

The Effect of Self-Acceptance and Social Support on the Psychological Well-Being of Adolescents in the Sidoarjo Orphanage

[Pengaruh Penerimaan Diri dan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis Remaja di Panti Asuhan Sidoarjo]

Nila Farah Salsabila ¹⁾, Nurfi Laili ^{*2)}

¹⁾Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

²⁾ Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

*Email Penulis Korespondensi: nurfilaili@umsida.ac.id,

Abstract. *This research aims to determine the effect of self-acceptance and social support on the psychological well-being of adolescents in Sidoarjo orphanages. This research was conducted using quantitative correlational. The total population of teenagers from 8 orphanages in Sidoarjo City was 129 people using saturated sampling techniques. This research uses a Likert scale questionnaire data collection method distributed via Google Forms. The results of multiple linear regression analysis for social support show a t value of 2.607 with a significance of 0.010 ($p < 0.05$), indicating that social support influences the psychological well-being of teenagers living in orphanages in Sidoarjo. Meanwhile, self-acceptance shows a t value of 9.274 with a significance of 0.000 ($p < 0.05$), indicating that self-acceptance independently contributes to the psychological well-being of teenagers living in orphanages in Sidoarjo. Adolescents living in orphanages in Sidoarjo receive significant social support for their psychological well-being.*

Keywords – Psychological Well-Being; Self-Acceptance; Social Support

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerimaan diri dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis remaja di panti asuhan Sidoarjo. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan kuantitatif korelasional. Jumlah populasi remaja dari 8 panti asuhan yang ada di Kota Sidoarjo adalah 129 orang dengan menggunakan teknik sampling jenuh. Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data kuesioner skala likert yang di sebar melalui media google forms. Hasil analisis regresi linier berganda untuk dukungan sosial menunjukkan nilai t sebesar 2.607 dengan signifikansi 0.010 ($p < 0.05$), menunjukkan bahwa dukungan sosial memengaruhi kesejahteraan psikologis remaja yang tinggal di panti asuhan di Sidoarjo. Sedangkan penerimaan diri menunjukkan nilai t sebesar 9.274 dengan signifikansi 0.000 ($p < 0.05$) menunjukkan bahwa penerimaan diri secara independen berkontribusi pada kesejahteraan psikologis remaja yang tinggal di panti asuhan di Sidoarjo. Remaja yang tinggal di panti asuhan di Sidoarjo mendapatkan dukungan sosial yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis mereka.

Kata Kunci – Kesejahteraan Psikologis; Penerimaan Diri, Dukungan Sosial

I. PENDAHULUAN

Fase masa remaja ialah dimana masa mencari identitas diri. Pada fase ini penuh dengan perjuangan. Mereka berpindah dari peran yang semula adalah anak-anak menjadi peran orang dewasa yang diiringi dengan peningkatan tanggung jawabnya [1]. Menciptakan identitas diri yang bernilai positif diiringi kestabilan merupakan tugas remaja yang perlu dipenuhi untuk mencapai keberhasilan pada usia perkembangan mendatang [2]. Seorang remaja membutuhkan dukungan sosial dari pihak keluarga melalui penerimaan rasa kasih sayang yang akan menumbuhkan sikap bijaksana serta moral remaja menjelang transisi kompleks yang dihadapi.

Namun, tidak semua keluarga mampu memberikan fasilitas keluarga yang ideal terhadap anaknya. Beberapa dihadapkan realita untuk berpisah dengan orang tuanya serta dihadapkan dengan kesulitan menentukan pilihan hidup, misalnya kehilangan sosok orangtua yang dapat menimbulkan penderitaan bagi anak yang ditinggalkan. Banyak fenomena yang menunjukkan sisi kehidupan anak yang tidak berjalan baik. Tak jarang mereka menghadapi kesulitan-kesulitan misalnya mereka yang harus berpisah dengan keluarganya, hal ini disebabkan oleh suatu masalah sehingga menjadikan mereka piatu, yatim, yatim piatu, anak terlantar, atau bahkan ditinggalkan oleh orangtua mereka [3]. Remaja tersebut kurang terpenuhi akan kebutuhan fisik, psikologis, dan sosialnya. Mereka yang kurang beruntung tersebut kemudian masuk pada sebuah lembaga yang disebut dengan panti asuhan [4]. Kementerian Sosial Republik Indonesia, mengartikan panti asuhan sebagai suatu badan usaha kesejahteraan sosial yang akan memastikan kesejahteraan sosial dari anak yang terlantar, menyalurkan bantuan berupa dukungan fisik, sosial, hingga psikis terhadap anak asuh, memastikan kesetaraan dan ketepatan dalam perolehan pelayanan oleh anak-anak asuh, sehingga harapan dari masyarakat atas kapasitas pengembangan kepribadian akan terpenuhi sebagai salah satu generasi penerus di masa mendatang [5].

Remaja yang bertempat tinggal di panti asuhan seringkali memiliki perasaan keterasingan dibandingkan dengan remaja yang dapat tinggal bersama pada lingkungan keluarga normal. Panti asuhan juga seringkali mendapatkan penilaian negatif atas peran yang diemban sebagai orang tua dari anak-anak asuh yang berusaha untuk mereka penuhi dari masyarakat sekitarnya. Ditambah adanya kecenderungan untuk memandang rendah kondisi sosial perekonomian yang mengakibatkan perasaan terasingkan muncul sehingga memunculkan stigma rendah diri dan kurang berharga [6]. Selain itu, perubahan tersebut dapat menimbulkan tekanan secara fisik ataupun mental pada remaja. Terdapat beragam bentuk pengalaman yang akan mengiringi pemutusan ikatan tersebut. Dicontohkan pada tekanan yang menyerang fisik dengan bentuk adanya gangguan permasalahan kesehatan (kerentanan terhadap penyakit) yang mengakibatkan sakit secara tiba-tiba. Pada tekanan yang menyerang psikologis berbentuk stress, kesedihan yang mendalam, perubahan sosial, gangguan emosional, dan adaptasi terhadap situasi baru [7]. Hasil survey awal berupa wawancara yang telah dilakukan oleh penulis pada salah satu remaja di panti asuhan, menyimpulkan secara umum kecenderungan pada anak panti asuhan merasa kurang percaya diri, merasa malu dengan keadaannya, dan masih bingung akan tujuan hidupnya.

Pada dasarnya setiap orang butuh akan adanya kesejahteraan psikologis (*Psychological well-being*) pada kehidupannya, terutama di usia remaja sebagai seorang anak pada umumnya mereka pasti menginginkan untuk diperhatikan, diberi kasih sayang, dihargai, dan sebagainya yang menjadikan sebuah positive regard yang menumbuhkan kesejahteraan psikologis dalam dirinya. Selain itu, penelitian sebelumnya menemukan bahwa anak-anak memiliki afek positif yang lebih tinggi dibandingkan dengan remaja. Ini karena anak-anak belum memahami konsep emosi yang kompleks, sementara remaja mengalami perubahan emosi yang disebabkan oleh perubahan hormon dan perubahan kognitif mereka. Anak-anak memiliki afek positif dan kepuasan hidup yang lebih tinggi daripada remaja. Remaja telah mengalami perubahan pola pikir, dan hal tersebut yang dapat mempengaruhi hubungan sosialnya [8].

Menurut Ryff kesejahteraan psikologis (*Psychological well-being*) ialah tercapainya potensi psikologis seseorang secara utuh, dimana individu mampu menerima kelebihan dan kekurangannya, mempunyai kemampuan untuk mengambil keputusan dan mandiri, mampu berkompetensi untuk mengendalikan lingkungan, memiliki tujuan hidup, menciptakan hubungan positif dengan orang-orang disekitarnya, dan mampu untuk melalui tahapan perkembangan hidupnya. Kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu yang pertama adalah resiliensi yaitu ketahanan individu dengan lingkungan walaupun dalam keadaan yang sulit. Faktor kedua adalah faktor psikososial, yaitu identitas dan pengalaman hidup individu. Faktor ketiga adalah sosiodemografis yang mengacu pada informasi data demografis individu seperti jenis kelamin, usia. Faktor keempat merupakan metode untuk coping demi bisa mengubah fungsi kognitif dan perilaku terhadap tuntutan eksternal dengan sifat mengikat. Faktor kelima adalah dukungan sosial yaitu persepsi bahwa orang membantu ketika dibutuhkan [9] dan kesejahteraan psikologis memiliki enam aspek, yaitu : (1) Otonomi, (2) penerimaan diri, (3) hubungan positif dengan orang lain, (4) tujuan dalam hidup, (5) pertumbuhan pribadi, (6) pengendalian lingkungan [10]. Dari pengamatan hal tersebut dapat menjadi indikasi bahwa rendahnya kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh anak yang tinggal di panti asuhan karena terdapat kurangnya responden dalam menerima dirinya dan tujuan hidup yang masih tidak tentu.

Dimana penelitian yang dilakukan oleh Ryff dan Singer menunjukkan bahwa kepribadian yang mengarah pada sifat-sifat seperti lebih emosional, mudah terpengaruh, mudah stress, dan cenderung labil disebabkan oleh rendahnya kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) [11]. Penelitian lain menemukan bahwa tingkat tingginya perilaku prososial merupakan pengaruh dari adanya kesejahteraan psikologis yang baik. Penemuan ini menunjukkan bahwa indikasi-indikasi dari remaja dengan kualitas kesejahteraan psikologis baik dapat berupa berjalannya fungsi optimal perkembangan psikologis melalui kemunculan perasaan serta emosi positif terhadap diri sendiri, kemampuan penyelesaian masalah, serta ikatan yang menghubungkan antara diri sendiri dengan lingkungan sosial [12]. Hal tersebut memiliki korelasi kuat dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Darmayanti menunjukkan terkait adanya kecenderungan peningkatan gejala depresi yang dialami pada masa anak-anak dengan dibandingkan dengan masa remaja. Permasalahan perilaku yang dimunculkan pada remaja disertai berbagai bentuk depresi pada sebagian remaja menunjukkan bahwa remaja memiliki kapasitas lebih rendah untuk mencapai tingkat optimal dalam mengusahakan kesejahteraan psikologis [13]. Mengingat adanya perbedaan yang melatarbelakangi pemenuhan atas kesejahteraan psikologi setiap remaja, maka perlu diperhatikan faktor-faktor yang berperan terhadap kesejahteraan psikologis remaja.

Seperti yang pernah dikatakan oleh Kementerian Sosial Republik Indonesia bahwa tidak semua orangtua dapat mencurahkan perhatian secara fisik dan psikis terhadap anak dalam mencapai tujuan pada proses tumbuh kembang yang berjalan. Selain itu, banyak juga anak yang tidak bisa merasakan kasih sayang dan cinta dari orangtuanya. Anak-anak terpaksa menjalani hidupnya tanpa kehadiran dan kasih sayang dari orang tua kandungnya dikarenakan mereka harus berpisah dan kehilangan orangtua sebab berbagai alasan atau peristiwa tertentu. Panti asuhan akan menjadi opsi terakhir untuk para orangtua dalam menentukan keputusan penitipan anak. Hilangnya perasaan diberikan kasih sayang oleh orang tua akan berpengaruh terhadap rasa percaya diri dan mengakibatkan pada menurunnya penerimaan diri. Selain itu, kita menyadari bahwa sekalipun orangtua mengusahakan yang terbaik untuk anaknya, mereka tidak

mempertimbangkan dampak psikologis yang dapat dimunculkan dari keputusan untuk menitipkan anak di panti asuhan tanpa adanya pertimbangan mendalam terhadap perasaan dari anak tersebut. Orang tua yang mengambil keputusan bahwa panti asuhan akan menjadi tempat penitipan untuk anaknya tidak mengetahui situasi psikologis anaknya, misalnya perasaan diterlantarkan atau semacamnya [3].

Penelitian terdahulu membuktikan bahwa individu dengan kesejahteraan psikologis rendah yang merasa tidak mampu dengan situasi perekonomiannya, menunjukkan pengaruh pada aspek-aspek seperti penerimaan diri, pertumbuhan pribadi, dan tujuan hidup. Perasaan gembira yang dirasakan seseorang, dapat membantu penerimaan diri serta menumbuhkan tujuan hidup yang dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka [14]. Seseorang akan mencapai tingkat optimal kualitas kesejahteraan psikologis saat mereka mempunyai penerimaan yang baik. Sebaliknya, orang dengan penerimaan diri rendah akan selalu memunculkan perasaan tidak puas terhadap keadaannya, serta penyesalan terhadap hal-hal di masa lampau [15]. Penerimaan diri merupakan dasar agar seseorang dapat beradaptasi secara tepat dengan kombinasi lingkungan dan pengalaman, sehingga dapat mencapai personal growth well-being dan aktualisasi diri [16]. Ketika individu memiliki kemampuan untuk menerima dirinya secara keseluruhan, termasuk kekurangan dan kelebihan, maka tidak ada kesenjangan antara ideal self dan real self [16]. Penerimaan diri pada hakikatnya merupakan kesadaran atas kualitas dan bakat serta keterbatasan diri sendiri sehingga dapat memunculkan perasaan puas [17]. Menurut Powell penerimaan diri mempunyai beberapa aspek antara lain penerimaan kepribadian, penerimaan perasaan atau emosi, penerimaan keterbatasan diri, penerimaan intelektual, dan penerimaan fisik [18]. Penerimaan diri secara umum berarti kemampuan menerima diri sendiri untuk menerima kekurangan dan kelemahan diri sendiri, dengan keyakinan yang berujung penghargaan terhadap diri sendiri dan orang lain, serta kemampuan menciptakan kebergunaan untuk seseorang di sekitarnya [19].

Santrock menyebutkan ada lima faktor yang menyebabkan seseorang kurang mempunyai rasa penerimaan diri yaitu karena (1) Kurangnya pemahaman diri, memahami atau mengevaluasi sifat, potensi dan/atau permasalahan seseorang juga kelompok individu. Kegagalan dalam memahami diri akan mengakibatkan ketidakmampuan dalam memahami segala sesuatu yang ada dalam dirinya. (2) Ketika seseorang merasa tidak nyaman pada kehidupan sehari-hari, fenomena ini akan terus berulang, karena ketidakmampuan untuk menyesuaikan diri serta adaptasi terhadap lingkungan yang baru. (3) Permasalahan keluarga seperti perbedaan pendapat, cara berpikir dan cara bertindak. Selain itu, sumber masalah keluarga seperti kondisi ekonomi keluarga memengaruhi sandang, pangan, dan masa depan. (4) Mereka yang anti sosial seringkali tidak peduli dengan apa yang benar dan salah, serta memiliki kecenderungan untuk melakukan pengabaian hak juga perasaan orang lain. Kecenderungan melanggar hukum, membuat kerusuhan akan berakibat pada kecenderungan untuk memperlakukan orang lain dengan kasar. Sehingga tidak akan ada pemenuhan kewajiban yang berkaitan dengan pekerjaan, keluarga, atau sekolahnya. (5) Sikap negatif terhadap masa depan merupakan cara berpikir positif yang terbaik untuk membentuk kepribadian yang tergolong sebagai faktor paling penting untuk menentukan kualitas hidup [20].

Ketika seseorang dengan kemampuan penerimaan diri rendah, akan mudah muncul perasaan putus asa, terus-menerus menyalahkan diri sendiri, perasaan malu, rendah diri terhadap keadaannya, perasaan tidak berarti, perasaan iri atas kondisi orang lain, dan kesulitan menciptakan ikatan positif terhadap orang lain [21]. Penerimaan diri yang baik pada diri seseorang dapat dicapai melalui dukungan sosial. Dalam kajian terdahulu membuktikan pemberian dukungan sosial dapat berpengaruh terhadap kualitas kesejahteraan psikologis. Seseorang dengan dukungan sosial akan mengalami peningkatan dalam kualitas kesejahteraan psikologis [22]. Pemberian dukungan sosial dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis pada individu. Konsep ini dikembangkan untuk membantu individu mengatasi stres. Seseorang dengan diagnosa stress bisa kembali sehat secara mental dan psikologis apabila mendapatkan dukungan sosial, dengan begitu akan meningkatkan kesejahteraan psikologis yang mereka miliki. Dukungan sosial terhadap individu mempunyai fungsi yang beragam, antara lain: meningkatkan kemampuan beradaptasi, memberikan dukungan Ketika individu menghadapi masalah, dan membantu individu mengatasi situasi yang tidak menyenangkan. Oleh karena itu, salah satu cara untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis adalah dengan memberikan dukungan sosial [22].

Pada penelitian terdahulu diketahui terdapat korelasi antara variabel hubungan sosial dengan variabel kesejahteraan psikologis menuju ke arah yang positif dan signifikan. Individu yang memiliki banyak dukungan sosial akan cenderung memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih baik. [23]. Dukungan sosial ini mengarah pada pemberian rasa nyaman, merawat, dan menghargai. Dukungan sosial ialah bentuk kehadiran orang lain yang dapat membuat seseorang merasa dicintai, dihargai, dan menjadi bagian dari kelompok sosial [24]. Pemberian dukungan sosial sangat diperlukan oleh siapa saja dalam berhubungan dengan orang lain demi melangsungkan kehidupannya dalam bermasyarakat [25]. Aspek-aspek dukungan sosial meliputi dukungan emosional / informatif, dukungan nyata, dukungan afektif, dan dukungan sosial positif [26]. Dua faktor yang diketahui memberikan dampak terhadap dukungan sosial yang berasal dari faktor internal dengan didasarkan pada kemauan seseorang untuk mencari serta mendapatkan dukungan sosial dan faktor eksternal yang didasarkan pada dorongan orang lain yang ingin turut membantu [27].

Berdasarkan penelitian terdahulu mengenai pengaruh penerimaan diri dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) anak yatim, memberikan bukti bahwa rasa penerimaan diri anak yatim akan berpengaruh terhadap kualitas kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) mereka, bukan hanya dukungan sosial seperti uang dan sembako, tetapi lebih dari itu, rasa penerimaan diri pada individu, semakin tinggi rasa penerimaan diri pada individu, juga berpengaruh terhadap kenaikan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) yang dirasakan anak yatim. Maka, diperlukan dukungan sosial yang maksimal untuk membangun kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) dalam mencapai tumbuhnya perasaan positif dalam menerima diri sendiri pada individu [25].

Keunikan pada penelitian ini terletak pada subyek dan lokasi yaitu dilakukan pada remaja yang tinggal di panti asuhan khususnya di beberapa tempat wilayah Sidoarjo. Penelitian ini dilakukan di 8 panti asuhan di wilayah Sidoarjo. Alasan peneliti untuk melaksanakan penelitian di panti asuhan tersebut terlebih karena peneliti tertarik terhadap kesejahteraan psikologis pada remaja yang tinggal di panti asuhan tersebut, disamping itu penelitian tentang kesejahteraan psikologis juga belum pernah dilakukan di 8 panti asuhan sekaligus. Dengan melakukan penelitian di beberapa panti asuhan, hasil penelitian akan lebih representatif dan dapat menggambarkan kondisi kesejahteraan psikologis remaja asuh di berbagai latar belakang dan kondisi. Oleh karena itu, penulis tertarik dengan fenomena sosial yang terjadi. Penulis ingin mengetahui bagaimana pengaruh penerimaan diri dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis remaja yang tinggal di panti asuhan Sidoarjo.

II. METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan korelasional. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang menggunakan data kuantitatif, yaitu data yang berbentuk angka atau bilangan [28]. Populasi adalah suatu kesatuan individu atau subyek dalam suatu wilayah dan waktu dengan yang mempunyai ciri-ciri tertentu yang diamati atau diteliti [29]. Populasi yang dipilih untuk penelitian ini ialah remaja yang tinggal di panti asuhan di Kota Sidoarjo. Karakteristik yang ditetapkan didasarkan pada remaja dengan rentang usia dari 12-20 tahun dan berjenis kelamin laki-laki ataupun perempuan. Jumlah populasi remaja dari 8 panti asuhan yang ada di Kota Sidoarjo adalah 129 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik sampling jenuh sehingga keseluruhan jumlah populasi digunakan sebagai sampel yaitu sebanyak 129 orang. Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner skala likert yang di sebar melalui media google forms. Berikut ialah data panti asuhan yang terkait :

Nama Panti Asuhan	Jumlah Panti Asuhan
Panti Asuhan Ulin Nuha	11
Panti Asuhan Putri Aisyiyah Sidoarjo	10
Panti Asuhan Al-Insan	9
Yayasan Nurul Yatim	16
Yayasan Mambaul Quran	11
Lksa Mizan Amal	29
Mabarrot YPM	20
Mahabbatur Rosul	23

Penelitian ini menggunakan skala penerimaan diri, dukungan sosial, dan kesejahteraan psikologis.

Skala dukungan sosial diadopsi dari Muchammad Amir Rosyid yang telah dikembangkan oleh Stewart and Sherbourne [30]. Skala ini mempunyai 4 subskala yaitu: dukungan emosional/informatif, dukungan nyata, dukungan afektif, interaksi sosial positif. Skala ini disusun dengan menggunakan skala likert. Dengan 19 butir pernyataan yang memiliki nilai reliabilitas skala sebesar 0.762.

Skala penerimaan diri diadopsi dari Tika Pratiwi Andani [31] yang merupakan skala tersebut sejalan dengan penelitian ini yang menggunakan remaja sebagai subyek yang memiliki masalah dalam lingkup keluarga. Skala ini mempunyai 5 aspek yaitu: penerimaan fisik, penerimaan intelektual, penerimaan keterbatasan diri, penerimaan perasaan atau emosi, dan penerimaan kepribadian. Terdiri dari 28 butir pernyataan dengan nilai reliabilitas sebesar 0.888.

Skala kesejahteraan psikologis diadopsi dari Muchammad Amir Rosyid yang sama menggunakan teori berlandaskan dari Ryff [30]. Skala ini mempunyai 6 aspek yaitu: otonomi, pengendalian lingkungan, pertumbuhan pribadi, hubungan positif dengan orang lain, tujuan hidup, dan penerimaan diri. Terdiri dari 18 butir pernyataan dengan nilai reliabilitas 0.760.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Hasil penelitian didapatkan melalui sebaran kuisioner secara online kepada 129 remaja di 8 panti asuhan di Sidoarjo.

Menurut [32], uji normalitas dilaksanakan untuk mengetahui proses distribusi data hasil penelitian. Mengacu kepada normalitas distribusi data atau tidak dengan melalui uji normalitas. Uji normalitas akan dilakukan menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov dengan Windows SPSS 20.0. Data dianggap normal saat nilai Sig. lebih dari 0.05, tetapi tidak normal saat nilai Sig. kurang dari 0.05. Hasil perhitungan uji normalitas data penelitian adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

N	Kolmogorov-Smirnov Z	Asymp. Sig (2-tailed)	Keterangan
120	0.721	0.677	Normal

Pada tabel 1 ditemukan bahwa Asymp.Sig (2-tailed) memiliki nilai signifikansi 0,677, yang lebih besar dari 0.05. maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal sesuai dengan dasar pengambilan keputusan uji normalitas Kolmogorov-Smirnov.

Uji linieritas digunakan untuk menentukan apakah ada hubungan linier atau menunjuk pada satugaris sejajar di antara variabel tergantung dan variabel bebas.

Tabel 2. Hasil Uji Linieritas Variabel Kesejahteraan Psikologis Dengan Dukungan Sosial

ANOVA TABLE					
Variabel		F	Sig.	Keterangan	
Kesejahteraan Psikologis * Dukungan Sosial	Linearity	1.105	0.342	Linier	
Kesejahteraan Psikologis * Penerimaan Diri	Linearity	0.518	0.984	Linier	

Pada tabel 2 dan 3 ialah hasil uji linieritas, data penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara variabel kesejahteraan psikologis dengan dukungan sosial ($0.342 > 0.05$) serta variabel kesejahteraan psikologis dengan penerimaan diri ($0.984 > 0.05$)

Uji multikolinearitas dilakukan untuk mengetahui apakah ada penyimpangan dari asumsi klasik tentang multikolinearitas, yaitu adanya hubungan linier antara variable bebas dalam model regresi [33]. Faktor perbedaan inflasi (VIF) dan nilai ketahanan dapat menunjukkan adanya multikolinearitas. Tidak terjadi multikolinearitas jika nilai VIF ≤ 10 dan nilai Tolerance ≥ 0.1 .

Tabel 3. Hasil Uji Multikolinieritas

Coefficients ^a			
Variabel	Tolerance	VIF	Keterangan
Penerimaan Diri	0.931	1.075	Tidak terjadi multikolinier
Dukungan Sosial	0.931	1.075	Tidak terjadi multikolinier

Nilai tolerance untuk variabel Dukungan sosial (X1) dan Penerimaan diri (X2) adalah $0.931 > 0.10$. sementara nilai VIF untuk variabel Dukungan sosial (X1) dan Penerimaan diri (X2) adalah $1.075 < 10.00$. Dengan mempertimbangkan dasar pengambilan keputusan dalam uji multikolinearitas, dapat disimpulkan bahwa model regresi analisis data penelitian tidak menunjukkan tanda-tanda multikolinearitas. Hasil uji regresi ganda data penelitian ditampilkan dalam table 4.

Tabel 4. Hasil Uji Regresi Linier Berganda

Model Summary			
Model	R	R Square	Adjusted R Square
1	0.691 ^a	0.478	0.469

a Predictors: (Constant), Penerimaan Diri, Dukungan Sosial

Hasil uji regresi linier berganda tabel 4 menunjukkan bahwa koefisien regresi (R) sebesar 0.691 dengan koefisien determinasi (Adjusted R Square) sebesar 0.469, maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial dan penerimaan diri berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis.

Berdasarkan analisis uji regresi linier berganda, dukungan sosial dan penerimaan diri memengaruhi secara signifikan terhadap kualitas kesejahteraan psikologis para remaja yang tinggal di panti asuhan. Hasil analisis data yang dilakukan dengan program SPSS versi 20 untuk Windows diketahui.

Tabel 5. Hasil Uji Hipotesis dan Regresi Linier Berganda

Coefficients^a			
Variabel	Beta	t	Sig.
Penerimaan Diri	0.622	9.274	0.000
Dukungan Sosial	0.175	2.607	0.010

Hasil regresi linier berganda pada tabel 5 menunjukkan bahwa nilai beta terstandarisasi pada variabel penerimaan diri, sebesar 0.622 lebih berperan signifikan terhadap kesejahteraan psikologis daripada dukungan sosial yang memiliki nilai 0.175. Dengan nilai t sebesar 2.607 pada dukungan sosial dan signifikansi 0.010 ($p < 0.05$), terdapat kemandirian pada variabel dukungan sosial dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis. Penerimaan diri juga berdampak signifikan secara mandiri dengan nilai t sebesar 9.274 dan signifikansi 0.000 ($p < 0.05$).

Penelitian ini menemukan bahwa dukungan sosial dan penerimaan diri memiliki hubungan fungsional (sebab-akibat) dengan kesejahteraan psikologis remaja yang tinggal di panti asuhan Sidoarjo.

B. Pembahasan

Hasil analisis regresi linier berganda menunjukkan nilai t sebesar 2.607 dengan signifikansi 0.010 ($p < 0.05$) bahwa dukungan sosial memiliki dampak yang signifikan dalam peningkatan kesejahteraan psikologis remaja yang tinggal di panti asuhan di Sidoarjo. Ini menunjukkan bahwa teman dan pengasuh memberi mereka dukungan sosial yang signifikan [34]. Kajian sebelumnya menunjukkan bahwa dukungan sosial mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Seseorang yang mendapatkan dukungan sosial akan merasakan kesejahteraan psikologis yang lebih baik [22].

Selain itu, Hardjo dan Novita melakukan penelitian tambahan tentang hubungan dukungan sosial dengan kesehatan mental remaja korban pelecehan seksual [35]. Penelitian menunjukkan keterkaitan positif dengan dampak signifikan pada variabel dukungan sosial dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja korban kekerasan seksual. Peningkatan intensitas dukungan sosial yang mereka terima, semakin baik kesejahteraan mereka. Sebaliknya, semakin sedikit dukungan sosial yang mereka terima, semakin buruk kesejahteraan mereka.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Mustikawaty yang meneliti korelasi pada variabel dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis remaja yang tinggal di panti asuhan di Kota Bandung [36]. Hasil penelitian menunjukkan adanya korelasi yang positif dan signifikan antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis remaja di panti asuhan di Kota Bandung ($r = 0.456$, $n = 85$, $p = 0.000$). Ini berarti bahwa peningkatan dukungan sosial akan diiringi dengan peningkatan kesejahteraan psikologis remaja di panti asuhan. Sebaliknya, penurunan dukungan sosial, akan memperburuk kesejahteraan psikologis remaja di panti asuhan.

Selain itu, hasil penelitian Mutia Rahmi menunjukkan hubungan yang sangat signifikan antara kesejahteraan psikologis narapidana remaja di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas II Banda Aceh dan dukungan sosial keluarga dengan nilai $r = 0,321$ dan $p = 0,000$ [37]. Dengan kata lain, narapidana remaja di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas II Banda Aceh memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik jika mereka memiliki dukungan sosial keluarga yang lebih besar. Sebaliknya, jika mereka memiliki dukungan sosial yang lebih sedikit, mereka memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih buruk.

Hasil analisis regresi linier berganda dari variabel penerimaan diri menunjukkan nilai t sebesar 9.274 dengan signifikansi 0.000 ($p < 0.05$) menyimpulkan terkait kemandirian dalam menerima diri memiliki dampak secara signifikan dalam peningkatan kualitas kesejahteraan psikologis remaja yang tinggal di panti asuhan Sidoarjo. Ini menunjukkan bahwa orang dengan kapasitas penerimaan diri yang tinggi akan lebih sadar dan dapat menerima kekurangan juga kelebihan dalam hidup mereka. Ketika seseorang juga menerima dengan baik, mereka juga akan

merasa baik secara psikologis. Sebaliknya, orang yang mempunyai penerimaan diri yang rendah akan merasa tidak puas dengan keadaannya, dan menyesali hal-hal yang terjadi di masa lalu [15]. Penerimaan diri yang baik pada diri seseorang dapat dicapai melalui dukungan sosial [22].

Hasil penelitian lain yang berjudul Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well-Being*) Remaja bahwa tingkat kesejahteraan psikologis dari indikator penerimaan diri tergolong dalam kategori sangat tinggi dengan presentase sebesar 80,3% (98 siswa) [38].

Aspek penerimaan diri adalah ciri vital dalam menentukan kualitas kesehatan mental sekaligus ciri utama aktualisasi diri, yang nantinya akan dilihat fungsi yang dihasilkan secara optimal dan matang. Kemampuan penerimaan diri sendiri secara apa adanya memperbesar peluang seseorang dalam memunculkan sikap positif terhadap diri sendiri melalui pengakuan dan penerimaan terhadap ragam aspek dirinya, baik itu yang memiliki nilai positif maupun yang memiliki nilai negatif, dengan mengutamakan penggunaan perspektif positif dalam kehidupan [39]. Hasil tersebut serupa dengan penelitian sebelumnya bahwa ditemukan adanya hubungan antara penerimaan diri dan dukungan sosial terhadap peningkatan kualitas kesejahteraan psikologis remaja panti asuhan [25]. Menurut Bradburn, kesejahteraan psikologis adalah ketika seseorang mampu menerima diri apa adanya, tidak mengalami gejala depresi, dan selalu memiliki tujuan hidup. Fungsi psikologi yang positif, seperti aktualisasi diri dan penguasaan lingkungan, memengaruhi kesejahteraan psikologis [40].

Remaja yang mampu menghargai masa lalu mereka akan lebih siap untuk menerima kebaikan dan keburukan dari situasi tersebut [41]. Ini menunjukkan bahwa psikologis sehat adalah persepsi seseorang tentang kehidupannya. Persepsi ini kemudian akan menjadi landasan hidup serta standar yang dibuat untuk menikmati hidup. Seseorang akan memiliki penilaian diri yang buruk jika kesejahteraan mereka menurun. Pengalaman yang buruk dalam hidupnya, cara mereka menilai hidup mereka, dan dorongan melakukan perubahan dalam hidup mereka tergolong pada kapasitas yang buruk [42]. Dukungan sosial, yang didefinisikan sebagai kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang diterima seseorang dari berbagai sumber, seperti pasangan, keluarga, teman, rekan kerja, dan kelompok sosial, adalah salah satu dari sekian faktor yang dapat berpengaruh terhadap kualitas kesejahteraan psikologis (psikologis) [10]. Dukungan sosial dapat membuat seseorang merasa dihargai, dicintai, diperhatikan, dan tergabung dalam jejaring sosial, seperti organisasi masyarakat [24]. Selain itu, hasil penelitian juga menampilkan data terkait orang-orang yang menerima dukungan sosial internal dari pihak keluarga berpotensi menumbuhkan kondisi kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi dibandingkan dengan orang-orang tanpa dukungan sosial. [43].

Adanya dukungan sosial yang diperoleh remaja yang tinggal di panti asuhan Sidoarjo memberikan pengaruh positif terhadap kesejahteraan psikologis mereka, disempurnakan dengan menerima diri individu yang tinggi maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis yang dirasakan. Untuk membangun kesejahteraan psikologis (*Psychological well-being*) remaja yang ada di panti asuhan Sidoarjo, maka perlunya untuk diwujudkan tumbuhnya penerimaan diri remaja secara positif dengan dukungan sosial yang maksimal.

Pembaharuan pada penelitian ini ialah dengan menggunakan metode yang berbeda dengan penelitian sebelumnya, yaitu metode sampling jenuh yang menggunakan seluruh jumlah populasi pada remaja di 8 panti asuhan sebagai sampel dalam penelitian ini. Dengan menggunakan seluruh populasi sebagai sampel, penelitian ini memastikan bahwa semua remaja di 8 panti asuhan terwakili secara penuh. Ini mengurangi risiko bias sampling dan menghasilkan data yang lebih akurat dan komprehensif. Dengan demikian, penggunaan metode sampling jenuh dalam pembaruan penelitian ini diharapkan dapat memberikan hasil yang lebih relevan, yang pada akhirnya dapat digunakan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja di panti asuhan di Sidoarjo.

VII. SIMPULAN

Hasil analisis uji regresi berganda menunjukkan bahwa penerimaan diri dan dukungan sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis pada remaja yang tinggal di panti asuhan di Sidoarjo. Hasil analisis berdasarkan regresi linier berganda, penerimaan diri memiliki peran yang lebih dominan dalam memengaruhi kesejahteraan psikologis dibandingkan dengan dukungan sosial. Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa hubungan yang terbentuk dalam menerima diri dan dukungan sosial berpengaruh terhadap kualitas kesejahteraan psikologis remaja di panti asuhan memiliki sifat yang fungsional, penerimaan diri sendiri dan dukungan sosial memiliki dampak positif terhadap kesejahteraan psikologis. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang juga menunjukkan hubungan positif dari variabel penerimaan diri, dukungan sosial, dan kesejahteraan psikologis remaja panti asuhan. Untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja panti asuhan di Sidoarjo, diperlukan upaya untuk menumbuhkan perasaan menerima diri yang positif melalui peningkatan dukungan sosial yang mereka terima. Dengan adanya dukungan sosial yang optimal, ditambah dengan tingginya tingkat penerimaan diri, diharapkan dapat menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan psikologis yang positif bagi remaja di panti asuhan tersebut.

UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillah segala puji syukur bagi Allah SWT atas limpahan rahmat, taufiq, hidayah dan inayah-Nya kepada penulis beserta keluarga dan saudara lainnya sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya. Saya mengucapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pengurus panti asuhan yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada saya untuk melakukan penelitian ini. Tanpa dukungan dan bantuan dari Bapak/Ibu pengurus, penelitian ini tidak dapat terlaksana dengan baik. Ucapan terima kasih juga saya sampaikan kepada seluruh responden yang telah meluangkan waktu untuk mengisi kuisioner penelitian saya. Partisipasi dan jawaban yang telah diberikan sangat berharga bagi kelancaran dan keberhasilan penelitian ini. Setiap data dan informasi yang diberikan akan sangat membantu dalam menyusun skripsi saya. Semoga segala bantuan dan kerja sama yang telah diberikan mendapatkan balasan kebaikan dari Allah SWT. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, baik bagi pengembangan ilmu pengetahuan maupun bagi pihak panti asuhan. Akhir kata, saya mohon maaf jika terdapat kekurangan atau kesalahan selama proses penelitian ini.

REFERENSI

- [1] B. M. . & N. P. R. Newman, *Development Through Life: A Psychosocial Approach*. 2012.
- [2] D. E. . O. S. W. . & F. R. D. Papalia, "Human Development (11th ed.)," 2008.
- [3] W. . N. N. . & A. D. Ronica, "Gambaran Penerimaan Diri Anak Panti Asuhan Dan Faktor Yang Mempengaruhinya," *J. Ilm. Mhs. Bimbing. dan Konseling*, vol. 1, no. 1, pp. 65–70, 2019, doi: 10.1128/AAC.03728-14.
- [4] L. Hakim, "Pengaruh Dukungan Sosial Dan Teman Sebaya Terhadap Kepercayaan Diri Anak Yatim Piatu Di Lksa Izzatul Jannah Sukodono Lumajang," *SIRAJUDDIN J. Penelit. dan Kaji. Pendidik. Islam*, vol. 2, no. 1, pp. 54–66, 2022, doi: 10.55120/sirajuddin.v2i1.566.
- [5] D. Sosial, "Bimbingan Kesejahteraan Keluarga dan Masyarakat, (Jakarta: Direktorat Jenderal Kesejahteraan Anak, Keluarga dan Masyarakat," 1973.
- [6] J. Santrock, "Adolescence Perkembangan Remaja, (Jakarta: Erlangga, 2003)," 2003.
- [7] F. Ibda, "Pentingnya Kesejahteraan Subjektif Pada Remaja Yatim Yang Tinggal Di Panti Asuhan," *J. Intelekt.*, vol. 11, pp. 9–25, 2022.
- [8] A. . E. Ayriza, "KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA ANAK DAN REMAJA," 2018.
- [9] C. D. . & S. B. H. Ryff, "Know Thyself and Becoming What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being," 2008.
- [10] C. D. Ryff, "Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being.," *J. Pers. Soc. Psychol.*, vol. 57, no. 6, 1989, doi: 10.1037/0022-3514.57.6.1069.
- [11] C. D. . & S. B. Ryff, "Psychological Well-Being: Meaning, Measurement, and Implications for Psychotherapy Research," *Psychother Psychosom*, vol. 14–23., 1996.
- [12] Megawati, "Hubungan Antara Perilaku Prosocial Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja," *Psikol. Udayana*, vol. 3(1), pp. 132–141, 2015, doi: 10.24843/jpu.2016.v03.i01.p13.
- [13] N. Darmayanti, "Meta-Analisis : Gender Dan Depresi Pada Remaja," *J. Psikol.*, vol. 35, no. 2, pp. 164–180, 2008.
- [14] S. . A. A. . & T. M. Oruh, "Kesejahteraan psikologis (studi pada dewasa madya yang belum menikah di kota makassar)," 2020. doi: 10.13140/RG.2.2.28847.76969.

- [15] A. . & C. R. Aisyah, "Rasa Syukur Kaitannya Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Guru Honorer Gratitude in Relation With Psychological Well Being Among Honorary," *Proyeksi*, vol. 13, no. 2, pp. 109–122, 2018, [Online]. Available: <http://jurnal.unissula.ac.id/index.php/proyeksi/article/view/3953>
- [16] J. . & F. G. J. Feist, *Theories of Personality*, 7th ed. 2008.
- [17] J. P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta : Raja Grafindo Persada, 1995, 2005. [Online]. Available: <http://library.stik-ptik.ac.id/detail?id=23625&lokasi=lokal>
- [18] j Powell, "Sepuluh Laku Hidup Bahagia," 1992.
- [19] K. Bastaman, "Pengaruh Iklim dan Kepuasan Komunikasi serta Komitmen terhadap Kinerja Pegawai," *Mimbar*, vol. 26, no. 2, pp. 135–146, 2010, [Online]. Available: <http://ejournal.unisba.ac.id/index.php/mimbar/article/download/300/74>.
- [20] J. W. Santrock, "Adolescence, Eleventh Edition. (terj. Benedictine Widiasinta)," 2007.
- [21] M. M. . R. S. . & H. A. F. Handayani, "Efektifitas Pelatihan Pengenalan Diri Terhadap Peningkatan Penerimaan Diri Dan Harga Diri," *J. Psikol.*, vol. 25, no. 2, pp. 47–55, 2015, doi: 10.22146/jpsi.7504.
- [22] N. . S. P. . H. N. . & B. M. Eva, "Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa dengan Religiusitas sebagai Moderator," *J. Kaji. Bimbing. dan Konseling*, vol. 5, no. 3, pp. 122–131, 2020, doi: 10.17977/um001v5i32020p122.
- [23] S. R. . & E. N. Kurniawan, "Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Rantau," *Pros. Semin. Nas. dan call Pap.*, pp. 152–162, 2020.
- [24] S. . & A. S. M. Ermayanti, "Hubungan antara Persepsi terhadap Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri pada Masa Pensiun," *J. Insight*, vol. 5, no. 2, pp. 148–170, 2007, [Online]. Available: http://fpsi.mercubuana-yogya.ac.id/wp-content/uploads/2012/06/LIA-pensiun_silvia.pdf
- [25] H. Hayani, "Hubungan Antara Penerimaan Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Psychological Well Being Pada Anak Yatim," *Fak. Psikol. Univ. 17 agustus 1945 surabaya*, vol. 32, no. 3, pp. 193–200, 2016, [Online]. Available: https://www.mendeley.com/catalogue/ce51cdae-806a-3a0e-bc4d-dd45479968ab/?utm_source=desktop&utm_medium=1.19.5&utm_campaign=open_catalog&userDocumentId=%7Bfc5c6999-63ee-474c-882e-3acc82cbe9f5%7D
- [26] C. D. . & S. A. L. Sherbourne, "The MOS Social Support Survey," *Soc. Sci. Med.*, vol. 32, no. 6, pp. 705–714, 1991.
- [27] E. Sarafino, "Health psychology biopsychosocial interactions," in *Journal of Psychosomatic Research*, vol. 35, no. 5, 2010.
- [28] P. M. Abdullah, *Metodologi penelitian kuantitatif*. 2015.
- [29] S. Supardi, "Populasi dan Sampel Penelitian," *Unisia*, vol. 13, no. 17, pp. 100–108, 1993, doi: 10.20885/unisia.vol13.iss17.art13.
- [30] M. A. Rosyid and N. Laili, "Social Support And Psychological Well-Being As Predictors Of Academic Stress Of Vocational High School Students [Dukungan sosial dan Kesejahteraan Psikologis Sebagai Prediktor Stres Akademik Siswa Sekolah Menengah Kejuruan]."
- [31] T. P. Andani, "Hubungan penerimaan diri dan harga diri pada remaja dengan orang tua bercerai," 2018.

- [32] D. Sugiyono, "Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D," 2013.
- [33] S. Azwar, "Penyusunan Skala Psikologi Edisi Revisi," 2015.
- [34] E. P. . & S. T. W. Sarafino, "Health psychology biopsychosocial interactions," 2007.
- [35] S. . & N. E. Hardjo, "Hubungan antara dukungan sosial dengan psychological well-being pada remaja korban sexual abuse," *Analitika*, vol. 7(1), pp. 12–19, 2017, [Online]. Available: <https://pdfs.semanticscholar.org/aa5a/2936e999b7f56c6b623a23d1f7974647521c.pdf>
- [36] R. Mustikawaty, "Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis pada Remaja Penghuni Panti Asuhan di Kota Bandung,," Universitas Pendidikan Indonesia, 2017.
- [37] M. Rahmi, "Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Narapidana Remaja Di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas Ii Banda Aceh,," Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh, 2020.
- [38] M. . U. T. . & K. K. Deviana, "Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Remaja," *J. Pendidik. dan Konseling*, vol. 5 Nomor 1, no. 2010, pp. 3463–3468, 2023.
- [39] F. . & M. M. Ghaybiyyah, "Dinamika Kesejahteraan Psikologis Guru Honorer SD Negeri 02 Tiudan, Kecamatan Gondang, Kabupaten Tulungagung,," *J. Penyul. Agama*, vol. 8, no. 1, pp. 1–18, 2022, doi: 10.15408/jpa.v8i1.24367.
- [40] C. D. . & K. C. L. M. Ryff, "The Structure of Psychological Well-Being Revisited,," *J. Pers. Soc. Psychol.*, 1995.
- [41] T. . D. D. . & S. A. Ramadhani, "Kesejahteraan psikologis (psychological well-being) siswa yang orang tuanya bercerai,," *J. Bimbing. Konseling*, vol. 5, no. 1, pp. 108–115, 2016, [Online]. Available: <http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/insight/article/view/1638/1287>
- [42] M. N. Bradburn, "The Structure of Psychological Well Being. Chicago: Aldine Pub.Co.,," 1998.
- [43] Y. H. Riandana, "Hubungan dukungan sosial keluarga dengan psychological well-being (pwb) pada lansia di gkj purbalingga,," UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA, 2016.

Conflict of Interest Statement:

The author declares that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.