bersekolah di kelas 2 SMP yaitu sebanyak 24 anak.

Tabel 4.1 Deskripsi Data Variabel

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
PWB	97	91	159	132.66	15.855
Penerimaan Diri	97	29	58	43.51	6.452
Penyesuaian Sosial	97	44	149	123.61	16.440
Valid N (listwise)	97				

Dari hasil tabel 4.1 di atas pada variabel kesejahteraan psikologis atau *psychological well being* (Y) subjek yang memperoleh nilai *minimum* adalah 91, nilai *maximum* adalah 159, *mean*/rata-rata adalah 132.66, dan *Std. Deviation* adalah 15.855. Kemudian pada variabel penerimaan diri (X1) subjek yang memperoleh nilai *minimum* adalah 29, nilai *maximum* 58, nilai *mean*/rata-rata adalah 43.51, dan nilai *Std. Deviation* adalah 6.452. selanjutnya pada variabel penyesuaian sosial (X2) subjek yang memperoleh nilai *minimum* adalah 44, nilai *maximum* adalah 149, nilai *mean*/rata-rata adalah 123.61, dan nilai *Std. Deviation* adalah 16.440.

2. Kategorisasi Variabel Penelitian

Di bawah ini adalah penyajian kategorisasi skor data pada setiap variabel.

Tabel 4. 2*Kategorisasi Variabel Kesejahteraan Psikologis*

Rumus Interval	Rentang Nilai	Frekuensi	Persentase	Kategori
$M + 1SD \leq X$	≥ 148.515	19	19.6%	Tinggi
$M - 1SD \leq X < M$	116.805 - 148.515	62	63.9%	Sedang
$X < M - 1SD$	< 116.805	16	16.5%	Rendah
Total		97	100%	

Dari tabel di atas menunjukkan bahwa sebanyak 19 remaja panti asuhan di Ngaliyan (19.6%) memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi, kemudian 62 remaja (63.9%) memiliki kesejahteraan psikologis

yang sedang, dan terdapat 16 remaja panti asuhan di Ngaliyan (16.5%) yang memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah.

Tabel 4. 3*Kategorisasi Variabel Penerimaan Diri*

Rumus Interval	Rentang Nilai	Frekuensi	Persentase	Kategori
$M + 1SD \leq X$	≥ 49.962	20	20.6%	Tinggi
$M - 1SD \leq X < M$	37.058 - 49.962	61	62.9%	Sedang
$X < M - 1SD$	< 37.058	16	16.5%	Rendah
Total		97	100%	

Dari tabel di atas menunjukkan bahwa sebanyak 20 remaja panti asuhan di Ngaliyan (20.6%) memiliki penerimaan diri yang tinggi, kemudian 61 remaja (62.9%) memiliki penerimaan diri yang sedang, dan terdapat 16 remaja panti asuhan di Ngaliyan (16.5%) yang memiliki penerimaan diri yang rendah.

Tabel 4. 4*Kategorisasi Variabel Penyesuaian sosial*

Rumus Interval	Rentang Nilai	Frekuensi	Persentase	Kategori
$M + 1SD \leq X$	≥ 140.05	10	10.3%	Tinggi
$M - 1SD \leq X < M$	140.05 - 107.17	73	75.3%	Sedang
$X < M - 1SD$	< 107.17	14	14.4%	Rendah
Total		97	100%	

Dari tabel di atas menunjukkan bahwa sebanyak 10 remaja panti asuhan di Ngaliyan (10.3%) memiliki penyesuaian sosial yang tinggi, kemudian 73 remaja (75.3%) memiliki penyesuaian sosial yang sedang, dan hanya terdapat 14 remaja panti asuhan di Ngaliyan (14.4%) yang memiliki penyesuaian sosial yang rendah.

B. Hasil Uji Asumsi

1. Uji Normalitas

Tabel 4. 5 Uji Normalitas Kesejahteraan Psikologis, Penerimaan Diri, dan Penyesuaian Sosial

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		Unstandardized Residual
N		97
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	16.66637696
	Absolute Most Extreme Differences	.064
Kolmogorov-Smirnov Z	Positive	.063
	Negative	-.064
Asymp. Sig. (2-tailed)		.821

Berdasarkan hasil dari tabel diatas dapat diketahui bahwa hasil Kolmogorov-Smirnov diperoleh nilai sebesar 0.821, dari hasil tersebut menunjukkan bahwa data berdistribusi normal karena nilai signifikansinya lebih dari 0.05. Sesuai dengan pernyataan Priyatno (2010) distribusi data dapat dinyatakan normal apabila nilai signifikan lebih dari 0,05 dan jika nilai signifikan kurang dari 0,05 maka data dapat dinyatakan berdistribusi tidak normal.

2. Uji Linieritas

Tabel 4. 6 Uji Linieritas Kesejahteraan Psikologis dengan Penerimaan Diri

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
		(Combined)	13416.084	28	479.146	1.790	.027
KP * PD	Between	Linearity	4752.859	1	4752.859	17.759	.000
	Groups	Deviation from Linearity	8663.225	27	320.860	1.199	.270
	Within Groups		18199.359	68	267.638		
	Total		31615.443	96			

Berdasarkan tabel 4.5 di atas hubungan variabel kesejahteraan psikologis dengan penerimaan diri menghasilkan nilai signifikan (*linierity*) sebesar $0.000 < 0.05$ dan *deviation from linierity* sebesar $0.270 > 0.05$. Dari perolehan hasil tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa variabel kesejahteraan psikologis dengan penerimaan diri mempunyai hubungan yang linier.

Tabel 4. 7 Uji Linieritas Kesejahteraan Psikologis dengan Penyesuaian Sosial

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
		(Combined)	11582.940	42	275.784	1.187	.274
KS * PS	Between	Linearity	2236.235	1	2236.235	9.623	.003
	Groups	Deviation from Linearity	9346.705	41	227.968	.981	.521
	Within Groups		12548.833	54	232.386		
	Total		24131.773	96			

Berdasarkan tabel 4.7 di atas hubungan variabel kesejahteraan psikologis dengan penerimaan diri menghasilkan nilai signifikan (*linierity*) sebesar $0.003 < 0.05$ dan deviation from linierity sebesar $0.521 > 0.05$. Dari perolehan hasil tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa variabel kesejahteraan psikologis dengan penyesuaian sosial mempunyai hubungan yang linier.

3. Uji Multikolinieritas

Tabel 4. 8 Uji Multikolinieritas

Model	Coefficients ^a						
	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
(Constant)	81.207	13.175		6.164	.000		
1 Penerimaan Diri	.928	.330	.330	2.811	.006	.651	1.536
Penyesuaian Sosial	.096	.115	.098	.833	.407	.651	1.536

Dari tabel di atas menunjukkan bahwa skor *torelance* pada variabel penerimaan diri adalah 0.651, nilai tersebut lebih dari 0.10 maka dapat dikatakan tidak terjadi gejala multikolinieritas, kemudian untuk skor tolerance pada variabel penyesuaian sosial adalah 0.651, nilai tersebut lebih dari 0.10 maka dapat dikatakan tidak terjadi gejala multikolinieritas pada variabel independent.

C. Uji Hipotesis

a. Uji Hipotesis Pertama

Tabel 4. 9 Hasil Korelasi Pearson Kesejahteraan Psikologis dengan Penerimaan Diri

		Correlations	
		PWB	PD
Kesejahteraan Psikologis	Pearson Correlation	1	.388**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	97	97
Penerimaan Diri	Pearson Correlation	.388**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	97	97

Analisis korelasi pada variabel kesejahteraan psikologis dengan penerimaan diri memperoleh hasil sebesar $0.000 < 0.05$ sehingga dapat dikatakan adanya hubungan yang signifikan antara kesejahteraan psikologis dengan penerimaan diri pada remaja panti asuhan di Kecamatan Ngaliyan Kota Semarang.

Pada korelasi pearson mendapatkan nilai sebesar 0.388 dengan korelasi positif. Berdasarkan tabel pedoman tingkatan korelasi menurut Sugiyono (2017) maka tingkat korelasi hubungan ini tergolong rendah karena terletak pada rentang 0,20 – 0,399 yaitu dengan nilai r sebesar 0,388.

b. Uji Hipotesis Kedua

Tabel 4. 10 Hasil Korelasi Pearson Kesejahteraan Psikologis dengan Penyesuaian Sosial

		Pwb	ps
Kesejahteraan psikologis	Pearson Correlation	1	.304**
	Sig. (2-tailed)		.002
	N	97	97
Penyesuaian Sosial	Pearson Correlation	.304**	1
	Sig. (2-tailed)	.002	
	N	97	97

Analisis korelasi pada variabel kesejahteraan psikologis dengan penyesuaian sosial memperoleh hasil sebesar $0.002 < 0.05$ sehingga dapat dikatakan adanya hubungan yang signifikan antara kesejahteraan psikologis dengan penyesuaian sosial pada remaja panti asuhan di Kecamatan Ngaliyan Kota Semarang.

Pada korelasi pearson mendapatkan nilai sebesar 0.304 dengan korelasi positif. Tingkat korelasi hubungan ini tergolong rendah karena nilai r sebesar 0,304 terletak pada rentang 0,20 – 0,399 berdasarkan tabel pedoman tingkatan korelasi menurut Sugiyono (2017).

c. Uji Hipotesis Ketiga

Tabel 4. 11 Hasil Korelasi Pearson Kesejahteraan Psikologis dengan Penerimaan Diri dan Penyesuaian Sosial

Model Summary									
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.396 ^a	.157	.139	16.843	.157	8.724	2	94	.000

Analisis korelasi berganda pada tiga variabel yaitu kesejahteraan psikologis dengan penerimaan diri dan penyesuaian sosial memperoleh hasil sig. sebesar $0.000 < 0.05$ sehingga dapat dikatakan adanya hubungan yang signifikan antara 3 variabel yaitu kesejahteraan psikologis dengan penerimaan diri dan penyesuaian sosial pada remaja panti asuhan di Kecamatan Ngaliyan Kota Semarang.

Pada hasil nilai r square memperoleh nilai sebesar 15,7% menunjukkan bahwa penerimaan diri dan penyesuaian sosial memiliki hubungan sebesar 15,7% dengan kesejahteraan psikologis dan sisanya memiliki hubungan di luar faktor dari penerimaan diri dan penyesuaian sosial. Berdasarkan tabel pedoman tingkatan korelasi menurut Sugiyono (2017) tingkat korelasi pada hubungan ini masuk pada kategori rendah karena terletak pada rentang 0,20 – 0,399 yaitu dengan perolehan skor r sebesar 0.396. Artinya, kesejahteraan psikologis dapat diukur dengan faktor penerimaan diri dan penyesuaian sosial. Maka

jika seseorang semakin mempunyai penerimaan diri dan penyesuaian sosial yang baik maka semakin meningkat kesejahteraan psikologis.

D. Pembahasan Hasil Penelitian

Penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui korelasi antara variabel penerimaan diri dan penyesuaian sosial dengan kesejahteraan psikologis remaja panti asuhan. Subjek dalam penelitian ini adalah 97 remaja panti asuhan dari 3 panti asuhan di Kecamatan Ngaliyan Semarang yang berusia sekitar 13 tahun sampai 18 tahun atau yang sudah memasuki kelas 1 SMP sampai kelas 3 SMA. Responden yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 52 remaja sedangkan laki-laki sebanyak 45 remaja. Kemudian berdasarkan hasil perhitungan statistik deskriptif pada semua variabel yaitu variabel penerimaan diri, penyesuaian sosial dan kesejahteraan psikologis dapat disimpulkan bahwa mayoritas remaja panti asuhan di kecamatan Ngaliyan masuk dalam kategori sedang.

Berdasarkan hasil uji korelasi pada hipotesis pertama yang menggunakan teknik korelasi *product moment* diperoleh nilai sig 0,000 atau $p < 0,05$ yang artinya terdapat hubungan positif yang signifikan antara penerimaan diri dengan kesejahteraan psikologis pada remaja panti asuhan di Kecamatan Ngaliyan Semarang. Tingkat korelasi hubungan ini tergolong rendah karena terletak pada rentang 0,20 – 0,399 dengan nilai r atau korelasi pearson sebesar 0.388. Maknanya semakin tinggi penerimaan diri remaja panti asuhan maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis. Begitupun sebaliknya, semakin rendah penerimaan diri remaja panti

asuhan maka semakin rendah pula kesejahteraan psikologis. Kesimpulannya hipotesis pertama yang diajukan peneliti terbukti dan diterima.

Hasil penelitian ini sejalan dengan pernyataan Bernard (2015) yang menyatakan bahwa penerimaan diri memunculkan emosi yang positif dan membuat individu mampu untuk melakukan penyesuaian terhadap peristiwa negatif. Sehingga dapat dikatakan penerimaan diri dapat membebaskan seseorang dari depresi, kecemasan dan dapat mengarahkan individu untuk menjelajahi hal baru dimana hal tersebut dapat menjadi modal besar dalam mencapai tujuan hidup, pertumbuhan pribadi, hubungan positif dengan orang lain dan penguasaan terhadap lingkungan yang merupakan indikator terwujudnya kesejahteraan psikologis yang baik.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Paramitha (2020) dalam penelitiannya menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara penerimaan diri dengan kesejahteraan psikologis pada Narapidana Wanita. Dapat dikatakan bahwa penerimaan diri memberikan kontribusi terhadap kesejahteraan psikologis, mempunyai penerimaan diri yang positif akan meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka, sehingga penerimaan diri menjadi salah satu cara untuk dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis pada individu tersebut. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Fitri (2015) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan

positif antara penerimaan diri dengan *Psychological Well Being* pada remaja panti asuhan.

Pada uji hipotesis yang kedua menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dengan perolehan nilai sig 0,002 atau $p < 0,05$ yang artinya terdapat hubungan positif yang signifikan antara penyesuaian sosial dengan kesejahteraan psikologis pada remaja panti asuhan di Kecamatan Ngaliyan Semarang. Tingkat korelasi hubungan ini juga tergolong rendah karena terletak pada rentang 0,20 – 0,399 dengan nilai r atau korelasi pearson sebesar 0.304. Maknanya semakin tinggi penyesuaian sosial remaja panti asuhan maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis. Begitupun sebaliknya, semakin rendah penyesuaian sosial remaja panti asuhan maka semakin rendah pula kesejahteraan psikologisnya. Kesimpulannya pada uji hipotesis ke dua yang diajukan peneliti terbukti dan diterima.

Menurut Hupert (2009) faktor sosial adalah faktor yang berpengaruh besar terhadap kesejahteraan psikologis, individu dapat dikatakan bisa menghadapi lingkungan sosialnya jika mampu melakukan penyesuaian sosial dengan baik. Schneiders menjelaskan penyesuaian sosial yang baik adalah dapat menguasai emosinya, mampu mengendalikan tingkah lakunya, mempunyai motivasi yang tinggi, mempunyai sifat toleransi, bersedia untuk bekerja sama dengan lingkungannya, dan dapat berpartisipasi dalam lingkungan sosial (Rifai, 2015). Sehingga dapat

dikatakan bahwa seseorang yang mempunyai kemampuan penyesuaian sosial dengan baik maka dapat mewujudkan kesejahteraan psikologisnya.

Sejalan dengan penelitian Asterina (2020) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara penyesuaian sosial dengan kesejahteraan psikologis pada remaja panti asuhan. Penelitian serupa yang dilakukan oleh Yuliani (2017) mengenai hubungan antara penyesuaian sosial dengan kesejahteraan psikologis. Dalam penelitian tersebut juga memperoleh hasil yang signifikan antara penyesuaian sosial dengan kesejahteraan psikologis pada siswa SMK. Penelitian lain yang serupa dengan penelitian ini dilakukan oleh Maru (2016) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara penyesuaian sosial dengan *school well being* pada siswa SMP.

Dari beberapa penjelasan di atas diperkuat dengan pernyataan Hurlock (2002) yang mengatakan bahwa remaja akan di hadapkan pada berbagai lingkungan sosial yang baru sehingga remaja akan dituntut untuk melakukan penyesuaian sosial dengan baik, jika seorang remaja tidak mampu melakukan penyesuaian sosial dengan baik maka remaja tersebut akan mengingat masa tersebut sebagai masa yang tidak bahagia. Maka dapat dikatakan bahwa penyesuaian sosial remaja yang tinggal di dalam panti asuhan dengan teman sebaya adalah faktor yang menjadi penentu remaja panti asuhan tersebut memperoleh kesejahteraan psikologis.

Pada hasil uji hipotesis yang ketiga yang menggunakan teknik korelasi ganda diperoleh nilai sig sebesar 0,000 atau $p < 0,05$ yang artinya terdapat

hubungan positif yang signifikan antara penerimaan diri dan penyesuaian sosial dengan kesejahteraan psikologis pada remaja panti asuhan di Kecamatan Ngaliyan Semarang. Nilai R square pada hipotesis ke tiga ini hanya memperoleh nilai sebesar 15,7% dengan kata lain kedua variabel independen secara bersama-sama memiliki hubungan sebesar 15,7% dengan variabel dependen adapun yang 84,3% dapat berhubungan dengan faktor lain yang tidak disertakan dalam penelitian ini seperti faktor usia, jenis kelamin, status sosial dan ekonomi, budaya, evaluasi terhadap pengalaman hidup, religiusitas, perkembangan otak, faktor genetik dan faktor lainnya. Kemudian untuk tingkat korelasi hubungan pada hipotesis ke tiga ini tergolong rendah karena terletak pada rentang 0,20 – 0,399 dengan nilai r atau korelasi pearson sebesar 0.396. Maknanya semakin tinggi penerimaan diri dan penyesuaian sosial remaja panti asuhan maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis, begitupun sebaliknya.

Hasil dari penelitian ini mendukung pendapat dari Fitri (2015) yang menjelaskan bahwa apabila seseorang mempunyai penerimaan diri yang positif maka akan mewujudkan kondisi kesejahteraan psikologis yang positif pada individu tersebut. Sedangkan menurut Andani (2015) seseorang yang dapat menjalankan penyesuaian sosial dengan baik ditandai dengan keberhasilannya dalam hubungan sosial dimana dia dapat diterima dalam anggota kelompok ataupun anggota masyarakat. Sebaliknya jika seseorang mengalami hambatan dalam melakukan penyesuaian sosial cenderung akan merasakan kesepian, kecemasan, dan

depresi di mana hal tersebut dapat menghambat seseorang dalam mencapai kesejahteraan psikologis. Dapat dikatakan bahwa keberhasilan seseorang dalam melakukan penyesuaian sosial akan memudahkan seseorang tersebut dalam memperoleh kesejahteraan psikologis.

Berdasarkan beberapa penjelasan di atas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa semakin tinggi penerimaan diri dan penyesuaian sosial maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis remaja panti asuhan. Begitupun sebaliknya, semakin rendah penerimaan diri dan penyesuaian sosial maka semakin rendah pula kesejahteraan psikologis remaja panti asuhan di Kecamatan Ngaliyan Kota Semarang.

Dari nilai koefisien korelasi (r) senilai 0.396 atau nilai r square sebesar 15,7% menunjukkan bahwa penerimaan diri dan penyesuaian sosial memiliki hubungan sebesar 15,7% dengan kesejahteraan psikologis dan sisanya memiliki hubungan di luar faktor dari penerimaan diri dan penyesuaian sosial.

Penelitian ini telah dilakukan dengan sangat maksimal oleh peneliti sesuai dengan aturan atau prosedur ilmiah yang ada, namun dalam penelitian ini tentunya masih memiliki beberapa keterbatasan-keterbatasan salah satunya adalah peneliti hanya meneliti remaja yang di panti asuhan sehingga tidak dapat mengungkapkan keadaan dari semua penghuni panti asuhan mulai dari anak-anak dan dewasa. Kemudian penelitian ini hanya dilakukan di 3 panti asuhan dari beberapa panti asuhan yang terdapat di Kecamatan Ngaliyan Kota Semarang.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Adapun kesimpulan dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Adanya hubungan antara penerimaan diri dengan kesejahteraan psikologis remaja panti asuhan di Kecamatan Ngaliyan Kota Semarang. Hubungan ini memiliki hubungan yang positif yang bermakna semakin tinggi penerimaan diri maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis, begitupun sebaliknya semakin rendah penerimaan diri maka semakin rendah pula kesejahteraan psikologis pada remaja panti asuhan.
2. Adanya hubungan antara penyesuaian sosial dengan kesejahteraan psikologis remaja panti asuhan di Kecamatan Ngaliyan Kota Semarang. Hubungan ini memiliki hubungan yang positif yang bermakna semakin tinggi penyesuaian sosial maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis, begitupun sebaliknya semakin rendah penyesuaian sosial maka semakin rendah pula kesejahteraan psikologis pada remaja panti asuhan.
3. Adanya hubungan antara penerimaan diri dan penyesuaian sosial dengan kesejahteraan psikologis remaja panti asuhan di Kecamatan Ngaliyan Kota Semarang. Hubungan ini memiliki hubungan yang positif yang bermakna semakin tinggi penerimaan diri dan penyesuaian sosial maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis, begitupun

sebaliknya semakin rendah penerimaan diri dan penyesuaian sosial maka semakin rendah pula kesejahteraan psikologis pada remaja panti asuhan.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti mempunyai beberapa saran yang ingin disampaikan kepada beberapa pihak, antara lain:

1. Bagi Remaja Panti Asuhan

Diharapkan mampu meningkatkan rasa penerimaan diri sendiri secara positif dan meningkatkan hubungan sosial atau melakukan penyesuaian sosial pada lingkungan, sehingga kesejahteraan psikologis dapat meningkat.

2. Bagi Pengurus atau Pengasuh Panti Asuhan

Diharapkan dapat memberikan perhatian atau bimbingan kepada para remaja panti asuhan yang mengalami kesulitan atau permasalahan kesejahteraan psikologis dengan meningkatkan penerimaan diri dan penyesuaian sosial para remaja.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan untuk dapat melakukan penelitian dengan menguji variabel-variabel yang mungkin berhubungan dengan kesejahteraan psikologis selain variabel penerimaan diri dan penyesuaian sosial. Diharapkan juga untuk peneliti selanjutnya untuk dapat memperluas

jangkauan populasi penelitian dalam ranah penelitian yang serupa yaitu mengenai kesejahteraan psikologis.

Daftar Pustaka

- Aisyah, A & Chisol, R. (2018). Rasa syukur kaitannya dengan kesejahteraan psikologis pada guru honorer Sekolah Dasar. *Jurnal Psikologi*. 13(2). 109-122.
- Andani, F. N. D. (2015). *Penyesuaian Sosial Anak Remaja di Panti Asuhan Sinar Melati (Studi Kasus pada Remaja Putri di Panti Asuhan Sinar Melati. Yogyakarta)*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Akbar, S. (2013). *Instrumen perangkat pembelajaran*. Rosdakarya.
- Alex, S. (2003). *Psikologi umum*. Pustaka Setia.
- Alwisol. (2009). *Psikologi kepribadian edisi revisi*. UMM Press.
- Ali, M & Asrori, M. (2009). *Psikologi remaja perkembangan peserta didik*. PT Bumi Aksara.
- Arikunto, S. (2012). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*. Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (1999). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*. Rineka Cipta
- Astrid I. A. M. (2020). *Hubungan penyesuaian sosial dan kesejahteraan psikologis pada remaja panti asuhan*. Universitas Katholik Sugrijapranta.
- Azwar, S. (2020). *Penyusunan Skala Psikologi*. Kencana
- Azwar, S. (2010). *Metode penelitian*. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017). *Metode penelitian psikologi..* Pustaka Pelajar.
- Bastaman, H. D. (2010). *Integrasi psikologi dengan Islam menuju psikologi Islami*. Yayasan Insan Khamil & Pustaka Pelajar
- Bernard, M. E. (2013). *The strength of self-acceptance (theory, practice and research)*. Springer New York London
- Chaplin, J. P. (2005). *Kamus lengkap psikologi*. PT. Raja Grafindo Persada.

- Chaplin, J. P. (2002). *Kamus lengkap psikologi*. Cetakan Keenam. Terjemahan. PT. Raja Grafiika Persada.
- Coleridge, P. (1997). *Pembebasan dan pembangunan*. Oxfam & LP4C Dria Manunggal dengan Pustaka Pelajar.
- Daniella, B. B. A. (2012). *Perbedaan psychological well-being orang tua tunggal laki-laki dan orang tua tunggal perempuan yang bercerai*. Universitas Esa Unggul.
- Fitri, B. A. (2015). *Hubungan antara penerimaan diri dengan psychological well being pada remaja panti asuhan kota Banda Aceh*. Universitas Syah Kuala Banda Aceh.
- Ghozali, I. (2016). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 23 (Edisi 8)*. Cetakan ke VIII. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Ghozali, I. (2010). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 19*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Gerungan (2010). *Psikologi sosial*. PT Refika aditama.
- Gunarsa, D. (1989). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. PT BPK Gunung Mulia.
- Gunarta M. E. (2015). Konsep diri, dukungan sosial dan penyesuaian sosial mahasiswa pendatang di Bali. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 4(2), 183-194.
- Hadjam, M. N. R & Nasiruddin, A. (2003). Peranan kesulitan ekonomi, kepuasan kerja dan religiusitas terhadap kesejahteraan psikologis. *Jurnal Psikologi Universitas Gajah Mada*. (2), 72-80.
- Handayani, M. M. (2000). *Efektivitas pelatihan pengenalan diri terhadap peningkatan penerimaan diri dan harga diri*. Universitas Airlangga.
- Harahap, I. P & Novita D. (2020). Validitas dan reliabilitas instrumen tes diagnostik four-tier multiple choice (4TMC) pada konsep laju reaksi. *Unesa Journal of Chemical Edication*. 9(2), 222-227.

- Hartati, S. (2005). *Perkembangan belajar pada anak usia dini*. Departemen Pendidikan Nasional.
- Hidayati, K. B. (2016). Konsep diri, adversity quotient dan penyesuaian diri pada remaja. *Jurnal Psikologi Indonesia*. 5(02), 137-144.
- Huppert, F. A. (2009). Psychological well-being: evidence regarding its causes and consequences. *Applied Psychology : Health And Well-being*. 2, 1-28. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2009.01008.x>
- Hurlock, E. B. (2002). *Psikologi perkembangan*. 5th edition. Erlangga
- Hurlock, E. B. (1978). *Psikologi perkembangan anak: Jilid 1*. Erlangga.
- Hurlock, E. B. (1974). *Personality development*. New delhi; Mc Graw-Hill.
- Hurlock, E. B. (1973). *Adolescent development*. (Terjemahan) Tokyo : Mc Graw Hill Kogakusha, Ltd.
- Indriani, D & Sugiasih, I. (2016) Dukungan Sosial dan konflik peran ganda terhadap kesejahteraan psikologis karyawan PT. SC Enterprises Semarang. *Jurnal Psikologi*. 11(1), 46-54.
- Ingersoll-Dayton, B., et al. (2004). Measuring Psychological Well-Being: Insights From Thai Elders. *Journal of The Gerontologist*. 44(5), 594-604. <https://doi.org/10.1093/geront/44.5.596>
- Illahi, S. P. K., & Akmal, S. Z. (2017) Hubungan kelekatan dengan teman sebaya dan kecerdasan emosi pada remaja yang tinggal di panti asuhan. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*. 2(2), 171-181. <http://dx.doi.org/10.21580/pjpp.v2i2.1854>
- Kartono, K. (2000). *Hygiene mental*. CV. Mandar Maju.
- Keyes, C. L. M., Dop, S & Ryff . (2002). Optimizing Well-Being: The Empirical Encounter Of Two Traditions. *Journal Of Personality and Social Psychology*. 82(6), 1007-1022. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.82.6.1007>

- Kaneez, S. (2015). Perception of subjective well-being among divorced women: a comparative study of Hindus and Muslims. *Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology*. 13(2), 67-71.
- Khoirunnisa, A & Ratnaningsih, I. Z. (2013) Optimisme dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa pendidikan kedokteran Universitas Diponegoro. *Jurnal Terapan* 5(1), 1-4.
- Kramer, A. (1997). *Ensiklopedi populer anak (Terjemahan)*. Ihtiar Baru Van Hoeve.
- Lesmana, W. I., & Meita S. B. (2013). Hubungan antara harga diri dan tingkat stress dengan psychological well-being pada remaja di panti asuhan Muhammadiyah Wiyung dan Karangpilang Surabaya. *Jurnal penelitian Psikologi*. 2(2), 1-7.
- Malaysia, U. (2019). *Children Out of School*. United Nation Children's Fund.
- Marliani, M., Ramdani, Z., & Imran, J. M. (2019) Validation of happiness scale convergence in santri through Multi-trait Multi-method Analysis. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*. 4(2), 143-156. <http://dx.doi.org/10.21580/pjpp.v4i2.3670>
- Marlina, I. (2020). *Hubungan antara penyesuaian diri dan dukungan sosial dengan penerimaan diri pada remaja yang tinggal di panti asuhan* In Al-Mursin Lampung. Universitas Negeri Islam Raden Intan Lampung.
- Maru, K. D. P. (2016). *Hubungan antara penyesuaian sosial dengan achool well being pada siswa kelas VII SMP N 2 Makale*. Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga
- Mawarpury, M. (2013). Coping sebagai prediktor kesejahteraan psikologis: studi meta analisis. *Jurnal Psycho Idea*. 11(1) 38-47.

- Nurhusni, A. P. (2017). Profil penyesuaian sosial remaja yang mengalami Kecanduan facebook. *Indonesian Journal Of Education Counseling*. 1(2), 129-144.
- Prabowo, A. (2016). Kesejahteraan psikologis remaja di sekolah. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. 4(02), 246-260.
- Paramitha, A. P. (2020). Hubungan antara penerimaan diri dengan psychological well being pada narapidana wanita di lembaga pemasyarakatan perempuan semarang. Universitas katholik sugrijapranta.
- Pratiwi, A. T. (2018). Hubungan penerimaan diri dan harga diri pada remaja dengan orang tua bercerai. Universitas Muhammadiyah
- Priyanto, D. (2010). *Paham analisa statistik dengan SPSS*. MediaKom
- Priyanto, D. (2014). *SPSS 22 :pengolahan data terpraktis*. Andi Offset.
- Ronica, W. N. & Dahliana. (2019). Gambaran penerimaan diri anak panti asuhan dan faktor yang mempengaruhinya. *Jurnal ilmiah mahasiswa bimbingan dan psikologi*. 4(1), 65-70.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials. A Review of research on hedonic and eudaemonic well-being. *Annual Review of Psychology*. 52, 141-166
- Ryff. (2014). Psychological well-being revisited. advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychother Psychosom*. 82, 10-28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
- Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*. 4(4), 99–104. <https://doi.org/10.1111%2F1467-8721.ep10772395>
- Ryff, C. D & Keyes, C. L. M, (1995). The structures of psychological well being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*. 69(4), 719-727. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.69.4.719>

- Ryff, C. D., & Singer, B. (1996). Psychological well-Being: meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychotherapy Psychosomatics*. 65, 14-23. <https://doi.org/10.1159/000289026>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? exploration on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. <https://doi.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Savitri, W. C., & Listiyandini, R. A. (2017). Mindfulness dan kesejahteraan psikologis pada remaja. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*. 2(1), 43-59. <http://dx.doi.org/10.21580/pjpp.v2i1.1323>
- Santoso. (2005). *Psikologi Keluarga*. Rineka Cipta. John W.
- Santrock (2007). *Perkembangan Anak*. Jilid 1 Edisi kesebelas. Jakarta : PT. Erlangga.
- Schmutte, P. S. & Ryff, C. D. (1997) Personality and well-being: Reexamining methods and meanings. *Journal of Personality and Social Psychology*. 73(3), 549-559. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.73.3.549>
- Schneiders, A. A. (1984). *Personal adjustment and mental health*. Holt, Rinehart and Winston.
- Schneiders. (1964). *Personal adjustment and mental health*. Holt, Rinehart and Winston.
- Setiawan, K. (2021). Kemensos berikan perlindungan kepada 4 jutaan anak yatim piatu. Diunduh dari: <https://kemensos.go.id/kemensos-berikan-perlindungan-kepada-4-jutaan-anak-yatim-piatu>
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2002). *Hand book of Positive Psychology*. Oxford University Press.
- Soewadji, J. (2012). *Pengantar metodologi peneletian*. Mitra Wacana Media,.
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian pendidikan pendekatan Kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Sugiyono. (2015). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta, CV.

Takwin, Bagus, Evita E. S. & Sahat, K. P. (2008). The Role of Self-Management in Increasing Subjective Well-Being of DKI Jakarta's Citizens. Diunduh dari: [http://ui.academia.edu/ Bagus Takwin/Papers/220342](http://ui.academia.edu/BagusTakwin/Papers/220342).

Yusuf, S. (2011). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Remaja Rosdakarya.

LAMPIRAN

Lampiran 1 BLUEPRINT SKALA PENELITIAN

Blueprint Skala Kesejahteraan Psikologis

No.	Aspek	Indikator	Item Pernyataan	
			Favorable	Unfavorable
1.	Penerimaan Diri	Menerima kelebihan dan kekurangan dalam diri sendiri	Saya mengikuti kegiatan yang sesuai dengan kelebihan saya	Kelebihan saya tidak sebanyak kelebihan orang lain
			Saya menerima semua kondisi yang harus saya lewati dalam hidup	Kekurangan saya lebih banyak dibanding dengan kelebihan saya
		Merasa puas dengan dirinya sendiri	Saya merasa beruntung pada kondisi hidup saya sekarang	Saya iri melihat orang lain dapat hidup dengan keluarga mereka
			Saya merasa bersyukur dengan tempat tinggal saya sekarang	Saya merasa malu dengan kondisi saya saat ini
2.	Hubungan positif dengan orang lain	Mampu menjalin hubungan interpersonal	Saya menyapa ketika bertemu seseorang yang saya kenal	Saya canggung ketika diajak berbicara dengan orang baru
			Saya mengajak bermain anak baru yang masuk dalam panti asuhan	Saya membutuhkan waktu yang lama dalam menjalin sebuah pertemanan
		Mempunyai kedekatan dengan orang lain	Saya mempunyai teman dekat untuk diajak bercerita	Saya merasa tidak ada teman yang mau mendengarkan saya ketika berbicara
			Saya ikut sedih ketika mengetahui teman saya mendapat masalah	Saya sering kesepian karena tidak mempunyai teman dekat untuk bercerita
3.	Otonomi	Mampu menentukan	Saya membuat	Saya mudah

		keputusan sendiri	keputusan sendiri dalam hidup tanpa pengaruh dari orang lain	terpengaruh dengan pendapat orang lain
			Saya yakin dengan keputusan yang saya ambil	Saya mengandalkan orang lain membuat keputusan untuk saya
		Mampu menghadapi tekanan sosial	Saya membalas dengan tegas orang yang menghina saya	Saya tidak mampu melawan orang yang menghina saya
			Saya mencari teman baru ketika dikucilkan/dijauhi teman lama	Saya tidak dapat mempertahankan pendapat saya yang bertentangan dengan orang lain
4.	Penguasaan terhadap lingkungan	Memiliki kemampuan dalam mengatur lingkungannya	Ketika terdapat kegiatan di panti saya mengajukan diri sebagai ketua panitia	Saya menolak ketika ditunjuk menjadi ketua
			Saya menegur teman sekamar yang tidak mau menjaga kebersihan kamar	Saya merasa pusing ketika diberi tanggung jawab di lingkungan
		Ikut serta secara aktif dalam lingkungan	Saya sering mengikuti kegiatan yang ada dalam panti asuhan atau sekolah	Saya malas ketika disuruh mengikuti kegiatan yang ada di panti asuhan atau sekolah
			Saya bersemangat mengikuti kegiatan di panti asuhan	Saya tidak ikut piket bersih-bersih di panti asuhan
5.	Tujuan hidup	Produktif dan kreatif	Saya akan membuat rancana untuk mencapai kesuksesan	Saya cenderung melakukan kegiatan yang tidak berhubungan dengan tujuan hidup saya

			Saya berusaha rajin melaksanakan rencana yang saya buat	Saya tidak tahu kegiatan yang mahir saya lakukan
		Mempunyai tujuan untuk dicapai	Saya mengetahui apa yang ingin saya lakukan setelah keluar dari panti asuhan	Saya menjalani hidup tanpa adanya tujuan
			Saya merasa bersemangat ketika memikirkan harapan di masa depan	Saya tidak terlalu peduli pada apa yang akan terjadi di masa depan
6.	Pertumbuhan pribadi	Mengetahui potensi yang dimiliki	Saya mengetahui bakat yang ada dalam diri saya	Saya belum bisa menemukan potensi/bakat dalam diri saya
			Saya yakin potensi saya dapat berguna untuk masa depan saya	Saya tidak mencari tahu bakat dalam diri saya
		Mengembangkan potensi yang dimiliki	Saya mencoba hal baru untuk mengembangkan potensi saya	Saya lebih memilih untuk bermalasan dari pada melakukan kegiatan yang menambah wawasan
			Bagi saya pengalaman baru yang diperoleh berguna untuk menambah cara berpikir saya	Saya merasa tidak nyaman ketika melakukan sesuatu yang baru
Jumlah			24	24

Blueprint Skala Penerimaan Diri

No.	Aspek	Indikator	Item Pernyataan	
			Favorable	Unfavorable
1.	<i>Self Regard</i>	Mampu menghargai kondisi saat ini	Saya merasa sebagai seseorang yang lebih kuat dari orang lain	Saya merasa hidup ini tidak adil bagi saya
			Saya tetap menyayangi keluarga saya meskipun mereka menempatkan saya di panti asuhan	Saya membandingkan diri dengan orang lain
		Mampu menghargai pengalaman di masa lalu	Saya bangga dengan capaian akademik di masa lalu	Saya tidak bisa memaafkan diri sendiri karena kesalahan di masa lalu
			Saya menjadikan kegagalan di masa lalu sebagai pelajaran yang berharga dalam hidup	Perjalanan hidup saya tidak sebahagia orang lain
2.	<i>Self Evaluation</i>	Mampu mengevaluasi diri secara positif	Saya bisa berperilaku sopan dengan orang lain	Saya menyalahkan diri ketika saya berbuat kesalahan
			Saya bersabar ketika menghadapi masalah	Saya adalah orang yang gagal ketika tidak berhasil melakukan sesuatu
		Mampu bertanggung jawab terhadap perilaku	Saya menerima resiko atas kesalahan yang telah saya lakukan	Saya menyalahkan orang lain atas kesalahan yang saya lakukan
			Saya memperbaiki perilaku negatif dalam diri saya	Saya menghindar ketikamenghadapi masalah
Jumlah			8	8

Blueprint Skala Penyesuaian Sosial

No.	Aspek	Indikator	Item Pernyataan	
			Favorable	Unfavorable
1.	Penghargaan (<i>Recognition</i>)	Menghargai hak orang lain	Saya tidak memotong pembicaraan teman ketika sedang bercerita	Saya menertawakan orang yang mengutarakan pendapat yang salah
			Saya meminta izin terlebih dahulu ketika mau meminjam barang orang lain	Saya bermain sendiri ketika guru menerangkan pelajaran
		Menerima hak orang lain	Saya menerima pendapat orang lain ketika pendapatnya berbeda dengan pendapat saya	Saya tidak senang ketika ada anak baru yang masuk panti asuhan dan ditempatkan dikamar saya
			Saya dengan senang hati akan berbagi kamar dengan anak lain	Saya mengambil jatah makan anak lain ketika dipanti asuhan
2.	Pengikutsertaan (<i>Participation</i>)	Melibatkan diri dalam hubungan	Saya bergabung dengan teman-teman ketika sedang berkumpul	Saya lebih suka menyendiri dari pada harus berkumpul dengan orang lain
			Saya bergabung di kegiatan ekstrakurikuler yang ada di sekolah	Saya menolak ketika ada teman yang mengajak saya bermain
		Dapat mengembangkan hubungan	Saya memberikan dukungan kepada teman saya yang sedang berjuang menghadapi masalah	Saya membicarakan kejelekan teman saya saat sedang bersama dengan teman lain
			Saya senang ketika dapat melakukan hobi yang sama dengan teman saya	Saya berbohong dengan teman saya
3.	Penerimaan sosial	Tertarik pada harapan dan aspirasi	Saya menjaga ketertiban lingkungan di panti	Saya membuang sampah sembarangan

	<i>(Socialapproval)</i>	masyarakat	asuhan	
Saya merawat kebersihan lingkungan di panti asuhan			Saya menyuruh anak panti yang usianya di bawah saya	
Memperhatikan kesejahteraan orang lain		Saya berusaha menghibur anak panti yang menangis karena tidak betah	Ketika ada tugas kelompok saya tidak ikut mengerjakan bersama	
		Saya berbagi makanan dengan anak lain	Saya enggan meminjamkan barang pribadi dengan teman di panti asuhan	
4.	<i>Rendah hati (Altruisme)</i>	Mempunyai sifat rendah hati	Saya memaafkan orang yang menyakiti saya	Saya tidak merasa bersalah ketika merepotkan orang lain
			Saya mengucapkan terima kasih kepada orang yang telah membantu saya	Ketika saya mempunyai barang bagus saya memamerkannya kepada teman
		mendahulukan orang lain	Saya memperbolehkan teman yang sedang terburu-buru untuk menggunakan kamar mandi	Saya memotong antrian anak-anak panti asuhan ketika mengantri makan
			Saya meminjamkan uang saya kepada anak panti asuhan yang sedang membutuhkan	Saya meletakkan barang di tempat yang mengganggu orang lewat
5.	<i>Kepatuhan (Conformity)</i>	Menghormati tradisi dalam lingkungan	Ketika saya tidak bisa mengikuti sholat berjamaah, maka saya berdiam diri di kamar dengan tenang	Saya memainkan musik dengan keras meskipun ketika ada kegiatan mengaji dalam panti asuhan
			Saya berjalan menunduk ketika bertemu dengan pengasuh panti asuhan	Saya tetap membesarkan volume hp saya meskipun sudah waktunya untuk tidur

		Mematuhi hukum dalam lingkungan	Saya mematuhi peraturan-peraturan dalam panti asuhan	Saya suka bolos masuk sekolah dan lebih memilih bermain di luar
			Saya tidak mencontek ketika ulangan	Saya pernah keluar malam tanpa seizin pengurus panti asuhan
Jumlah			20	20

Lampiran 2 SKALA UJI COBA

Assalamualaikum Wr. Wb

Perkenalkan saya Lailatun Nurul Hidayah mahasiswi psikologi UIN Walisongo Semarang. Form ini merupakan bagian dari penelitian saya guna memenuhi syarat akhir kelulusan berupa Tugas Akhir/Skripsi. Oleh karena itu saya memohon dengan hormat kesediaan anda untuk dapat mengisi skala penelitian berikut ini

Semoga partisipasi anda dapat bermanfaat untuk kepentingan ilmu pengetahuan. Atas kerjasama dan partisipasi yang diberikan, saya sampaikan terima kasih.

Wassalamualaikum Wr. Wb

IDENTITAS RESPONDEN

Nama :
Usia :
Jenis Kelamin :
Kelas :

Mohon untuk memberikan jawaban dengan tandan (X) pada setiap pernyataan yang dipilih pada kolom jawaban yang disediakan

Keterangan :

SS : Sangat Sesuai
S : Sesuai
R : Ragu-Ragu
TS : Tidak Sesuai
STS : Sangat Tidak Sesuai

No.	PERNYATAAN	JAWABAN				
		SS	S	R	TS	STS
1.	Saya menolak ketika ditunjuk menjadi ketua	SS	S	R	TS	STS

2.	Saya menyapa ketika bertemu seseorang yang saya kenal	SS	S	R	TS	STS
3.	Saya akan membuat rencana untuk mencapai kesuksesan	SS	S	R	TS	STS
4.	Saya menjalani hidup tanpa adanya tujuan	SS	S	R	TS	STS
5.	Saya mengetahui bakat yang ada dalam diri saya	SS	S	R	TS	STS
6.	Kelebihan saya tidak sebanyak kelebihan orang lain	SS	S	R	TS	STS
7.	Saya mudah terpengaruh dengan pendapat orang lain	SS	S	R	TS	STS
8.	Saya mengikuti kegiatan yang sesuai dengan kelebihan saya	SS	S	R	TS	STS
9.	Saya lebih memilih untuk bermalas-malasan dari pada melakukan kegiatan yang menambah wawasan	SS	S	R	TS	STS
10.	Saya membalasa dengan tegas orang yang menghina saya	SS	S	R	TS	STS
11.	Saya mencoba hal baru untuk mengembangkan potensi saya	SS	S	R	TS	STS
12.	Saya merasa beruntung pada kondisi hidup saya sekarang	SS	S	R	TS	STS
13.	Saya membuat keputusan sendiri dalam hidup tanpa pengaruh dari orang lain	SS	S	R	TS	STS
14.	Saya belum bisa menemukan potensi/bakat dalam diri saya	SS	S	R	TS	STS
15.	Saya merasa tidak ada teman yang mau mendengarkan saya ketika berbicara	SS	S	R	TS	STS
16.	Saya sering mengikuti kegiatan yang ada dalam panti asuhan atau sekolah	SS	S	R	TS	STS
17.	Saya mempunyai teman dekat untuk diajak bercerita	SS	S	R	TS	STS
18.	Saya malas ketika disuruh mengikuti kegiatan yang ada di panti asuhan atau sekolah	SS	S	R	TS	STS
19.	Saya mengetahui apa yang ingin saya lakukan setelah keluar dari panti suhan	SS	S	R	TS	STS
20.	Saya canggung ketika diajak berbicara dengan orang baru	SS	S	R	TS	STS
21.	Ketika terdapat kegiatan di panti saya mengajukan diri sebagai ketua panitia	SS	S	R	TS	STS
22.	Saya tidak mampu melawan orang yang menghina saya	SS	S	R	TS	STS
23.	Saya iri melihat orang lain dapat hidup dengan keluarga mereka	SS	S	R	TS	STS
24.	Bagi saya pengalaman baru yang diperoleh berguna untuk	SS	S	R	TS	STS

	menambah cara berpikir saya					
25.	Saya menerima semua kondisi yang harus saya lewati dalam hidup	SS	S	R	TS	STS
26.	Saya mengajak bermain anak baru yang masuk dalam panti asuhan	SS	S	R	TS	STS
27.	Saya mengandalkan orang lain membuat keputusan untuk saya	SS	S	R	TS	STS
28.	Saya merasa pusing ketika diberi tanggung jawab dalam lingkungan	SS	S	R	TS	STS
29.	Saya yakin pada setiap keputusan yang saya ambil	SS	S	R	TS	STS
30.	Saya mencari teman baru ketika dikucilkan/dijauhi teman lama	SS	S	R	TS	STS
31.	Saya berusaha rajin melaksanakan rencana yang saya buat	SS	S	R	TS	STS
32.	Saya cenderung melakukan kegiatan yang tidak berhubungan dengan tujuan hidup saya	SS	S	R	TS	STS
33.	Saya yakin potensi saya dapat berguna untuk masa depan saya	SS	S	R	TS	STS
34.	Kekurangan saya lebih banyak dibanding kelebihan saya	SS	S	R	TS	STS
35.	Saya ikut sedih ketika mengetahui teman saya mendapat masalah	SS	S	R	TS	STS
36.	Saya sering kesepian karena tidak mempunyai teman dekat untuk bercerita	SS	S	R	TS	STS
37.	Saya merasa bersyukur dengan tempat tinggal saya yang sekarang	SS	S	R	TS	STS
38.	Saya menegur teman sekamar yang tidak mau menjaga kebersihan kamar	SS	S	R	TS	STS
39.	Saya tidak ikut piket bersih-bersih di panti asuhan	SS	S	R	TS	STS
40.	Saya bersemangat mengikuti kegiatan di panti asuhan	SS	S	R	TS	STS
41.	Saya tidak terlalu peduli pada apa yang akan terjadi di masa depan	SS	S	R	TS	STS
42.	Saya tidak dapat mempertahankan pendapat saya yang bertentangan dengan orang lain	SS	S	R	TS	STS
43.	Saya merasa tidak nyaman ketika melakukan sesuatu yang baru	SS	S	R	TS	STS
44.	Saya membutuhkan waktu yang lama dalam menjalin sebuah pertemanan	SS	S	R	TS	STS
45.	Saya tidak tahu kegiatan yang mahir saya lakukan	SS	S	R	TS	STS
46.	Saya merasa bersemangat ketika memikirkan harapan di masa depan	SS	S	R	TS	STS
47.	Saya tidak mencari tahu bakat dalam diri saya	SS	S	R	TS	STS

48.	Saya merasa malu dengan kondisi saya saat ini	SS	S	R	TS	STS
-----	---	----	---	---	----	-----

SKALA UJI COBA PENERIMAAN DIRI

No.	PERNYATAAN	JAWABAN				
		SS	S	R	TS	STS
1.	Saya tidak bisa memaafkan diri sendiri karena kesalahan di masa lalu	SS	S	R	TS	STS
2.	Saya merasa hidup ini tidak adil bagi saya	SS	S	R	TS	STS
3.	Saya bisa berperilaku sopan dengan orang lain	SS	S	R	TS	STS
4.	Saya bangga dengan capaian akademik di masa lalu	SS	S	R	TS	STS
5.	Saya menyalahkan diri ketika saya berbuat kesalahan	SS	S	R	TS	STS
6.	Saya menerima resiko atas kesalahan yang telah saya lakukan	SS	S	R	TS	STS
7.	Saya merasa sebagai seseorang yang lebih kuat dari orang lain	SS	S	R	TS	STS
8.	Saya adalah orang yang gagal ketika tidak berhasil melakukan sesuatu	SS	S	R	TS	STS
9.	Saya memperbaiki perilaku negatif dalam diri saya	SS	S	R	TS	STS
10.	Perjalanan hidup saya tidak sebahagia orang lain	SS	S	R	TS	STS
11.	Saya membandingkan diri dengan orang lain	SS	S	R	TS	STS
12.	Saya menjadikan kegagalan di masa lalu sebagai pelajaran yang berharga dalam hidup	SS	S	R	TS	STS
13.	Saya bersabar ketika menghadapi masalah	SS	S	R	TS	STS
14.	Saya menyalahkan orang lain atas kesalahan yang saya lakukan	SS	S	R	TS	STS
15.	Saya tetap menyayangi keluarga saya meskipun mereka menempatkan saya di panti asuhan	SS	S	R	TS	STS
16.	Saya menghindarsaat menghadapi masalah	SS	S	R	TS	STS

SKALA UJI COBA PENYESUAIAN SOSIAL

No.	PERNYATAAN	JAWABAN				
		SS	S	R	TS	STS
1.	Saya memaafkan orang yang menyakiti saya	SS	S	R	TS	STS
2.	Saya suka bolos masuk sekolah dan lebih memilih bermain di luar	SS	S	R	TS	STS
3.	Saya lebih suka menyendiri daripada harus berkumpul dengan orang lain	SS	S	R	TS	STS
4.	Saya menjaga ketertiban lingkungan di panti asuhan	SS	S	R	TS	STS
5.	Saya mematuhi peraturan-peraturan dalam panti asuhan	SS	S	R	TS	STS
6.	Saya memotong antrian anak-anak panti asuhan ketika mengantri makan	SS	S	R	TS	STS
7.	Saya tidak memotong pembicaraan teman ketika sedang bercerita	SS	S	R	TS	STS
8.	Saya membicarakan kejelekan teman saya saat sedang bersama dengan teman lain	SS	S	R	TS	STS
9.	Saya berusaha menghibur anak panti yang menangis karena tidak betah	SS	S	R	TS	STS
10.	Saya memainkan musik dengan keras meskipun ketika ada kegiatan mengaji dalam panti asuhan	SS	S	R	TS	STS
11.	Saya bergabung dengan teman-teman ketika sedang berkumpul	SS	S	R	TS	STS
12.	Saya memperbolehkan teman yang sedang terburu-buru untuk menggunakan kamar mandi	SS	S	R	TS	STS
13.	Ketika ada tugas kelompok saya tidak ikut mengerjakan bersama	SS	S	R	TS	STS
14.	Saya tidak merasa bersalah ketika merepotkan orang lain	SS	S	R	TS	STS
15.	Saya memberikan dukungan kepada teman saya yang sedang	SS	S	R	TS	STS

	berjuang menghadapi masalah					
16.	Ketika saya tidak bisa mengikuti sholat berjamaah, maka saya berdiam diri di kamar dengan tenang	SS	S	R	TS	STS
17.	Saya membuang sampah sembarangan	SS	S	R	TS	STS
18.	Saya mengambil jatah makan anak lain ketika dipanti asuhan	SS	S	R	TS	STS
19.	Saya berbagi makanan dengan anak lain	SS	S	R	TS	STS
20.	Saya pernah keluar malam tanpa seizin pengurus panti asuhan	SS	S	R	TS	STS
21.	Saya menertawakan orang yang mengutarakan pendapat yang salah	SS	S	R	TS	STS
22.	Saya merawat kebersihan lingkungan di panti asuhan	SS	S	R	TS	STS
23.	Saya dengan senang hati akan berbagi kamar dengan anak lain	SS	S	R	TS	STS
24.	Saya meletakkan barang di tempat yang mengganggu orang lewat	SS	S	R	TS	STS
25.	Saya menolak ketika ada teman yang mengajak saya bermain	SS	S	R	TS	STS
26.	Saya senang ketika dapat melakukan hobi yang sama dengan teman saya	SS	S	R	TS	STS
27.	Saya menyuruh anak panti yang usianya di bawah saya untuk mengerjakan sesuatu	SS	S	R	TS	STS
28.	Saya meminta izin terlebih dahulu ketika mau meminjam barang orang lain	SS	S	R	TS	STS
29.	Ketika saya mempunyai barang bagus saya memamerkannya kepada teman	SS	S	R	TS	STS
30.	Saya meminjamkan uang saya kepada anak panti asuhan yang sedang membutuhkan	SS	S	R	TS	STS
31.	Saya bergabung di kegiatan ekstrakurikuler yang ada di sekolah	SS	S	R	TS	STS
32.	Saya enggan meminjamkan barang pribadi kepada teman panti asuhan	SS	S	R	TS	STS
33.	Saya tetap membesarkan volume hp saya meskipun sudah waktunya untuk tidur	SS	S	R	TS	STS
34.	Saya berbohong dengan teman saya	SS	S	R	TS	STS

35.	Saya berjalan menunduk ketika bertemu dengan pengasuh panti asuhan	SS	S	R	TS	STS
36.	Saya bermain sendiri ketika guru menerangkan pelajaran	SS	S	R	TS	STS
37.	Saya menerima pendapat orang lain ketika pendapatnya berbeda dengan pendapat saya	SS	S	R	TS	STS
38.	Saya tidak senang ketika ada anak baru yang masuk panti asuhan dan ditempatkan dikamar saya	SS	S	R	TS	STS
39.	Saya mengucapkan terima kasih kepada orang yang telah membantu saya	SS	S	R	TS	STS
40.	Saya tidak mencontek ketika ulangan	SS	S	R	TS	STS

Lampiran 3 HASIL UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS

UJI VALIDITAS

SKALA KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	349.1667	1095.247	.490	.704
VAR00002	347.9000	1119.955	.372	.710
VAR00003	347.9333	1116.823	.503	.709
VAR00004	348.1333	1133.016	.162	.714
VAR00005	348.7333	1120.271	.365	.710
VAR00006	349.4000	1120.559	.340	.712
VAR00007	349.2333	1121.368	.319	.713

VAR0000 8	348.5333	1105.844	.535	.706
VAR0000 9	348.3667	1101.344	.548	.705
VAR0001 0	348.6000	1163.145	-.202	.723
VAR0001 1	348.1000	1119.266	.553	.710
VAR0001 2	348.0667	1140.685	.067	.716
VAR0001 3	348.9333	1139.306	.049	.716
VAR0001 4	349.2667	1118.202	.398	.710
VAR0001 5	348.4667	1121.706	.330	.711
VAR0001 6	348.3667	1107.895	.475	.707
VAR0001 7	348.4000	1114.386	.406	.709
VAR0001 8	348.3000	1103.045	.526	.706
VAR0001 9	348.6000	1134.662	.124	.714
VAR0002 0	349.3333	1141.747	.018	.717
VAR0002 1	350.3000	1119.700	.386	.711
VAR0002 2	348.6333	1115.689	.319	.710
VAR0002 3	348.6000	1104.593	.424	.707
VAR0002 4	348.0333	1123.689	.475	.711
VAR0002 5	348.1667	1134.489	.172	.714
VAR0002 6	348.6333	1124.309	.307	.711
VAR0002 7	348.5333	1106.464	.586	.706

VAR0002 8	348.9667	1120.620	.323	.710
VAR0002 9	348.8000	1139.683	.053	.716
VAR0003 0	349.3333	1143.195	-.004	.718
VAR0003 1	348.0667	1127.168	.443	.712
VAR0003 2	348.9000	1116.231	.411	.709
VAR0003 3	348.0000	1126.483	.404	.712
VAR0003 4	349.3000	1120.838	.326	.711
VAR0003 5	348.5000	1121.914	.316	.712
VAR0003 6	349.0667	1130.271	.150	.714
VAR0003 7	348.4333	1121.426	.313	.713
VAR0003 8	348.1667	1103.730	.537	.706
VAR0003 9	348.0333	1102.171	.558	.706
VAR0004 0	348.2333	1115.426	.569	.709
VAR0004 1	348.6333	1090.378	.634	.702
VAR0004 2	349.2667	1121.375	.317	.713
VAR0004 3	349.0667	1132.892	.154	.714
VAR0004 4	349.6667	1120.713	.328	.711
VAR0004 5	349.0333	1110.516	.489	.708
VAR0004 6	348.2000	1121.269	.323	.713
VAR0004 7	348.9000	1106.714	.488	.707

VAR0004 8	348.5333	1120.809	.293	.711
total	176.1667	286.213	1.000	.822

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.753	16

UJI RELIABILITAS SKALA 1

SKALA KESEJAHTERAAN PSIKOLOGI

UJI VALIDITAS SKALA 2

SKALA PENERIMAAN DIRI

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR0000 1	114.0333	217.068	.653	.687
VAR0000 2	113.5333	223.982	.695	.694
VAR0000 3	112.4000	237.697	.327	.714

VAR0000 4	113.3333	228.437	.517	.702
VAR0000 5	114.2333	234.806	.196	.715

Reliability Statistics

VAR0000 6	112.8667	225.223	.598	.697
VAR0000 7	114.0000	242.069	.022	.725
VAR0000 8	114.0667	230.547	.311	.708
VAR0000 9	112.9000	240.024	.108	.720
VAR0001 0	113.8000	217.959	.694	.687
VAR0001 1	113.3667	230.585	.404	.706
VAR0001 2	113.0000	238.897	.231	.716
VAR0001 3	112.8333	231.385	.512	.705
VAR0001 4	113.2333	226.185	.510	.700
VAR0001 5	112.5333	233.016	.383	.708
VAR0001 6	113.3667	225.275	.469	.700
Total	58.5000	61.086	1.000	.753

UJI RELIABILITAS SKALA 2
SKALA PENERIMAAN DIRI

Cronbach's Alpha	N of Items
.753	16

UJI VALIDITAS SKALA 3

SKALA PENYESUAIAN SOSIAL

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	288.3929	2023.210	.013	.743
VAR00002	287.8571	2005.979	.306	.740
VAR00003	289.2857	1999.989	.194	.740
VAR00004	288.1786	2004.893	.252	.740
VAR00005	288.2143	2003.286	.337	.740
VAR00006	288.5714	1971.069	.571	.735
VAR00007	288.7143	2045.175	-.223	.746
VAR00008	288.5714	1994.106	.292	.739
VAR00009	288.4286	1978.254	.535	.736
VAR00010	288.1786	1944.967	.748	.732
VAR00011	288.7500	1963.380	.621	.734

VAR0001 2	289.1429	1973.979	.432	.736
VAR0001 3	288.7857	1942.026	.687	.731
VAR0001 4	288.5714	1976.106	.432	.736
VAR0001 5	288.3571	1981.127	.543	.737
VAR0001 6	289.6429	2013.942	.076	.742
VAR0001 7	288.3929	1927.581	.782	.729
VAR0001 8	288.4643	1967.739	.534	.735
VAR0001 9	288.3929	1987.951	.448	.738
VAR0002 0	289.3571	1975.646	.415	.736
VAR0002 1	288.9286	1947.624	.689	.732
VAR0002 2	288.4643	1965.962	.584	.735
VAR0002 3	288.5714	1974.550	.516	.736
VAR0002 4	288.6071	1965.136	.680	.734
VAR0002 5	289.1429	1986.571	.338	.738
VAR0002 6	288.4286	1956.180	.651	.733
VAR0002 7	288.8214	1953.411	.683	.733
VAR0002 8	288.1071	1960.321	.709	.734
VAR0002 9	288.5357	1964.776	.554	.735
VAR0003 0	288.6429	1969.571	.625	.735
VAR0003 1	288.4643	1963.443	.609	.734

VAR0003 2	289.1071	1972.840	.402	.736
VAR0003 3	288.7143	1953.026	.621	.733
VAR0003 4	289.0357	1959.739	.572	.734
VAR0003 5	288.3214	1946.819	.770	.732
VAR0003 6	288.7857	1976.323	.446	.736
VAR0003 7	288.5000	1989.074	.434	.738
VAR0003 8	288.7857	1966.026	.529	.735
VAR0003 9	288.1071	1955.433	.635	.733
VAR0004 0	288.9643	2035.888	-.111	.745
total	146.1429	506.349	1.000	.919

UJI RELIABILITAS 3

SKALA PENYESUAIAN SOSIAL

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.742	40

Lampiran 4 SKALA PENELITIAN

Assalamualaikum Wr. Wb

Perkenalkan saya Lailatun Nurul Hidayah mahasiswi psikologi UIN Walisongo Semarang. Form ini merupakan bagian dari penelitian saya guna memenuhi syarat akhir kelulusan berupa Tugas Akhir/Skripsi. Oleh karena itu saya memohon dengan hormat kesediaan anda untuk dapat mengisi skala penelitian berikut ini

Semoga partisipasi anda dapat bermanfaat untuk kepentingan ilmu pengetahuan. Atas kerjasama dan partisipasi yang diberikan, saya sampaikan terima kasih.

Wassalamualaikum Wr. Wb

SKALA PENELITIAN 1

No.	PERNYATAAN	JAWABAN				
		SS	S	R	TS	STS
1.	Saya menolak ketika ditunjuk menjadi ketua	SS	S	R	TS	STS
2.	Saya menyapa ketika bertemu seseorang yang saya kenal	SS	S	R	TS	STS
3.	Saya akan membuat rencana untuk mencapai kesuksesan	SS	S	R	TS	STS
4.	Saya mengetahui bakat yang ada dalam diri saya	SS	S	R	TS	STS
5.	Kelebihan saya tidak sebanyak kelebihan orang lain	SS	S	R	TS	STS
6.	Saya mudah terpengaruh dengan pendapat orang lain	SS	S	R	TS	STS
7.	Saya mengikuti kegiatan yang sesuai dengan kelebihan saya	SS	S	R	TS	STS
8.	Saya lebih memilih untuk bermalas-malasan dari pada melakukan kegiatan yang menambah wawasan	SS	S	R	TS	STS
9.	Saya mencoba hal baru untuk mengembangkan potensi saya	SS	S	R	TS	STS
10.	Saya belum bisa menemukan potensi/bakat dalam diri saya	SS	S	R	TS	STS
11.	Saya merasa tidak ada teman yang mau mendengarkan saya ketika berbicara	SS	S	R	TS	STS
12.	Saya sering mengikuti kegiatan yang ada dalam panti asuhan atau sekolah	SS	S	R	TS	STS
13.	Saya mempunyai teman dekat untuk diajak bercerita	SS	S	R	TS	STS
14.	Saya malas ketika disuruh mengikuti kegiatan yang ada di panti asuhan atau sekolah	SS	S	R	TS	STS
15.	Ketika terdapat kegiatan di panti saya mengajukan diri sebagai ketua panitia	SS	S	R	TS	STS
16.	Saya tidak mampu melawan orang yang menghina saya	SS	S	R	TS	STS
17.	Saya iri melihat orang lain dapat hidup dengan keluarga mereka	SS	S	R	TS	STS
18.	Bagi saya pengalaman baru yang diperoleh berguna untuk menambah cara berpikir saya	SS	S	R	TS	STS
19.	Saya mengajak bermain anak baru yang masuk dalam panti asuhan	SS	S	R	TS	STS
20.	Saya mengandalkan orang lain membuat keputusan untuk saya	SS	S	R	TS	STS
21.	Saya merasa pusing ketika diberi tanggung jawab dalam lingkungan	SS	S	R	TS	STS

22.	Saya berusaha rajin melaksanakan rencana yang saya buat	SS	S	R	TS	STS
23.	Saya cenderung melakukan kegiatan yang tidak berhubungan dengan tujuan hidup saya	SS	S	R	TS	STS
24.	Saya yakin potensi saya dapat berguna untuk masa depan saya	SS	S	R	TS	STS
25.	Kekurangan saya lebih banyak dibanding kelebihan saya	SS	S	R	TS	STS
26.	Saya ikut sedih ketika mengetahui teman saya mendapat masalah	SS	S	R	TS	STS
27.	Saya merasa bersyukur dengan tempat tinggal saya yang sekarang	SS	S	R	TS	STS
28.	Saya bersemangat mengikuti kegiatan di panti asuhan	SS	S	R	TS	STS
29.	Saya menegur teman sekamar yang tidak mau menjaga kebersihan kamar	SS	S	R	TS	STS
30.	Saya tidak ikut piket bersih-bersih di panti asuhan	SS	S	R	TS	STS
31.	Saya tidak terlalu peduli pada apa yang akan terjadi di masa depan	SS	S	R	TS	STS
32.	Saya tidak dapat mempertahankan pendapat saya yang bertentangan dengan orang lain	SS	S	R	TS	STS
33.	Saya membutuhkan waktu yang lama dalam menjalin sebuah pertemanan	SS	S	R	TS	STS
34.	Saya tidak tahu kegiatan yang mahir saya lakukan	SS	S	R	TS	STS
35.	Saya merasa bersemangat ketika memikirkan harapan di masa depan	SS	S	R	TS	STS
36.	Saya tidak mencari tahu bakat dalam diri saya	SS	S	R	TS	STS
37.	Saya merasa malu dengan kondisi saya saat ini	SS	S	R	TS	STS

SKALA PENELITIAN 2

No.	PERNYATAAN	JAWABAN				
		SS	S	R	TS	STS
1.	Saya tidak bisa memaafkan diri sendiri karena kesalahan di masa lalu	SS	S	R	TS	STS
2.	Saya merasa hidup ini tidak adil bagi saya	SS	S	R	TS	STS
3.	Saya bisa berperilaku sopan dengan orang lain	SS	S	R	TS	STS
4.	Saya bangga dengan capaian akademik di masa lalu	SS	S	R	TS	STS
5.	Saya menerima resiko atas kesalahan yang telah saya lakukan	SS	S	R	TS	STS
6.	Saya adalah orang yang gagal ketika tidak berhasil melakukan sesuatu	SS	S	R	TS	STS
7.	Perjalanan hidup saya tidak sebahagia orang lain	SS	S	R	TS	STS
8.	Saya membandingkan diri dengan orang lain	SS	S	R	TS	STS
9.	Saya bersabar ketika menghadapi masalah	SS	S	R	TS	STS
10.	Saya menyalahkan orang lain atas kesalahan yang saya lakukan	SS	S	R	TS	STS
11.	Saya tetap menyayangi keluarga saya meskipun mereka menempatkan saya di panti asuhan	SS	S	R	TS	STS
12.	Saya menghindarsaat menghadapi masalah	SS	S	R	TS	STS

SKALA PENELITIAN 3

No.	PERNYATAAN	JAWABAN				
		SS	S	R	TS	STS
1.	Saya suka bolos masuk sekolah dan lebih memilih bermain di luar	SS	S	R	TS	STS
2.	Saya mematuhi peraturan-peraturan dalam panti asuhan	SS	S	R	TS	STS
3.	Saya memotong antrian anak-anak panti asuhan ketika mengantri makan	SS	S	R	TS	STS
4.	Saya berusaha menghibur anak panti yang menangis karena tidak betah	SS	S	R	TS	STS
5.	Saya memainkan musik dengan keras meskipun ketika ada kegiatan mengaji dalam panti asuhan	SS	S	R	TS	STS
6.	Saya bergabung dengan teman-teman ketika sedang berkumpul	SS	S	R	TS	STS
7.	Saya memperbolehkan teman yang sedang terburu-buru untuk menggunakan kamar mandi	SS	S	R	TS	STS
8.	Ketika ada tugas kelompok saya tidak ikut mengerjakan bersama	SS	S	R	TS	STS
9.	Saya tidak merasa bersalah ketika merepotkan orang lain	SS	S	R	TS	STS
10.	Saya memberikan dukungan kepada teman saya yang sedang berjuang menghadapi masalah	SS	S	R	TS	STS
11.	Saya membuang sampah sembarangan	SS	S	R	TS	STS
12.	Saya mengambil jatah makan anak lain ketika dipanti asuhan	SS	S	R	TS	STS
13.	Saya berbagi makanan dengan anak lain	SS	S	R	TS	STS
14.	Saya pernah keluar malam tanpa seizin pengurus panti asuhan	SS	S	R	TS	STS
15.	Saya menertawakan orang yang mengutarakan pendapat yang salah	SS	S	R	TS	STS
16.	Saya merawat kebersihan lingkungan di panti asuhan	SS	S	R	TS	STS
17.	Saya dengan senang hati akan berbagi kamar dengan anak lain	SS	S	R	TS	STS
18.	Saya meletakkan barang di tempat yang mengganggu orang lewat	SS	S	R	TS	STS
19.	Saya menolak ketika ada teman yang mengajak saya bermain	SS	S	R	TS	STS

20.	Saya senang ketika dapat melakukan hobi yang sama dengan teman saya	SS	S	R	TS	STS
21.	Saya menyuruh anak panti yang usianya di bawah saya untuk mengerjakan sesuatu	SS	S	R	TS	STS
22.	Saya meminta izin terlebih dahulu ketika mau meminjam barang orang lain	SS	S	R	TS	STS
23.	Ketika saya mempunyai barang bagus saya memamerkannya kepada teman	SS	S	R	TS	STS
24.	Saya meminjamkan uang saya kepada anak panti asuhan yang sedang membutuhkan	SS	S	R	TS	STS
25.	Saya bergabung di kegiatan ekstrakurikuler yang ada di sekolah	SS	S	R	TS	STS
26.	Saya enggan meminjamkan barang pribadi kepada teman panti asuhan	SS	S	R	TS	STS
27.	Saya tetap membesarkan volume hp saya meskipun sudah waktunya untuk tidur	SS	S	R	TS	STS
28.	Saya berbohong dengan teman saya	SS	S	R	TS	STS
29.	Saya berjalan menunduk ketika bertemu dengan pengasuh panti asuhan	SS	S	R	TS	STS
30.	Saya bermain sendiri ketika guru menerangkan pelajaran	SS	S	R	TS	STS
31.	Saya menerima pendapat orang lain ketika pendapatnya berbeda dengan pendapat saya	SS	S	R	TS	STS
32.	Saya tidak senang ketika ada anak baru yang masuk panti asuhan dan ditempatkan dikamar saya	SS	S	R	TS	STS
33.	Saya mengucapkan terima kasih kepada orang yang telah membantu saya	SS	S	R	TS	STS

Lampiran 5 TABULASI DATAHASIL PENELITIAN

No.	Kesejahteraan Psikologis																																	Total																																																																	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33		34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98
1	1	3	4	3	3	2	4	2	4	4	3	5	4	4	1	2	2	5	4	4	3	3	3	4	2	4	4	5	5	4	2	1	2	3	4	3	4	3	4	120																																																											
2	1	5	5	4	3	1	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	5	5	2	5	3	5	1	5	1	3	3	5	5	3	5	3	1	5	5	5	5	131																																																													
3	5	4	5	5	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	1	1	5	5	5	5	5	4	5	4	5	1	4	4	1	3	5	3	4	3	4	149																																																														
4	1	3	4	2	3	4	2	4	4	2	4	2	4	3	1	4	4	4	2	4	2	4	2	4	3	3	4	4	3	3	4	3	2	2	4	3	4	115																																																													
5	2	3	4	4	2	3	5	5	4	3	4	5	5	4	4	3	4	4	4	4	3	2	4	2	5	2	2	5	3	5	4	3	2	4	2	3	3	130																																																													
6	5	4	5	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	2	5	5	5	4	5	5	5	5	4	4	4	3	4	5	4	4	2	1	4	4	4	2	152																																																													
7	1	3	3	1	1	2	2	1	3	3	2	2	3	3	4	2	1	4	4	4	3	2	2	3	2	3	4	3	3	3	4	5	4	1	2	2	3	98																																																													
8	1	3	3	1	1	3	4	1	2	2	2	4	4	2	1	2	3	5	3	4	1	3	2	3	1	5	1	3	4	1	4	2	2	1	3	1	3	91																																																													
9	1	5	5	3	2	3	3	2	3	2	4	4	2	2	1	1	5	3	4	2	3	2	3	1	4	3	4	5	3	5	2	2	1	1	2	2	3	103																																																													
10	3	4	5	3	1	5	3	5	4	3	4	5	5	5	3	4	5	5	4	3	3	4	5	4	2	4	4	4	5	5	5	3	2	3	4	3	5	144																																																													
11	3	3	5	3	2	1	3	3	4	3	3	5	5	5	2	3	4	5	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	3	3	2	3	5	133																																																													
12	4	4	3	2	2	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	5	2	4	3	4	4	4	3	3	3	2	4	3	4	3	126																																																													
1	3	4	4	4	4	1	3	5	2	4	4	4	5	4	2	3	1	4	4	5	3	4	4	3	2	3	5	3	5	4	4	4	5	3	2	4	2	13																																																													

3																																				0					
14	2	5	5	5	2	3	5	4	4	2	3	4	3	4	2	4	4	4	4	4	2	5	5	5	4	4	5	4	5	4	2	4	1	4	5	4	4	140			
15	2	4	5	2	2	4	4	4	5	4	4	2	5	5	2	5	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	2	4	4	4	4	5	5	146				
16	3	4	5	3	2	2	2	4	4	2	4	4	4	5	2	2	4	2	5	4	4	4	4	4	2	4	2	4	4	5	4	5	2	3	4	3	2	127			
17	5	3	5	2	1	2	3	4	4	4	1	4	2	2	1	2	1	5	3	2	5	5	5	3	2	5	2	5	2	4	1	2	3	4	5	4	1	114			
18	3	3	4	3	3	2	2	3	4	4	3	2	5	4	3	2	2	4	3	4	2	3	3	3	2	2	3	4	2	2	3	1	2	2	3	2	105				
19	2	4	5	3	4	4	3	5	4	3	4	4	4	4	5	3	4	2	4	4	4	4	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	2	2	4	4	4	2	2	143
20	2	4	5	2	3	5	4	3	2	3	3	4	4	4	5	2	3	3	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	4	4	4	5	4	3	2	2	2	5	134	
21	4	5	5	4	2	2	4	5	4	4	5	4	4	5	2	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	5	4	5	4	4	4	4	4	4	5	149	
22	4	5	5	4	2	4	4	5	5	4	4	4	4	5	2	2	2	4	4	4	4	5	5	4	4	2	4	5	4	4	5	5	4	4	4	4	5	4	2	147	
23	3	4	4	4	5	1	4	4	5	3	3	2	5	5	1	4	2	3	4	4	3	4	3	4	5	2	2	4	5	4	4	3	3	1	3	4	3	127			
24	2	4	3	3	2	1	4	3	4	3	4	5	4	3	2	2	4	4	3	4	2	3	2	3	2	4	3	4	5	4	3	3	3	2	4	4	2	117			
25	2	5	5	3	5	4	4	2	5	4	4	5	4	4	3	5	4	3	4	2	4	2	5	3	4	4	3	4	4	3	3	2	3	4	3	4	5	137			
26	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	5	4	5	4	4	4	4	4	5	151		
2	5	4	4	5	2	4	4	5	5	4	2	5	2	4	2	4	5	5	3	5	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	1	2	5	4	5	14				

No.	Penerimaan Diri												Total
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
1	3	1	4	5	5	5	3	3	3	5	5	5	47
2	2	4	3	4	4	2	2	4	4	4	4	4	41
3	3	4	2	3	4	3	4	4	4	3	4	2	40
4	5	5	5	5	5	2	5	4	5	5	4	5	55
5	3	3	4	3	4	3	2	4	3	4	5	4	42
6	4	4	5	4	5	5	5	4	5	4	5	4	54
7	1	2	3	5	3	2	1	3	2	4	4	4	34
8	1	1	3	5	4	1	1	1	5	4	4	5	35
9	2	4	4	5	4	3	5	4	4	5	5	5	50
10	2	4	4	5	4	3	5	3	4	5	5	5	49
11	1	2	4	4	4	2	2	2	4	4	5	4	38
12	1	1	2	4	5	5	1	4	5	4	5	2	39
13	1	2	5	4	4	2	1	4	5	5	4	4	41
14	2	3	5	4	5	3	4	4	4	5	4	5	48
15	1	4	4	4	4	2	4	4	4	5	5	4	45
16	2	2	3	3	4	1	3	2	3	4	3	1	31
17	2	2	4	3	4	2	3	2	2	3	3	4	34
18	4	1	4	2	5	4	4	4	4	5	4	3	44
19	4	2	4	3	4	4	3	4	5	3	4	4	44
20	5	5	2	1	5	5	4	5	5	4	5	5	51
21	4	4	5	4	5	2	4	4	4	4	5	4	49

22	2	4	5	4	4	2	2	2	4	4	5	2	40
23	2	5	4	5	4	1	1	1	5	4	5	4	41
24	2	3	4	4	4	3	3	5	4	4	5	5	46
25	1	2	4	2	4	1	5	2	4	5	4	5	39
26	4	4	5	4	5	2	4	4	4	4	5	4	49
27	3	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	2	47
28	4	2	4	2	4	2	4	2	4	4	4	4	40
29	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	44
30	1	4	4	4	4	2	3	4	5	5	5	4	45
31	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	2	4	50
32	1	4	5	4	4	4	2	4	4	5	5	5	47
33	4	5	4	5	4	4	5	5	4	4	5	4	53
34	2	3	4	4	4	2	2	2	4	4	5	5	41
35	4	4	5	2	4	2	2	3	2	3	4	5	40
36	3	5	5	4	4	3	4	2	5	3	3	2	43
37	2	4	5	4	2	4	2	4	4	3	4	4	42
38	4	4	5	4	4	4	2	4	4	4	5	2	46
39	3	4	5	4	5	4	4	4	4	4	5	4	50
40	1	2	5	4	4	2	1	1	4	4	5	2	35
41	4	4	5	4	4	4	4	2	4	5	4	4	48
42	2	3	4	3	5	1	2	1	4	4	5	2	36
43	2	1	5	5	3	4	1	5	4	4	3	3	40
44	1	5	4	4	4	2	4	4	4	5	5	4	46
45	3	3	4	2	4	2	3	3	4	5	4	3	40
46	5	5	5	4	5	2	1	5	5	5	5	5	52

47	1	2	5	3	4	2	3	4	4	3	4	2	37
48	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	45
49	2	2	2	4	2	2	2	1	5	4	4	2	32
50	3	4	5	3	4	3	4	3	4	4	4	5	46
51	3	4	5	3	4	4	3	4	4	4	5	4	47
52	4	4	4	4	2	4	4	4	4	5	5	4	48
53	4	2	3	4	4	2	3	3	3	4	5	3	40
54	3	4	4	2	4	2	3	4	4	1	5	4	40
55	2	4	5	3	5	2	5	4	4	5	5	5	49
56	5	4	5	2	4	5	1	5	4	5	4	4	48
57	2	5	1	3	3	3	2	3	2	2	1	3	30
58	3	4	5	3	4	4	3	4	4	4	5	4	47
59	2	2	4	4	3	3	3	2	2	3	4	3	35
60	5	1	5	1	1	1	5	5	5	5	5	5	44
61	5	4	5	5	5	5	4	4	5	4	5	5	56
62	4	4	5	4	4	5	4	4	5	3	5	3	50
63	2	4	5	4	4	2	1	4	4	5	5	4	44
64	4	2	5	4	4	4	1	4	4	4	5	4	45
65	4	3	5	4	5	3	3	4	5	5	5	5	51
66	3	3	3	3	1	1	2	5	3	3	3	5	35
67	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	46
68	2	4	5	4	4	3	3	3	4	4	4	4	44
69	4	5	5	4	4	2	5	4	5	4	4	5	51
70	1	3	4	4	4	2	2	2	5	5	4	4	40
71	4	4	5	4	4	4	3	5	5	5	4	4	51

72	5	4	5	5	5	5	4	4	5	4	5	5	56
73	4	4	5	3	5	4	4	4	5	4	5	4	51
74	4	5	4	4	5	2	4	4	4	5	5	4	50
75	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	58
76	3	2	5	4	4	3	2	2	4	4	3	4	40
77	3	3	5	1	3	3	3	2	4	2	5	1	35
78	5	4	5	4	5	2	5	4	5	5	5	4	53
79	4	2	4	4	4	2	2	4	4	4	2	4	40
80	4	4	4	3	2	2	4	4	2	4	4	4	41
81	1	4	3	1	2	3	4	1	1	2	2	5	29
82	2	2	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	41
83	1	4	4	3	5	1	4	2	5	5	5	5	44
84	2	2	5	2	1	3	2	4	5	1	5	1	33
85	2	2	4	4	4	2	2	3	4	3	4	3	37
86	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	5	3	45
87	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	45
88	4	5	5	4	5	2	3	4	4	5	5	4	50
89	2	4	3	4	4	2	2	4	4	4	4	4	41
90	1	2	5	2	4	5	2	4	1	2	3	2	33
91	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	46
92	2	4	4	5	4	3	5	4	4	5	5	5	50
93	2	2	4	3	4	2	3	2	2	3	3	4	34
94	3	2	5	5	4	4	2	2	4	4	2	3	40
95	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	44
96	3	2	5	4	4	3	2	2	4	4	3	4	40

97	2	2	2	4	2	2	2	1	5	4	4	2	32
----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

No.	Penyesuaian Sosial																												Total						
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28		29	30	31	32	33	34
1	1	3	1	1	1	5	3	3	5	1	5	5	3	3	3	3	3	3	5	3	3	3	3	3	3	5	3	1	3	3	3	3	3	99	
2	5	4	2	3	5	4	2	3	4	4	2	3	3	2	3	4	4	4	4	4	4	3	2	4	2	4	4	4	4	3	3	3	4	109	
3	4	4	4	2	4	3	2	3	4	4	4	3	4	4	5	4	2	3	4	4	4	4	3	2	2	4	4	4	4	4	4	2	3	5	116
4	5	2	4	5	5	5	5	5	1	5	3	2	5	5	5	5	5	5	1	4	5	5	5	1	5	5	5	1	5	4	1	5	4	3	131
5	4	3	4	4	3	5	4	3	5	5	4	2	5	5	5	5	4	3	4	4	3	4	5	4	5	4	4	4	5	5	4	5	4	137	
6	5	5	5	5	5	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	5	4	3	4	4	4	5	4	4	5	2	4	4	5	4	4	4	4	140	
7	4	4	2	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	5	5	3	2	4	5	5	3	2	2	3	5	5	2	4	4	3	2	2	115	
8	4	3	4	4	4	5	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	3	4	5	5	5	4	5	2	4	5	2	3	4	3	4	5	133	
9	5	5	3	5	5	4	5	4	5	3	5	4	5	5	4	3	5	4	4	4	5	5	4	3	3	5	5	5	5	5	3	5	5	1	141
10	5	5	4	4	5	5	4	5	5	5	5	2	1	5	5	4	4	3	5	4	3	4	5	4	5	5	4	4	3	5	5	5	5	142	
11	4	3	4	4	4	2	4	2	5	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	118	
12	5	4	2	5	3	3	2	5	5	4	5	5	4	4	5	4	3	5	3	5	3	5	5	5	5	4	4	5	5	5	2	4	3	13	

27	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	4	4	4	2	4	11 7	
28	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	4	2	4	2	4	4	4	12 0	
29	5	4	4	5	4	5	4	4	4	4	2	4	5	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	13 4	
30	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	5	4	4	2	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	2	5	5	4	3	5	13 1
31	5	5	2	5	5	5	4	5	2	5	1	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	5	4	4	1	5	5	4	4	13 6	
32	5	4	5	5	5	4	5	4	2	4	5	4	5	2	4	4	5	4	4	5	2	5	2	5	4	5	4	4	4	5	4	2	4	13 5	
33	4	5	4	4	4	5	5	4	5	4	5	5	4	4	4	4	4	4	2	5	4	5	4	3	5	4	5	3	4	5	4	4	4	13 9	
34	5	5	4	4	4	5	4	5	4	4	5	4	4	2	4	5	4	4	4	5	4	4	5	4	4	4	4	3	4	4	4	3	5	13 7	
35	3	4	4	3	2	4	4	3	2	4	2	2	2	3	2	2	4	5	3	3	2	2	5	3	2	4	4	2	2	3	4	4	4	10 2	
36	3	1	2	1	2	4	2	2	1	3	1	3	5	2	3	3	5	4	5	4	4	4	5	4	4	4	3	2	1	4	2	5	3	10 1	
37	4	4	2	5	4	4	2	4	4	5	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	12 5	
38	5	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	5	4	12 5	
39	4	4	4	5	5	5	2	4	4	4	4	4	2	1	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	3	5	4	4	5	5	13 2	
40	4	4	2	3	5	2	4	4	1	4	4	4	4	5	2	4	4	4	4	5	2	4	5	4	2	2	5	4	5	2	4	4	5	12 1	

41	5	3	5	5	4	5	4	5	5	1	4	4	4	4	5	4	4	2	4	2	4	4	5	4	5	2	4	5	4	5	4	4	4	13 3	
42	3	4	5	4	5	4	4	4	3	5	1	4	4	4	2	4	4	4	4	3	3	4	4	5	3	3	4	4	5	3	5	4	5	12 7	
43	4	4	5	3	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	4	4	3	2	4	4	3	4	5	4	3	4	12 5	
44	5	4	2	4	4	4	5	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	13 8	
45	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	2	4	4	3	4	3	3	4	4	12 2	
46	4	4	3	3	3	4	1	5	4	5	4	5	4	4	5	3	4	4	1	3	4	5	4	4	4	5	5	4	5	4	4	5	5	13 1	
47	4	4	3	4	3	4	4	2	2	5	1	4	4	4	4	5	5	3	2	4	2	5	2	3	4	1	1	1	4	4	4	1	4	10 7	
48	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	12 6	
49	4	3	4	2	3	4	3	4	4	5	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	2	3	4	3	4	4	3	4	2	3	2	4	3	11 3	
50	4	2	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	3	12 0
51	4	4	4	3	5	4	4	5	4	5	1	5	4	5	5	4	5	4	4	3	4	5	5	5	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	13 4
52	5	4	4	5	4	4	4	4	5	1	5	4	5	5	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	14 3
53	4	4	2	4	3	4	3	4	4	4	2	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	4	4	4	4	3	4	3	2	3	11 1	
54	4	4	4	3	5	3	3	4	4	5	4	4	4	1	1	4	3	4	3	3	3	5	2	3	2	5	4	3	4	3	4	3	4	11 5	

55	5	4	5	4	5	4	4	4	4	5	5	5	4	2	5	4	4	4	4	5	3	5	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	13 5		
56	5	2	2	5	5	5	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	3	5	2	4	4	4	5	3	5	3	5	3	4	3	5	13 2		
57	3	3	2	3	4	4	5	4	3	4	3	5	2	3	2	2	3	2	2	2	3	5	3	2	5	3	5	3	2	1	2	4	1	10 0	
58	4	4	4	3	5	4	4	4	4	5	5	4	5	5	4	5	4	4	3	4	5	5	5	4	3	4	4	4	3	4	5	4	5	13 9	
59	3	3	3	4	4	2	3	2	3	2	2	2	1	5	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	2	3	2	2	2	4	4	99	
60	5	5	3	4	3	1	5	2	4	1	4	1	5	2	3	2	1	2	3	2	2	3	2	3	1	2	3	5	4	1	3	5	4	96	
61	5	5	2	4	5	3	4	5	5	4	5	5	4	2	5	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	5	3	4	4	4	4	5	4	13 3	
62	5	4	3	5	4	3	2	3	3	3	5	4	3	2	3	5	4	2	4	3	3	3	5	3	5	3	5	3	5	4	2	4	5	12 0	
63	3	4	5	4	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	4	5	13 8	
64	5	4	3	4	5	4	4	4	4	4	2	5	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	2	4	13 0
65	5	5	5	5	4	5	5	3	5	3	3	5	5	5	5	5	5	5	3	4	5	5	4	5	4	3	4	5	5	5	4	5	5	14 9	
66	4	1	5	4	3	3	2	1	5	3	5	1	5	3	4	4	4	5	4	3	2	5	4	2	2	5	2	1	2	2	3	4	5	10 8	
67	4	2	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	2	4	5	2	3	3	3	2	3	2	4	4	4	4	11 4	
68	5	4	4	4	5	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	3	4	4	4	4	4	13 6	
69	4	1	5	4	5	4	4	5	5	4	4	4	4	1	4	5	4	5	5	4	5	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	13 7	

70	4	3	4	4	5	4	5	4	3	5	5	5	5	3	5	4	5	2	4	4	3	5	3	4	4	4	3	5	3	4	4	4	5	13 4	
71	5	4	5	5	4	4	2	5	5	2	3	1	3	4	2	1	5	5	4	5	4	5	2	1	5	5	1	5	5	1	5	1	1	11 5	
72	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	2	5	5	5	4	1	5	4	5	4	3	4	2	4	4	3	5	3	3	4	13 8	
73	4	4	4	5	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5	5	14 0	
74	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	1	5	5	5	2	4	4	4	4	4	4	5	5	5	4	3	5	4	3	5	4	4	13 4	
75	5	5	5	5	5	5	5	5	5	2	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	5	5	5	5	14 8	
76	4	4	3	4	4	4	4	3	5	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	2	4	4	4	5	12 3	
77	5	3	3	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	44
78	5	5	4	4	5	4	5	5	4	4	4	5	4	3	5	4	4	4	4	3	5	4	4	3	5	3	5	3	4	4	4	3	4	13 6	
79	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	4	2	2	4	2	4	3	4	4	5	3	1	3	3	4	4	11 3	
80	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	5	4	4	13 0	
81	4	2	2	3	2	2	4	1	4	3	1	1	1	4	3	4	3	2	1	4	3	2	5	2	3	2	1	2	3	1	4	3	2	84	
82	2	4	4	3	5	3	2	2	4	4	4	4	2	3	1	4	5	5	4	4	2	2	4	4	4	4	1	5	4	2	4	4	4	11 3	
83	4	3	5	4	2	2	5	4	1	3	2	4	4	1	3	4	5	3	2	2	4	4	3	3	3	3	4	2	3	2	4	2	2	10 2	
84	4	4	5	5	1	2	2	1	4	5	2	5	5	2	1	4	4	4	1	1	1	2	5	4	4	1	4	5	4	5	4	5	2	10 8	

85	4	2	2	4	4	4	3	2	2	4	2	4	4	3	3	4	3	3	2	4	2	4	2	4	4	2	2	2	4	2	4	2	4	10 1
86	3	5	3	5	5	3	5	4	4	4	4	5	4	2	3	4	4	4	4	5	4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	5	12 9
87	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	12 6
88	5	4	4	4	5	4	4	5	4	5	5	5	4	2	4	4	5	4	4	4	4	5	4	5	5	4	5	4	5	4	4	4	5	14 3
89	5	4	3	2	5	4	2	3	4	4	2	3	3	2	3	3	2	4	2	4	4	3	4	4	2	4	4	4	3	3	3	4	4	11 0
90	2	2	2	2	3	3	1	1	3	4	2	1	4	4	3	1	3	2	4	5	4	3	5	4	5	1	3	2	2	5	5	3	5	99
91	5	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	5	5	4	4	4	4	4	4	2	4	2	2	2	4	4	2	4	4	4	4	4	5	12 2
92	5	5	3	5	5	4	5	4	5	3	5	4	5	5	4	3	5	4	4	4	5	5	4	3	3	5	5	5	5	3	5	5	1	14 1
93	2	3	4	2	5	4	3	2	5	4	2	3	2	2	4	3	4	4	3	2	3	4	1	2	2	2	4	4	2	3	4	2	3	99
94	4	3	4	4	3	4	3	5	4	3	4	4	2	3	3	4	4	4	5	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	2	4	3	5	11 9
95	5	4	4	5	4	5	4	4	4	4	2	4	5	4	2	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	13 4
96	4	4	3	4	4	4	4	3	5	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	2	4	4	4	5	12 3
97	4	3	4	2	3	4	3	4	4	5	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	2	3	4	3	4	4	3	4	2	3	2	4	3	11 3

Lampiran 6 DOKUMENTASI





Lampiran 7 RIWAYAT HIDUP

RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

1. Nama Lengkap : Lailatun Nurul Hidayah
2. Tempat & Tgl. Lahir : Rembang, 03 Maret 2000
3. Alamat Rumah : Sendang Mulyo, RT 03/ RW 03 Kec. Sluke
Kab. Rembang
4. HP : 087709034643
5. E-mail : lailatunnurulhidayah00@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

1. Pendidikan Formal
 - a. SD N 1 Sendang Mulyo
 - b. SMP N 1 Sluke
 - c. SMA N 1 Lasem
 - d. Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
2. Pendidikan Non-Formal:
 - a. Pondok Pesantren Al-Hamidiyyah Lasem

Semarang, 17 Juni 2022



Lailatun Nurul Hidayah

NIM. 1807016054

