

**HUBUNGAN PENERIMAAN DIRI DENGAN KEBAHAGIAAN
PADA REMAJA DI PANTI ASUHAN NURUL ABYADH
MALANG**

SKRIPSI



Oleh

Harista Umamil Khoiriyah

NIM. 12410210

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2018**

**HUBUNGAN PENERIMAAN DIRI DENGAN KEBAHAGIAAN
PADA REMAJA DI PANTI ASUHAN NURUL ABYADH
MALANG**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh
gelar Sarjana Psikologi (S. Psi)

Oleh

Harista Umamil Khoiriyah

NIM. 12410210

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2018

**HUBUNGAN PENERIMAAN DIRI DENGAN KEBAHAGIAAN
PADA REMAJA DI PANTI ASUHAN NURUL ABYADH
MALANG**

SKRIPSI

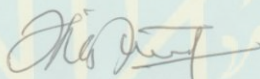
Oleh

Harista Umamil Khoiriyah

NIM. 12410210

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing



Tristiadi Ardi Ardani, M.Si

NIP. 1972011819990311002

Mengetahui,

**Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang**



Dr. Siti Mahmudah, M.Si

NIP. 196710291994032001

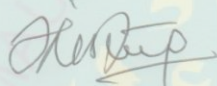
SKRIPSI

HUBUNGAN PENERIMAAN DIRI DENGAN KEBAHAGIAAN
PADA REMAJA DI PANTI ASUHAN NURUL ABYADH
MALANG

telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal, 19 Januari 2018

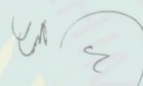
Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing



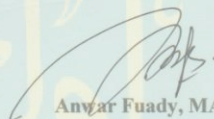
Tristiadi Ardi Ardani, M.Si
NIP. 197201 181999031 1 002

Penguji Utama



Dr. Mohammad Mahpur, M.Si
NIP. 19760505 200501 1 003

Anggota Penguji



Anwar Fuady, MA

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi
Tanggal, 25 Januari 2018

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi

UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. Siti Mahmudah, M.Si
NIP. 196710291994032001

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Harista Umamil Khoiriyah

NIM : 12410210

Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul **“Hubungan Penerimaan Diri dengan Kebahagiaan pada Remaja di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang”**, adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika dikemudian hari ada *claim* dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar saya bersedia mendapatkan sanksi.

Malang, 25 Januari 2018

Penulis,



Harista Umamil Khoiriyah
NIM. 12410210

MOTTO

وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ^ط وَلَئِنْ كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ ﴿٧﴾

dan (ingatlah juga), tatkala Tuhanmu memaklumkan; "Sesungguhnya jika kamu bersyukur, pasti Kami akan menambah (nikmat) kepadamu, dan jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), Maka Sesungguhnya azab-Ku sangat pedih." (Q.S. Ibrahim (14): 7)

Bersyukurlah, Maka Anda Akan Bahagia.

Jangan Menunggu Bahagia, Baru Anda Akan Bersyukur

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, akhirnya penelitian ini terselesaikan. Terima kasih kupanjatkan kepada Allah SWT. dan Rasul-Nya. Kupersembahkan karya ini kepada kedua orang tuaku bapak Abdul Khoiri dan ibu Ummi Silsilah. Terima kasih atas semua dukungan, nasihat, kasih sayang, perjuangan, dan do'a yang selalu dipanjatkan untuk anakmu selama ini untuk menjadi orang yang sukses.

Terima kasih kepada guru-guruku yang telah mengajarku mulai dari SD sampai kuliah di Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang ini. Terima kasih kepada bapak Muhammad Jamaluddin, M.Si sebagai dosen wali selama di perkuliahan ini. Beliau selalu memberikan motivasi, arahan, nasihat selama ini dan tak lupa pula kepada bapak Tristiadi Ardi Ardani, M.Si sebagai dosen pembimbing skripsi serta seluruh guru-guruku yang telah banyak berjasa dan mengajari semua ilmu ini.

Kupersembahkan pula karya ini untuk adik-adikku tersayang, Ahmad Zainul Ilham Wafa dan Anzilatul Hidayati Khoiriyah. Terima kasih kepada keluarga tergokilku Indah Puspita Sari, Muna Fauziyah, Siti Sholihatun Malikhah, Lailatul Illa F.J, keluarga Darussalam, Rabith D'Arvanica, dan teman-teman seangkatan 2012. Terima kasih atas semua pengalaman, kenangan, dukungan, serta do'a yang kalian berikan selama ini.

Terima kasih semuanya kepada semua yang telah mengenalku dan baik kepadaku selama ini. Love you All...

KATA PENGANTAR

Puji syukur *Alhamdulillah* senantiasa penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang selalu memberikan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam senantiasa penulis haturkan kehadiran Nabi Muhammad SAW, yang senantiasa kita nantikan syafa'atnya kelak di hari akhir.

Karya ini tidak akan pernah ada tanpa bantuan dari berbagai pihak yang telah terlibat. Untuk itu dengan segala kerendahan hati, peneliti mengucapkan rasa terima kasih yang setinggi-tingginya kepada :

1. Prof. Dr. H. Abdul Haris, M.Ag, selaku rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Dr. Siti Mahmudah, M.Si, selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Tristiadi Ardi Ardani, M.Si, selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, nasihat, motivasi, dan berbagai pengalaman yang berharga kepada penulis.
4. Muhammad Jamaluddin, M.Si, selaku dosen wali yang telah memberikan banyak ilmunya, motivasi, nasihat selama di perkuliahan ini.
5. Segenap sivitas akademika Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang terutama seluruh dosen, terima kasih atas segala ilmu dan bimbingannya.

6. Bapak, ibu, dan saudara-saudara yang selalu memberikan do'a, semangat, serta motivasi kepada penulis sampai saat ini.
7. Seluruh teman-teman yang berjuang bersama-sama dan selalu memberi semangat untuk menyelesaikan skripsi ini, terima kasih atas kenangan-kenangan indah yang dirajut bersama dalam menggapai impian.
8. Semua pihak yang ikut membantu dalam menyelesaikan skripsi ini baik moril maupun materiil.

Dalam laporan ini, peneliti menyadari masih jauh dari kesempurnaan karena terbatasnya pengetahuan dan keterampilan yang peneliti miliki, untuk itu peneliti mengharapkan saran yang bersifat membangun guna penyempurnaan penelitian ini. Akhir kata, peneliti berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga penelitian ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu dan pengaplikasiannya.

Malang, Mei 2017

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xv
ABSTRAK	xvi
ABSTRACT.....	xvii
ملخص البحث.....	xviii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xix
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	9
C. Tujuan Penelitian	10
D. Manfaat Penelitian	10
BAB II.....	12
KAJIAN TEORI	12
A. KEBAHAGIAAN	12
1. Pengertian Kebahagiaan.....	12
2. Faktor-faktor Kebahagiaan	15
3. Aspek-aspek Kebahagiaan	20
4. Kebahagiaan Menurut Islam	23
B. PENERIMAAN DIRI	26

1. Definisi Penerimaan Diri	26
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penerimaan Diri	28
3. Aspek-aspek dalam Penerimaan Diri	30
4. Penerimaan Diri Menurut Islam	32
C. REMAJA	34
1. Pengertian Remaja	34
2. Tugas-tugas Perkembangan Masa Remaja	35
3. Kebahagiaan dalam Masa Remaja	37
4. Penerimaan Diri Remaja	38
D. PANTI ASUHAN	40
1. Pengertian Panti Asuhan	40
2. Tujuan Panti Asuhan	40
3. Penghuni Panti Asuhan	41
E. Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Kebahagiaan	42
F. Hipotesis Penelitian	44
BAB III	45
METODOLOGI PENELITIAN	45
A. Jenis Penelitian	45
B. Identifikasi Variabel Penelitian	45
C. Definisi Operasional	46
D. Populasi dan Sampel	47
E. Teknik Pengumpulan Data	48
F. Validitas dan Reliabilitas	52
G. Uji Hipotesis	55
H. Analisa Data	56
BAB IV	60
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	60
A. Pelaksanaan Penelitian	60
1. Gambaran Lokasi Penelitian	60
2. Waktu dan Tempat	60
3. Jumlah Subyek Penelitian yang Datanya Dianalisis	61
4. Prosedur dan Administrasi Pengambilan data	61

5. Hambatan yang Dijumpai dalam Pelaksanaan Penelitian	62
B. Hasil Penelitian	62
1. Uji Validitas	62
2. Uji Reliabilitas	66
3. Uji Normalitas.....	67
4. Analisis Deskriptif Data Hasil penelitian.....	69
5. Analisis Hubungan antara Penerimaan Diri dengan Kebahagiaan.....	88
6. Analisis Hubungan Aspek Penerimaan Diri dan Aspek Kebahagiaan.....	90
7. Pembahasan.....	100
BAB V	119
PENUTUP.....	119
A. Kesimpulan	119
B. Saran	120
DAFTAR PUSTAKA.....	123

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Alternatif Jawaban	49
Tabel 3.2 Blueprint Penerimaan Diri	50
Tabel 3.3 Blueprint Kebahagiaan.....	51
Tabel 3.4 Kategorisasi Tingkat	58
Tabel 4.1 Hasil Uji Validitas Penerimaan Diri	63
Tabel 4.2 Uji Validitas Skala Kebahagiaan	65
Tabel 4.3 Uji Reliabilitas Skala Penerimaan Diri	67
Tabel 4.4 Uji Reliabilitas Skala Kebahagiaan	67
Tabel 4.5 Uji Normalitas Skala Penerimaan Diri dan Kebahagiaan	68
Tabel 4.6 Norma Kategorisasi Dua Variabel	69
Tabel 4.7 Rangkuman Hasil Data Statistik Penerimaan Diri	70
Tabel 4.8 Kategorisasi Penerimaan Diri	70
Tabel 4.9 Frekuensi dan Prosentase Tingkat Penerimaan Diri	71
Tabel 4.10 Deskripsi Statistik Data Aspek Penerimaan Diri	72
Tabel 4.11 Kategorisasi Tingkat Aspek Penerimaan Diri.....	75
Tabel 4.12 Hasil Deskriptif Tingkat Aspek Penerimaan Diri	75
Tabel 4.13 Rangkuman Hasil Data Statistik Kebahagiaan	78
Tabel 4.14 Norma Kategorisasi Kebahagiaan.....	79
Tabel 4.15 Frekuensi dan Persentase Tingkat Kebahagiaan.....	80
Tabel 4.16 Deskripsi Statistik Data Aspek Kebahagiaan.....	81
Tabel 4.17 Kategorisasi Tingkat Aspek Kebahagiaan	84
Tabel 4.18 Hasil Deskriptif Tingkat Aspek Kebahagiaan	85
Tabel 4.19 Hasil Uji Korelasi Dua Variabel	89
Tabel 4.20 Pembentuk Utama Penerimaan Diri.....	90

Tabel 4.21 Pembentuk Utama Kebahagiaan	91
Tabel 4.22 Uji Korelasi Penerimaan Diri terhadap Aspek Kepuasan	92
Tabel 4.23 Uji Korelasi Penerimaan Diri terhadap Aspek Bersikap Ramah	93
Tabel 4.24 Uji Korelasi Penerimaan Diri terhadap Aspek Bersikap Empati	94
Tabel 4.25 Uji Korelasi Penerimaan Diri terhadap Aspek Berpikir Positif	95
Tabel 4.26 Uji Korelasi Penerimaan Diri terhadap Aspek Kesejahteraan	96
Tabel 4.27 Uji Korelasi Penerimaan Diri terhadap Aspek Ceria	97
Tabel 4.28 Uji Korelasi Penerimaan Diri terhadap Aspek Harga Diri.....	98



DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Diagram Persentase Tingkat Penerimaan Diri	72
Gambar 4.2 Histogram Aspek Penerimaan Diri	76
Gambar 4.3 Diagram Tingkat Kebahagiaan	81
Gambar 4.4 Histogram Aspek Kebahagiaan.....	86
Gambar 4.5 Hasil Korelasi Aspek-aspek Penerimaan Diri terhadap Aspek-aspek Kebahagiaan	99

ABSTRAK

Khoiriyah, Harista Umamil. 12410210. Hubungan Penerimaan Diri dengan Kebahagiaan pada Remaja di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. 2017

Pembimbing: Tristiadi Ardi Ardani, M.Si

Panti asuhan merupakan suatu lembaga yang sangat populer untuk membentuk perkembangan anak-anak yang tidak memiliki keluarga ataupun yang tidak tinggal bersama dengan keluarga. Dari hasil wawancara, diperoleh informasi bahwasanya anak yang tinggal di panti disebabkan oleh beragam faktor. Setiap individu pasti ingin merasakan kebahagiaan dalam hidupnya, begitu pula dengan anak yang tinggal di Panti Asuhan. Anak tentunya akan sangat bahagia jika mereka tinggal bersama keluarganya dibanding tinggal jauh dari keluarganya. Kunci kebahagiaan adalah menerima realita dan mensyukuri apa yang telah kita terima saat ini. Bagaimana seseorang akan bahagia bila kita merasa hanya manusia tanpa guna. Orang yang sering menyalahkan keadaan dirinya hanya membuat dirinya hidup dalam kekecewaan. Maka dari itu, penerimaan diri sangat berperan penting terhadap kebahagiaan seseorang.

Penelitian ini bertujuan untuk: 1) Mengetahui tingkat penerimaan diri pada remaja di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang. 2) Mengetahui tingkat kebahagiaan pada remaja di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang. 3) Mengetahui apakah terdapat hubungan antara penerimaan diri dengan kebahagiaan pada remaja di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang.

Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kuantitatif korelasional. Sampel dalam penelitian ini menggunakan seluruh populasi sebanyak 31 remaja di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang. Data diperoleh melalui skala kebahagiaan yang menterjemahkan langsung dari skala milik Michael Argyle dari Universitas Oxford serta skala dari teori penerimaan diri Johnson Davids. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan pengolahan statistik dengan program *SPSS for Windows versi 16.00*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja memiliki tingkat penerimaan diri sedang yaitu persentase 74%. Sedangkan untuk kebahagiaan, sebagian besar remaja berada pada tingkat sedang yaitu persentase 71%. Hasil penelitian menunjukkan adanya korelasi yang signifikan antara penerimaan diri dengan kebahagiaan pada remaja di panti Asuhan Nurul Abyadh Malang dengan koefisien nilai *pearson correlation* 0,699 dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Maknanya, semakin tinggi tingkat penerimaan diri maka semakin tinggi pula tingkat kebahagiaan remaja. Sebaliknya, semakin rendah tingkat penerimaan diri, maka semakin rendah pula tingkat kebahagiaan remaja.

Kata Kunci : Penerimaan Diri, Kebahagiaan

ABSTRACT

Khoiriyah, Harista Umamil. 12410210. *A Relation between Self Acceptance and Happiness on Youth at orphanage 'Nurul Abyadh' Malang*. Thesis. Faculty of Psychology Maulana Malik Ibrahim State Islamic University of Malang. 2017

Advisor: Tristiadi Ardi Ardani, M.Si

Orphanage is a famous institution which constructs children development who do not have a family or do not live with their family. From the result of interview, an information gotten by the interviewer that is children who live at the orphanage caused by variety factors. Every individual certainly wants to feel a happiness in his/her life, including the children who live at the orphanage. A child will be happy if they live with their family rather than they live far away from their family. The key of happiness is that accepting the reality and thanking to God for everything which we have accepted right now. How people will be happy if they feel nothing. People who blame their condition make themselves disappointed. Therefore, self-reception has an important role in every one's happiness.

This research aims: 1.) to know a level of self-acceptance on youth in orphanage 'Nurul Abyadh' Malang, 2.) to know a level of happiness on youth in orphanage 'Nurul Abyadh' Malang, 3.) to know whether any relation between self-acceptance and happiness on youth in orphanage 'Nurul Abyadh' Malang or not.

This research is conducted by the researcher using correlational quantitative approach. Sample of this research used all of the population is that 31 youth in orphanage 'Nurul Abyadh' Malang. Data are obtained by happiness scale which translate directly from scale of Michael Argyle from Oxford University and scale of self-acceptance of Johnson David. The data analysis of this research used statistics preparation using SPSS program for Windows 16,00 version.

The result of this research shows that most of youth have self-acceptance middle is with percentage 74%. In addition, for happiness, most of youth is in middle level that is percentage 71%. The result of this research shows that there is a significant correlation between self-acceptance and happiness on youth in orphanage 'Nurul Abyadh' Malang with coefficient score pearson correlation 0.699 with significant score 0.000 ($p < 0.05$). It means that if the level of self-acceptance is higher, the level of happiness higher too. On contrast, if level of self-acceptance is lower, the level of happiness is lower too.

Keywords: Self-Acceptance, Happiness

ملخص البحث

خيرية، حارستا أمام. 12410210. علاقة بين قبول الذات والسعادة للمراهقين في دار الأيتام نور الأبيض مالانج. البحث الجامعي. كلية علم النفس في جامعة مولانا مالك ابراهيم الإسلامية الحكومية مالانج. 2017. المشرف: تريستيناردي أردي أرداني الماجستير

الكلمات الرئيسية: قبول الذات، سعادة

دار الأيتام هو المؤسسة المشهورة ليكون نشوء الأولاد الذين ليس لديهم عائلات أو لا يعيش مع العائلة. عن المقابلة، كان معلومات تفيد بأن الأولاد الذين يعيشون في دار الأيتام عن عوامل مختلفة. كل فرد تريد أن تكون سعيدا في الحياة، وكذلك الأولاد الذين يعيشون في دار الأيتام. أولاد سوف يكون سعيدة إذا كانت البقاء مع أسرهم من العيش بعيدا عن أسرته. مفتاح السعادة هو قبول الواقع و نقدر ما تلقيناه اليوم. كيف يمكن لشخص أن يكون سعيدا عندما نشعر الرجل فقط دون جدوى. الناس الذين غالبا ما يلوم الوضع نفسه جعلته فقط يعيش في خيبة الأمل. ولذلك، قبول الذات من المهم جدا أن السعادة لشخص.

وهذا البحث يهدف (1) لمعرفة مستوى قبول الذات للمراهقين في دار الأيتام نور الأبيض مالانج، (2) لمعرفة مستوى السعادة للمراهقين في دار الأيتام نور الأبيض مالانج، (3) لمعرفة العلاقة بين قبول الذات و السعادة للمراهقين في دار الأيتام نور الأبيض مالانج.

أجري هذا البحث على المنهج الكمي من نوع البحث الإرتباطي. العينة في هذا البحث باستخدام السكان من 31 مراهقين في دار الأيتام نور الأبيض مالانج. البيانات التي حصلت عليها على نطاق والسعادة، وهو ما يترجم مباشرة من حجم مايكل أرجيل من جامعة أكسفورد وكذلك حجم نظرية قبول الذات جونسون ديفيس. تحليل البيانات في هذا البحث باستخدام المعالجة الإحصائية بالبرنامج SPSS ل Windows الإصدار 16.00.

وأظهرت النتائج أن معظم المراهقين لديهم كان مستوى قبول الذات أن نسبة 74%. أما بالنسبة السعادة، فإن معظم المراهقين في مستوى معتدل أي بنسبة 71%. أظهرت النتائج وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين قبول الذات مع السعادة لدى المراهقين في دار الأيتام نور الأبيض مالانج مع قيمة معامل إرتباط بيرسون 0,699 مع قيمة الدلالة 0,000 ($p < 0,05$). وهذا يعني، إدارتفع مستوى القبول الذات، فمستوى السعادة عند المراهقين إرتفع. وبالعكس من ذلك، إذا انخفض مستوى القبول الذات، فمستوى السعادة عند المراهقين إنخفض.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Keluarga merupakan ladang utama bagi makhluk hidup dalam pertumbuhan dan perkembangannya. Semua individu tentu ingin hidup bersama keluarganya dan akan merasa lebih nyaman jika bersama keluarganya. Baik itu laki-laki maupun perempuan, anak-anak, remaja, maupun dewasa akan merindukan keluarganya jika mereka sudah tidak lama bertemu. Lalu bagaimana dengan mereka yang mulai dari kecil atau remaja tidak tinggal atau tidak berkumpul bersama keluarganya, seperti anak yang tinggal di panti asuhan.

Anak yang tinggal di panti asuhan akan merasa kurang beruntung jika ia melihat teman-temannya yang berkumpul, bercanda ria bersama keluarganya. Mereka akan merasa minder atas situasi dan kondisi yang dimilikinya. Mereka yang tinggal di panti asuhan harus lebih diperhatikan baik dalam kebutuhan fisiologis maupun kebutuhan psikologis dibanding dengan anak yang tinggal bersama keluarga.

Panti asuhan merupakan suatu lembaga yang sangat populer untuk membentuk perkembangan anak-anak yang tidak memiliki keluarga ataupun 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, tampak jelas terlihat bahwa setiap anak berhak untuk mendapat kesejahteraan, perawatan, asuhan, dan bimbingan berdasarkan kasih sayang baik dalam keluarganya maupun di dalam asuhan khusus untuk tumbuh dan berkembang wajar. Penghuni panti asuhan bukan saja anak-anak, tetapi mulai dari anak-anak hingga dewasa. Penghuni panti asuhan tersebut adalah orang-orang yang mengalami berbagai permasalahan sosial.

Di dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, panti asuhan merupakan sebuah tempat untuk merawat dan memelihara anak-anak yatim atau yatim piatu. Pengertian yatim adalah tidak memiliki seorang ayah, sedangkan yatim piatu adalah tidak memiliki seorang ayah dan ibu. Namun, tidak hanya untuk anak yatim maupun yatim piatu, panti asuhan juga terbuka untuk anak-anak selain mereka, seperti anak terlantar atau anak yang lahir di keluarga yang kurang mampu dalam hal ekonomi.

Dalam penelitian ini, peneliti mengambil subyek para remaja yang tinggal di panti asuhan Nurul Abyadh Malang. Menurut wawancara awal dengan salah satu pengurus di panti, mereka yang tinggal di panti tersebut karena beberapa faktor diantaranya ada yang memang orang tuanya sudah meninggal, masalah keluarga broken home, dan ada yang mereka dititipkan karena orang tua tidak mampu untuk membiayai sekolah anak-anaknya. Mayoritas mereka yang tinggal di panti asuhan tersebut sudah SMP dan SMA, itu artinya mereka sudah remaja-remaja. Hanya 2 anak yang masih duduk dibangku SD.

Masa remaja, menurut Mappiare (1982), berlangsung antara umur 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai dengan 22 tahun bagi pria. Rentang usia remaja ini dapat dibagi menjadi dua bagian, yaitu usia 12/13 tahun sampai dengan 17/18 tahun adalah remaja awal, dan usia 17/18 tahun sampai dengan 21/22 tahun adalah remaja akhir. Pada usia ini, umumnya anak sedang duduk di bangku sekolah menengah (Ali dan Asrori, 2011).

Remaja, yang dalam bahasa aslinya disebut *adolescence*, berasal dari bahasa latin *adolescere* yang artinya “tumbuh atau tumbuh untuk mencapai kematangan”. Perkembangan lebih lanjut, istilah *adolescence* sesungguhnya memiliki arti yang luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik (Hurlock, 1991). Pandangan ini didukung oleh Piaget (Hurlock, 1991) yang mengatakan bahwa secara psikologis, remaja adalah suatu usia dimana individu menjadi terintegrasi ke dalam masyarakat dewasa, suatu usia dimana anak tidak merasa bahwa dirinya berada di bawah tingkat orang yang lebih tua melainkan merasa sama, atau paling tidak sejajar (Ali dan Asrori, 2011).

Masa remaja merupakan awal masa bagi individu untuk mulai berpikir terhadap masa depannya. Mereka sudah mulai memahami baik dan buruk sesuatu bagi kehidupannya dan mereka akan melakukan segala sesuatu yang sekiranya menguntungkan dan membahagiakan bagi dirinya. Setiap individu pasti ingin merasakan kebahagiaan dalam hidupnya. Masyarakat yang tinggal di perkotaan, pedesaan, berbagai suku, berbagai agama (keyakinan), masyarakat kelas menengah atas, masyarakat kelas menengah bawah, pemerintah sampai warga biasa, mereka semua pasti menginginkan yang namanya kebahagiaan.

Kebahagiaan setiap orang mempunyai tingkatan yang berbeda-beda. Kebahagiaan anak yang tinggal di panti asuhan jelas berbeda dengan kebahagiaan anak yang tinggal bersama keluarga. Mereka hidup sangat sederhana, makan bersama dengan teman-teman, mendapat perhatian khusus dari ibu pengasuh, diberi baju saat idul fitri, itu akan sangat membahagiakan mereka dan kebahagiaan yang dirasakan anak yang tinggal di panti asuhan belum tentu dapat dirasakan anak yang tinggal bersama keluarganya.

Orang yang bahagia menurut Aristoteles adalah yang memiliki *good birth, good health, good look, good reputation, good friends, good money*. Seligman (2005), salah seorang pendiri aliran *positive psychology*, mendefinisikan kebahagiaan sebagai muatan emosi dan aktivitas positif. Definisi lain mengenai kebahagiaan diungkapkan oleh Biswas, Diener dan Dean, mendefinisikan kebahagiaan sebagai kualitas seluruh hidup manusia, yaitu apa yang membuat kehidupan menjadi baik secara keseluruhan seperti kesehatan yang baik, kreativitas dan pendapatan yang baik.

Beberapa orang menganggap bahwa kebahagiaan sangat berhubungan dengan materi. Semakin banyak harta yang dimiliki, maka semakin bahagia. Uang bisa memberikan kesenangan, uang bisa mendatangkan teman dan yang paling penting adalah uang bisa membeli cinta. Pernyataan Roosevelt puluhan tahun yang lalu ternyata mendekati teori Flow dari Positive Psychology di abad kedua puluh. Kebahagiaan itu bukan selalu materi, melainkan ketika tercapainya kepuasan diri akan suatu pencapaian diri sejati melalui kreativitas (Nova, 2010).

Kunci kebahagiaan adalah menerima realita dan mensyukuri apa yang telah kita terima sampai saat ini (Dalai Lama). Dalam buku yang berjudul “Perbaikan Diri” karangan Anthony De Sato menulis tentang Tips Merengkuh Kebahagiaan, diantaranya melakukan sesuatu, bersungguh-sungguh, kesehatan, punya tujuan hidup, memanfaatkan keahlian, dan menerima diri sendiri. Bagaimana kita akan bahagia bila kita merasa hanya manusia tanpa guna. Orang yang sering menyalahkan dirinya hanya membuat dirinya hidup dalam kekecewaan. Penerimaan diri sangat berperan penting terhadap kebahagiaan seseorang.

White mengatakan terdapat proses-proses yang harus dilalui oleh seseorang untuk dapat menerima dirinya, yaitu seseorang harus mampu mengenal dirinya sendiri, menahan diri dari pola kebiasaan yang lalu, mengubah emosi dari suatu peristiwa yang terjadi, menikmati apapun yang terjadi di dalam kehidupannya, serta mereka mampu melepaskan segala kejadian-kejadian yang pernah terjadi di dalam kehidupannya. Penerimaan diri adalah menerima diri apa adanya, memiliki sikap positif atas dirinya, tidak terbebani oleh kecemasan atau rasa malu, dan mau menerima kelebihan dan kekurangan dirinya (dalam Feist & Feist, 2006). Penerimaan diri bukan mengandung pengertian bahwa individu memiliki gambaran sempurna tentang dirinya melainkan individu tersebut dapat melakukan sesuatu dengan baik mengenai dirinya. Darajat menyatakan individu yang bisa menerima dirinya dengan sungguh-sungguh akan menghindarkan individu dari rasa rendah diri.

Anak yang tinggal di panti asuhan akan merasa bahwa dirinya mengalami kekurangan, seperti kekurangan dalam hal kasih sayang, pengasuhan orang tua,

didikan orang tua terhadap anak sejak kecil. Tidak semua anak yang tinggal di panti asuhan akan menerima dirinya sebagai anak yang yatim maupun yatim piatu. Mereka membutuhkan perhatian dan pendampingan khusus selama di panti asuhan agar mereka tetap dapat bersyukur atas segala yang terjadi pada dirinya. Ketika mereka masih kanak-kanak atau masih duduk di bangku SD, mereka akan bertanya-tanya siapa orang tua mereka yang sebenarnya dan mereka belum dapat berpikir terhadap kebenaran yang dialami oleh keluarganya.

Begitu menginjak masa remaja mereka mulai berpikir dan memahami yang terjadi terhadap dirinya. Baik itu karena orang tuanya yang sudah meninggal, mereka yang diterlantarkan, maupun mereka yang lahir dalam keluarga yang kurang dalam hal ekonomi. Lambat laun mereka akan mulai menerima segala yang terjadi dalam dirinya, menerima keadaannya dan tidak akan terus menerus menyesali kehidupannya. Melalui bimbingan yang ada di panti asuhan mereka akan tetap fokus memikirkan masa depan, meraih cita-citanya, menjadi orang yang berguna bagi lingkungan sekitar sampai mereka mencapai kebahagiaan dalam kehidupannya.

Beberapa penelitian terdahulu yang terkait dengan pembahasan di atas diantaranya penelitian oleh Gharnish Tiara Resty (2015) yang berjudul pengaruh penerimaan diri terhadap harga diri remaja di panti asuhan yatim putri Aisyiyah Yogyakarta. Hasil penelitian menunjukkan: (1) Penerimaan diri pada remaja di Panti Asuhan Aisyiyah Yogyakarta berada pada kategori sedang atau cukup; (2) Harga diri pada remaja di Panti Asuhan Yatim Putri Aisyiyah Yogyakarta berada pada kategori sedang atau cukup; (3) Ada pengaruh positif dan signifikan variabel

penerimaan diri terhadap harga diri dengan nilai $p (0,000) < 0,05$. Dengan demikian, variabel penerimaan diri dapat memprediksikan harga diri. Terdapat sumbangan efektif variabel penerimaan diri terhadap harga diri sebesar 34%.

Hasil penelitian lain dengan judul *Penerimaan Diri Pada Remaja Penderita Leukimia* oleh Ulfa Rizkiana (2009) menunjukkan bahwa subyek penelitian mampu menerima dirinya dengan baik, hal tersebut ditunjukkan dengan adanya pemahaman tentang dirinya sendiri dan mengenali apa yang menjadi kekurangan dan kelebihanannya serta adanya harapan yang realistis terhadap keadaan diri dan tidak merasa rendah diri dengan adanya penyakit yang dialami subyek.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Novvida dan Syifa'a (2007) yaitu meneliti tentang penerimaan diri dan stress pada individu yang mengalami diabetes mellitus. Penelitian yang dilakukan menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan antara penerimaan diri dengan stress yang dialami oleh individu yang mengalami diabetes mellitus. Semakin individu dapat menerima diri maka stress yang dialami individu akan semakin rendah dan ketika penerimaan diri individu rendah, maka stress yang dialami individu akan semakin tinggi. Lebih lanjut penelitian tersebut menjelaskan bahwa stress muncul tergantung dari penerimaan diri individu. Individu yang rendah diri, tidak berpuas hati dengan diri, dan tidak menerima diri apa adanya akan membuat individu tidak akan merasa sejahtera dengan keadaan dirinya.

Penelitian lain tentang kebahagiaan juga dilakukan oleh Masruri Yusuf (2016) dengan judul Pengaruh kebersyukuran terhadap kebahagiaan pada anak yatim. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 1) Tingkat kebersyukuran anak yatim Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Darussalam masuk dalam kategori tinggi (97%). 2) Tingkat kebahagiaan anak yatim dalam kategori tinggi (97%). Nilai R (koefisien korelasi) sebesar 0,496 yang menandakan kebersyukuran mempunyai hubungan positif yang signifikan terhadap kebahagiaan pada anak yatim di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak Darussalam dan kontribusi yang diberikan kebersyukuran terhadap kebahagiaan adalah sebesar 24,6%. Hal ini berarti bila anak yatim memiliki kebersyukuran yang tinggi maka akan diiringi dengan tingkat kebahagiaan yang tinggi pula. 3) Hasil uji regresi mendapati kebersyukuran mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap kebahagiaan dengan nilai taraf signifikan $0,004 < 0,005$. Artinya jika ada peningkatan pada tingkat kebersyukuran maka akan ada peningkatan pula pada tingkat kebahagiaan.

Penelitian mengenai kebahagiaan juga dilakukan oleh Fitriani (2012) dengan ditemukannya hubungan yang positif antara tingkat asertif dan tingkat kebahagiaan pada santri remaja putri Pondok Pesantren Miftahul Mubtadiin Nganjuk. Berkenaan dengan teori kebahagiaan Seligman, Dewantara (2012) meneliti mengenai kebahagiaan sejati (*authentic happiness*) pada remaja dengan latar belakang keluarga yang *broken home*. Kemudian didapati konsep kebahagiaan mereka berdasarkan teori Seligman, tergambar dari optimisme subyek yang baik terhadap masa depan dan kebahagiaan pada masa sekarang yang diperoleh subyek sehingga membuat subyek mampu memperoleh *pleasure* dan

gratification. Terdapat pula faktor kehidupan sosial, agama dan pendidikan yang mempengaruhi kebahagiaan mereka.

Berdasarkan pemaparan di atas, bahwa setiap individu pasti menginginkan kebahagiaan dalam hidupnya dan faktor yang dapat mendatangkan kebahagiaan sangat beragam, salah satunya yaitu penerimaan diri. Seseorang akan sangat mudah merasakan kebahagiaan jika ia bisa menerima diri seutuhnya, menganggap dirinya positif dan dapat menjadikan kelemahan dirinya sebagai kekuatannya. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara penerimaan diri dengan kebahagiaan pada remaja di panti asuhan Nurul Abyadh Malang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan paparan pada latar belakang di atas, maka penelitian ini dimaksudkan untuk:

1. Bagaimana tingkat penerimaan diri pada remaja di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang?
2. Bagaimana tingkat kebahagiaan pada remaja di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang?
3. Apakah terdapat hubungan antara penerimaan diri dengan kebahagiaan pada remaja di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang?

C. Tujuan Penelitian

Mengacu pada rumusan masalah di atas, penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mengetahui tingkat penerimaan diri pada remaja di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang.
2. Mengetahui tingkat kebahagiaan pada remaja di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang.
3. Mengetahui apakah terdapat hubungan antara penerimaan diri dengan kebahagiaan pada remaja di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, baik dari aspek teoritik maupun aspek praktis, secara lebih rinci dijabarkan sebagai berikut:

1. Aspek Teoritik

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pengetahuan dalam keilmuan psikologi terutama bidang Psikologi Positif pada individu yang tinggal di panti asuhan tentang hubungan penerimaan diri dengan kebahagiaan serta menambah khasanah keilmuan mahasiswa psikologi.

2. Aspek Praktis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran, saran, serta informasi yang dapat membangkitkan semangat para individu yang tinggal di panti asuhan untuk terus berjuang demi memperoleh kehidupan yang lebih baik.

- b. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan pengetahuan kepada para individu yang tinggal di panti asuhan agar dapat menerima keadaan dirinya dengan cara mensyukurinya, bersikap positif terhadap dirinya dan menjadikan kelemahan sebagai kekuatannya.
- c. Sebagai masukan kepada instansi terkait (Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang) dalam memberikan pengajaran ke arah yang dapat meningkatkan penerimaan diri dan kebahagiaan pada masing-masing individu.
- d. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai tambahan referensi dan bahan acuan apabila berminat melakukan penelitian sejenis.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. KEBAHAGIAAN

1. Pengertian Kebahagiaan

Ed Diener (2007) menyamakan kebahagiaan dengan *subjective well-being*. Definisi kebahagiaan menurut Ed Diener adalah “*subjective well-being is a person’s cognitive and evaluations of his or her live*”. Kebahagiaan seseorang terdapat pada pikirannya dan evaluasi terhadap kehidupan yang mereka alami.

Kebahagiaan adalah keadaan dimana lebih banyak mengenang peristiwa-peristiwa yang menyenangkan daripada yang sebenarnya terjadi dan mereka lebih banyak melupakan peristiwa buruk. Kebahagiaan merupakan suatu istilah yang menggambarkan perasaan positif (Seligman, 2005). Seligman (2005) memberikan gambaran individu yang mendapatkan kebahagiaan yang autentik (sejati) yaitu individu yang telah dapat mengidentifikasi dan mengolah atau melatih kekuatan dasar (terdiri dari kekuatan dan keutamaan) yang dimilikinya dan menggunakannya pada kehidupan sehari-hari, baik dalam pekerjaan, cinta, permainan, dan pengasuhan.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa Indonesia Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Balai Pustaka PN, 1995), bahagia adalah keadaan atau perasaan senang dan tenteram lahir dan batin (lepas dari segala yang menyusahkan). Al-Qur'an menggunakan banyak kata yang bermakna bahagia (kebahagiaan), diantaranya *faza* atau *fauzan*, *fariha*, *falaha*, *sa'ada*, *hasana*, dan *sakana*. Semua kata tersebut memberikan makna yang sama yaitu perasaan yang membuat orang bahagia, senang, menang, beruntung, aman, damai, dan tenteram.

Kebahagiaan seseorang tidak dapat diukur atau digambarkan, dan berubah-ubah mengikuti peredaran masa dan tempat. Orang yang kelihatan bahagia tidak semestinya bahagia, dan orang yang kelihatan tidak bahagia tidak semestinya tidak bahagia. Hanya orang itu sendiri yang tahu dia bahagia atau tidak.

Pengertian kebahagiaan berbeda-beda antara orang satu dengan orang yang lain. Ada yang merasa bahagia kalau dia mendapat makanan, pakaian, dan kediaman yang paling sederhana, terelak daripada penyakit, kelaparan, dan perang. Sebaliknya, ada orang merasa tidak bahagia meskipun hidupnya dalam keadaan yang aman, mewah, sehat, dan senang-senang. Ada orang merasa tidak bahagia sekalipun, walaupun dia mempunyai kuasa, status, dan kekayaan. Aristoteles menyatakan bahwa *happiness* atau kebahagiaan berasal dari kata "*happy*" atau bahagia yang berarti *feeling good*, *having fun*, *having a good time*, atau sesuatu yang membuat pengalaman yang menyenangkan.

Sedangkan orang yang bahagia menurut Aristoteles adalah orang yang mempunyai *good birth, good health, good look, good luck, good reputation, good friends, good money and goodness* (Hidayat & Ramadhana, 2009).

Dari beberapa definisi di atas maka dapat disimpulkan bahwa kebahagiaan adalah suatu emosi positif berupa perasaan senang, aman, damai, tenteram dan selalu berpikir positif dalam menjalani kehidupan.

Selanjutnya unsur-unsur kebahagiaan yang harus dipenuhi untuk mendapatkan kebahagiaan (Seligman, 2005) yaitu:

- a. Afeksi. Perasaan (*feeling*) dan emosi (*emotion*) merupakan bagian yang tidak terpisahkan. Menurut salah seorang pakar psikologi Tellegen menyebutkan bahwa setiap pengalaman emosional selalu berhubungan dengan afektif atau perasaan yang sangat menyenangkan sampai kepada perasaan yang tidak membahagiakan.
- b. Kepuasan Hidup. Kepuasan hidup merupakan kualitas dari kehidupan seseorang yang telah teruji secara keseluruhan berdasarkan kriteria yang telah ditentukan. Kepuasan hidup merupakan hasil dari perbandingan antara segala peristiwa yang dialami dengan apa yang menjadi tumpuan harapan dan keinginan. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa semakin terpenuhinya kebutuhan dan harapan seseorang maka semakin tinggi pula tingkat kepuasan seseorang.

Seseorang hidup bahagia jika memiliki pemikiran bahwa setiap manusia dalam setiap perannya akan menghasilkan manfaat, juga memiliki

persepsi bahwa kehidupan ini menyenangkan dan memiliki gambaran mental yang penuh semangat dan gairah hidup serta jauh dari perasaan hampa dan cemas. Berkaitan dengan hal ini, ulama mendefinisikan bahwa kebahagiaan adalah ketenangan hati, lapangnya dada, dan merasa cukup dengan pemberian Allah. Itulah kebahagiaan, dan segalanya hanya bisa diraih dengan keimanan yang benar.

Kebahagiaan dan kondisi emosional yang baik pada dasarnya bersumber dari jiwa (ruh), dan ruh itu ada di tempat tertentu pada diri manusia. Kebahagiaan itu dorongannya berasal dan muncul dari diri manusia itu sendiri. Maka orang yang mencari kebahagiaan di luar dirinya sendiri, seperti orang yang mencari fatamorgana, dilihat dari kejauhan seolah ada sesuatu, namun apabila dia sampai ke arahnya dia tidak akan menemukan apapun.

2. Faktor-faktor Kebahagiaan

Kebahagiaan dalam diri manusia memiliki tiga faktor pendorong dan kekuatan yang saling memperkuat dan berhubungan erat secara otomatis, yakni kekuatan fisik (tubuh), akal, dan jiwa (ruh) dan ketika hubungan antara kekuatan-kekuatan ini tidak baik dan tidak seimbang, maka kebahagiaan itu sendiri akan kurang dan tidak sempurna.

Setiap orang bisa sampai kepada kebahagiaan akan tetapi tidak semua orang bisa memiliki kebahagiaan. Menurut David G. Myers (dalam Seligman, 2005) seorang psikolog yang mengadakan penelitian tentang solusi mencari

kebahagiaan bagi manusia modern, ada empat karakteristik yang selalu ada pada orang yang memiliki kebahagiaan dalam hidupnya, yaitu:

a. Menghargai diri sendiri

Orang yang bahagia cenderung menyukai dirinya sendiri. Mereka cenderung setuju dengan pernyataan seperti “Saya adalah orang yang menyenangkan”. Jadi, pada umumnya orang yang bahagia adalah orang yang memiliki kepercayaan diri yang cukup tinggi untuk menyetujui pernyataan seperti di atas.

b. Optimis

Ada dua dimensi untuk menilai apakah seseorang termasuk optimis atau pesimis, yaitu dimensi permanen (menentukan berapa lama seseorang menyerah) dan dimensi pervasif (menentukan apakah ketidakberdayaan melebar ke banyak situasi). Orang yang optimis percaya bahwa peristiwa baik memiliki penyebab permanen dan peristiwa buruk bersifat sementara sehingga mereka berusaha untuk lebih keras pada setiap kesempatan agar ia dapat mengalami peristiwa baik lagi (Seligman, 2005). Sedangkan orang yang pesimis menyerah di segala aspek ketika mengalami peristiwa buruk di area tertentu.

c. Terbuka

Orang yang bahagia biasanya lebih terbuka terhadap orang lain serta membantu orang lain yang membutuhkan bantuannya. Penelitian

menunjukkan bahwa orang-orang yang tergolong sebagai orang *extrovert* dan mudah bersosialisasi dengan orang lain ternyata memiliki kebahagiaan yang lebih besar.

d. Mampu mengendalikan diri

Orang yang bahagia pada umumnya merasa memiliki kontrol pada hidupnya. Mereka merasa memiliki kekuatan atau kelebihan sehingga biasanya mereka berhasil lebih baik di sekolah atau pekerjaan. Sehingga kunci utama untuk dapat mewujudkan kebahagiaan adalah merasa bahagia yang ditandai dengan keempat karakteristik di atas.

Selain itu ada beberapa faktor yang mempengaruhi kebahagiaan seseorang, yaitu:

a. Budaya

Faktor budaya dan sosial politik berperan dalam tingkat kebahagiaan seseorang. Budaya dalam kesamaan sosial memiliki tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi. Kebahagiaan lebih tinggi dirasakan di negara yang sejahtera dimana institusi umum berjalan dengan efisien dan terdapat hubungan yang memuaskan antara warga dengan anggota birokrasi pemerintahan (Carr, 2004).

b. Kehidupan Sosial

Menurut Seligman (2005), orang yang sangat bahagia menjalani kehidupan sosial yang kaya dan memuaskan, paling sedikit menghabiskan waktu sendirian dan mayoritas dari mereka bersosialisasi.

c. Agama atau Religiusitas

Orang yang religius lebih bahagia dan lebih puas terhadap kehidupan daripada orang yang tidak religius. Hal ini dikarenakan agama memberikan harapan akan masa depan dan menciptakan makna dalam hidup bagi manusia. Selain itu, keterlibatan seseorang dalam kegiatan keagamaan atau komunitas agama dapat memberikan dukungan sosial bagi orang tersebut. Hubungan antara harapan akan masa depan dan keyakinan beragama merupakan landasan mengapa keimanan sangat efektif melawan keputusan dan meningkatkan kebahagiaan (Seligman, 2005).

d. Pernikahan

Seligman (2005) mengatakan bahwa pernikahan sangat erat hubungannya dengan kebahagiaan. Menurut Carr (2004), ada dua penjelasan mengenai hubungan kebahagiaan dan pernikahan yaitu, orang yang bahagia lebih atraktif sebagai pasangan daripada orang yang tidak bahagia. Penjelasan kedua yaitu pernikahan memberikan banyak keuntungan yang dapat membahagiakan seseorang, diantaranya keintiman psikologis dan fisik, memiliki anak, membangun keluarga, menjalankan peran sebagai pasangan dan orang tua, menguatkan identitas dan menciptakan keturunan (Carr, 2004).

Kebahagiaan orang yang menikah mempengaruhi panjang usia dan besar penghasilan dan hal ini berlaku bagi pria dan wanita (Seligman, 2005).

e. Usia

Kepuasan hidup sedikit meningkat sejalan dengan bertambahnya usia, afek positif sedikit melemah, dan afek negatif tidak berubah (Seligman, 2005). Seligman (2005) menjelaskan hal yang berubah ketika seseorang menua adalah intensitas emosi dimana perasaan “mencapai puncak dunia” dan “terpuruk dalam keputusasaan” berkurang seiring dengan bertambahnya umur dan pengalaman.

f. Uang

Seligman (2005) menjelaskan bahwa di negara yang sangat miskin, kaya bisa berarti lebih bahagia. Namun di negara yang lebih makmur dimana hampir semua orang memperoleh kebutuhan dasar, peningkatan kekayaan tidak begitu berdampak pada kebahagiaan (Seligman, 2005).

g. Kesehatan

Kesehatan objektif yang baik tidak begitu berkaitan dengan kebahagiaan (Seligman, 2005). Menurut Seligman (2005) yang penting adalah persepsi subjektif kita terhadap seberapa sehat diri kita. Seligman (2005) juga menambahkan bahwa orang yang memiliki lima atau lebih masalah kesehatan, kebahagiaan mereka berkurang sejalan dengan waktu.

h. Jenis Kelamin

Jenis kelamin memiliki hubungan yang tidak konsisten dengan kebahagiaan. Wanita memiliki kehidupan emosional yang lebih ekstrim daripada pria. Wanita mengalami lebih banyak emosi positif dengan intensitas yang lebih tinggi dibandingkan pria (Seligman, 2005). Seligman (2005) juga menjelaskan bahwa tingkat emosi rata-rata pria dan wanita tidak berbeda namun wanita lebih bahagia dan juga lebih sedih daripada pria.

3. Aspek-aspek Kebahagiaan

Menurut Hills dan Argyle (2002) ada 7 aspek kebahagiaan yaitu:

1. Merasakan kepuasan terhadap hidup yang dijalani

Kepuasan hidup merupakan gambaran suatu kondisi yang bersifat khas pada orang yang mempunyai semangat hidup dan mempunyai kemampuan untuk menyesuaikan berbagai perubahan kondisi dalam diri maupun perubahan kondisi di lingkungannya (Purnama, 2009). Chown mengemukakan bahwa kepuasan hidup akan terjadi apabila terdapat kesesuaian antara apa yang menjadi cita-cita seseorang dengan kenyataan yang dihadapi sekarang, baik menyangkut prestasi atau dimensi lain. Aspek kepuasan hidup menurut Neugarten (1986) ada lima, yaitu 1) merasa senang terhadap aktifitas yang dilakukan sehari-hari, 2) menganggap hidupnya penuh arti dan menerima dengan tulus kondisi kehidupannya, 3) merasa telah berhasil menggapai cita-cita atau sebagian keinginan dalam hidupnya, 4) berpegang teguh pada gambaran diri yang

positif, dan 5) mempunyai sikap hidup yang optimistik dan memiliki keadaan hati yang bahagia.

2. Bersikap ramah dalam lingkungan sosial

Dikatakan memiliki sikap ramah dalam lingkungan sosial adalah seseorang bisa bersikap baik sesuai dengan tatanan norma masyarakat sehingga terwujud suatu keakraban dan keharmonisan sosial yang melahirkan efek positif bagi lingkungan (Nashori, 2008).

3. Memiliki sikap empati

Menurut Bullmer, empati adalah suatu proses ketika seseorang merasakan perasaan orang lain dan menangkap arti perasaan itu, kemudian mengkomunikasikannya dengan kepekaan yang sedemikian rupa hingga menunjukkan bahwa ia sungguh-sungguh mengerti perasaan orang lain itu. Bullmer menganggap empati lebih merupakan pemahaman terhadap orang lain ketimbang suatu diagnosis dan evaluasi terhadap orang lain. Empati menekankan kebersamaan dengan orang lain lebih daripada sekedar hubungan yang menempatkan orang lain sebagai obyek manipulatif (Ghufron & Risnawati, 2011).

4. Memiliki pola pikir yang positif

Berpikir positif merupakan sikap mental yang melibatkan proses memasukkan pikiran-pikiran, kata-kata, dan gambaran-gambaran yang konstruktif (membangun) bagi perkembangan pikiran. Pikiran positif

menghadirkan kebahagiaan, suka cita, kesehatan, serta kesuksesan dalam setiap situasi dan tindakan. Apapun yang pikiran anda harapkan, pikiran positif akan mewujudkannya. Jadi berpikir positif juga merupakan sikap mental yang mengharapkan hasil yang baik serta menguntungkan (Purnama, 2009).

5. Merasakan kesejahteraan dalam hidup

Kesejahteraan dimaksudkan sebagai kondisi mental seseorang yang dianggap bisa menerima keadaan dirinya serta lingkungannya dan bisa menyesuaikan dengan perubahan yang terjadi dalam hidup serta lingkungannya sehingga merasakan efek kepuasan dan sangat terbantu untuk mencapai kebahagiaan dalam hidup (Nashori, 2008).

6. Bersikap riang dan ceria

Keadaan emosi seseorang yang melahirkan suka cita dan kesenangan hati akan sesuatu yang telah dijalani dalam hidupnya (Khavari, 2006).

7. Memiliki harga diri (*self esteem*) yang positif

Menurut Lerner dan Spanier harga diri adalah penilaian yang positif atau negatif yang dihubungkan dengan konsep diri seseorang. Harga diri yang positif merupakan evaluasi seseorang terhadap dirinya sendiri yang bersifat positif dan juga dapat menghargai kekurangan yang ada dalam dirinya (Ghufron & Risnawati, 2011).

Dari faktor yang mempengaruhi kebahagiaan yang dipaparkan oleh Michael Argyle dapat ditarik kesimpulan bahwa kebahagiaan bisa dimiliki oleh orang-orang yang merasakan kepuasan dengan keadaan dirinya dan lingkungannya dalam kehidupan, juga mereka yang selalu bersikap ramah serta memiliki rasa empati terhadap lingkungan sekitar. Selanjutnya kebahagiaan bisa dimiliki bagi mereka yang merasakan kesejahteraan dalam hidupnya dan selalu berpikir positif tentang hal-hal yang dihadapi, juga selalu menunjukkan sikap yang riang dan memiliki harga diri yang positif.

Faktor kebahagiaan yang diungkapkan oleh Michael Argyle selanjutnya akan dijadikan patokan skala kebahagiaan dalam penelitian ini, yang mana skala kebahagiaan diterjemahkan langsung dari skala milik Michael Argyle (Hills & Argyle, 2001).

4. Kebahagiaan Menurut Islam

Islam menyatakan bahwa “kesejahteraan” dan “kebahagiaan” itu bukan merujuk kepada sifat badani dan jasmani, bukan kepada diri hayawani sifat basyari, dan bukan pula suatu keadaan hayali insan yang hanya dapat dinikmati dalam alam fikiran belaka (Hidayat & Ramadhana, 2009).

Inti dari kebahagiaan adalah keimanan kepada Allah dan penguasaan terhadap makna ibadah serta memahaminya dengan pemahaman yang sempurna dan lengkap, kemudian menerapkan pemahaman itu dalam kehidupan seluruhnya, baik yang berkenaan dengan perkara-perkara yang umum ataupun khusus (Al-Quayyid, 2004).

Iman yang benar adalah iman yang dalam muatannya membawa kebahagiaan, ketenangan dan kenyamanan. Iman yang tertanam kuat dalam hati, akal, dan ruh akan menyuplai anggota tubuh manusia dan perasaannya dengan berbagai kebaikan yang menggelombang dengan rapi dan sinergis, antara perbuatan, ucapan positif dan niat yang baik, yang lahir dari keimanan dan keyakinan yang dalam terhadap apa yang dilakukan dan diucapkan, karena menghendaki kebebasan, kesucian dan kebahagiaan (Al-Kusayer, 2009).

Kebahagiaan menurut tinjauan islam dipahami sebagai kondisi jiwa yang tenang dan puas dengan seluruh ketetapan yang telah diberikan Allah dan selalu mensyukurinya, senantiasa berusaha untuk mengelola apa yang telah didapatkan, dan menilai kehidupan sesuai dengan porsi yang semestinya. Pencapaian kebahagiaan bergantung pada pemahaman makna ibadah yang kemudian diterapkan dalam segala aspek kehidupan, baik yang menyangkut aspek-aspek khusus, misalnya shalat dan puasa, maupun aspek umum, misalnya menolong orang lain, bekerja dengan jujur, dan aktivitas positif lainnya (Mardiyah, Skripsi, 2010: 20-21).

Semua yang disebutkan di atas merupakan perintah Allah yang harus dilakukan. Jika melakukan berarti sedang mengingat kepada-Nya. Inilah yang disebut dzikir dengan perbuatan. Jika demikian, Allah akan menurunkan karunia kebahagiaan yang tiada tara. Hal ini diisyaratkan Allah dalam firman-Nya (Sanusi, 2006),

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾

“(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenteram.” (QS. Ar-Ra’d: 28).

Dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram, jiwa menjadi bahagia, batin jauh dari gundah dan gulana, sesuai dengan firman Allah;

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ ﴿١٥٢﴾

“Karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku niscaya Aku ingat (pula) kepadamu, dan bersyukurlah kepada-Ku, dan janganlah kamu mengingkari (nikmat)-Ku”.(QS. Al-Baqarah: 152).

Ini menunjukkan adanya perintah dari Allah yang mengarah kepada orang yang beriman agar selalu ingat kepada-Nya dengan lidah, pikiran, hati, dan anggota badan atau dengan perbuatan. Lidah menyucikan dan memuji-Nya, akal dan hati melalui perhatian terhadap ayat-ayat yang terhampar dan anggota badan dengan jalan melaksanakan semua perintah-Nya (Sanusi, 2006).

Kebahagiaan merupakan perasaan yang berkaitan dengan usaha menggapai kesenangan *ukhrawi*, sementara kesuksesan berkaitan dengan

dunia dan akhirat sekaligus. Rahasia kebahagiaan adalah keimanan kepada Allah dan penguasaan yang sempurna pada diri manusia terhadap tujuan kehidupan yang utama serta bagaimana menjalani kehidupan di atas bumi ini. Walaupun hal itu merupakan cara pandang seorang muslim terhadap kehidupannya, tidak banyak kaum muslim yang memahaminya dengan benar (Al-Quayyid, 2004).

Sebenarnya kebahagiaan dalam pandangan islam bertumpu pada upaya untuk tidak kecewa dengan apapun yang diterima dari Allah. Sedikit atau banyak tetap disyukuri dan diterima sebagai yang terbaik menurut pilihan Allah (Sanusi, 2006).

B. PENERIMAAN DIRI

1. Definisi Penerimaan Diri

Ryff (1989) menyatakan bahwa penerimaan diri dianggap sebagai ciri-ciri penting kesehatan mental dan juga sebagai karakteristik aktualisasi diri, fungsi yang optimal dan kematangan. Dalam hal ini penerimaan diri mengandung pengertian suatu keadaan dimana seseorang memiliki sikap yang positif terhadap dirinya sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek diri termasuk kualitas baik dan buruk, dan merasa positif dengan kehidupan yang telah dijalannya.

Menurut Supratiknya (1995), suatu penghargaan yang tinggi terhadap diri sendiri atau tidak bersikap sinis terhadap diri sendiri. Penerimaan diri berkaitan dengan kerelaan membuka diri atau mengungkapkan pikiran,

perasaan dan reaksi kepada orang lain, kesehatan psikologis individu serta penerimaan terhadap orang lain. Menurut Maslow (dalam Feist & Feist, 2008), penerimaan diri adalah pribadi yang dapat menerima diri apa adanya, memiliki sikap positif atas dirinya, tidak terbebani oleh kecemasan atau rasa malu. Subyek menerima kelemahan dan kelebihan dirinya.

Rogers (dalam Feist & Feist, 2008) penerimaan diri adalah individu yang memiliki pandangan yang realistik mengenai dunia sehingga memiliki pandangan yang lebih akurat mengenai potensi-potensi yang ada dalam dirinya, mampu menyempitkan jurang diri-ideal dan diri-riil, lebih terbuka terhadap pengalaman, lebih efektif dalam memecahkan masalah sendiri dan memiliki tingkat anggapan positif lebih tinggi sehingga dapat mengembangkan pandangan tentang siapa dirinya sesungguhnya.

Papalia, Olds dan Feldman (2004) menyatakan bahwa individu yang memiliki penerimaan diri berpikir lebih realistik tentang penampilan dan bagaimana dirinya terlihat dalam pandangan orang lain. Ini bukan berarti individu tersebut mempunyai gambaran sempurna tentang dirinya, melainkan individu tersebut dapat melakukan sesuatu dan berbicara dengan baik mengenai dirinya.

Darajat (2003) menyatakan rasa dapat menerima diri dengan sungguh-sungguh inilah yang akan menghindarkan individu dari jatuh kepada rasa rendah diri, akan hilangnya kepercayaan diri sehingga akan mudah tersinggung dan akan mudah menyinggung orang lain.

Uraian di atas dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri adalah seseorang yang dapat menyadari dan mengakui karakteristik pribadinya dan mampu melangsungkan hidupnya dengan suatu kelebihan dan kekurangannya tanpa menyalahkan orang lain dan mampu menjalin hubungan dengan orang lain.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penerimaan Diri

Setiap orang memiliki *ideal self* atau menginginkan diri yang lebih daripada pribadi yang sesungguhnya sehingga tidak semua individu bisa menerima dirinya. Apabila *ideal self* itu tidak realistis dan sulit tercapai dalam kehidupan nyata maka akan frustrasi, cemas, kecewa. Hurlock (2004) menyatakan penerimaan diri dipengaruhi oleh sejumlah faktor, diantaranya adalah:

a. Aspirasi yang realistis

Individu yang mampu menerima dirinya harus realistis tentang dirinya serta mempunyai keinginan yang dapat dicapai.

b. Keberhasilan

Individu menerima dirinya, harus mampu mengembangkan potensi dirinya sehingga potensinya tersebut dapat berkembang secara maksimal.

c. Perspektif Diri

Kemampuan dan kemauan menilai diri secara realistis serta menerima kelemahan serta kekuatan yang dimiliki.

d. Wawasan Sosial

Kemampuan melihat diri sebagaimana pandangan orang lain tentang diri individu tersebut.

e. Konsep diri yang stabil

Bila individu melihat dirinya dengan secara konsisten dari suatu saat dan saat-saat lainnya.

Chaplin (2005) berpendapat faktor-faktor yang mempengaruhi penerimaan diri adalah:

- a. Konsep diri yang stabil, individu yang mempunyai konsep diri yang stabil akan melihat dirinya dari waktu ke waktu secara konstan dan tidak akan berubah-ubah.
- b. Kondisi emosi yang menyenangkan dengan menunjukkan tidak adanya tekanan emosi sehingga memungkinkan individu untuk memilih yang terbaik dan sesuai dengan dirinya, selain itu individu juga memiliki sikap yang positif dan menyenangkan yang akan mengarahkan pada pembentukan sikap individu untuk mudah menerima diri karena tidak adanya penolakan.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi penerimaan diri adalah harapan yang realistis, konsep diri yang stabil, kondisi emosi yang menyenangkan, mengembangkan keberhasilan, mempunyai perspektif diri dan wawasan sosial.

3. Aspek-aspek dalam Penerimaan Diri

Penerimaan pada setiap individu terhadap dirinya sendiri cenderung tidak sama antara yang satu dengan yang lainnya. Menurut Johnson Davids (dalam Putri & Hamidah, 2012) ciri-ciri orang yang menerima dirinya adalah sebagai berikut:

a. Menerima diri sendiri apa adanya

Memahami diri ditandai dengan perasaan tulus, nyata, dan jujur menilai diri sendiri. Kemampuan seseorang untuk memahami dirinya tergantung pada kapasitas intelektualnya dan kesempatan menemukan dirinya. Individu tidak hanya mengenal dirinya tapi juga menyadari kenyataan dirinya. Pemahaman diri dan penerimaan diri tersebut berjalan beriringan, semakin paham individu mengenal dirinya maka semakin besar pula individu menerima dirinya. Jika seorang individu mau menerima dirinya apa adanya, maka individu tersebut bisa akan lebih menghargai dirinya sendiri. Menerima diri sendiri berarti merasa senang terhadap apa dan siapa dirinya sesungguhnya.

b. Tidak menolak dirinya sendiri, apabila memiliki kelemahan dan kelebihan

Sikap atau respon dari lingkungan membentuk sikap terhadap diri seseorang. Individu yang mendapat sikap yang sesuai dan menyenangkan dari lingkungannya, cenderung akan menerima dirinya. Tidak menolak diri adalah suatu sikap menerima kenyataan diri sendiri, tidak menyesali diri sendiri, siapakah kita dulu maupun sekarang, tidak membenci diri sendiri, dan jujur pada diri sendiri.

- c. Memiliki keyakinan bahwa untuk mencintai diri sendiri, maka seseorang tidak harus dicintai oleh orang lain dan dihargai oleh orang lain

Seseorang yang dapat mengidentifikasi dirinya sendiri ataupun orang lain serta memiliki penyesuaian diri yang baik, maka cenderung dapat menerima dirinya. Individu tersebut cenderung memahami diri dan menerima dirinya, karena sesungguhnya seorang individu membutuhkan dirinya sendiri untuk dicintai. Mencintai diri sendiri dengan menerima segala kekurangan yang ada pada diri sendiri, memaafkan kesalahan-kesalahan yang telah diperbuat, dan menghargai setiap apa yang ada dan telah dicapai, merupakan sebuah kekuatan besar untuk membangun diri dan berarti memiliki penghormatan tertinggi bagi pikiran, tubuh dan jiwa. Menghargai diri sebagai ciptaan Tuhan juga dapat membuat kita lebih tegar dalam menyikapi kelemahan kita. Semua ciptaan Tuhan adalah sempurna menurut fungsi dan tanggungjawab yang kita emban dalam hidup ini. Kita tidak perlu meratapi diri dalam menghadapi kelemahan yang tidak bisa diperbaiki.

- d. Untuk merasa berharga, maka seseorang tidak perlu merasa benar-benar sempurna

Individu yang mempunyai konsep diri yang stabil akan melihat dirinya dari waktu ke waktu secara konstan dan tidak mudah berubah-ubah. Konsep diri yang tidak stabil, yaitu individu yang pada waktu tertentu memandang dirinya secara positif dan pada waktu yang lain secara negatif akan gagal mendapatkan gambaran yang jelas tentang dirinya yang

seharusnya. Memandang diri secara positif merupakan sikap mental yang melibatkan proses memasukkan pikiran-pikiran, kata-kata, dan gambaran-gambaran yang *konstruktive* (membangun) bagi perkembangan pikiran anda. Pikiran positif menghadirkan kebahagiaan, suka cita, kesehatan, serta kesuksesan dalam setiap situasi dan tindakan. Apapun yang pikiran anda harapkan, pikiran positif akan mewujudkannya. Berpikir positif juga merupakan sikap mental yang mengharapakan hasil yang baik serta menguntungkan.

- e. Memiliki keyakinan bahwa dia mampu untuk menghasilkan kerja yang berguna

Dari uraian di atas, diketahui bahwa orang yang dapat menerima dirinya memiliki ciri-ciri tertentu yaitu dapat menerima diri sendiri seperti adanya, mampu menerima kelemahan dan kelebihan yang dimiliki, memiliki keyakinan untuk dapat mencintai diri sendiri dan mampu menghargai orang lain, tidak merasa dirinya paling sempurna dari orang lain, serta memiliki keyakinan bahwa mampu untuk menghasilkan sesuatu yang berguna dan bermanfaat bagi orang lain.

4. Penerimaan Diri Menurut Islam

Ulasan mengenai hubungan penerimaan diri erat hubungannya dengan bagaimana manusia dapat menerima keadaan yang ada dalam dirinya dan berlaku atas dirinya. Hal ini dibahas dalam salah satu ulasan Imam Ghazali dalam salah satu kitab beliau yang berjudul Minhajul Abidin.

Menerima dalam kitab tersebut juga disebut dengan istilah ridha. Ridha yang dimaknakan sebagai kerelaan menerima terhadap *qadha'* (takdir). Imam Ghazali (2008) memaknai ridha sebagai “kerelaan membuang segala kebencian, sedangkan kebencian yaitu mengatakan bahwa apa yang tidak ditakdirkan oleh Allah itu lebih utama dan lebih bagus baginya dalam masalah yang belum diyakini kerusakan dan kebaikannya. Oleh karena itu, membuang kebencian merupakan syarat menjadi orang yang ridha”.

Allah berfirman:

رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ ذَلِكَ الْفَوْزُ الْعَظِيمُ ﴿١١٩﴾

“Allah meridhai mereka, dan merekapun ridha kepada-Nya. Itulah keberuntungan yang paling besar”. Maksudnya: Allah meridhai segala perbuatan-perbuatan mereka, dan merekapun merasa puas terhadap nikmat yang telah dicurahkan Allah kepada mereka (Q.S. al-Ma'idah: 119).

Imam Ghazali menuliskan bahwa ada dua hal pokok yang bisa memuaskan manusia dengan keridhaan dari Allah dan dalam menghadapi apa yang diberikan oleh Allah (takdir). Pertama, faidah yang didapat dengan seketika dan yang akan diperoleh di kemudian hari.

Faidah yang diperoleh dengan seketika adalah kelegaan hati dan berkurangnya kecemasan yang tiada guna. Karena itulah, sebagian besar orang zuhud berkata: “Jika takdir Allah telah nyata, maka kecemasan tak

ubahnya sebuah ampas.” Dasar ungkapan ini adalah hadits Nabi Muhammad SAW. Saat beliau berkata kepada Ibnu Mas’ud: “Kurangilah kecemasanmu, sebab apa yang telah ditakdirkan pasti terjadi; dan apa yang tidak ditakdirkan pasti tidak akan datang kepadamu.”

Adapun faidah yang akan diperoleh di kemudian hari adalah pahala dan keridhaan Allah. Kebencian terhadap takdir akan menimbulkan kecemasan, kesedihan, dan rasa jemu dengan seketika, serta dosa dan siksaan di kemudian hari yang tiada berguna. Demikianlah, sebab takdir Allah pasti berlaku dan tidak mungkin berpaling karena kecemasan dan kebencian kita.

C. REMAJA

1. Pengertian Remaja

Masa remaja, menurut Mappiare (1982), berlangsung antara umur 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai dengan 22 tahun bagi pria. Rentang usia remaja ini dapat dibagi menjadi dua bagian, yaitu usia 12/13 tahun sampai 17/18 tahun adalah remaja awal, dan usia 17/18 tahun sampai dengan 21/22 tahun adalah remaja akhir.

Remaja, yang dalam bahasa aslinya disebut *adolescence*, berasal dari bahasa latin *adolescere* yang artinya “tumbuh atau tumbuh untuk mencapai kematangan”. Bangsa primitif dan orang-orang purbakala memandang masa puber dan masa remaja tidak berbeda dengan periode lain dalam rentang kehidupan. Anak dianggap sudah dewasa apabila sudah mampu mengadakan reproduksi.

Perkembangan lebih lanjut, istilah *adolescence* sesungguhnya memiliki arti yang luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik (Hurlock, 1991). Pandangan ini didukung oleh Piaget (Hurlock, 1991) yang mengatakan bahwa secara psikologis, remaja adalah suatu usia dimana individu menjadi terintegrasi ke dalam masyarakat dewasa, suatu usia dimana anak tidak merasa bahwa dirinya berada di bawah tingkat orang yang lebih tua melainkan merasa sama, atau paling tidak sejajar.

Fase remaja merupakan fase perkembangan yang tengah berada pada masa amat potensial, baik dilihat dari aspek kognitif, emosi, maupun fisik. Perkembangan intelektual yang terus-menerus menyebabkan remaja mencapai tahap berpikir operasional formal. Tahap ini memungkinkan remaja mampu berpikir secara lebih abstrak, menguji hipotesis, dan mempertimbangkan apa saja peluang yang ada padanya daripada sekedar melihat apa adanya. Kemampuan intelektual seperti ini yang membedakan fase remaja dari fase-fase sebelumnya (Shaw dan Costanzo, 1985).

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa remaja adalah masa transisi antara masa kanak-kanak ke masa dewasa yang ditandai oleh perubahan pada aspek fisik, emosi, dan kognitif yang saling berkaitan.

2. Tugas-tugas Perkembangan Masa Remaja

Tugas perkembangan masa remaja difokuskan pada upaya meninggalkan sikap dan perilaku kekanak-kanakan serta berusaha untuk mencapai kemampuan bersikap dan berperilaku secara dewasa. Adapun

tugas-tugas perkembangan masa remaja, menurut Hurlock (1991) adalah berusaha:

1. Mampu menerima keadaan fisiknya;
2. Mampu menerima dan memahami peran seks usia dewasa;
3. Mampu membina hubungan baik dengan anggota kelompok yang berlainan jenis;
4. Mencapai kemandirian emosional;
5. Mencapai kemandirian ekonomi;
6. Mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang sangat diperlukan untuk melakukan peran sebagai anggota masyarakat;
7. Memahami dan menginternalisasikan nilai-nilai orang dewasa dan orang tua;
8. Mengembangkan perilaku tanggungjawab sosial yang diperlukan untuk memasuki dunia dewasa;
9. Mempersiapkan diri untuk memasuki perkawinan;
10. Memahami dan mempersiapkan berbagai tanggungjawab kehidupan keluarga.

Tugas-tugas perkembangan fase remaja ini amat berkaitan dengan perkembangan kognitifnya, yaitu fase operasional formal. Kematangan pencapaian fase kognitif akan sangat membantu kemampuan dalam melaksanakan tugas-tugas perkembangannya itu dengan baik. Agar dapat memenuhi dan melaksanakan tugas-tugas perkembangan, diperlukan

kemampuan kreatif remaja. Kemampuan kreatif ini banyak diwarnai oleh perkembangan kognitifnya.

3. Kebahagiaan dalam Masa Remaja

Menurut Hurlock, remaja yang penyesuaian dirinya buruk, cenderung paling tidak berbahagia sepanjang awal masa remaja. Ketidakhahagiaan remaja lebih-lebih karena masalah-masalah pribadi daripada masalah-masalah lingkungan. Ia mempunyai tingkat aspirasi tinggi, yang tidak realistik bagi dirinya sendiri, dan bila prestasinya tidak memenuhi harapan, akan timbul rasa tidak puas dengan diri sendiri dan bersikap menolak diri sendiri.

Bilamana remaja cukup berhasil mengatasi masalah yang dihadapi dan kepercayaan pada kemampuannya mengatasi masalah-masalah tanpa bantuan orang dewasa semakin meningkat, maka periode tidak bahagia lambat laun berkurang. Pada saat mereka duduk di kelas terakhir sekolah menengah atas dan pandangan serta perbuatannya lebih seperti orang dewasa, maka berangsur-angsur rasa bahagia timbul menggantikan rasa tidak bahagia.

Kebahagiaan yang lebih besar merupakan ciri dari akhir masa remaja, sebagian disebabkan karena remaja yang lebih tua diberi status yang lebih banyak dalam usaha mempertahankan tingkat perkembangannya dibandingkan ketika pada awal masa remaja. Misalnya: remaja lebih diberi kebebasan, oleh karenanya tidak banyak mengalami kekecewaan. Ia juga menjadi lebih realistik akan kemampuannya dan memiliki tujuan yang sesuai dan bisa dicapai, ia terus menerus berusaha dan mengarahkan usahanya untuk

mencapai tujuannya, serta menambah kepercayaan diri berdasarkan pada pengetahuan mengenai keberhasilan di masa-masa lalu yang melawan perasaan-perasaan tidak mampu yang mengganggu.

4. Penerimaan Diri Remaja

Salah satu kebutuhan penting bagi remaja adalah untuk disayangi, remaja selalu ingin untuk diperhatikan. Sementara itu faktor untuk menjadi disayangi tersebut diantaranya adalah diterima dan juga memiliki, poin paling penting dalam masa remaja adalah untuk diterima dan mereka juga harus mengembangkan bakat memiliki secara mendalam, baik dalam memiliki penerimaan dari keluarga, kelompok, maupun komunitas.

Kebanyakan dari remaja akan menolak dirinya daripada menerima dirinya, khususnya remaja laki-laki yang masih menginjak pada awal-awal usia remaja (Hurlock, 2004). Remaja yang menerima dirinya akan secara realistis menggunakan potensi mereka untuk belajar dan tumbuh serta memiliki kekayaan. Dalam dunia mereka, dimana mereka memiliki sedikit bakat namun secara terus terang bisa mengapresiasi apa yang telah mereka raih daripada orang lain yang telah diberkahi segalanya secara berlimpah namun masih tetap menyesali keadaan mereka dan belum menerima diri mereka. Remaja yang memiliki penerimaan diri akan bisa mengenali kemahiran mereka, dan dengan bebas menggambarkan diri mereka meskipun pada kenyataannya tidak semua dari mereka diinginkan. Mereka juga mengenali kelemahan mereka tanpa penyesalan yang sia-sia.

Penerimaan diri yang buruk dapat didasari karena remaja memiliki konsep diri yang merugikan. Konsep diri yang tidak menguntungkan tersebut dapat juga menyebabkan penyesuaian diri remaja baik penyesuaian pribadi maupun sosial akan menjadi buruk. Seperti yang telah diketahui bahwasanya penerimaan diri yang baik menjadi faktor utama dalam menentukan penyesuaian pribadi maupun sosial bagi remaja. Ketika anak-anak sudah mulai mengembangkan konsep diri yang tidak menguntungkan, maka orang terdekat memiliki keharusan untuk mengendalikan perilaku anak sehingga anak tidak lagi mengembangkan konsep diri tersebut, karena sekali anak memiliki konsep diri yang tidak menguntungkan, maka akan cenderung menjadi lebih buruk dengan bertambahnya usia (Hurlock, 2004).

Berikut merupakan cara yang dikemukakan oleh Hurlock (2004) untuk meningkatkan penerimaan diri pada remaja:

1. Meyakinkan remaja bahwa mereka tidak akan tumbuh seperti yang tidak mereka inginkan, dan kepribadian mereka akan otomatis berubah lebih baik seperti halnya perubahan pada tubuh mereka.
2. Membantu remaja dalam menambah wawasan dirinya sehingga remaja bisa dengan mudah mengerti akan kekuatan dan kelemahannya.
3. Dengan perkembangan sosial remaja yang baik, remaja akan berperilaku sesuai dengan apa yang dia rasa benar, tidak berdasarkan apa yang mereka harapkan.
4. Membentuk konsep diri baik yang stabil pada remaja, para remaja perlu bimbingan dalam mengenali dirinya sendiri.

Seperti yang telah diketahui bahwasanya penerimaan diri dalam rentang usia remaja merupakan hal yang paling sulit dilakukan sehingga perlu adanya dukungan baik dari pihak keluarga maupun pihak teman dari remaja itu sendiri. Selain itu juga diketahui bahwasanya penerimaan diri merupakan salah satu faktor seseorang dikatakan memiliki kepribadian yang sehat, hal tersebut pun juga terdapat dalam agama Islam dimana penerimaan atau rela atau ridha dalam islam juga merupakan salah satu faktor kesehatan seseorang dan juga sebagai salah satu faktor kebahagiaan.

D. PANTI ASUHAN

1. Pengertian Panti Asuhan

Panti asuhan adalah sistem pelayanan kesejahteraan sosial anak yang diselenggarakan melalui basis panti yang terbuka, berupa kelembagaan dari masyarakat yang bertugas memberikan perlindungan, bimbingan, pembinaan fisik, mental spiritual kepada anak agar dapat hidup secara wajar (Depsos, 2005).

2. Tujuan Panti Asuhan

Tujuan panti asuhan anak adalah memberikan pelayanan pengganti atau perwalian anak dalam memenuhi kebutuhan fisik, mental dan sosial anak asuh sehingga memperoleh kesempatan yang luas, tepat dan memadai bagi perkembangan kepribadiannya dan menjadi tempat utama untuk penyelenggaraan pelayanan kepada anak-anak dan keluarga di tingkat masyarakat (Depsos, 2008).

3. Penghuni Panti Asuhan

Menurut ketentuan dari Departemen Sosial Republik Indonesia berdasarkan ketentuan tahun 1981 (dalam Margareth, 1999), anak yang diasuh di panti asuhan memiliki karakteristik sebagai berikut:

- a. Sudah tidak memiliki orang tua sama sekali (yatim piatu)
- b. Memiliki orang tua tetapi tidak lengkap (yatim atau piatu)
- c. Memiliki lingkungan keluarga yang mengalami perpecahan (orang tua bercerai) atau yang mengalami keregangan dan sudah tidak mengalami kasih sayang dan suasana akrab dalam keluarga
- d. Diserahkan oleh yang berwajib (polisi) untuk dirawat di panti asuhan
- e. Masih memiliki orang tua namun karena satu atau lain hal mengalami keterlantaran

Penyebab keterlantaran adalah:

1. Keberadaan orang tua sudah tidak ada, karena meninggal dan tidak memiliki sanak saudara yang dapat merawat
2. Tingkat sosial ekonomi yang rendah sehingga kebutuhan pokok tidak terpenuhi
3. Keluarga tidak menginginkan keberadaan anak dengan berbagai macam alasan, misalkan anak lahir di luar perkawinan yang sah
4. Orang tua tidak dapat dan tidak mau menjalankan perannya sebagai orang tua dalam jangka waktu lama, misalkan orang tua terlalu sibuk, dipenjara, menderita penyakit kronis dan lain-lain.

E. Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Kebahagiaan

Kehidupan anak yang tinggal di panti asuhan tentu berbeda dengan anak yang tinggal bersama keluarganya. Anak yang tinggal bersama keluarganya akan merasa mudah untuk mendapatkan kasih sayang dengan orang tuanya. Berbeda dengan anak yang tinggal di panti asuhan dimana mereka sangat jarang untuk mendapatkan kasih sayang dari orang tuanya atau bahkan sudah tidak bisa mendapatkan lagi kasih sayang dari orang tuanya karena sudah meninggal.

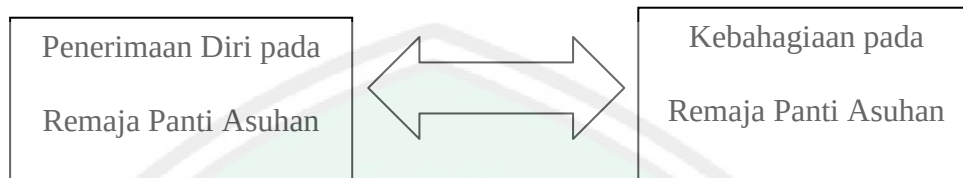
Anak yang tinggal di panti asuhan disebabkan beberapa faktor, diantaranya yatim piatu, yatim atau piatu, memiliki orang tua yang bercerai, kurang mampu secara ekonomi untuk memenuhi kebutuhan pokok anaknya, dan lain sebagainya. Mereka jarang dan hampir tidak pernah berinteraksi dengan orang tuanya dan sebagai ganti orang tuanya, pengasuh yang ada di panti asuhan berkontribusi penting dalam tumbuh kembang mereka.

Menurut Ed Diener (2007) kebahagiaan seseorang terdapat pada pikirannya dan evaluasi terhadap kehidupan yang mereka alami. Sedangkan penerimaan diri menurut Ryff (1989) mengandung pengertian suatu keadaan dimana seseorang memiliki sikap yang positif terhadap dirinya sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek diri termasuk kualitas baik dan buruk, dan merasa positif dengan kehidupan yang telah dijalannya. Penerimaan diri juga menjadi salah satu faktor yang berperan terhadap kebahagiaan, agar seseorang memiliki penyesuaian diri yang baik.

Remaja yang tinggal di panti asuhan juga memerlukan penerimaan diri yang baik, karena penerimaan diri berkaitan dengan konsep diri yang positif. Remaja dengan konsep diri yang positif dapat memahami dan menerima fakta-fakta yang begitu berbeda dengan dirinya, mereka dapat menyesuaikan diri dengan seluruh pengalaman mentalnya sehingga evaluasi tentang dirinya juga positif. Ketika evaluasi terhadap dirinya positif maka individu tersebut akan menerima dirinya dengan positif, menimbulkan emosi yang positif yang akan memperkuat mereka menjalani hidup dan menyediakan jalan menuju kehidupan yang gembira, bahagia dan memuaskan.

Penerimaan diri pada remaja yang tinggal di panti asuhan berhubungan dengan konsep diri yang baik dan akan melahirkan rasa bahagia. Mereka akan merasakan kebaikan tentang dirinya sendiri, memiliki harga diri yang tinggi, pengendalian diri dengan sikap terbuka. Karakteristik yang menonjol pada orang yang bahagia adalah memiliki rasa optimis dan harapan. Orang yang bahagia selalu berpikir positif terhadap kehidupan mereka dan kebiasaan ini akan memperbaiki kesehatan serta mental mereka. Menjadi orang yang bahagia memiliki arti sederhana, yaitu pada dasarnya mereka merasa puas dengan kehidupan dan hubungan yang mereka jalani. Orang yang bahagia dapat menikmati kehidupannya dan dapat menerima jika terjadi penurunan maupun sebaliknya dalam kehidupannya.

Berdasarkan uraian di atas, maka hubungan antar variabel dapat digambarkan sebagai berikut:



F. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data terkumpul (Arikunto, 2006: 71). Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah adanya hubungan antara penerimaan diri dengan kebahagiaan pada remaja di panti Asuhan Nurul Abyadh Malang. Semakin tinggi tingkat penerimaan diri remaja, maka akan semakin tinggi pula tingkat kebahagiaannya. Sebaliknya, semakin rendah tingkat penerimaan diri, maka akan semakin rendah pula tingkat kebahagiaan.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif menekankan analisisnya pada data-data numerikal (angka) yang diolah dengan metode statistika (Azwar, 2007). Rancangan penelitian yang digunakan adalah rancangan deskriptif dan korelasional. Penelitian deskriptif menjelaskan atau menerangkan suatu peristiwa berdasarkan data, sedangkan penelitian korelasional bertujuan untuk memperoleh informasi mengenai taraf hubungan yang terjadi.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Pada setiap kegiatan penelitian tentu memiliki fokus penelitian berupa fenomena, fenomena dalam kajian psikologi merupakan sebuah konsep yang disebut variabel. Konsep ini menjelaskan mengenai atribut atau sifat yang terdapat pada subjek penelitian dan memiliki variasi baik secara kuantitatif maupun kualitatif. Adapun variabel yang menjadi objek pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Variabel Bebas

Variabel bebas merupakan variabel yang diukur tingkat pengaruhnya bagi variabel terikat. Variabel bebas adalah penyebab tinggi rendahnya variabel terikat. Dalam hal ini variabel bebas adalah penerimaan diri.

b. Variabel Terikat

Variabel terikat adalah variabel yang akan diukur seberapa besarkah nilai yang diperoleh jika dipengaruhi variabel bebas. Pada penelitian ini kebahagiaan merupakan variabel terikat.

C. Definisi Operasional

Definisi operasional sangat penting pada penelitian kuantitatif, hal ini karena definisi operasional merupakan sebuah gambaran serta batasan mengenai variabel yang akan diukur. Sehingga aspek yang akan diukur tidak akan keluar dari batasan yang telah dibuat. Adapun definisi operasional yang dipakai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Penerimaan diri adalah seseorang yang dapat menyadari dan mengakui karakteristik pribadinya dan mampu melangsungkan hidupnya dengan suatu kelebihan dan kekurangannya tanpa menyalahkan orang lain dan mampu menjalin hubungan dengan orang lain.

Adapun aspek-aspek dalam penerimaan diri menggunakan teori dari Johnson Davids (dalam Putri & Hamidah, 2012) yang mengacu pada beberapa dimensi, yaitu: 1) menerima diri apa adanya, 2) tidak menolak

diri apabila memiliki kelebihan dan kekurangan, 3) yakin bahwa untuk mencintai diri sendiri tidak harus dicintai oleh orang lain dan dihargai oleh orang lain, 4) untuk merasa berharga, seseorang tidak perlu merasa benar-benar sempurna, dan 5) memiliki keyakinan bahwa dia mampu untuk menghasilkan kerja yang berguna.

- b. Kebahagiaan adalah suatu emosi positif berupa perasaan senang, aman, damai, tenteram dan selalu berpikir positif dalam menjalani kehidupan.

Adapun aspek kebahagiaan mengambil dari teori Hills dan Argyle (2002) diantaranya: 1) merasakan kepuasan terhadap hidup yang dijalani, 2) bersikap ramah dalam lingkungan sosial, 3) memiliki sikap empati, 4) memiliki pola pikir yang positif, 5) merasakan kesejahteraan dalam hidup, 6) bersikap riang dan ceria, dan 7) memiliki harga diri yang positif.

D. Populasi dan Sampel

Pengertian sampel menurut Latipun (2006) adalah bagian dari populasi yang hendak diteliti. Menurut Arikunto (2006) bahwa sebagai batasan suatu penelitian dapat bersifat penelitian populasi atau sampel dengan pertimbangan apabila subjek penelitian kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Selanjutnya jika subjeknya lebih besar atau lebih dari 100 maka dapat diambil diantara 10-15 atau 20-25% atau lebih (Arikunto, 2006).

Populasi dalam penelitian ini adalah remaja yang tinggal di Panti asuhan Nurul Abyadh Malang yang berjumlah 31 remaja. Dengan populasi yang jumlahnya kurang dari 100, maka dalam penelitian ini akan dilakukan penelitian

populasi. Subyek dalam penelitian ini yaitu remaja yang tinggal di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang yang sedang duduk di bangku SMP, MTs dan SMK.

E. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan langkah sangat penting dalam sebuah penelitian ilmiah, karena data yang dihasilkan ini diharapkan dapat digunakan untuk menjawab sekaligus memecahkan permasalahan yang ada. Oleh karena itu, metode pengumpulan data yang digunakan haruslah dapat mendukung kegiatan penelitian. Pengumpulan data primer merupakan metode yang paling utama dalam sebuah penelitian.

Alat ukur dalam penelitian biasanya dinamakan instrumen penelitian. Sehingga dapat diartikan bahwa instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial variabel yang diamati. (Sugiyono, 2011: 102)

1. Skala

Dalam penelitian ini metode pengumpulan data primer yang akan digunakan berupa skala. Skala yang digunakan yaitu skala penerimaan diri dan skala kebahagiaan. Skala dalam penelitian ini menggunakan skala sikap model likert. Skala sikap ini disusun untuk mengungkap sikap pro dan kontra, positif dan negatif, setuju dan tidak setuju pada subjek penelitian.

Skala sikap berisi pernyataan-pernyataan sikap (*attitude statement*), yaitu suatu pernyataan mengenai obyek sikap. Pernyataan sikap terdiri atas dua macam,

yaitu pernyataan favorable (mendukung atau memihak pada obyek sikap) dan pernyataan yang tidak favorable (tidak mendukung obyek sikap).

Tabel 3.1 Alternatif Jawaban

Jawaban	Favorable	Unfavorable
Sangat Setuju (SS)	5	1
Setuju (S)	4	2
Netral antara Setuju dan tidak (N)	3	3
Tidak Setuju (TS)	2	4
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

Skala dalam penelitian ini terdiri dari dua skala sikap, dan setiap skala terdiri dari beberapa butir yang dijabarkan aspek-aspek yang terkandung dari setiap skala.

a. Skala Penerimaan Diri

Skala yang dipergunakan untuk mengukur penerimaan diri dari subjek penelitian adalah skala yang disusun oleh peneliti berdasarkan dari teori Johnson Davids. Alat ukur penerimaan diri yang digunakan berisi 30 item (20 item *favourable* dan 10 item *unfavourable*). Berdasarkan skor yang didapat, akan disimpulkan bahwa semakin tinggi skor skala penerimaan diri berarti semakin tinggi penerimaan diri subyek penelitian, sebaliknya semakin rendah skor skala

penerimaan diri yang didapat berarti semakin rendah pula penerimaan diri yang dimiliki subyek penelitian.

Tabel 3.2 *Blueprint* Penerimaan Diri

No	Aspek	Indikator Perilaku	Instrumen		Jumlah
			F	UF	
1	Menerima diri apa adanya	1. Menyadari kenyataan dirinya 2. Jujur dalam menilai diri sendiri	1, 3, 5, 7	2, 4	6
2	Tidak menolak diri apabila memiliki kelebihan dan kekurangan	1. Menerima kelebihan 2. Menerima kekurangan	9, 11, 13, 15	6, 8	6
3	Yakin bahwa untuk mencintai diri sendiri, tidak harus dicintai oleh orang lain dan dihargai oleh orang lain	1. Mencintai diri sendiri 2. Menghargai diri sendiri 3. Meghormati diri sendiri	17, 19, 21, 23	10, 12	6
4	Untuk merasa berharga, seseorang tidak perlu merasa	1. Tidak menganggap dirinya yang paling sempurna	25, 27, 28, 29	20, 22	6

	benar-benar sempurna	2. Memandang dirinya secara positif			
5	Memiliki keyakinan bahwa dia mampu untuk menghasilkan kerja yang berguna	1. Melakukan hal-hal yang bermanfaat bagi orang lain	14, 16, 18, 30	24, 26	6
Jumlah			20	10	30

b. Skala Kebahagiaan

Skala yang dipergunakan untuk mengukur kebahagiaan dari subyek penelitian adalah skala kebahagiaan yang menterjemahkan langsung dari skala milik Michael Argyle dari Universitas Oxford (Hills & Argyle, 2002). Alat ukur kebahagiaan yang digunakan berisi 29 item (17 item *favorable* dan 12 item *unfavorable*). Berdasarkan skor yang didapat, akan disimpulkan bahwa semakin tinggi skor skala kebahagiaan berarti semakin tinggi kebahagiaan pada subyek penelitian, sebaliknya semakin rendah skor skala kebahagiaan yang didapat berarti semakin rendah pula kebahagiaan yang dimiliki subyek penelitian.

Tabel 3.3 Blueprint Kebahagiaan

No	Aspek	Indikator	Instrumen		Jumlah
			F	UF	
1	Puas terhadap hidup	Merasakan adanya kepuasan dalam hidup	12, 16, 20	1	4

		yang sudah dijalani			
2	Bersikap ramah	Menunjukkan keramahan pada lingkungan	4		1
3	Bersikap empati	Ingin menunjukkan kehangatan dan kepedulian terhadap sekitar	2	27	2
4	Berpikir positif	Memiliki gambaran positif tentang hidup yang sedang dijalani	3, 26	6, 10, 13	5
5	Rasa sejahtera	Merasakan kesejahteraan dalam hidup	9, 18	5, 19, 28	5
6	Ceria	Merasa sering bersuka cita	7, 11, 15, 22	29	5
7	Harga diri yang positif	Merasa memiliki semangat dan kepercayaan diri yang baik	8, 17, 25, 21	14, 24, 23	7
Jumlah			17	12	29

F. Validitas dan Reliabilitas

Dalam penelitian kuantitatif alat ukur tentu menjadi sebuah komponen utama untuk mendapatkan data. Oleh karena itu, untuk mendapatkan data yang akurat, diperlukan alat ukur yang valid dan reliabel, sehingga diperlukan

pengujian terlebih dahulu untuk mendapatkan reliabilitas dan validitas alat ukur yang tinggi. Uji validitas alat ukur dilakukan untuk menguji validitas (ketepatan) tiap butir instrumen (Somantri, Muhidin 2006).

1. Validitas

Validitas adalah ukuran yang menunjukkan sejauh mana alat pengukur mampu mengukur apa yang ingin diukur. Suatu instrumen dikatakan mempunyai validitas tinggi apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukurnya dan memberikan hasil yang sesuai dengan tujuan pengukuran (Azwar, 1997). Salah satu ukuran untuk sebuah kuesioner adalah apa yang disebut sebagai validitas konstruk (*construct validity*). Dalam pemahaman ini, sebuah kuesioner yang berisi beberapa pertanyaan untuk mengukur suatu hal, dikatakan valid jika setiap item pertanyaan yang menyusun kuesioner tersebut memiliki keterkaitan yang tinggi. Ukuran keterkaitan antar item pertanyaan ini umumnya dicerminkan oleh korelasi jawaban antar pertanyaan. Pertanyaan yang memiliki korelasi rendah dengan butir pertanyaan yang dinyatakan sebagai pertanyaan yang tidak valid. Item yang tidak valid akan mengganggu nilai kepercayaan yang diinginkan oleh peneliti.

Metode yang sering digunakan untuk memberikan penilaian terhadap validitas kuesioner adalah *korelasi product moment (pearson correlation)* antara skor setiap butir pertanyaan dengan skor total. Berikut ini formula yang digunakan:

$$r_{xy} = \frac{n \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{(\sum x^2 - (\sum x)^2)(\sum y^2 - (\sum y)^2)}}$$

Keterangan:

r_{xy} = Koefisien korelasi product moment

n = Jumlah responden

Σx = Jumlah skor tiap-tiap item

Σy = Jumlah skor total item

Σxy = Jumlah hasil antara skor tiap item dengan skor total

Σx^2 = Jumlah kuadrat skor item

Σy^2 = Jumlah kuadrat skor total

Sedangkan metode lain yang digunakan untuk melihat kevalidan suatu alat ukur diantaranya adalah *Expert Review* yaitu: bertanya pada yang berpengalaman atau yang lebih ahli mengenai hal-hal yang berkaitan dengan variabel yang digunakan pada suatu penelitian. Item yang dinyatakan tidak valid adalah item yang r (daya beda) lebih dari 0,25.

2. Reliabilitas

Apabila suatu alat pengukur telah dinyatakan valid, maka tahap berikutnya adalah mengukur reliabilitas dari instrument tersebut. Reliabilitas merupakan istilah yang digunakan untuk menunjukkan bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya sebagai alat pengumpul data. Reliabilitas merupakan indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukur dikatakan ajeg atau konsisten, apabila untuk mengukur sesuatu berulang kali, alat pengukur itu menunjukkan hasil yang sama, dalam kondisi yang sama.

Berikut ini merupakan cara yang digunakan untuk menghitung dugaan nilai keterandalan yaitu: *Internal Consistency* menggunakan rumus *Alpha Cronbach* dimana suatu alat ukur tersebut merupakan bagian-bagian item yang konsisten.

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Keterangan:

r_{11} = Reliabilitas instrumen

k = Banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal

$\sum \sigma_b^2$ = Jumlah variasi butir

σ_t^2 = Variasi total

Reliabilitas alat ukur digunakan analisis data menggunakan program *SPSS 16' for windows* yang dapat dilihat dari tabel *Alpha Cronbach*. Apabila koefisien *Alpha Cronbach* tersebut mendekati angka 1, maka alat tes tersebut dapat dinyatakan semakin reliabel.

G. Uji Hipotesis

Penelitian ini mempunyai satu variabel terikat dan satu variabel bebas. Data yang diperoleh dari subyek diubah dalam bentuk angka-angka menjadi data kuantitatif, sehingga data tersebut dapat dianalisis dengan pendekatan statistik. Jadi analisis untuk penelitian ini menggunakan analisis korelasi. Analisis korelasi adalah sekumpulan teknik statistika yang digunakan untuk mengukur keeratan hubungan (korelasi) antara dua variabel. Jenis analisis korelasi yang digunakan

pada penelitian ini adalah analisis korelasi *product moment*. Fungsi utama analisis korelasi adalah untuk menentukan seberapa erat hubungan antara dua variabel (Idrus, 2009)

H. Analisa Data

Teknik analisa data merupakan langkah yang digunakan untuk menjawab rumusan masalah dalam penelitian dan bertujuan untuk mendapat kesimpulan dari hasil penelitian. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan pengolahan statistik dengan program *SPSS for Windows versi 16.00*, dengan teknik analisis data sebagai berikut:

1. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk melihat sebaran data yang diperoleh dari penelitian, apakah data berdistribusi normal atau tidak. Ketika data berdistribusi normal maka analisis statistik yang digunakan adalah statistik parametrik. Untuk mengetahui data berdistribusi normal atau tidak dilakukan uji normalitas *kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan software SPSS. Ketika data berdistribusi normal maka analisis statistik yang digunakan untuk melihat keeratan hubungan adalah analisis korelasi *pearson*.

2. Mencari Mean Hipotetik

Mean diperoleh dari menjumlahkan seluruh nilai dan membaginya dengan jumlah individu. Dalam istilah sehari-hari disebut angka rata-rata (Hadi, 2015) dengan rumus sebagai berikut:

$$\mu = \frac{1}{2}(i_{\max} + i_{\min}) \sum k$$

Keterangan:

μ = Rerata hipotetik

$i_{\max}$ = Skor maksimal item

$i_{\min}$ = Skor minimal item

Σk = Jumlah item valid

3. Mencari Standar Deviasi

Standar deviasi dapat menunjukkan perbedaan antara tanda plus dan minus yang ada pada data. Penghitungan standar deviasi dapat dilakukan dengan rumus sebagai berikut:

$$\sigma = \frac{1}{6} (i_{\max} + i_{\min})$$

Keterangan:

σ = Rerata standar deviasi

$i_{\max}$ = Skor maksimal item

$i_{\min}$ = Skor minimal item

4. Kategorisasi

Kategorisasi adalah mengelompokkan data-data masing-masing subyek dengan tingkatan tertentu sesuai norma yang ada. Norma tersebut dibuat dengan hitungan mean dan standar deviasi yang telah dihitung sebelumnya.

Kategorisasi tersebut digunakan untuk menentukan tingkat masing-masing subyek pada satu variabel.

Tabel 3.4 Kategorisasi Tingkat

Kategori	Kriteria
Tinggi	$X \geq (M + 1SD)$
Sedang	$M - 1SD \leq X \leq M + 1SD$
Rendah	$X \leq M - 1SD$

5. Teknik Analisis Persentase

Teknik analisis persentase peneliti digunakan untuk mengetahui data hasil angket tentang hubungan penerimaan diri dengan kebahagiaan pada subyek. Analisis persentase dapat dijalankan saat norma masing-masing variabel sudah ditentukan oleh peneliti. Adapun rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P : Angka prosentase

F : Frekuensi yang sedang dicari prosentasenya

N : Jumlah frekuensi atau banyaknya individu

6. Teknik Analisis Korelasi

Uji korelasi dimaksudkan untuk melihat hubungan dari hasil pengukuran atau dua variabel yang diteliti, untuk mengetahui derajat hubungan antara variabel X (penerimaan diri) dengan variabel Y (kebahagiaan). Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *pearson product moment correlation*. Adapun rumus yang digunakan adalah:

$$r_{xy} = \frac{\Sigma xy - (\Sigma x)(\Sigma y)}{\sqrt{\{N \Sigma x^2 - (\Sigma x)^2\} \{N \Sigma y^2 - (\Sigma y)^2\}}}$$

Keterangan:

r_{xy} : Korelasi product moment

N : Jumlah responden

Σx : Jumlah skor x

Σy : Jumlah skor

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Panti Asuhan Nurul Abyadh Jl. Bendungan Sigura-gura I No. 8 Malang. Alasan peneliti untuk melaksanakan penelitian di panti asuhan tersebut karena peneliti tertarik mengetahui dan mengkaji kebahagiaan dan penerimaan diri pada remaja yang tinggal di panti asuhan karena ada kemungkinan tidak semua dari mereka menerima kondisi keadaannya karena harus tinggal di panti asuhan. Salah satu faktor kebahagiaan individu adalah bagaimana individu tersebut menerima diri sepenuhnya, baik itu kelemahan maupun kelebihanannya. Disamping itu, penelitian terkait hubungan penerimaan diri dengan kebahagiaan juga belum pernah dilakukan di panti asuhan tersebut, sehingga peneliti berinisiatif untuk melakukan penelitian ini.

2. Waktu dan Tempat

Penelitian ini dilakukan di panti asuhan Nurul Abyadh Malang pada tanggal 17 April 2017 mulai pukul 19.00 sampai selesai. Pemberian skala juga telah meminta persetujuan sebelumnya dari pihak pengurus panti. Penyebaran skala dilakukan malam hari karena pada saat itu semua anak berada di panti asuhan. Pagi anak-anak sekolah sampai pukul 15.00.

Setelah itu pukul 17.00 sampai isya' ada kegiatan mengaji. Jam 8 sampai 9 malem ada kegiatan les pelajaran sekolah. Peneliti membagikan skala saat mereka istirahat, ada waktu satu jam dari jam 7 sampai jam 8 karena dari pihak pengurus panti tidak boleh menyebar skala kalau mereka sedang ada kegiatan agar fokus terlebih dahulu di kegiatannya. Peneliti menyebar skala dengan dibantu salah satu pengurus yang ada di panti agar lebih efektif.

3. Jumlah Subyek Penelitian yang Datanya Dianalisis

Populasi pada penelitian ini adalah 31 remaja yang tinggal di panti asuhan Nurul Abyadh Malang. Terdiri dari putra dan putri. Subyek penelitian ini adalah keseluruhan jumlah populasi yang ada di panti asuhan Nurul Abyadh Malang dikarenakan jumlah populasi yang masih di bawah 100 orang. Sesuai dengan pendapat Arikunto (2006: 136) yang menyatakan bahwa apabila jumlah keseluruhan subyek penelitian kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi.

4. Prosedur dan Administrasi Pengambilan data

Sebelum penelitian dilakukan, peneliti meminta izin terlebih dahulu kepada salah satu pengurus bahwa akan menyebar skala. Pengurus memberitahu kalau anak-anak bisa ditemui malam hari karena pagi sampai sore mereka di sekolah. Pengurus menyarankan agar memberikan skala yang sekiranya tidak mengganggu kegiatan mereka seperti mengaji dan bimbingan belajar. Pengurus menyarankan agar membagikan skala saat

istirahat antara waktu selesai mengaji jam 19.00 sampai 20.00. Setelah itu subyek ada kegiatan bimbingan belajar mulai pukul 20.0. Ada waktu satu jam untuk menyebar skala. Peneliti mendatangi langsung subyek dan meminta tolong untuk mengisi skala. Peneliti membagikan skala dengan ditemani salah satu pengurus yang tinggal di panti tersebut. Subyek sudah terbiasa mengisi skala-skala sejenis, jadi tidak sulit untuk menjelaskan kepada mereka mengenai pengisiannya. Kedua skala disebar secara bersamaan dengan diberikannya kompensasi berupa snack dan bolpoin. Mereka sangat antusias dalam mengisi skala tersebut.

5. Hambatan yang Dijumpai dalam Pelaksanaan Penelitian

Penelitian yang dilakukan tidak langsung selesai dalam sekali kunjungan, karena saat penyebaran skala ada beberapa dari subyek yang masih ada urusan ke luar kota. Jadi selang beberapa hari setelah penyebaran skala hari pertama, peneliti datang kembali ke panti asuhan untuk menyebar skala kepada subyek yang belum mengisi skala.

B. Hasil Penelitian

1. Uji Validitas

Uji validitas item pada skala penerimaan diri ataupun skala kebahagiaan menggunakan batasan daya beda $r_{ix} \geq 0,25$ dan dibantu dengan program *SPSS (Statistical Product and Service Solution) 16.00 for windows*. Hasil analisis dari uji validitas yang sudah dilakukan pada skala penerimaan diri dapat dilihat sebagaimana berikut:

Tabel 4.1 Hasil Uji Validitas Penerimaan Diri

No	Aspek	Indikator Perilaku	Sebaran Item		Item Valid	Item Gugur	Jumlah
			F	UF			
1	Menerima diri apa adanya	1. Menyadari kenyataan dirinya 2. Jujur dalam menilai diri sendiri	1, 3, 5, 7	2, 4	1, 2, 3, 4, 7	5	5
2	Tidak menolak diri apabila memiliki kelebihan dan kekurangan	3. Menerima kelebihan 4. Menerima kekurangan	9, 11, 13, 15	6, 8	9, 11, 13,	6, 8, 15	3
3	Yakin bahwa untuk mencintai diri sendiri, tidak harus dicintai oleh orang lain dan dihargai oleh orang lain	5. Mencintai diri sendiri 6. Menghargai diri sendiri 7. Meghormati diri sendiri	17, 19, 21, 23	10, 12	12, 19, 23	10, 17, 21	3
4	Untuk merasa berharga, seseorang tidak perlu merasa benar-benar sempurna	8. Tidak menganggap dirinya yang paling sempurna 9. Memandang dirinya secara positif	25, 27, 28, 29	20, 22	27, 29	20, 22, 25, 28	2
5	Memiliki keyakinan bahwa dia mampu untuk	10. Melakukan hal-hal yang bermanfaat bagi orang lain	14, 16, 18, 30	24, 26	16, 18, 24, 30	14, 26,	4

	menghasilkan kerja yang berguna						
Jumlah			20	10			17

Tabel di atas dapat diketahui bahwa setelah dilakukan uji validitas pada skala penerimaan diri dengan total item awal berjumlah 30 item, sedang jumlah item yang gugur berjumlah 13 item. Sehingga jumlah item yang dinyatakan valid berjumlah 17 item. 17 item yang valid 13 diantaranya termasuk item *favorable* dan 4 item *unfavorable*. Sedangkan dari 13 item yang gugur 7 termasuk dalam kategori item *favorable* dan 6 item *unfavorable*.

Skala penerimaan diri mencakup lima aspek dan item yang valid diantaranya: menerima diri apa adanya terdiri dari 5 item, tidak menolak diri apabila memiliki kelebihan dan kekurangan terdiri dari 3 item, yakin bahwa untuk mencintai diri sendiri, tidak harus dicintai oleh orang lain dan dihargai oleh orang lain terdiri dari 3 item, untuk merasa berharga, seseorang tidak perlu merasa benar-benar sempurna terdiri dari 2 item, dan memiliki keyakinan bahwa dia mampu untuk menghasilkan kerja yang berguna terdiri dari 4 item.

Sedangkan pada skala kebahagiaan terdiri dari 7 aspek diantaranya: puas terhadap hidup, bersikap ramah, bersikap empati, berpikir positif, rasa sejahtera, ceria, dan harga diri yang positif. Uji validitas dilakukan dengan memakai daya beda $r_{ix} \geq 0,25$ dan dibantu dengan program SPSS

(Statistical Product and Service Solution) 16.00 for windows. Selanjutnya

hasil uji validitas pada skala kebahagiaan dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4.2 Uji Validitas Skala Kebahagiaan

No	Aspek	Indikator Perilaku	Sebaran Item		Item Valid	Item Gugur	Jumlah
			F	UF			
1	Puas terhadap hidup	Merasakan adanya kepuasan dalam hidup yang sudah dijalani	12, 16, 20	1	1, 12, 16	20	3
2	Bersikap ramah	Menunjukkan keramahan pada lingkungan	4		4	-	1
3	Bersikap empati	Ingin menunjukkan kehangatan dan kepedulian terhadap sekitar	2	27	27	2	1
4	Berpikir positif	Memiliki gambaran positif tentang hidup yang sedang dijalani	3, 26	6, 10, 13	3, 6, 13	10, 26	3
5	Rasa sejahtera	Merasakan kesejahteraan dalam hidup	9, 18	5, 19, 28	5, 9, 19, 28	18	4
6	Ceria	Merasa sering bersuka cita	7, 11, 15, 22	29	7, 15	11, 22, 29	2
7	Harga diri yang positif	Merasa memiliki semangat dan	8, 17,	14, 24,	8, 14, 24	17, 21, 23, 25	3

		kepercayaan diri yang baik	25, 21	23			
	Jumlah		17	12			17

Tabel di atas menunjukkan uji validitas pada skala kebahagiaan menunjukkan keseluruhan item sebanyak 29 item, sedang jumlah item yang gugur berjumlah 12 item. Sehingga jumlah item yang dikatakan valid berjumlah 17 item. 17 item yang valid 8 diantaranya termasuk item *favorable* dan 9 item *unfavorable*. sedangkan dari 12 item yang gugur 9 termasuk dalam kategori item *favorable* dan 3 item *unfavorable*.

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas didasarkan pada norma koefisien reliabilitas dengan rentang angka 0-1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati 1,00 maka tingkat reliabilitas skala tinggi. Sedangkan jika angka koefisien reliabilitas mendekati 0 maka skala menunjukkan tingkat reliabilitas yang rendah. Penelitian ini, hasil uji reliabilitas menunjukkan *Alpha Cronbach's* skala penerimaan diri pada angka 0,738, angka tersebut merupakan hasil sebelum dilakukan uji validitas dengan 30 item. Sementara *Alpha Cronbach's* setelah dilakukan uji validitas bergerak dari 0,847 dengan 18 item menjadi 0,854 dengan 17 item. Penjelasan singkatnya bisa dilihat dari tabel berikut:

Tabel 4.3 Uji Reliabilitas Skala Penerimaan Diri

Cronbach's Alpha	N of Items		Cronbach's Alpha	N of Items		Cronbach's Alpha	N of Items
.738	30	→	.847	18	→	.854	17

Sementara uji reliabilitas pada skala kebahagiaan menunjukkan angka *Alpha Cronbach's* 0,792 dengan jumlah item sebanyak 29. Selanjutnya dilakukan uji validitas dan *Alpha Cronbach's* bergerak dari 0,841 dengan 21 item menjadi 0,850 dengan 18 item dan setelah diuji lagi menjadi 0,853 dengan 17 item. Penjelasan singkatnya bisa dilihat dari tabel berikut:

Tabel 4.4 Uji Reliabilitas Skala Kebahagiaan

Cronbach's Alpha	N of Items		Cronbach's Alpha	N of Items	
.792	29	→	.841	21	→

Cronbach's Alpha	N of Items		Cronbach's Alpha	N of Items
.850	18	→	.853	17

3. Uji Normalitas

Uji asumsi pertama yang dilakukan adalah uji normalitas. Uji normalitas ini dilakukan pada kedua variabel, baik data dari skala penerimaan diri ataupun kebahagiaan. Norma yang digunakan dalam uji

normalitas adalah nilai *Sig.* dalam tabel *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test*. Jika nilai *Sig.* $> 0,05$ data berdistribusi normal, sedangkan jika nilai *Sig.* $< 0,05$ menunjukkan data berdistribusi tidak normal.

Tabel 4.5 Uji Normalitas Skala Penerimaan Diri dan Kebahagiaan

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		penerimaan diri	kebahagiaan
N		31	31
Normal Parameters ^a	Mean	62.13	58.71
	Std. Deviation	8.835	9.389
Most Extreme Differences	Absolute	.144	.158
	Positive	.144	.158
	Negative	-.082	-.125
Kolmogorov-Smirnov Z		.800	.877
Asymp. Sig. (2-tailed)		.545	.425

a. Test distribution is Normal.

Berdasarkan tabel tersebut, hasil yang didapatkan menunjukkan bahwa nilai *Sig.* untuk skala penerimaan diri 0,545. Angka tersebut berarti nilai *Sig.* lebih besar dari 0,05 atau $0,545 > 0,05$. Artinya, data skala penerimaan diri berdistribusi normal. Dengan demikian, data tersebut sudah bisa mewakili populasi.

Sementara hasil uji normalitas pada data dari skala kebahagiaan diperoleh nilai *Sig.* sebesar 0,425, sehingga jelas nilai *Sig.* lebih besar dari 0,05 atau $0,425 > 0,05$. Dengan begitu, data kebahagiaan juga berdistribusi normal dan bisa mewakili populasi. Berdasarkan analisis uji normalitas terbukti kedua skala tersebut berdistribusi normal, oleh karenanya bisa dilanjutkan pada analisis korelasi *pearson product moment*.

4. Analisis Deskriptif Data Hasil penelitian

Berdasarkan data subyek yang telah didapatkan oleh peneliti pada masing-masing variabel, tahapan selanjutnya adalah analisa data. Analisa data yang dilakukan peneliti menggunakan bantuan *SPSS 16.0 for Microsoft Windows*. Analisa persentase selanjutnya digunakan untuk mengetahui subyek berada dalam tingkat tinggi, sedang, atau rendah berdasarkan skor yang dimiliki masing-masing subyek. Peneliti menggunakan tiga tingkat kategorisasi, yaitu tingkat tinggi, tingkat sedang, dan tingkat rendah. Proses perhitungan atau penetapan nilai kategorisasi tersebut menggunakan norma yang terdapat pada tabel berikut:

Tabel 4.6 Norma Kategorisasi Dua Variabel

No.	Kategori	Kriteria
1	Tinggi	$X \geq (M+1SD)$
2	Sedang	$M-1SD \leq X \leq M + 1SD$
3	Rendah	$X \leq M - 1SD$

Keterangan:

X : Skor yang diperoleh subyek pada skala

M : Mean Hipotetik

SD : Standar Deviasi Hipotetik

1. Analisa Data Penerimaan Diri

Peneliti menganalisis data penerimaan diri untuk menentukan kategorisasi masing-masing subyek. Paparan analisa data yang digunakan oleh peneliti adalah sebagai berikut:

a. Mencari Mean Hipotetik (M) dan Standar Deviasi Hipotetik (SD)

Untuk mengetahui kategorisasi variabel penerimaan diri, maka terlebih dahulu mencari mean hipotetik (M) dan standar deviasi hipotetik(SD) yang akan dipaparkan pada tabel berikut:

Tabel 4.7 Rangkuman Hasil Data Statistik Penerimaan Diri

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
penerimaandiri	31	46	83	62.13	8.835
Valid N (listwise)	31				

b. Menentukan Kategorisasi

Peneliti selanjutnya menganalisa tingkat penerimaan diri pada masing-masing subyek penelitian, dengan cara melihat skor masing-masing subyek dan mencocokkannya pada norma yang sudah dibuat untuk kategorisasi. Di bawah ini akan dipaparkan kategorisasi dan pembagian tingkat penerimaan diri remaja di Panti Asuhan Nurul Abyadh malang menurut norma yang telah dibuat oleh peneliti:

Tabel 4.8 Kategorisasi Penerimaan Diri

Kategori	Norma	Hasil
Tinggi	$X \geq (M + 1SD)$	$X \geq 71$
Sedang	$M - 1SD \leq X \leq M + 1SD$	$53 \leq X \leq 71$
Rendah	$X \leq M - 1SD$	$X \leq 53$

c. Menentukan Persentase

Setelah mengetahui kategorisasi tingkat penerimaan diri masing-masing subyek, maka langkah selanjutnya adalah mengetahui persentase dengan menggunakan rumus berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P : Angka prosentase

F : Frekuensi yang sedang dicari prosentasenya

N : Jumlah frekuensi atau banyaknya individu

Hasil prosentase tingkat penerimaan diri remaja di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang adalah sebagai berikut:

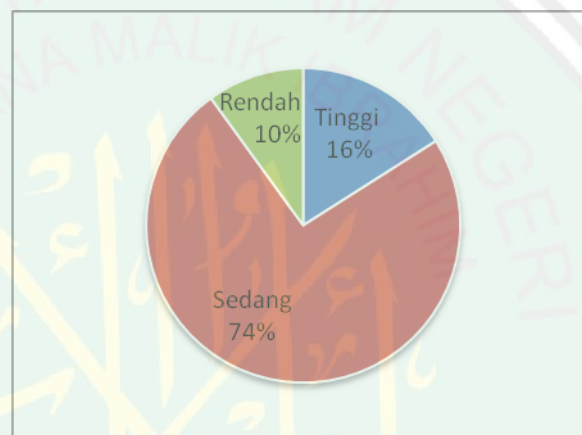
Tabel 4.9 Frekuensi dan Prosentase Tingkat Penerimaan Diri

Kategori	Norma	Frekuensi	Prosentase
Tinggi	$X \geq 71$	5	16%
Sedang	$53 \leq X \leq 71$	23	74%
Rendah	$X \leq 53$	3	10%

Berdasarkan uraian di atas dapat diketahui bahwasanya sebagian besar remaja yang tinggal di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang memiliki tingkat sedang dalam penerimaan dirinya. Hal tersebut terlihat dari prosentase yang mencapai 74% dari jumlah keseluruhan subyek 31 remaja. Subyek yang memiliki tingkat penerimaan diri tinggi ada 5

dengan prosentasenya sekitar 16% dari keseluruhan 31 subyek. Sedangkan subyek yang memiliki tingkat penerimaan diri rendah ada 3 dengan prosentase 10%. Berikut ini merupakan diagram prosentase tingkat penerimaan diri remaja di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang.

Gambar 4.1
Persentase Tingkat Penerimaan Diri



2. Aspek-aspek Penerimaan Diri

a. Mean Hipotetik (M) dan Standart Deviasi Hipotetik (SD)

Untuk mengetahui kategorisasi aspek-aspek penerimaan diri, maka terlebih dahulu mencari Mean Hipotetik (M) dan Standart Deviasi Hipotetik (SD) akan diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 4.10
Deskripsi Statistik Data Aspek Penerimaan Diri

Aspek	Skor Hipotetik			
	Min	Maks	M	SD
Menerima Diri	11	25	18	3
Tdk menolak	7	15	11	2
Yakin Mencintai	8	15	11	2
Merasa Berharga	5	10	8	1
Memiliki Keyakinan	7	19	13	2

Skor hipotetik aspek penerimaan diri didapatkan dari tabulasi data skor aspek penerimaan diri yang pertama yaitu aspek menerima diri apa adanya yang terdiri dari 5 item yang valid. Skor terendah tiap item= 1, dan skor tertinggi= 5. Berdasarkan jumlah item untuk aspek tersebut maka dapat diketahui bahwa skor total jawaban minimum = 11 dan skor jawaban maksimum= 25. Rerata hipotetik aspek menerima diri apa adanya adalah $\mu = (11+25) / 2 = 18$. Standart deviasi hipotetiknya sebesar= 3.

Aspek kedua penerimaan diri yaitu tidak menolak diri apabila memiliki kelebihan dan kekurangan yang didapatkan dari tabulasi data skor aspek tersebut terdiri dari 3 item yang valid. Berdasarkan jumlah item untuk aspek tersebut maka dapat diketahui bahwa skor total jawaban minimum = 7 dan skor jawaban maksimum= 15. Rerata hipotetik aspek tidak menolak diri apabila memiliki kelebihan dan kekurangan adalah $\mu = (7+15) / 2 = 11$. Standart deviasi hipotetiknya sebesar= 2.

Aspek ketiga penerimaan diri yaitu yakin bahwa untuk mencintai diri sendiri, tidak harus dicintai oleh orang lain dan dihargai oleh orang lain yang didapatkan dari tabulasi data skor aspek tersebut terdiri dari 3 item yang valid. Berdasarkan jumlah item untuk aspek tersebut maka dapat diketahui bahwa skor total jawaban minimum = 8 dan skor jawaban maksimum= 15. Rerata hipotetik aspek yakin bahwa untuk mencintai diri sendiri, tidak harus dicintai oleh orang lain dan dihargai oleh orang lain adalah $\mu = (8+15) / 2 = 11,5$. Standart deviasi hipotetiknya sebesar= 2.

Aspek keempat penerimaan diri yaitu untuk merasa berharga, seseorang tidak perlu merasa benar-benar sempurna yang didapatkan dari tabulasi data skor aspek tersebut terdiri dari 2 item yang valid. Berdasarkan jumlah item untuk aspek tersebut maka dapat diketahui bahwa skor total jawaban minimum = 5 dan skor jawaban maksimum = 10. Rerata hipotetik aspek yakin bahwa untuk mencintai diri sendiri, tidak harus dicintai oleh orang lain dan dihargai oleh orang lain adalah $\mu = (5+10) / 2 = 7,5$. Standart deviasi hipotetiknya sebesar = 1.

Aspek terakhir penerimaan diri yaitu memiliki keyakinan bahwa dia mampu untuk menghasilkan kerja yang berguna yang didapatkan dari tabulasi data skor aspek tersebut terdiri dari 4 item yang valid. Berdasarkan jumlah item untuk aspek tersebut maka dapat diketahui bahwa skor total jawaban minimum = 7 dan skor jawaban maksimum = 19. Rerata hipotetik aspek yakin bahwa untuk mencintai diri sendiri, tidak harus dicintai oleh orang lain dan dihargai oleh orang lain adalah $\mu = (7+19) / 2 = 13$. Standart deviasi hipotetiknya sebesar = 2.

b. Menentukan Kategorisasi

Dalam menganalisa aspek-aspek penerimaan diri pada masing-masing responden penelitian, berikut ini akan dipaparkan pengkategorisasian dan tingkat penerimaan diri remaja di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang. Berdasarkan rumus yang telah dipaparkan sebelumnya, maka kategorisasi aspek penerimaan diri adalah sebagai berikut:

Tabel 4.11
Kategorisasi Tingkat Aspek Penerimaan Diri

No	Aspek	Kategori	Norma	Hasil
1	Menerima diri apa adanya	Tinggi	$X \geq M+1SD$	$X \geq 21$
		Sedang	$M-1SD \leq X \leq M+1SD$	$15 \leq X \leq 21$
		Rendah	$X \leq M-1SD$	$X \leq 15$
2	Tidak menolak diri apabila memiliki kelebihan dan kekurangan	Tinggi	$X \geq M+1SD$	$X \geq 13$
		Sedang	$M-1SD \leq X \leq M+1SD$	$9 \leq X \leq 13$
		Rendah	$X \leq M-1SD$	$X \leq 9$
3	Yakin bahwa untuk mencintai diri sendiri, tidak harus dicintai oleh orang lain dan dihargai oleh orang lain	Tinggi	$X \geq M+1SD$	$X \geq 13$
		Sedang	$M-1SD \leq X \leq M+1SD$	$9 \leq X \leq 13$
		Rendah	$X \leq M-1SD$	$X \leq 9$
4	Untuk merasa berharga, seseorang tidak perlu merasa benar-benar sempurna	Tinggi	$X \geq M+1SD$	$X \geq 9$
		Sedang	$M-1SD \leq X \leq M+1SD$	$7 \leq X \leq 9$
		Rendah	$X \leq M-1SD$	$X \leq 7$
5	Memiliki keyakinan bahwa dia mampu untuk menghasilkan kerja yang berguna	Tinggi	$X \geq M+1SD$	$X \geq 15$
		Sedang	$M-1SD \leq X \leq M+1SD$	$11 \leq X \leq 15$
		Rendah	$X \leq M-1SD$	$X \leq 11$

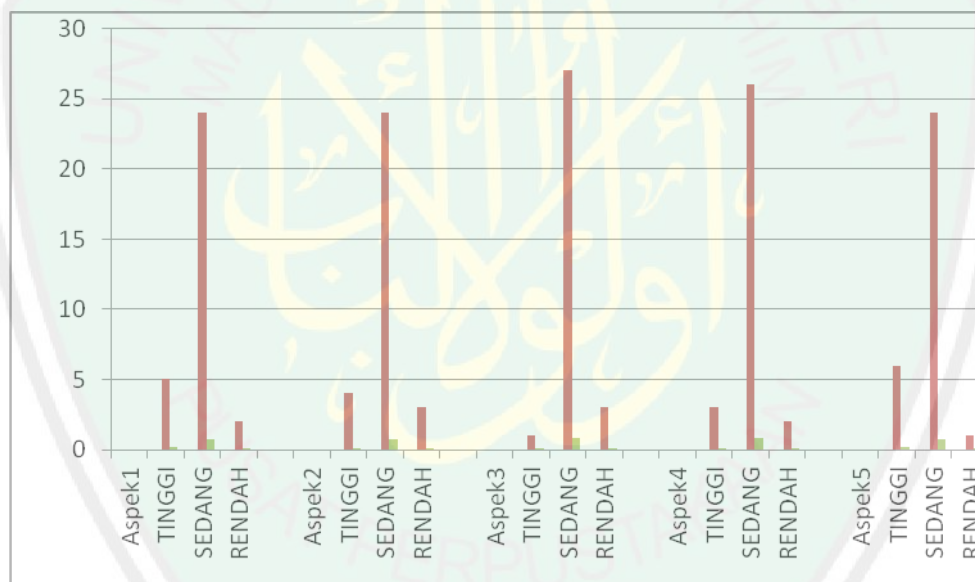
b. Menentukan Prosentase

Analisis hasil prosentase tingkat dari masing-masing aspek penerimaan diri remaja di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 4.12
Hasil Deskriptif Tingkat Aspek Penerimaan Diri

No	Aspek	Kategori	Hasil	F	P
1	Menerima diri apa adanya	Tinggi	$X \geq 21$	5	17%
		Sedang	$15 \leq X \leq 21$	24	78%
		Rendah	$X \leq 15$	2	6%
2	Tidak menolak diri apabila memiliki kelebihan dan kekurangan	Tinggi	$X \geq 13$	4	13%
		Sedang	$9 \leq X \leq 13$	24	77%
		Rendah	$X \leq 9$	3	10%

3	Yakin bahwa untuk mencintai diri sendiri, tidak harus dicintai oleh orang lain dan dihargai oleh orang lain	Tinggi	$X \geq 13$	1	3%
		Sedang	$9 \leq X \leq 13$	27	87%
		Rendah	$X \leq 9$	3	10%
4	Untuk merasa berharga, seseorang tidak perlu merasa benar-benar sempurna	Tinggi	$X \geq 9$	3	10%
		Sedang	$7 \leq X \leq 9$	26	84%
		Rendah	$X \leq 7$	2	6%
5	Memiliki keyakinan bahwa dia mampu untuk menghasilkan kerja yang berguna	Tinggi	$X \geq 15$	6	20%
		Sedang	$11 \leq X \leq 15$	24	77%
		Rendah	$X \leq 11$	1	3%



Gambar 4.2
Histogram Aspek Penerimaan Diri

Berdasarkan tabel histogram di atas dapat diketahui bahwa dari keseluruhan tingkat dari masing-masing aspek penerimaan diri remaja di panti asuhan Nurul Abyadh Malang yang dilihat dari kelima aspek di atas menunjukkan aspek menerima diri apa adanya dengan hasil skor tinggi sebesar 17% dengan jumlah frekuensi 5 remaja kemudian hasil skor sedang sebesar 77% dengan jumlah frekuensi sebesar 24 remaja dan yang

memiliki hasil skor rendah 6% dengan jumlah frekuensi 2 remaja. Aspek tidak menolak diri apabila memiliki kelebihan dan kekurangan memiliki hasil skor tinggi sebesar 13% dengan jumlah frekuensi 4 remaja kemudian hasil skor sedang sebesar 77% dengan jumlah frekuensi sebesar 24 remaja dan yang memiliki hasil skor rendah 10% dengan jumlah frekuensi 3 remaja. Aspek yakin bahwa untuk mencintai diri sendiri, tidak harus dicintai oleh orang lain dan dihargai oleh orang lain memiliki hasil skor tinggi 3% dengan jumlah frekuensi 1 remaja kemudian hasil skor sedang sebesar 87% dengan jumlah frekuensi sebesar 27 remaja dan yang memiliki hasil skor rendah 10% dengan jumlah frekuensi 3 remaja. Aspek untuk merasa berharga, seseorang tidak perlu merasa benar-benar sempurna memiliki skor tinggi sebesar 10% dengan jumlah frekuensi 3 remaja kemudian hasil skor sedang sebesar 84% dengan jumlah frekuensi sebesar 26 remaja dan yang memiliki hasil skor rendah 6% dengan jumlah frekuensi 2 remaja. Terakhir aspek memiliki keyakinan bahwa dia mampu untuk menghasilkan kerja yang berguna memiliki hasil skor tinggi sebesar 20% dengan jumlah frekuensi 6 remaja kemudian hasil skor sedang sebesar 77% dengan jumlah frekuensi sebesar 24 remaja dan yang memiliki hasil skor rendah 3% dengan frekuensi 1 remaja. Dari data di atas dapat disimpulkan bahwa kelima aspek penerimaan diri mayoritas berada pada kategori sedang.

Hasil analisis ini menunjukkan bahwa kelima aspek tersebut belum sepenuhnya dimiliki para remaja yang tinggal di panti asuhan Nurul

Abyadh Malang. Ada beberapa remaja yang sudah memiliki penerimaan diri yang tinggi, terbukti beberapa remaja tersebut selalu memiliki hasil skor yang tinggi pada setiap aspeknya. Akan tetapi, ada juga beberapa remaja yang masih memiliki tingkat penerimaan diri yang rendah. Sebagian besar remaja yang tinggal di panti asuhan Nurul Abyadh Malang memiliki tingkat penerimaan diri dalam kategori sedang.

b. Analisa Data Kebahagiaan

Peneliti menganalisis data kebahagiaan untuk menentukan kategorisasi masing-masing subyek. Paparan analisa data yang digunakan oleh peneliti adalah sebagai berikut.

a. Mencari Mean Hipotetik (M) dan Standar Deviasi Hipotetik (SD)

Sebelum mengetahui kategorisasi variabel kebahagiaan, maka terlebih dahulu mencari mean hipotetik (M) dan standar deviasi hipotetik (SD). Berikut ini adalah tabel hasil analisis untuk variabel kebahagiaan:

Tabel 4.13 Rangkuman Hasil Data Statistik Kebahagiaan

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
kebahagiaan	31	39	83	58.71	9.389
Valid N (listwise)	31				

b. Menentukan Kategorisasi

Peneliti selanjutnya menganalisa tingkat kebahagiaan pada masing-masing subyek penelitian, dengan cara melihat skor masing-masing

subyek dan mencocokkannya pada norma yang sudah dibuat untuk kategorisasi. Di bawah ini akan dipaparkan kategorisasi dan pembagian tingkat kebahagiaan remaja di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang menurut norma yang telah dibuat oleh peneliti.

Tabel 4.14 Norma Kategorisasi Kebahagiaan

Kategori	Norma	Hasil
Tinggi	$X \geq (M + 1SD)$	$X \geq 68$
Sedang	$M - 1SD \leq X \leq M + 1SD$	$50 \leq X \leq 68$
Rendah	$X \leq M - 1SD$	$X \leq 50$

c. Menentukan Persentase

Analisa setelah menghitung dan menetapkan norma adalah menentukan kategori tingkat kebahagiaan masing-masing subyek. Maka langkah selanjutnya adalah menghitung persentase dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P : Angka prosentase

F : Frekuensi yang sedang dicari prosentasenya

N : Jumlah frekuensi atau banyaknya individu

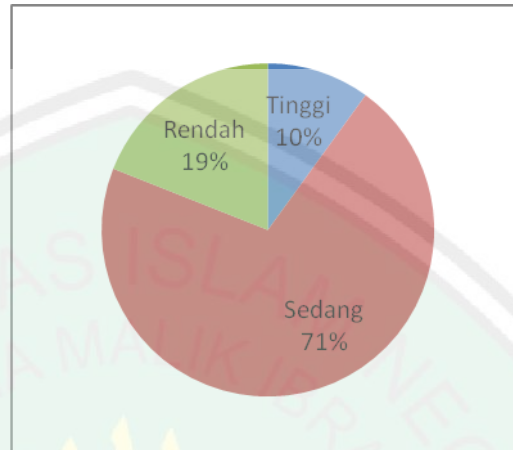
Hasil persentase tingkat kebahagiaan remaja di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang adalah sebagai berikut:

Tabel 4.15 Frekuensi dan Persentase Tingkat Kebahagiaan

Kategori	Norma	Frekuensi	Prosentase
Tinggi	$X \geq 68$	3	10%
Sedang	$50 \leq X \leq 68$	22	71%
Rendah	$X \leq 50$	6	19%

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa sebagian besar remaja yang tinggal di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang berada dalam tingkat kebahagiaan yang Sedang. Hal tersebut ditunjukkan dengan hasil persentase tingkat sedang sebesar 71% dengan jumlah 22 subyek. Remaja yang memiliki tingkat kebahagiaan tinggi memiliki skor persentase sebesar 10% dengan jumlah 3 subyek. Sedangkan remaja yang memiliki tingkat kebahagiaan rendah memiliki skor persentase sebesar 19% dengan jumlah 6 subyek. Berikut merupakan diagram persentase tingkat kebahagiaan remaja di panti Asuhan Nurul Abyadh Malang.

Gambar 4.3
Persentase Tingkat Kebahagiaan



c. Aspek-aspek Kebahagiaan

a. Mean Hipotetik (M) dan Standart Deviasi Hipotetik (SD)

Untuk mengetahui kategorisasi aspek-aspek kebahagiaan, maka terlebih dahulu mencari Mean Hipotetik (M) dan Standart Deviasi Hipotetik (SD) akan diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 4.16
Deskripsi Statistik Data Aspek Kebahagiaan

Variabel	Skor Hipotetik			
	Min	Maks	M	SD
Kepuasan terhadap hidup yang dijalani	6	15	11	2
Bersikap ramah	1	5	3	1
Bersikap empati	1	5	3	1
Memiliki pola berpikir positif	8	15	11	2
Merasakan kesejahteraan hidup	9	19	14	2
Ceria	3	10	7	1
Harga diri yang positif	6	15	9	2

Skor hipotetik aspek kebahagiaan didapatkan dari tabulasi data skor aspek kebahagiaan yang pertama yaitu aspek kepuasan terhadap hidup yang

dijalani yang terdiri dari 3 item yang valid. Skor terendah tiap item= 1, dan skor tertinggi= 5. Berdasarkan jumlah item untuk aspek tersebut maka dapat diketahui bahwa skor total jawaban minimum= 6 dan skor jawaban maksimum= 15. Rerata hipotetik aspek kepuasan terhadap hidup yang dijalani adalah $\mu = 11$. Standart Deviasi hipotetiknya sebesar=2.

Aspek kedua kebahagiaan yaitu bersikap ramah yang didapatkan dari tabulasi data skor aspek tersebut terdiri dari 1 item yang valid. Skor terendah tiap item=1, dan skor tertinggi= 5. Berdasarkan jumlah item untuk aspek tersebut maka dapat diketahui bahwa skor total jawaban minimum= 1 dan skor jawaban maksimum= 5. Rerata hipotetik aspek bersikap ramah adalah $\mu = 3$. Standart Deviasi hipotetiknya sebesar= 1.

Aspek ketiga kebahagiaan yaitu bersikap empati yang didapatkan dari tabulasi data skor aspek tersebut terdiri dari 1 item yang valid. Skor terendah tiap item=1, dan skor tertinggi= 5. Berdasarkan jumlah item untuk aspek tersebut maka dapat diketahui bahwa skor total jawaban minimum= 1 dan skor jawaban maksimum= 5. Rerata hipotetik aspek bersikap ramah adalah $\mu = 3$. Standart Deviasi hipotetiknya sebesar= 1.

Aspek keempat kebahagiaan yaitu aspek memiliki pola berpikir positif yang terdiri dari 3 item yang valid. Skor terendah tiap item=1, dan skor tertinggi= 5. Berdasarkan jumlah item untuk aspek tersebut maka dapat diketahui bahwa skor total jawaban minimum= 8 dan skor jawaban maksimum= 15. Rerata hipotetik aspek memiliki pola berpikir positif adalah $\mu = 11$. Standart Deviasi hipotetiknya sebesar= 2.

Aspek kelima kebahagiaan yaitu merasakan kesejahteraan yang didapatkan dari tabulasi data skor aspek tersebut terdiri dari 4 item yang valid. Skor terendah tiap item=1, dan skor tertinggi= 5. Berdasarkan jumlah item untuk aspek tersebut maka dapat diketahui bahwa skor total jawaban minimum= 9 dan skor jawaban maksimum= 19. Rerata hipotetik aspek merasakan kesejahteraan adalah $\mu = 14$. Standart Deviasi hipotetiknya sebesar= 2.

Aspek keenam kebahagiaan yaitu ceria yang didapatkan dari tabulasi data skor aspek tersebut terdiri dari 2 item yang valid. Skor terendah tiap item=1, dan skor tertinggi= 5. Berdasarkan jumlah item untuk aspek tersebut maka dapat diketahui bahwa skor total jawaban minimum= 3 dan skor jawaban maksimum= 10. Rerata hipotetik aspek ceria adalah $\mu = 7$. Standart Deviasi hipotetiknya sebesar= 1.

Aspek terakhir kebahagiaan yaitu harga diri yang positif yang didapatkan dari tabulasi data skor aspek tersebut terdiri dari 3 item yang valid. Skor terendah tiap item=1, dan skor tertinggi= 5. Berdasarkan jumlah item untuk aspek tersebut maka dapat diketahui bahwa skor total jawaban minimum= 6 dan skor jawaban maksimum= 15. Rerata hipotetik aspek merasakan kesejahteraan adalah $\mu = 9$. Standart Deviasi hipotetiknya sebesar= 2.

b. Menentukan Kategorisasi

Dalam menganalisa aspek-aspek kebahagiaan pada masing-masing responden penelitian, berikut ini akan dipaparkan pengkategorisasian dan

tingkat kebahagiaan remaja di panti asuhan Nurul Abyadh Malang. Berdasarkan rumus yang telah dipaparkan sebelumnya, maka kategorisasi aspek kebahagiaan adalah sebagai berikut:

Tabel 4.17
Kategorisasi Tingkat Aspek Kebahagiaan

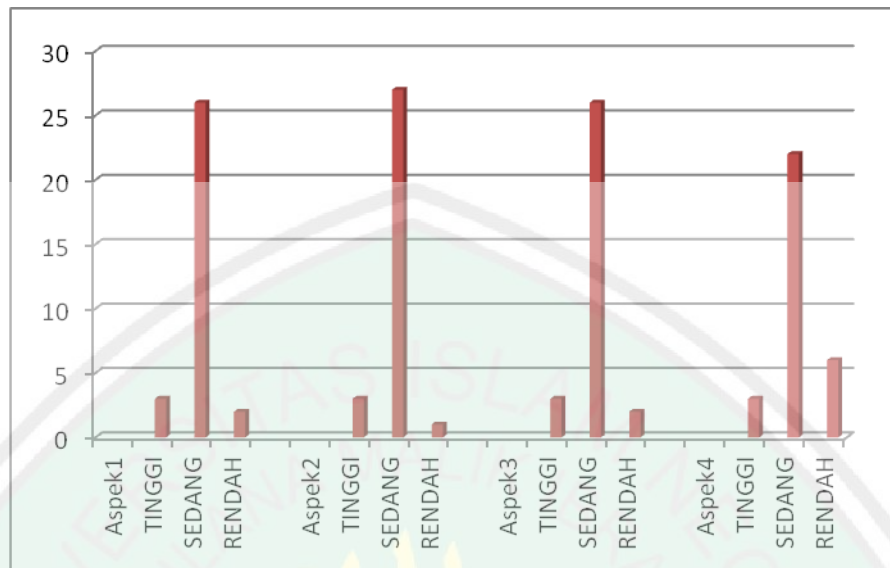
No	Aspek	Kategori	Norma	Hasil
1	Kepuasan terhadap hidup yang dijalani	Tinggi	$X \geq M+1SD$	$X \geq 13$
		Sedang	$M-1SD \leq X \leq M+1SD$	$9 \leq X \leq 13$
		Rendah	$X \leq M-1SD$	$X \leq 9$
2	Bersikap ramah	Tinggi	$X \geq M+1SD$	$X \geq 4$
		Sedang	$M-1SD \leq X \leq M+1SD$	$2 \leq X \leq 4$
		Rendah	$X \leq M-1SD$	$X \leq 2$
3	Bersikap empati	Tinggi	$X \geq M+1SD$	$X \geq 4$
		Sedang	$M-1SD \leq X \leq M+1SD$	$2 \leq X \leq 4$
		Rendah	$X \leq M-1SD$	$X \leq 2$
4	Memiliki pola berpikir positif	Tinggi	$X \geq M+1SD$	$X \geq 13$
		Sedang	$M-1SD \leq X \leq M+1SD$	$9 \leq X \leq 13$
		Rendah	$X \leq M-1SD$	$X \leq 9$
5	Merasakan kesejahteraan hidup	Tinggi	$X \geq M+1SD$	$X \geq 16$
		Sedang	$M-1SD \leq X \leq M+1SD$	$12 \leq X \leq 16$
		Rendah	$X \leq M-1SD$	$X \leq 12$
6	Ceria	Tinggi	$X \geq M+1SD$	$X \geq 8$
		Sedang	$M-1SD \leq X \leq M+1SD$	$6 \leq X \leq 8$
		Rendah	$X \leq M-1SD$	$X \leq 6$
7	Harga diri yang positif	Tinggi	$X \geq M+1SD$	$X \geq 11$
		Sedang	$M-1SD \leq X \leq M+1SD$	$7 \leq X \leq 11$
		Rendah	$X \leq M-1SD$	$X \leq 7$

c. Menentukan Prosentase

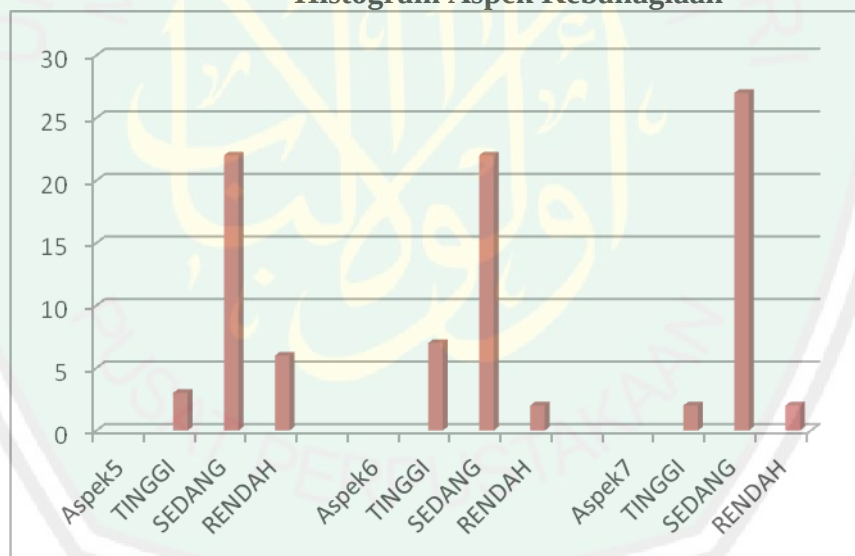
Analisis hasil prosentase tingkat dari masing-masing aspek kebahagiaan remaja di panti asuhan Nurul Abyadh Malang dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 4.18
Hasil Deskriptif Tingkat Aspek Kebahagiaan

No	Aspek	Kategori	Hasil	F	P
1	Kepuasan terhadap hidup yang dijalani	Tinggi	$X \geq 13$	3	10%
		Sedang	$9 \leq X \leq 13$	26	84%
		Rendah	$X \leq 9$	2	6%
2	Bersikap ramah	Tinggi	$X \geq 4$	3	10%
		Sedang	$2 \leq X \leq 4$	27	87%
		Rendah	$X \leq 2$	1	3%
3	Bersikap empati	Tinggi	$X \geq 4$	3	10%
		Sedang	$2 \leq X \leq 4$	26	84%
		Rendah	$X \leq 2$	2	6%
4	Memiliki pola berpikir positif	Tinggi	$X \geq 13$	3	10%
		Sedang	$9 \leq X \leq 13$	22	71%
		Rendah	$X \leq 9$	6	19%
5	Merasakan kesejahteraan hidup	Tinggi	$X \geq 16$	3	10%
		Sedang	$12 \leq X \leq 16$	22	71%
		Rendah	$X \leq 12$	6	19%
6	Ceria	Tinggi	$X \geq 8$	7	23%
		Sedang	$6 \leq X \leq 8$	22	71%
		Rendah	$X \leq 6$	2	6%
7	Harga diri yang positif	Tinggi	$X \geq 11$	2	6%
		Sedang	$7 \leq X \leq 11$	27	88%
		Rendah	$X \leq 7$	2	6%



Gambar 4.4
Histogram Aspek Kebahagiaan



Gambar 4.4
Histogram Aspek Kebahagiaan 2

Berdasarkan histogram di atas, dapat diketahui bahwa dari keseluruhan tingkat dari masing-masing aspek kebahagiaan remaja di panti asuhan Nurul Abyadh Malang yang dilihat dari ketujuh aspek di atas menunjukkan aspek kepuasan dalam menjalani hidup dengan hasil skor tinggi sebesar 10% dengan jumlah frekuensi sebesar 3 remaja kemudian

hasil skor sedang sebesar 84% dengan jumlah frekuensi sebesar 26 remaja dan rendah sebesar 6% dengan jumlah frekuensi 2 remaja. Aspek bersikap ramah, hasil skor yang tinggi sebesar 10% dengan jumlah frekuensi 3 remaja kemudian hasil skor sedang sebesar 87% dengan jumlah frekuensi 27 remaja dan yang memiliki hasil skor rendah 3% dengan jumlah frekuensi 1 remaja. Aspek bersikap empati, hasil skor yang tinggi 10% dengan jumlah frekuensi 3 remaja kemudian hasil skor sedang sebesar 84% dengan jumlah frekuensi 26 remaja dan yang memiliki hasil skor rendah 6% dengan jumlah frekuensi 2 remaja. Aspek memiliki pola pikir positif, hasil skor yang tinggi sebesar 10% dengan jumlah frekuensi 3 remaja kemudian hasil skor sedang sebesar 71% dengan jumlah frekuensi 22 remaja dan yang memiliki hasil skor rendah 19% dengan jumlah frekuensi 6 remaja.

Aspek merasakan kesejahteraan hidup, hasil skor yang tinggi 10% dengan jumlah frekuensi 3 remaja kemudian hasil skor sedang sebesar 71% dengan jumlah frekuensi 22 remaja dan yang memiliki hasil skor rendah 19% dengan jumlah frekuensi 6 remaja. Aspek ceria, hasil skor yang tinggi sebesar 23% dengan jumlah frekuensi 7 remaja kemudian hasil skor sedang sebesar 71% dengan jumlah frekuensi 22 remaja dan yang memiliki hasil skor rendah 6% dengan jumlah frekuensi 2 remaja. Aspek harga diri yang positif, hasil skor yang tinggi 6% dengan jumlah frekuensi 2 remaja kemudian hasil skor sedang sebesar 88% dengan jumlah

frekuensi 27 remaja dan yang memiliki hasil skor rendah 6% dengan jumlah frekuensi 2 remaja.

Hasil analisis ini menunjukkan bahwa belum sepenuhnya ketujuh aspek tersebut telah dimiliki oleh remaja di panti asuhan Nurul Abyad Malang. Dari hasil analisis di atas, mayoritas remaja memiliki kebahagiaan berada pada tingkat kategori sedang. Ada beberapa remaja yang sudah memiliki kebahagiaan pada tingkat kategori tinggi. Ini menunjukkan bahwa remaja yang sudah memiliki tingkat kebahagiaan tinggi sudah dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya, merasa aman, nyaman, lebih sering menggunakan pikirannya untuk hal-hal yang positif serta ia bisa lebih berprestasi dibandingkan remaja yang masih memiliki tingkat kebahagiaan sedang maupun rendah. Sedangkan remaja yang masih berada pada tingkat kebahagiaan rendah belum dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya secara baik, ada kendala untuk merealisasikan antara keinginan dan realita dalam hidupnya, belum merasakan kepuasan dalam hidup serta mereka masih membutuhkan bimbingan yang lebih yang dapat meningkatkan tingkat kebahagiaannya.

5. Analisis Hubungan antara Penerimaan Diri dengan Kebahagiaan

Untuk menganalisa korelasi antara penerimaan diri dengan kebahagiaan pada remaja yang tinggal di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang digunakan uji hipotesis terlebih dahulu dengan metode analisis statistik *product moment* menggunakan program *SPSS 16.0 for windows*. Hasil uji hipotesis dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 4.19 Hasil Uji Korelasi Dua Variabel**Correlations**

		Penerimaan_diri	Kebahagiaan
Penerimaan_diri	Pearson Correlation	1	.699**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	31	31
Kebahagiaan	Pearson Correlation	.699**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	31	31

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

Hasil uji hipotesis menunjukkan adanya korelasi positif antara penerimaan diri dengan kebahagiaan dengan koefisien korelasi (r) sebesar 0,699 dan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut memiliki hubungan korelasi positif, yaitu apabila semakin tinggi skor penerimaan diri maka semakin tinggi pula skor kebahagiaan. Skor yang menyatakan besar korelasi antara penerimaan diri dengan kebahagiaan adalah 0,699

Koefisien korelasi selalu bergerak diantara 0,000 dan $\pm 1,000$. Koefisien korelasi dari 0,000 sampai +1,000 menunjukkan korelasi positif, sedangkan 0,000 sampai -1,000 menunjukkan korelasi yang negatif. Besar nilai korelasi yang mendekati angka 1,000 menunjukkan semakin kuat korelasi yang dimiliki (Hadi, 2015: 354). Hasil analisis yang menunjukkan koefisien korelasi 0,699 menandakan korelasi yang berjalan antara dua variabel tersebut adalah korelasi positif. Dari hasil uji korelasi tersebut

didapatkan hasil bahwasanya hipotesis penelitian diterima bahwasanya ada hubungan antara variabel X dan variabel Y.

6. Analisis Hubungan Aspek Penerimaan Diri dan Aspek Kebahagiaan

Uji korelasi pada aspek-aspek pada variabel independen (Penerimaan Diri) terhadap variabel dependen (Kebahagiaan):

1. Aspek Pembentuk Utama Penerimaan Diri

Tabel 4.20
Pembentuk Utama Penerimaan Diri

Aspek Penerimaan Diri	R	P	Kesimpulan
Menerima diri apa adanya	0,896	0,000	Signifikan
Tidak menolak diri apabila memiliki kelebihan dan kekurangan	0,821	0,000	Signifikan
Yakin bahwa untuk mencintai diri sendiri, tidak harus dicintai oleh orang lain dan dihargai oleh orang lain	0,776	0,000	Signifikan
Untuk merasa berharga, seseorang tidak perlu merasa benar-benar sempurna	0,742	0,000	Signifikan
Memiliki keyakinan bahwa dia mampu untuk menghasilkan kerja yang berguna	0,819	0,000	Signifikan

Berdasarkan tabel di atas, mengartikan bahwa dari kelima aspek penerimaan diri yang menunjukkan aspek pembentuk utama penerimaan diri dengan nilai total tertinggi ada 3 yaitu aspek menerima diri apa adanya sebesar 0,896 dengan taraf signifikan 0,000, aspek tidak menolak diri

apabila memiliki kelebihan dan kekurangan sebesar 0,821 dengan taraf signifikan 0,000, dan aspek memiliki keyakinan bahwa dia mampu untuk menghasilkan kerja yang berguna sebesar 0,819 dengan taraf signifikan 0,000. Sedangkan dua aspek penerimaan diri yang lain nilai totalnya yaitu aspek yakin bahwa untuk mencintai diri sendiri, tidak harus dicintai oleh orang lain dan dihargai oleh orang lain sebesar 0,776 dan yang terakhir aspek untuk merasa berharga, seseorang tidak perlu merasa benar-benar sempurna sebesar 0,742. Sehingga dapat diartikan bahwa aspek utama penerimaan diri adalah menerima diri apa adanya karena seseorang bisa dikatakan memiliki penerimaan diri yang baik jika ia mampu mengenali kenyataan dirinya, jujur dalam menilai diri sendiri, menyadari serta dapat menerima kelebihan maupun kekurangannya.

2. Aspek Pembentuk Utama Kebahagiaan

Tabel 4.21
Pembentuk Utama Kebahagiaan

Aspek Kebahagiaan	R	P	Kesimpulan
Kepuasan terhadap hidup yang dijalani	0,816	0,000	Signifikan
Bersikap ramah	0,474	0,007	Signifikan
Bersikap empati	0,581	0,001	Signifikan
Memiliki pola berpikir positif	0,820	0,000	Signifikan
Merasakan kesejahteraan hidup	0,910	0,000	Signifikan
Ceria	0,717	0,000	Signifikan
Harga diri yang positif	0,869	0,000	Signifikan

Berdasarkan tabel di atas mengartikan bahwa dari ketujuh aspek kebahagiaan yang menunjukkan aspek pembentuk utama kebahagiaan dengan nilai total tertinggi ada 2 yaitu aspek merasakan kesejahteraan

hidup sebesar 0,910 dengan taraf signifikan 0,000 dan harga diri yang positif sebesar 0,869 dengan taraf signifikan 0,000. Sedangkan kelima aspek kebahagiaan nilai totalnya yaitu aspek memiliki pola berpikir positif sebesar 0,820, aspek kepuasan terhadap hidup yang dijalani sebesar 0,816, aspek ceria sebesar 0,717, aspek bersikap empati sebesar 0,581, dan terakhir aspek bersikap ramah sebesar 0,474. Sehingga dapat diartikan bahwa aspek utama kebahagiaan adalah merasakan kesejahteraan hidup karena adanya perasaan aman, nyaman serta senang yang dimiliki oleh para remaja di panti asuhan Nurul Abyadh Malang. Para remaja merasa nyaman berada di panti asuhan karena banyak teman bermain, teman belajar, serta pelayanan yang baik dari pihak panti asuhan tersebut.

3. Aspek Kepuasan terhadap Hidup yang Dijalani

Tabel 4.22
Uji Korelasi Penerimaan Diri terhadap Aspek Kepuasan

Aspek	Pearson Correlation	Sig.	Keterangan	Kesimpulan
Menerima Diri	0,679	0,000	$P < 0,01$	Signifikan
Tidak Menolak	0,639	0,000	$P < 0,01$	Signifikan
Yakin Mencintai	0,596	0,000	$P < 0,01$	Signifikan
Merasa Berharga	0,635	0,000	$P < 0,01$	Signifikan
Memiliki Keyakinan	0,462	0,009	$P < 0,01$	Signifikan

Berdasarkan tabel di atas mengartikan bahwa terdapat hubungan yang positif antara penerimaan diri dalam hal kepuasan terhadap hidup yang dijalani terhadap aspek menerima diri sebesar 0,679 dengan taraf signifikan 0,000. Adapun penerimaan diri pada aspek tidak menolak

sebesar 0,639 dengan taraf signifikan 0,000, kemudian penerimaan diri pada aspek yakin mencintai sebesar 0,596 dengan taraf signifikan 0,000, penerimaan diri pada aspek merasa berharga sebesar 0,635 dengan taraf signifikan 0,000, dan terakhir penerimaan diri pada aspek memiliki keyakinan sebesar 0,462 dengan taraf signifikan 0,009, yang berarti terdapat hubungan kelima aspek penerimaan diri tersebut signifikan. Artinya semakin besar nilai pada penerimaan diri, maka semakin tinggi pula aspek kepuasan terhadap hidup yang dijalani dan sebaliknya. Sehingga dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara penerimaan diri baik dalam hal menerima diri, tidak menolak, yakin mencintai, merasa berharga dan memiliki keyakinan terhadap aspek kepuasan terhadap hidup yang dijalani pada remaja di panti asuhan Nurul Abyadh Malang.

4. Aspek Bersikap Ramah

Tabel 4.23
Uji Korelasi Penerimaan Diri terhadap Aspek Bersikap Ramah

Aspek	Pearson Correlation	Sig.	Keterangan	Kesimpulan
Menerima Diri	0,372	0,039	$P < 0,05$	Signifikan
Tidak Menolak	0,323	0,077	$P < 0,05$	Tidak Signifikan
Yakin Mencintai	0,483	0,006	$P < 0,01$	Signifikan
Merasa Berharga	0,358	0,048	$P < 0,05$	Signifikan
Memiliki Keyakinan	0,612	0,000	$P < 0,01$	Signifikan

Berdasarkan tabel di atas mengartikan bahwa terdapat hubungan yang positif antara penerimaan diri dalam hal bersikap ramah terhadap

aspek menerima diri sebesar 0,372 dengan taraf signifikan 0,039. Adapun penerimaan diri pada aspek tidak menolak sebesar 0,323 dengan taraf signifikan 0,077, penerimaan diri pada aspek yakin mencintai sebesar 0,483 dengan taraf signifikan 0,006, kemudian penerimaan diri pada aspek merasa berharga sebesar 0,358 dengan taraf signifikan 0,048 dan terakhir penerimaan diri pada aspek memiliki keyakinan sebesar 0,612 dengan taraf signifikan 0,000. Berarti terdapat hubungan keempat aspek penerimaan diri yaitu aspek menerima diri, yakin mencintai, merasa berharga dan memiliki keyakinan tersebut signifikan tetapi pada aspek tidak menolak diri apabila memiliki kelebihan dan kekurangan terhadap aspek bersikap ramah tidak signifikan. Artinya semakin besar nilai pada penerimaan diri, maka semakin tinggi pula aspek bersikap ramah dan sebaliknya. Sehingga dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara penerimaan diri baik dalam hal menerima diri, yakin mencintai, merasa berharga dan memiliki keyakinan terhadap aspek bersikap ramah tetapi pada aspek tidak menolak diri apabila memiliki kelebihan dan kekurangan menunjukkan tidak adanya hubungan terhadap aspek bersikap ramah pada remaja di panti asuhan Nurul Abyadh Malang.

5. Aspek Bersikap Empati

Tabel 4.24
Uji Korelasi Penerimaan Diri terhadap Aspek Bersikap Empati

Aspek	Pearson Correlation	Sig.	Keterangan	Kesimpulan
Menerima Diri	0,148	0,428	$P < 0,05$	Tidak Signifikan
Tidak Menolak	0,210	0,256	$P < 0,05$	Tidak Signifikan

Yakin Mencintai	0,405	0,024	$P < 0,05$	Signifikan
Merasa Berharga	0,147	0,431	$P < 0,05$	Tidak Signifikan
Memiliki Keyakinan	0,123	0,509	$P < 0,05$	Tidak Signifikan

Berdasarkan tabel di atas mengartikan bahwa pada aspek bersikap empati terhadap aspek menerima diri sebesar 0,148 dengan taraf signifikan 0,428. Adapun penerimaan diri pada aspek tidak menolak sebesar 0,210 dengan taraf signifikan 0,256, kemudian penerimaan diri pada aspek yakin mencintai sebesar 0,405 dengan taraf signifikan 0,024, penerimaan diri pada aspek merasa berharga sebesar 0,147 dengan taraf signifikan 0,431 dan terakhir penerimaan diri pada aspek memiliki keyakinan sebesar 0,123 dengan taraf signifikan 0,509. Dari hasil di atas dapat diketahui bahwa dari kelima aspek penerimaan diri hanya ada satu aspek yang berhubungan dengan bersikap empati yaitu aspek yakin bahwa untuk mencintai diri sendiri, tidak harus dicintai oleh orang lain dan dihargai oleh orang lain.

6. Aspek Memiliki Pola Berpikir Positif

Tabel 4.25
Uji Korelasi Penerimaan Diri terhadap Aspek Berpikir Positif

Aspek	Pearson Correlation	Sig.	Keterangan	Kesimpulan
Menerima Diri	0,478	0,006	$P < 0,01$	Signifikan
Tidak Menolak	0,403	0,024	$P < 0,05$	Signifikan
Yakin Mencintai	0,487	0,005	$P < 0,01$	Signifikan
Merasa Berharga	0,495	0,005	$P < 0,01$	Signifikan
Memiliki Keyakinan	0,479	0,006	$P < 0,01$	Signifikan

Berdasarkan tabel di atas bahwa terdapat hubungan yang positif antara penerimaan diri dalam hal memiliki pola berpikir positif terhadap aspek menerima diri sebesar 0,478 dengan taraf signifikan 0,006. Adapun penerimaan diri pada aspek tidak menolak sebesar 0,403 dengan taraf signifikan 0,024, penerimaan diri pada aspek yakin mencintai sebesar 0,487 dengan taraf signifikan 0,005, kemudian penerimaan diri pada aspek merasa berharga sebesar 0,495 dengan taraf signifikan 0,005 dan terakhir penerimaan diri pada aspek memiliki keyakinan sebesar 0,479 dengan taraf signifikan 0,006. Berarti terdapat hubungan pada semua aspek penerimaan diri terhadap aspek memiliki pola berpikir positif pada remaja di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang.

7. Aspek Merasakan Kesejahteraan Hidup

Tabel 4.26
Uji Korelasi Penerimaan Diri terhadap Aspek Kesejahteraan

Aspek	Pearson Correlation	Sig.	Keterangan	Kesimpulan
Menerima Diri	0,466	0,008	$P < 0,01$	Signifikan
Tidak Menolak	0,465	0,008	$P < 0,01$	Signifikan
Yakin Mencintai	0,684	0,000	$P < 0,01$	Signifikan
Merasa Berharga	0,441	0,013	$P < 0,05$	Signifikan
Memiliki Keyakinan	0,433	0,015	$P < 0,05$	Signifikan

Berdasarkan tabel di atas mengartikan bahwa terdapat hubungan yang positif antara penerimaan diri dalam hal merasakan kesejahteraan hidup terhadap semua aspek. Penerimaan diri pada aspek menerima diri

sebesar 0,466 dengan taraf signifikan 0,008, penerimaan diri pada aspek tidak menolak sebesar 0,465 dengan taraf signifikan 0,008, penerimaan diri pada aspek yakin mencintai sebesar 0,684 dengan taraf signifikan 0,000, kemudian penerimaan diri pada aspek merasa berharga sebesar 0,441 dengan taraf signifikan 0,013 dan terakhir penerimaan diri pada aspek memiliki keyakinan sebesar 0,433 dengan taraf signifikan 0,015.

8. Aspek Merasakan Ceria

Tabel 4.27
Uji Korelasi Penerimaan Diri terhadap Aspek Ceria

Aspek	Pearson Correlation	Sig.	Keterangan	Kesimpulan
Menerima Diri	0,362	0,045	$P < 0,05$	Signifikan
Tidak Menolak	0,260	0,157	$P < 0,05$	Tidak Signifikan
Yakin Mencintai	0,449	0,011	$P < 0,05$	Signifikan
Merasa Berharga	0,512	0,003	$P < 0,01$	Signifikan
Memiliki Keyakinan	0,181	0,330	$P < 0,05$	Tidak Signifikan

Berdasarkan tabel di atas mengartikan bahwa pada aspek merasakan ceria terhadap aspek menerima diri sebesar 0,362 dengan taraf signifikan 0,045. Adapun penerimaan diri pada aspek tidak menolak sebesar 0,260 dengan taraf signifikan 0,157, kemudian penerimaan diri pada aspek yakin mencintai sebesar 0,449 dengan taraf signifikan 0,011, penerimaan diri pada aspek merasa berharga sebesar 0,512 dengan taraf signifikan 0,003 dan terakhir penerimaan diri pada aspek memiliki keyakinan sebesar 0,181 dengan taraf signifikan 0,330. Berarti dari hasil di

atas diketahui bahwa ada dua aspek penerimaan diri yang tidak berhubungan terhadap aspek merasakan ceria yaitu aspek tidak menolak diri apabila memiliki kelebihan dan kekurangan dan aspek memiliki keyakinan bahwa dia mampu untuk menghasilkan kerja yang berguna. Sedangkan aspek penerimaan diri yang memiliki hubungan terhadap aspek merasakan ceria yaitu aspek menerima diri, yakin mencintai, dan aspek merasa berharga.

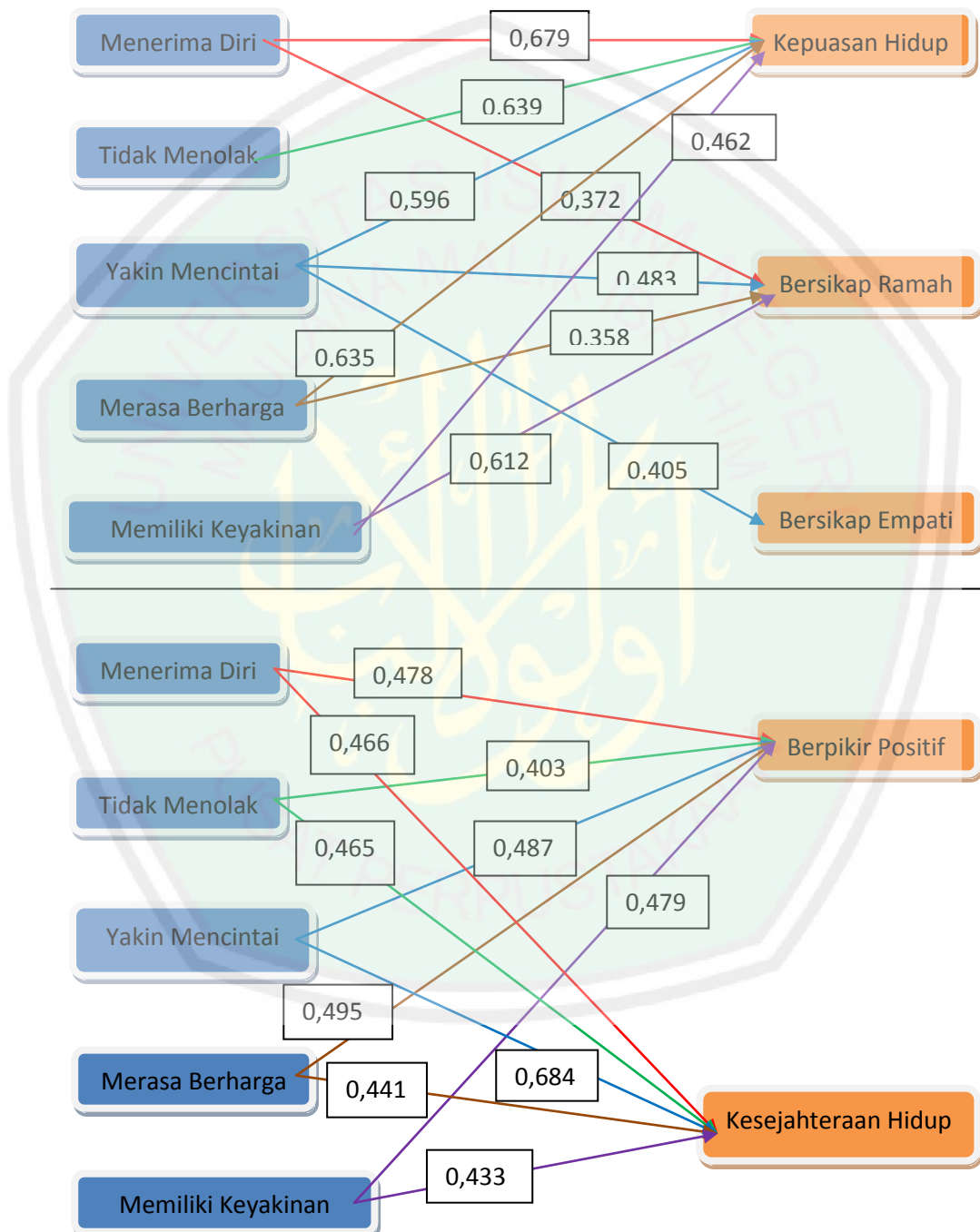
9. Aspek Merasakan Harga Diri yang Positif

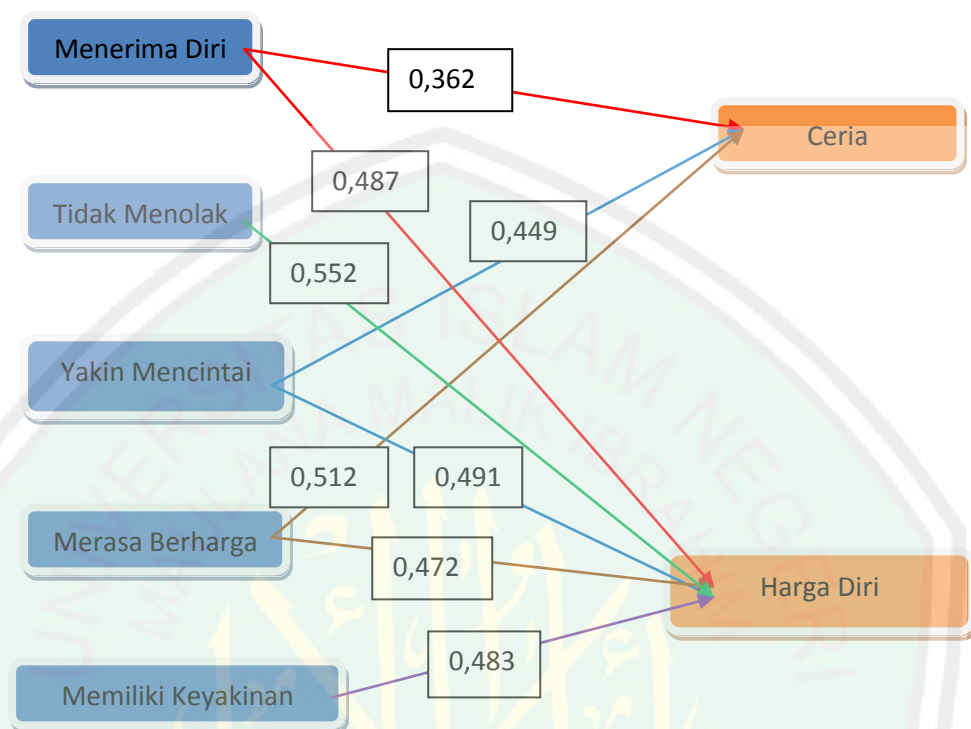
Tabel 4.28
Uji Korelasi Penerimaan Diri terhadap Aspek Harga Diri

Aspek	Pearson Correlation	Sig.	Keterangan	Kesimpulan
Menerima Diri	0,487	0,005	$P < 0,01$	Signifikan
Tidak Menolak	0,552	0,001	$P < 0,01$	Signifikan
Yakin Mencintai	0,491	0,005	$P < 0,01$	Signifikan
Merasa Berharga	0,472	0,007	$P < 0,01$	Signifikan
Memiliki Keyakinan	0,483	0,006	$P < 0,01$	Signifikan

Berdasarkan tabel di atas mengartikan bahwa terdapat hubungan yang positif antara penerimaan diri dalam hal merasakan harga diri yang positif terhadap semua aspek. Penerimaan diri pada aspek menerima diri sebesar 0,487 dengan taraf signifikan 0,005, penerimaan diri pada aspek tidak menolak sebesar 0,552 dengan taraf signifikan 0,001, penerimaan diri pada aspek yakin mencintai sebesar 0,491 dengan taraf signifikan 0,005, kemudian penerimaan diri pada aspek merasa berharga sebesar

0,472 dengan taraf signifikan 0,007 dan terakhir penerimaan diri pada aspek memiliki keyakinan sebesar 0,483 dengan taraf signifikan 0,006.





Gambar 4.5
Hasil Korelasi Aspek-aspek Penerimaan Diri terhadap Aspek-aspek Kebahagiaan

7. Pembahasan

Hasil penelitian yang telah dilakukan bahwa ada hubungan yang signifikan antara penerimaan diri dengan kebahagiaan pada remaja di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang. Seperti menurut salah satu penulis (Dalai Lama) dalam bukunya mengungkapkan bahwa kunci kebahagiaan adalah menerima realita dan mensyukuri apa yang telah kita terima sampai saat ini.

1. Tingkat Penerimaan Diri pada Remaja di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, bahwasanya remaja di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang sebagian besar mempunyai tingkat penerimaan diri pada kategori sedang sebesar 74% dengan jumlah 23 remaja. Persentase remaja yang termasuk kategori tinggi sebesar 16% dengan jumlah 5 remaja. Sedangkan remaja yang termasuk kategori rendah sebesar 10% dengan jumlah 3 remaja.

Berdasarkan persentase hasil di atas, maka dapat dikatakan sebagian besar remaja yang tinggal di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang memiliki tingkat penerimaan diri yang cukup baik. Menurut Ryff (1989) menyatakan bahwa penerimaan diri dianggap sebagai ciri-ciri penting kesehatan mental dan juga sebagai karakteristik aktualisasi diri, fungsi yang optimal dan kematangan. Dalam hal ini penerimaan diri mengandung pengertian suatu keadaan dimana seseorang memiliki sikap yang positif terhadap dirinya sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek diri termasuk kualitas baik dan buruk, dan merasa positif dengan kehidupan yang telah dijalannya.

Remaja yang memiliki penerimaan diri yang baik merupakan remaja yang sudah berkembang mencapai tahap berpikir operasional formal. Tahap ini memungkinkan remaja mampu berpikir secara lebih abstrak dan mempertimbangkan apa saja peluang yang ada padanya daripada sekedar melihat apa adanya. Hal ini berkaitan dengan tugas perkembangan masa remaja yakni upaya meninggalkan sikap dan perilaku kekanak-kanakkan serta

berusaha untuk mencapai kemampuan bersikap dan berperilaku secara dewasa.

Remaja yang sehari-harinya tinggal di panti berbeda dengan remaja yang tinggal di rumah. Pemenuhan kebutuhan dan keinginan pastinya berbeda antara remaja yang tinggal di panti dengan remaja yang tinggal dengan keluarganya. Remaja yang tinggal di panti diharapkan dapat menerima dengan baik keadaan tersebut. Tentu saja tanpa ada keluhan atau rasa kecewa. Apabila hal ini dapat terwujud, maka para remaja akan sampai pada proses aktualisasi diri.

Ciri-ciri orang yang menerima dirinya menurut Johnson Davids diantaranya yang pertama menerima diri sendiri apa adanya. Memahami diri ditandai dengan perasaan tulus, nyata, dan jujur menilai diri sendiri. Remaja dalam penelitian ini sebagian besar sudah memiliki penerimaan diri yang baik, terbukti hampir seluruh subyek menjawab setuju pada item pernyataan nomer 3 yakni 'saya bangga dengan keadaan diri saya'.

Ciri yang kedua yaitu tidak menolak dirinya sendiri, apabila memiliki kelemahan dan kelebihan. Penelitian yang dilakukan oleh Ulfa Rizkiana (2009) dengan judul Penerimaan diri pada Remaja Penderita Leukimia menunjukkan bahwa subyek penelitian mampu menerima dirinya dengan baik, hal tersebut ditunjukkan dengan adanya pemahaman tentang dirinya sendiri dan mengenali apa yang menjadi kekurangan dan kelebihanannya serta adanya harapan yang realistis terhadap keadaan diri dan tidak merasa rendah diri dengan adanya penyakit yang dialami subyek.

Seseorang yang menerima diri seutuhnya dengan positif maka ia akan menjalani kehidupan dengan hal-hal yang positif pula, mampu berpikir dan bertindak secara positif, tidak menghiraukan pendapat orang lain yang bisa merendahkan dirinya, mampu bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya secara baik sehingga ia akan mencapai pada proses aktualisasi diri yang baik. Sebuah keadaan dimana seseorang telah merasa menjadi dirinya sendiri, ia mengerjakan sesuatu yang disukainya dan ia mengerjakannya dengan gembira, dengan hati yang riang.

Ciri ketiga, memiliki keyakinan bahwa untuk mencintai diri sendiri, maka seseorang tidak harus dicintai oleh orang lain dan dihargai oleh orang lain. Banyak orang yang tidak akan menerima dirinya sendiri, jika ia menerima dirinya harus dicintai dan dihargai oleh orang lain terlebih dahulu. Mencintai diri sendiri dengan menerima segala kekurangan yang ada pada diri sendiri, memaafkan kesalahan-kesalahan yang telah diperbuat, dan menghargai setiap apa yang ada dan telah dicapai, merupakan sebuah kekuatan besar untuk membangun diri dan berarti memiliki penghormatan tertinggi bagi pikiran, tubuh, dan jiwa.

Keempat, untuk merasa berharga, maka seseorang tidak perlu merasa benar-benar sempurna. Individu yang mempunyai konsep diri yang stabil akan melihat dirinya dari waktu ke waktu secara konstan dan tidak mudah berubah-ubah, dan ciri seseorang memiliki penerimaan diri yang baik menurut Johnson Davids yang terakhir yaitu memiliki keyakinan bahwa dia mampu untuk menghasilkan kerja yang berguna, baik bagi dirinya maupun orang lain.

Bagi remaja yang memiliki tingkat penerimaan diri yang sudah termasuk tinggi dan sedang, hal ini dimungkinkan bahwa mereka sudah memiliki ciri-ciri yang disebutkan di atas dalam dirinya. Remaja yang menerima dirinya akan secara realistis menggunakan potensi mereka untuk belajar dan tumbuh serta memiliki kekayaan. Mereka akan bisa mengenali kemahiran mereka, dan dengan bebas menggambarkan diri mereka meskipun pada kenyataannya tidak semua dari mereka diinginkan.

Terdapat sebagian subyek yang masih memiliki tingkat penerimaan diri yang rendah, yaitu sebesar 10% dengan jumlah 3 remaja dari 31 remaja. Penerimaan diri yang buruk dapat didasari karena remaja memiliki konsep diri yang merugikan. Konsep diri yang tidak menguntungkan tersebut dapat juga menyebabkan penyesuaian diri remaja baik penyesuaian pribadi maupun sosial akan menjadi buruk. Seperti yang telah diketahui bahwasanya penerimaan diri yang baik menjadi faktor utama dalam menentukan penyesuaian pribadi maupun sosial bagi remaja. Ketika anak-anak sudah mulai mengembangkan konsep diri yang tidak menguntungkan, maka orang terdekat memiliki keharusan untuk mengendalikan perilaku anak sehingga anak tidak lagi mengembangkan konsep diri tersebut, karena sekali anak memiliki konsep diri yang tidak menguntungkan, maka akan cenderung menjadi lebih buruk dengan bertambahnya usia.

Dalam hal ini, diperlukan bimbingan khusus bagi anak yang tinggal di panti agar ia dapat memiliki konsep diri yang baik. Konsep diri yang baik akan mempengaruhi karakter kepribadian anak menjadi lebih baik dengan

bertambahnya usia dan anak akan mampu untuk menerima diri baik kelemahan maupun kelebihan dirinya dengan baik pula. Dukungan baik dari pihak keluarga maupun pihak teman dari remaja itu sendiri akan meningkatkan penerimaan diri pada remaja.

Berikut merupakan cara yang dikemukakan oleh Hurlock (2004) untuk meningkatkan penerimaan diri pada remaja:

1. Meyakinkan remaja bahwa mereka tidak akan tumbuh seperti yang tidak mereka inginkan, dan kepribadian mereka akan otomatis berubah lebih baik seperti halnya perubahan pada tubuh mereka.
2. Membantu remaja dalam menambah wawasan dirinya sehingga remaja bisa dengan mudah mengerti akan kekuatan dan kelemahannya.
3. Dengan perkembangan sosial remaja yang baik, remaja akan berperilaku sesuai dengan apa yang dia rasa benar, tidak berdasarkan apa yang mereka harapkan.
4. Membentuk konsep diri baik yang stabil pada remaja, para remaja perlu bimbingan dalam mengenali dirinya sendiri.

Diharapkan dengan cara-cara tersebut, para remaja dapat mencapai penerimaan diri dengan optimal. Karena penerimaan diri berhubungan erat dengan emosi-emosi positif yang ada dalam diri mereka. Bentuk-bentuk emosi positif yang berkembang dalam diri remaja tentunya juga berbagai macam bentuknya. Salah satunya yang berkaitan dengan penerimaan diri adalah kebahagiaan. Dalam agama Islam juga dijelaskan bahwa penerimaan

atau rela atau ridha merupakan salah satu faktor kesehatan seseorang dan juga sebagai salah satu faktor kebahagiaan.

2. Tingkat Kebahagiaan pada Remaja di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang

Dari hasil analisis maka dapat diketahui hasil persentase tingkat kebahagiaan pada remaja yang tinggal di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang yang mempunyai tingkat kebahagiaan tinggi yakni 3 remaja atau sebesar 10%, yang memiliki tingkat kebahagiaan sedang yakni 22 remaja atau sebesar 71%, dan remaja yang memiliki tingkat kebahagiaan rendah yakni 6 remaja atau sebesar 19%.

Menurut paparan data yang didapat di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwasanya sebagian besar remaja yang tinggal di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang masuk dalam kategori memiliki tingkat kebahagiaan yang sedang. Kebahagiaan adalah keadaan dimana lebih banyak mengenang peristiwa-peristiwa yang menyenangkan daripada yang sebenarnya terjadi dan mereka lebih banyak melupakan peristiwa buruk. Kebahagiaan merupakan suatu istilah yang menggambarkan perasaan positif (Seligman, 2005).

Remaja yang memiliki pemikiran bahwa setiap manusia dalam setiap perannya akan menghasilkan manfaat, juga memiliki persepsi bahwa kehidupan ini menyenangkan dan memiliki gambaran mental yang penuh semangat dan gairah hidup serta jauh dari perasaan hampa dan cemas tentu memiliki tingkat kebahagiaan yang lebih dibandingkan remaja yang memiliki

persepsi bahwa hidup ini tidak menyenangkan, membosankan, dan intensitas berpikir positif lebih sedikit daripada berpikir negatif.

Pola pikir remaja pada masa awal-awal remaja sudah tidak heran lagi kalau sering berubah-ubah, mereka masih labil dalam mengatasi suatu keadaan atau masalah karena remaja awal merupakan transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang mempengaruhi aspek fisik, emosi, dan kognitif mereka. Menurut Hurlock remaja yang penyesuaian dirinya buruk, cenderung paling tidak berbahagia sepanjang awal masa remaja. Ketidakhahagiaan remaja lebih-lebih karena masalah-masalah pribadi daripada masalah-masalah lingkungan. Ia mempunyai tingkat aspirasi tinggi yang tidak realistis bagi dirinya sendiri, dan bila prestasinya tidak memenuhi harapan, akan timbul rasa tidak puas dengan diri sendiri dan bersikap menolak diri sendiri.

Hills dan Argyle (2002) mengatakan mengenai kebahagiaan, bahwasanya kebahagiaan dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya: merasakan kepuasan terhadap hidup yang dijalani. Kepuasan hidup merupakan gambaran suatu kondisi yang bersifat khas pada orang yang mempunyai semangat hidup dan mempunyai kemampuan untuk menyesuaikan berbagai perubahan kondisi dalam diri maupun perubahan kondisi di lingkungannya (Purnama, 2009).

Kedua, bersikap ramah dalam lingkungan sosial. Dikatakan memiliki sikap ramah dalam lingkungan sosial apabila seseorang bisa bersikap baik

sesuai dengan tatanan norma masyarakat sehingga terwujud suatu keakraban dan keharmonisan sosial yang melahirkan efek positif bagi lingkungan (Nashori, 2008). Ketiga, memiliki sikap empati. Menurut Bullmer, empati adalah suatu proses ketika seseorang merasakan perasaan orang lain dan menangkap arti perasaan itu, kemudian mengkomunikasikannya dengan kepekaan yang sedemikian rupa hingga menunjukkan bahwa ia sungguh-sungguh mengerti perasaan orang lain itu.

Keempat, memiliki pola pikir yang positif. Pikiran positif menghadirkan kebahagiaan, suka cita, kesehatan, serta kesuksesan dalam setiap situasi dan tindakan. Kelima, Merasakan kesejahteraan dalam hidup. Kesejahteraan dimaksudkan sebagai kondisi mental seseorang yang dianggap bisa menerima keadaan dirinya serta lingkungannya dan bisa menyesuaikan dengan perubahan yang terjadi dalam hidup serta lingkungannya sehingga merasakan efek kepuasan dan sangat terbantu untuk mencapai kebahagiaan dalam hidup (Nashori, 2008).

Keenam, bersikap riang dan ceria, dan terakhir memiliki harga diri (*Self esteem*) yang positif. Harga diri yang positif merupakan evaluasi seseorang terhadap dirinya sendiri yang bersifat positif dan juga dapat menghargai kekurangan yang ada dalam dirinya (Ghufron & Risnawati, 2011).

Dari ketujuh aspek di atas, sebagian besar remaja menjawab setuju pada aspek nomer 2 yaitu bersikap ramah dalam lingkungan sosial. Hal ini juga diperkuat dengan hasil observasi peneliti dimana para remaja sangat ramah,

sopan, dan menghormati ketika ada tamu yang datang ke panty. Mereka membukakan pintu dan menyambut dengan sopan, mempersilahkan duduk serta sangat menghormati para tamu yang datang ke panty. Kepedulian mereka terhadap sesama juga tinggi. Saat mengisi skala, ada salah satu teman yang tidak membawa pena. Kemudian teman yang lain meminjaminya. Kekeluargaan diantara mereka sangat harmonis, mungkin karena mereka sudah setiap hari kumpul bersama dengan kondisi mereka yang sama.

Mereka juga menjawab tinggi pada aspek merasakan kesejahteraan dalam hidup dan puas terhadap hidup. Artinya sebagian besar mereka sudah merasakan puas dengan kehidupan yang telah dijalannya. Remaja yang berada pada tingkat kebahagiaan yang tinggi dan sedang dimungkinkan sudah memiliki aspek-aspek yang telah disebutkan di atas. Mereka hanya membutuhkan bimbingan lebih lagi untuk meningkatkan kebahagiaan yang mereka miliki.

Bilamana remaja cukup berhasil mengatasi masalah yang dihadapi dan kepercayaan pada kemampuannya mengatasi masalah-masalah tanpa bantuan orang dewasa semakin meningkat, maka periode tidak bahagia lambat laun berkurang. Pada saat mereka duduk di kelas terakhir sekolah menengah atas dan pandangan serta perbuatannya lebih seperti orang dewasa, maka berangsur-angsur rasa bahagia timbul menggantikan rasa tidak bahagia. Sedangkan remaja yang masih memiliki tingkat kebahagiaan yang rendah yakni 6 remaja atau sebesar 19%, mereka masih membutuhkan perhatian lebih untuk dapat meningkatkan kebahagiaan yang mereka miliki. Pengurus

yang ada di panti bisa membimbing mereka untuk dapat meningkatkan kebahagiaan yang mereka alami, misalkan dengan cara mengajarkan mereka untuk selalu berpikir positif, tidak membebani mereka dengan hal-hal yang mereka anggap sulit, mengajarkan untuk selalu bersikap ramah kepada orang lain, empati terhadap orang lain, dan memberi kebebasan kepada para remaja untuk menentukan tujuan hidupnya sesuai dengan yang mereka inginkan. Dengan adanya pendampingan khusus dari lingkungan sekitar, baik pengurus panti maupun teman bermainnya diharapkan tingkat kebahagiaan para remaja semakin meningkat.

3. Hubungan antara Penerimaan Diri dengan Kebahagiaan pada Remaja di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang

Berdasarkan uji korelasi yang telah dilakukan, terdapat hubungan yang signifikan antara penerimaan diri dengan kebahagiaan. Hal ini menunjukkan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak. Dalam tabel juga disebutkan bahwa korelasi penelitian ini sebesar 0,699. Koefisien korelasi tersebut menunjukkan seberapa kuat hubungan yang dimiliki antara kedua variabel yang diuji.

Hasil analisis pada tingkat sebelumnya menunjukkan bahwa sebagian besar berada dalam tingkat penerimaan diri sedang. Begitu juga dengan hasil analisis pada kebahagiaan, sebagian besar remaja memiliki tingkat kebahagiaan sedang.

Dari hasil analisis di atas, bisa dikatakan bahwasanya penerimaan diri sangat berhubungan dengan kebahagiaan seseorang. Remaja yang merasakan

kebaikan tentang dirinya sendiri, memiliki harga diri yang tinggi, pengendalian diri dengan sikap terbuka, menerima diri baik kelebihan maupun kekurangannya akan memiliki perasaan yang positif, bahagia, memiliki rasa optimis dan harapan, serta dapat memperbaiki kesehatan serta mental mereka.

Menurut David G. Myers, seorang psikolog yang mengadakan penelitian tentang solusi mencari kebahagiaan bagi manusia modern, ada empat karakteristik yang selalu ada pada orang yang memiliki kebahagiaan dalam hidupnya, yaitu (Seligman, 2005):

- a. Menghargai diri sendiri. Orang yang bahagia cenderung menyukai dirinya sendiri. Orang yang bahagia juga memiliki kepercayaan diri yang cukup tinggi.
- b. Optimis. Orang yang optimis percaya bahwa peristiwa baik memiliki penyebab permanen dan peristiwa buruk bersifat sementara sehingga mereka berusaha untuk lebih keras pada setiap kesempatan agar ia dapat mengalami peristiwa baik lagi (Seligman, 2005).
- c. Terbuka. Orang yang bahagia biasanya lebih terbuka terhadap orang lain serta membantu orang lain yang membutuhkan bantuannya.
- d. Mampu mengendalikan diri. Orang yang bahagia pada umumnya merasa memiliki kontrol pada hidupnya. Mereka merasa memiliki kekuatan atau kelebihan sehingga biasanya mereka berhasil lebih baik di sekolah atau pekerjaan.

Penelitian sebelumnya juga menemukan hubungan yang signifikan antara dua variabel ini. Nurlia Muslimah (2010) menemukan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara penerimaan diri dengan kebahagiaan anak jalanan. Dimana semua orang berhak untuk merasakan kebahagiaan tanpa membelinya dengan uang yang banyak. Tetapi, dengan menerima diri mereka masing-masing, mereka akan merasakan kebahagiaan. Karena orang yang mencari kebahagiaan, kebahagiaan itu ada di luar dirinya. Sedangkan orang yang mensyukuri dirinya, kebahagiaan itu ada di dalam dirinya.

4. Aspek Pembentuk Utama Penerimaan Diri

Hasil analisis korelasi menunjukkan adanya pembentuk utama penerimaan diri dari kelima aspek yaitu aspek menerima diri apa adanya dengan *pearson correlation* sebesar 0,896 dengan taraf signifikan 0,000, aspek tidak menolak diri apabila memiliki kelebihan dan kekurangan sebesar 0,821 dengan taraf signifikan 0,000, dan aspek memiliki keyakinan bahwa mampu untuk menghasilkan kerja yang berguna sebesar 0,819 dengan taraf signifikan 0,000. Ini berarti sebagian besar para remaja di panti asuhan Nurul Abyadh Malang sudah memiliki tingkat penerimaan diri yang baik, terbukti aspek pendukung utama yang paling dominan yaitu menerima diri apa adanya.

Mereka menyadari keadaan dalam dirinya serta jujur dalam menilai diri sendiri. Individu yang dapat menerima dirinya berarti ia memahami keadaan dirinya baik kelebihan maupun kekurangannya. Pemahaman diri dan

penerimaan diri tersebut berjalan beriringan, semakin paham individu mengenal dirinya maka semakin besar pula ia menerima dirinya. Para remaja di panti asuhan merasa tidak sedih ketika mereka mengetahui bahwa mereka berasal dari keluarga yang kurang beruntung. Justru mereka akan belajar secara sungguh-sungguh agar menjadi orang yang sukses dan bisa memperbaiki kekurangan-kekurangan mereka. Sebagian besar para remaja di panti asuhan Nurul Abyadh Malang dapat menerima diri seutuhnya, ketika individu menerima diri seutuhnya maka akan mudah menghargai dirinya dan akan merasa senang terhadap apa dan siapa diri sesungguhnya.

Aspek pembentuk penerimaan diri yang kedua yaitu tidak menolak dirinya sendiri apabila memiliki kelebihan maupun kekurangan. Mereka akan menerima semua yang ada pada dirinya dan aspek pembentuk penerimaan diri yang ketiga yaitu memiliki keyakinan bahwa para remaja mampu untuk menghasilkan kerja yang berguna. Para remaja berharap dapat melakukan hal-hal yang bermanfaat bagi orang lain terutama bagi keluarganya sendiri.

5. Aspek Pembentuk Utama Kebahagiaan

Hasil analisis korelasi menunjukkan bahwa pembentuk utama kebahagiaan dari ketujuh aspek dengan nilai total tertinggi ada 2 yaitu merasakan kesejahteraan hidup dengan *pearson correlation* sebesar 0,910 dan harga diri yang positif sebesar 0,869 dengan taraf signifikan 0,000. Ini berarti bahwa para remaja di panti asuhan Nurul Abyadh Malang merasakan kebahagiaan terutama pada kesejahteraan dalam hidupnya. Dalam hal ini,

mereka dapat menerima keadaan dirinya serta lingkungannya, bisa menyesuaikan dengan perubahan yang terjadi dalam hidup serta lingkungannya sehingga para remaja merasakan efek kepuasan dan sangat terbantu untuk mencapai kebahagiaan dalam hidup. Terbukti para remaja yang tinggal di panti asuhan Nurul Abyadh Malang terlihat sangat bahagia meskipun mereka jauh dari keluarganya. Mereka sudah dapat menyesuaikan dirinya dengan baik dan mereka sangat senang karena memiliki banyak teman dan bisa belajar serta bermain bersama.

Selain merasakan kesejahteraan hidup terdapat aspek pembentuk utama kedua yaitu memiliki harga diri yang positif. Ini berarti para remaja di panti asuhan Nurul Abyadh Malang menilai dirinya dengan positif, mereka dapat menghargai kekurangan yang ada dalam dirinya. Tidak bisa dipungkiri bahwa dari setiap individu pasti memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing. Akan tetapi kita tidak boleh menyesal dan terus menerus meratapi kekurangan yang kita miliki. Justru dengan adanya kekurangan kita akan terus selalu belajar agar dapat menaklukkan kekurangan tersebut. Ada istilah mengatakan jadikan kelemahan sebagai kekuatanmu. Para remaja jauh dari orang tuanya, ada sebagian yang orang tuanya sudah meninggal dan juga broken home. Mereka akan belajar dari pengalaman dirinya agar suatu saat kekurangan-kekurangan yang terjadi dalam dirinya tidak terjadi lagi di masa yang akan datang.

6. Hubungan Aspek Penerimaan Diri dengan Aspek Kebahagiaan

Analisis hubungan aspek penerimaan diri dengan kebahagiaan telah menunjukkan bahwa aspek penerimaan diri menerima diri apa adanya yang berhubungan secara signifikan dengan aspek kebahagiaan yaitu kepuasan hidup yang dijalani, bersikap ramah, memiliki pola berpikir positif, merasakan kesejahteraan hidup, ceria dan harga diri yang positif. Pada aspek menerima diri apa adanya, kontribusi aspek yang paling tinggi yaitu kepuasan hidup yang dijalani dengan *pearson correlation* sebesar 0,679. Ini menunjukkan bahwa para remaja di panti asuhan Nurul Abyadh Malang sebagian besar sudah dapat memahami dirinya dengan perasaan tulus, nyata dan jujur menilai diri sendiri. Kemampuan seseorang untuk memahami dirinya tergantung pada kapasitas intelektualnya. Mereka tidak hanya mengenal dirinya tapi juga menyadari kenyataan dirinya. Para remaja sadar bahwa mereka hidup dalam keadaan keluarga yang kurang menguntungkan. Mereka tidak merasa menyesal dan marah ketika mengetahui semua kenyataan tentang dirinya. Dengan bertambahnya usia mereka akan mulai memahami dirinya dengan baik.

Pemahaman diri dan penerimaan diri tersebut berjalan beriringan, semakin paham individu mengenal dirinya maka semakin besar pula individu menerima dirinya. Menerima diri sendiri berarti merasa senang dan individu akan merasa puas terhadap hidup yang dijalannya.

Aspek penerimaan diri yang kedua yaitu tidak menolak dirinya sendiri apabila memiliki kelemahan dan kelebihan yang berhubungan secara

signifikan dengan aspek kebahagiaan yaitu kepuasan hidup yang dijalani, memiliki pola berpikir positif, kesejahteraan hidup dan harga diri yang positif. Pada aspek tidak menolak dirinya sendiri apabila memiliki kelemahan dan kelebihan kontribusi aspek yang paling tinggi yaitu kepuasan hidup dengan *pearson correlation* sebesar 0,639. Ini menunjukkan bahwa para remaja dapat menerima kekurangan dan kelebihan pada dirinya sehingga mereka dapat menyesuaikan perubahan yang terjadi pada lingkungannya.

Sikap atau respon dari lingkungan membentuk sikap terhadap diri seseorang. Individu yang mendapat sikap yang sesuai dan menyenangkan dari lingkungannya, cenderung akan menerima dirinya. Para remaja yang berada dalam keluarga yang kurang menguntungkan dan dengan keadaan yang hampir sama, mereka dikumpulkan dalam suatu panti asuhan. Para remaja diberikan pelayanan, bimbingan dan pendidikan yang sama. Ketika individu memiliki keadaan yang sama dengan individu yang lainnya maka mereka akan mudah untuk menyesuaikan dengan lingkungannya tersebut. Purnama (2009) menjelaskan bahwa kepuasan hidup merupakan gambaran suatu kondisi yang bersifat khas pada orang yang mempunyai semangat hidup dan mempunyai kemampuan untuk menyesuaikan berbagai perubahan kondisi dalam diri maupun perubahan kondisi di lingkungannya.

Aspek penerimaan diri yang ketiga yaitu memiliki keyakinan bahwa untuk mencintai diri sendiri, seseorang tidak harus dicintai dan dihargai oleh orang lain yang berhubungan secara signifikan dengan aspek kebahagiaan yaitu kepuasan hidup yang dijalani, bersikap ramah, bersikap empati, memiliki

pola berpikir positif, merasakan kesejahteraan hidup, ceria dan harga diri yang positif. Pada aspek memiliki keyakinan bahwa untuk mencintai diri sendiri, seseorang tidak harus dicintai dan dihargai oleh orang lain kontribusi aspek yang paling tinggi yaitu merasakan kesejahteraan hidup dengan *pearson correlation* sebesar 0,684. Ini menunjukkan para remaja dapat menerima dirinya sendiri dengan baik. Individu yang menerima dirinya sendiri dengan menerima segala kekurangan yang ada pada diri sendiri, memaafkan kesalahan-kesalahan yang telah diperbuat, dan menghargai setiap apa yang ada dan telah dicapai, merupakan sebuah kekuatan besar untuk membangun diri dan berarti memiliki penghormatan tertinggi bagi pikiran, tubuh dan jiwa.

Aspek penerimaan diri yang keempat yaitu untuk merasa berharga, seseorang tidak perlu merasa benar-benar sempurna yang berhubungan secara signifikan dengan aspek kebahagiaan yaitu kepuasan hidup yang dijalani, bersikap ramah, memiliki pola pikir positif, merasakan kesejahteraan hidup, ceria dan harga diri yang positif. Pada aspek untuk merasa berharga, seseorang tidak perlu merasa benar-benar sempurna kontribusi aspek yang paling tinggi yaitu kepuasan hidup dengan *pearson correlation* sebesar 0,635. Ini menunjukkan bahwa para remaja memandang dirinya secara positif dan menerima kelebihan maupun kekurangannya dengan baik.

Memandang diri secara positif merupakan sikap mental yang melibatkan proses memasukkan pikiran-pikiran, kata-kata, dan gambaran-gambaran yang membangun bagi perkembangan pikiran individu. Pikiran positif menghadirkan kebahagiaan, suka cita, kesehatan, serta kesuksesan

dalam setiap situasi dan tindakan. Ketika individu bisa merasakan aspek-aspek tersebut maka ia akan mudah menerima dan menghargai dirinya sendiri tanpa harus sempurna terlebih dahulu.

Aspek terakhir penerimaan diri yaitu memiliki keyakinan bahwa dia mampu untuk menghasilkan kerja yang berguna yang berhubungan secara signifikan dengan aspek kebahagiaan yaitu kepuasan hidup yang dijalani, bersikap ramah, memiliki pola berpikir positif, merasakan kesejahteraan hidup dan harga diri yang positif. Pada aspek memiliki keyakinan bahwa mampu untuk menghasilkan kerja yang berguna kontribusi aspek yang paling tinggi yaitu bersikap ramah dengan *pearson correlation* sebesar 0,612. Ini menunjukkan bahwa para remaja memiliki sikap ramah terhadap orang lain. Ketika ada tamu, para remaja di panti asuhan Nurul Abyadh Malang sangat ramah menyambutnya dengan senyuman dan memperlakukan dengan sopan. Dikatakan memiliki sikap ramah dalam lingkungan sosial ketika bisa bersikap baik sesuai dengan tatanan norma masyarakat sehingga terwujud suatu keakraban dan keharmonisan sosial yang melahirkan efek positif bagi lingkungannya (Nashori, 2008).

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang dibahas pada bab sebelumnya, maka dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat penerimaan diri pada remaja di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang mayoritas berada pada kategori sedang 74%. Tingkat penerimaan diri sedang menunjukkan bahwa sebagian besar para remaja telah memiliki sikap yang positif terhadap dirinya sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek diri termasuk kualitas baik dan buruk, dan merasa positif dengan kehidupan yang telah dijalannya.
2. Tingkat kebahagiaan pada remaja di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang mayoritas berada pada kategori sedang 71%. Tingkat kebahagiaan sedang menunjukkan bahwasanya sebagian besar para remaja sudah mampu berpikir positif dalam menjalani kehidupannya dan menghadirkan emosi positif berupa perasaan senang, aman, damai, dan tenteram.
3. Ada korelasi yang erat dan signifikan antara penerimaan diri dengan kebahagiaan yang ditunjukkan oleh hasil analisis *pearson correlation* sebesar 0,699 dengan p sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini berarti bahwa semakin tinggi tingkat penerimaan diri remaja maka semakin tinggi pula tingkat kebahagiaannya. Sebaliknya, semakin rendah tingkat penerimaan diri remaja maka semakin rendah pula kebahagiaannya.

4. Hubungan peraspek antara penerimaan diri dengan kebahagiaan. Aspek pembentuk utama penerimaan diri ada 3 yaitu aspek menerima diri apa adanya sebesar 0,896, aspek tidak menolak diri apabila memiliki kelebihan dan kekurangan sebesar 0,821 dan aspek memiliki keyakinan bahwa dia mampu untuk menghasilkan kerja yang berguna sebesar 0,819. Sehingga dapat diartikan bahwa aspek utama penerimaan diri adalah menerima diri apa adanya karena seseorang bisa dikatakan memiliki penerimaan diri yang baik jika ia mampu mengenali kenyataan dirinya, jujur dalam menilai diri sendiri, menyadari serta dapat menerima kelebihan maupun kekurangannya.

Aspek pembentuk utama kebahagiaan ada 2 yaitu aspek merasakan kesejahteraan hidup sebesar 0,910 dan harga diri yang positif sebesar 0,869. Sehingga dapat diartikan bahwa aspek utama kebahagiaan adalah merasakan kesejahteraan hidup karena adanya perasaan aman, nyaman serta senang yang dimiliki oleh para remaja di panti asuhan Nurul Abyadh Malang. Para remaja merasa nyaman berada di panti asuhan karena banyak teman bermain, teman belajar, serta pelayanan yang baik dari pihak panti asuhan tersebut.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, ada beberapa saran yang dapat peneliti berikan berkaitan dengan proses dan hasil yang diperoleh dari penelitian ini. Adapun saran-saran tersebut antara lain:

1. Bagi pihak Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang menyatakan bahwa sebagian besar remaja yang tinggal di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang memiliki tingkat penerimaan diri dan kebahagiaan dalam kategori sedang. Terutama para remaja yang masih dalam kategori penerimaan diri dan kebahagiaan pada kategori rendah, diharapkan para pengasuh yang ada di Panti tersebut berupaya membantu para remaja untuk selalu menerima keadaan dirinya, berpikir positif terhadap dirinya serta membantu untuk dapat menjadikan kelemahan dirinya menjadi kekuatannya. Seseorang yang dapat menerima diri seutuhnya akan selalu berpikir dan bertindak secara positif dan hal itu akan mendatangkan kebahagiaan bagi diri dan lingkungan sekitarnya.

Sedangkan para remaja yang memiliki tingkat penerimaan diri dan kebahagiaan yang tinggi diharapkan mampu untuk dapat menularkan kepada teman-temannya dengan mengajak untuk selalu bersyukur dan selalu berpikir positif dalam hal dan situasi apapun.

2. Bagi Masyarakat Umum

Bagi masyarakat umum diharapkan untuk meningkatkan kepedulian kita kepada anak yang tinggal di panti asuhan terutama mereka yang orang tuanya sudah meninggal. Membantu mereka untuk selalu mensyukuri keadaan dirinya dan berusaha membuat mereka selalu merasakan kebahagiaan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk mengembangkan penelitian yang berhubungan dengan ragam variabel-variabel psikologi yang lain.



DAFTAR PUSTAKA

- Al-Ghazali, I. (2008). *Minhajul Abidin, Tangga Menuju Surga*. Bandung: Irsyad Baitus Salam
- Ali, M. & Asrori. (2011). *Psikologi Remaja- Perkembangan Peserta Didik*. Cetakan ketujuh. Jakarta: PT. Bumi Aksara
- Al-Kusayer, T. (2009). *Seni Menikmati Hidup*. Jakarta: Tarbawi Press
- Al-Quayyid, I. H. (2004). *Hidup Bahagia dan Sukses*. Jakarta: Maghfirah
- Al-Qur'an dan Terjemah Departemen Agama RI, CV. Asy-Syifa Semarang
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, S. (2013). *Dasar-Dasar Psikometri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Berger, E. M. *The Relation Between Expressed Acceptance of Self and Expressed Acceptance of Others*. University of Minnesota, page 778-782
- Carr, A. (2004). *Positive Psychology: The Science of Happiness and Human Strengths*. New York: Brunner-Routledge
- Chaplin, J. P. (2006). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Cresswell, J. W. (2013). *Research Design: Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Dewantara, N. D. (2012). *Kebahagiaan Sejati (Authentic Happiness) Remaja dengan Latar Belakang Keluarga Broken Home (Studi Kasus di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang)*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
- Diener, Ed. Oishi, S. & Lucas, R. (2012). *Subjective Well-Being: The Science of Happiness and Life Satisfaction*. Online Publication Date: Sep 2012
- Djamaluddin, A. Suroso. Nashori, F. (2008). *Psikologi Islami*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

- Feist, Jess and Gregory J. Feist. (2006). *Theories of Personality*. Boston: McGrawHill Education
- Fitriani, B. (2012). *Hubungan Sikap Asertif dengan Kebahagiaan pada Santri Remaja Putri Pondok Pesantren Miftahul Mubtadiin Nganjuk*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
- Ghufron. & Risnawati. (2011). *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media
- Hadi, S. (2015). *Metodologi Riset*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset
- Hidayat, T. & Ramadhana, A. (2009). *Road to Happiness*. Jakarta Timur: Khalifa
- Hills, P. & Argyle, M. (2002). *The Oxford Happiness Questionnaire: A Compact Scale for the Measurement of Psychological Well-Being*. Oxford, page 1073-1082
- Hurlock, E. B. (1978). *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga
- Hurlock, E. B. (2004). *Psikologis Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga
- Idrus, M. (2009). *Metode Penelitian Ilmu Sosial*. Yogyakarta: Erlangga
- Johnson, David. W. (1993). *Reaching Out Interpersonal Effectiveness and Self Actualitation*. Fifth Edition. Boston: Allyn and Bacon
- Kamus Besar Bahasa Indonesia. 2005. Jakarta: Balai Pustaka
- Khavari K. A. (2006). *The Art of Happiness: Menciptakan Kebahagiaan Disetiap Keadaan*. Jakarta: Serambi Ilmu Alam
- Latipun. (2008). *Psikologi Eksperimen (Edisi Kedua)*. Malang: UPT Penerbitan UMM
- Mardiyah, D. (2010). *Kebahagiaan pada Pemimpin Perempuan*. Skripsi. Fakultas Psikologi UIN Malang
- Novvida, K. & Rachmahana, R. S. (2007). *Penerimaan Diri dan Stress pada Penderita Diabetes Melitus*. Naskah Publikasi. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R.D. (2008). *Human Development (Psikologi Perkembangan)*. Jakarta: Kencana

- Periantalo, J. (2016). *Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Purnama, A. (2009). *Kepuasan Hidup dan Dukungan Sosial Lanjut Usia*. Yogyakarta: B2P3KS Press
- Putri, A. K. & Hamidah. (2012). *Hubungan antara Penerimaan Diri dengan Depresi pada Wanita Perimenopause*. Surabaya: Universitas Airlangga
- Rahardjo, W. (2007). *Kebahagiaan Sebagai Suatu Proses Pembelajaran*. Jurnal Penelitian Psikologi No. 2 Volume 12
- Resty, G. T. (2015). *Pengaruh Penerimaan Diri terhadap Harga Diri Remaja di Panti Asuhan Yatim Putri Aisyiyah Yogyakarta*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta
- Rizkiana, U. *Penerimaan Diri pada Remaja Penderita Leukimia*. Jakarta: Universitas Gunadarma
- Ryff, C. D. (1989). *Happiness is everything, or is it Explorations on the meaning of psychological well-being*. *Journal of Personality and Social Psychology*.
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). *Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being*. *Journal of Kebahagiaan Studies*, 9(1), 13-39
- Sanusi, A. (2006). *Jalan Kebahagiaan*. Jakarta: Gema Insani
- Sato, De Anthony. (2005). *Perbaikan Diri*. Yogyakarta: Sahabat Setia
- Seligman. M. E. P. (2005). *Authentic Happiness (terjemahan) Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif*. Bandung: PT Mizan Pustaka
- Somantri, A. & Muhidin, S. A. (2006). *Aplikasi Statistika dalam Penelitian*. Bandung: Pustaka Setia
- Sugiyono, D. R. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif*. Jakarta: Alfabetha
- Supratiknya. (1995). *Tinjauan Psikologi Komunikasi Antar Pribadi*. Yogyakarta: Kanisius (Anggota IKAPI)
- Yusuf, M. (2016). *Pengaruh Kebersyukuran terhadap Kebahagiaan pada Anak Yatim*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Penerimaan Diri

Nama :

Jenis Kelamin :

Usia :

PETUNJUK PENGISIAN

- ✚ Isilah skala ini sesuai dengan keadaan yang sebenar-benarnya
- ✚ Berilah tanda silang (X) pada jawaban yang anda berikan
- ✚ Jawablah salah satu pernyataan menurut pertimbangan yang menurut anda paling sesuai
- ✚ Di setiap pernyataan terdapat 5 pilihan jawaban yang menyatakan:
 - SS : Sangat Setuju
 - S : Setuju
 - N : Netral antara Setuju dan Tidak
 - TS : Tidak Setuju
 - STS : Sangat Tidak Setuju
- ✚ Usahakan agar tidak ada satupun pernyataan yang tidak terjawab, dalam hal ini tidak ada penilaian baik buruk, juga tidak ada benar dan salah, anda sepenuhnya bebas menentukan pilihan yang tersedia pada item pernyataan.

No	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1	Saya merasa puas dengan diri saya					
2	Saya merasa tidak puas dengan keadaan diri saya					
3	Saya bangga dengan keadaan diri saya					
4	Saya kurang puas dengan keadaan diri saya					
5	Saya tidak ragu-ragu untuk mengemukakan tentang diri saya apa adanya					
6	Saya merasa rendah diri ketika menghadapi kegagalan					
7	Saya merasa percaya diri dengan keadaan diri saya					
8	Saya merasa terhina jika ada orang lain yang membicarakan kekurangan saya					
9	Saya merasa senang ketika orang lain memberi penilaian kepada saya					
10	Saya merasa khawatir apabila orang tidak menyukai saya					
11	Saya bisa menerima kekurangan yang saya miliki					
12	Saya merasa kurang dihargai oleh orang-orang di					

	lingkungan saya					
13	Saya senang jika menerima kritikan dari orang lain					
14	Saya merasa puas dengan apa yang telah saya lakukan untuk orang lain					
15	Saya merasa mempunyai kemampuan lebih yang tidak dimiliki oleh orang lain					
16	Saya merasa yakin dapat mencegah timbulnya masalah-masalah di masa yang akan datang dengan kemampuan yang saya miliki					
17	Saya menyukai pribadi saya, tidak peduli dengan pendapat orang lain					
18	Saya merasa percaya diri dalam mengatasi persoalan-persoalan yang menghimpit saya					
19	Saya tetap menyukai diri saya, walaupun mungkin orang lain tidak menyukai saya					
20	Saya merasa tidak berguna lagi karena tidak banyak yang bisa saya lakukan					
21	Saya merasa harga diri saya baik-baik saja meskipun orang lain mempermasalahkannya					
22	Saya merasa akan lebih bahagia seandainya saya tidak memiliki kekurangan-kekurangan					
23	Saya menyadari jika ingin bahagia, maka dimulai dari diri kita sendiri					
24	Saya merasa ragu membantu orang yang sedang menghadapi permasalahan					
25	Saya merasa tidak lebih bijaksana dari orang lain					
26	Saya merasa takut mengambil keputusan untuk mengatasi masalah yang saya hadapi					
27	Saya merasa hidup saya cukup bahagia					
28	Saya merasa sederajat dengan orang lain					
29	Saya bersyukur dengan keadaan saya sekarang					
30	Saya yakin bahwa apa yang saya lakukan tidak sia-sia dan bermanfaat bagi orang-orang di sekitar					

MOHON PERIKSA KEMBALI JAWABAN ANDA

PASTIKAN TIDAK ADA JAWABAN YANG KOSONG

TERIMA KASIH ☺☺☺

Lampiran 2 Skala Kebahagiaan

Nama :

Jenis Kelamin :

Usia :

PETUNJUK PENGISIAN

- ✚ Isilah skala ini sesuai dengan keadaan yang sebenar-benarnya
- ✚ Berilah tanda silang (X) pada jawaban yang anda berikan
- ✚ Jawablah salah satu pernyataan menurut pertimbangan yang menurut anda paling sesuai
- ✚ Di setiap pernyataan terdapat 5 pilihan jawaban yang menyatakan:
 - SS : Sangat Setuju
 - S : Setuju
 - N : Netral antara Setuju dan Tidak
 - TS : Tidak Setuju
 - STS : Sangat Tidak Setuju
- ✚ Usahakan agar tidak ada satupun pernyataan yang tidak terjawab, dalam hal ini tidak ada penilaian baik buruk, juga tidak ada benar dan salah, anda sepenuhnya bebas menentukan pilihan yang tersedia pada item pernyataan.

No	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1	Saya tidak bahagia dengan keadaan diri saya					
2	Saya sangat tertarik pada orang lain					
3	Saya merasa hidup itu sangat berharga					
4	Saya berprasangka baik terhadap hampir semua orang					
5	Saya jarang bangun dengan perasaan segar					
6	Saya tidak optimis terhadap masa depan					
7	Saya menemukan banyak hal yang menyenangkan					
8	Saya selalu komitmen dan ikut serta					
9	Hidup itu indah					
10	Menurut saya, dunia bukan tempat yang baik					
11	Saya banyak tertawa					
12	Saya sangat puas terhadap segala sesuatu dalam hidup saya					
13	Menurut saya, saya tidak menarik					
14	Ada kesenjangan antara apa yang ingin saya lakukan dengan apa yang saya miliki					
15	Saya sangat bahagia					

16	Saya menemukan keindahan dalam beberapa hal					
17	Saya selalu memperlihatkan kebahagiaan pada orang lain					
18	Saya bisa menuntaskan segala sesuatu yang saya inginkan					
19	Saya merasa bahwa saya tidak kontrol dalam hidup saya					
20	Saya merasa mampu mengendalikan segala sesuatu					
21	Saya merasa sadar secara mental					
22	Saya mengalami kebahagiaan dan keriangian					
23	Saya tidak mudah dalam membuat keputusan					
24	Saya tidak memiliki kepekaan dan tujuan dalam hidup					
25	Saya merasa bahwa saya memiliki energi yang dahsyat					
26	Saya biasanya memiliki pengaruh yang baik dalam beberapa kegiatan					
27	Saya tidak bahagia dengan orang lain					
28	Saya tidak merasa sehat					
29	Saya tidak memiliki kenangan yang indah di masa lalu					

MOHON PERIKSA KEMBALI JAWABAN ANDA

PASTIKAN TIDAK ADA JAWABAN YANG KOSONG

TERIMA KASIH ☺☺

Lampiran 3 Analisis SPSS

Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		penerimaan diri	kebahagiaan
N		31	31
Normal Parameters ^a	Mean	62.13	58.71
	Std. Deviation	8.835	9.389
Most Extreme Differences	Absolute	.144	.158
	Positive	.144	.158
	Negative	-.082	-.125
Kolmogorov-Smirnov Z		.800	.877
Asymp. Sig. (2-tailed)		.545	.425
a. Test distribution is Normal.			

Hasil Uji Korelasi

Correlations

		Penerimaan_diri	Kebahagiaan
Penerimaan_diri	Pearson Correlation	1	.699**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	31	31
Kebahagiaan	Pearson Correlation	.699**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	31	31

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

Hasil Penelitian Penerimaan Diri

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	31	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	31	100.0

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	31	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	31	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.738	30

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	99.8710	88.116	.425	.720
VAR00002	100.5806	86.985	.404	.720
VAR00003	99.7742	89.914	.560	.719
VAR00004	100.6452	82.437	.755	.698
VAR00005	100.0323	93.832	.120	.740
VAR00006	100.9032	95.024	.079	.741
VAR00007	100.0323	85.032	.608	.708
VAR00008	101.1613	90.006	.257	.731
VAR00009	99.9677	87.299	.436	.719
VAR00010	101.4516	103.189	-.322	.767
VAR00011	100.0000	88.000	.485	.718
VAR00012	100.7742	90.847	.258	.731
VAR00013	100.0323	89.099	.551	.718
VAR00014	99.8065	92.961	.196	.735
VAR00015	100.2903	93.213	.183	.735
VAR00016	100.1613	92.006	.253	.731
VAR00017	100.2581	98.398	-.105	.751

VAR00018	100.3226	90.626	.333	.727
VAR00019	99.7419	90.798	.431	.724
VAR00020	100.5484	92.189	.184	.736
VAR00021	100.0645	95.796	.035	.744
VAR00022	101.0968	96.957	-.031	.748
VAR00023	99.6129	89.245	.364	.724
VAR00024	100.5484	89.789	.312	.727
VAR00025	100.9032	104.890	-.471	.768
VAR00026	100.3226	93.492	.167	.736
VAR00027	100.0968	89.957	.511	.720
VAR00028	100.1935	96.428	.007	.745
VAR00029	99.5484	87.456	.532	.715
VAR00030	99.7742	89.181	.425	.721

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	31	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	31	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.847	18

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	60.8387	77.140	.313	.846
VAR00002	61.5484	73.856	.419	.842
VAR00003	60.7419	77.131	.541	.838

VAR00004	61.6129	69.912	.761	.824
VAR00007	61.0000	72.667	.591	.832
VAR00008	62.1290	78.049	.203	.854
VAR00009	60.9355	73.796	.473	.838
VAR00011	60.9677	73.632	.584	.833
VAR00012	61.7419	76.465	.327	.846
VAR00013	61.0000	75.333	.618	.834
VAR00016	61.1290	76.649	.391	.842
VAR00018	61.2903	76.480	.402	.842
VAR00019	60.7097	78.680	.355	.844
VAR00023	60.5806	74.252	.482	.838
VAR00024	61.5161	75.125	.403	.842
VAR00027	61.0645	77.796	.441	.841
VAR00029	60.5161	75.258	.489	.838
VAR00030	60.7419	75.531	.470	.839

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	31	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	31	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.854	17

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	58.2581	71.665	.308	.855

VAR00002	58.9677	68.299	.426	.850
VAR00003	58.1613	71.540	.546	.845
VAR00004	59.0323	64.632	.762	.831
VAR00007	58.4194	67.252	.593	.840
VAR00009	58.3548	67.570	.521	.844
VAR00011	58.3871	68.712	.550	.843
VAR00012	59.1613	71.340	.304	.855
VAR00013	58.4194	69.852	.619	.841
VAR00016	58.5484	70.389	.440	.848
VAR00018	58.7097	70.813	.411	.849
VAR00019	58.1290	73.316	.336	.852
VAR00023	58.0000	68.400	.508	.845
VAR00024	58.9355	69.862	.390	.851
VAR00027	58.4839	71.858	.473	.847
VAR00029	57.9355	70.396	.447	.847
VAR00030	58.1613	70.140	.463	.847

Hasil Penelitian Kebahagiaan

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	31	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	31	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.792	29

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	96.0323	113.899	.298	.787
VAR00002	95.9032	115.424	.315	.786
VAR00003	95.2258	110.647	.498	.777
VAR00004	95.9677	112.899	.492	.779
VAR00005	96.5484	116.789	.256	.788
VAR00006	96.2258	111.981	.390	.782
VAR00007	96.0000	113.067	.344	.784
VAR00008	96.0000	113.533	.412	.782
VAR00009	95.3548	111.037	.503	.777
VAR00010	95.9677	116.299	.205	.791
VAR00011	96.3548	119.503	.088	.796
VAR00012	95.9677	111.432	.481	.778
VAR00013	96.0645	112.329	.457	.779
VAR00014	96.8710	113.516	.381	.783
VAR00015	95.7097	110.413	.535	.776
VAR00016	95.5484	113.389	.489	.779
VAR00017	95.9677	127.566	-.290	.809
VAR00018	96.2581	120.931	.037	.797
VAR00019	96.2903	115.280	.328	.785
VAR00020	96.0323	123.632	-.098	.801
VAR00021	95.7097	117.346	.217	.790
VAR00022	95.8065	117.561	.253	.788
VAR00023	96.7419	119.865	.088	.795
VAR00024	96.2903	109.746	.515	.776
VAR00025	96.1935	119.695	.063	.798
VAR00026	95.8387	116.273	.307	.786
VAR00027	96.3871	111.845	.419	.780
VAR00028	96.0323	104.099	.689	.764
VAR00029	96.2581	116.998	.140	.796

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	31	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	31	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.841	21

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	69.3871	96.312	.392	.835
VAR00002	69.2581	100.931	.253	.840
VAR00003	68.5806	96.585	.435	.833
VAR00004	69.3226	98.226	.446	.833
VAR00005	69.9032	100.290	.302	.838
VAR00006	69.5806	95.718	.431	.833
VAR00007	69.3548	97.903	.329	.838
VAR00008	69.3548	97.770	.428	.833
VAR00009	68.7097	96.346	.470	.831
VAR00012	69.3226	95.892	.492	.830
VAR00013	69.4194	96.652	.473	.831
VAR00014	70.2258	97.847	.391	.835
VAR00015	69.0645	94.529	.569	.827
VAR00016	68.9032	97.357	.526	.830
VAR00019	69.6452	99.103	.361	.836
VAR00022	69.1613	102.540	.206	.841
VAR00024	69.6452	93.503	.567	.827

VAR00026	69.1935	103.028	.161	.843
VAR00027	69.7419	95.665	.459	.832
VAR00028	69.3871	88.112	.746	.816
VAR00029	69.6129	99.912	.192	.846

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	31	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	31	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.850	18

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	58.8387	81.806	.443	.843
VAR00002	58.7097	88.146	.193	.853
VAR00003	58.0323	84.099	.380	.845
VAR00004	58.7742	84.847	.432	.843
VAR00005	59.3548	85.970	.337	.847
VAR00006	59.0323	81.632	.465	.841
VAR00007	58.8065	83.561	.367	.846
VAR00008	58.8065	84.495	.411	.844
VAR00009	58.1613	83.606	.428	.843
VAR00012	58.7742	82.181	.508	.839
VAR00013	58.8710	83.183	.472	.841
VAR00014	59.6774	84.026	.405	.844

VAR00015	58.5161	81.525	.550	.837
VAR00016	58.3548	84.703	.466	.842
VAR00019	59.0968	85.290	.371	.845
VAR00024	59.0968	79.624	.601	.834
VAR00027	59.1935	81.895	.477	.841
VAR00028	58.8387	75.206	.749	.825

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	31	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	31	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.853	17

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	55.2581	77.131	.480	.844
VAR00003	54.4516	80.456	.358	.850
VAR00004	55.1935	81.295	.399	.848
VAR00005	55.7742	81.181	.384	.848
VAR00006	55.4516	76.789	.512	.842
VAR00007	55.2258	79.114	.390	.849
VAR00008	55.2258	80.447	.412	.847
VAR00009	54.5806	80.052	.401	.848
VAR00012	55.1935	78.761	.475	.844
VAR00013	55.2903	79.413	.458	.845

VAR00014	56.0968	80.424	.380	.849
VAR00015	54.9355	77.996	.524	.842
VAR00016	54.7742	81.314	.420	.847
VAR00019	55.5161	81.258	.369	.849
VAR00024	55.5161	75.258	.627	.836
VAR00027	55.6129	77.578	.497	.843
VAR00028	55.2581	71.131	.764	.828

Uji Korelasi Penerimaan Diri dengan Aspek Kepuasan

Correlations

Correlations		MenerimaDiri	Kepuasan
MenerimaDiri	Pearson Correlation	1	.679**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	31	31
Kepuasan	Pearson Correlation	.679**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	31	31

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

Correlations		TdkMenolak	Kepuasan
TdkMenolak	Pearson Correlation	1	.639**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	31	31
Kepuasan	Pearson Correlation	.639**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	31	31

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

Correlations

		YakinMencintai	Kepuasan
YakinMencintai	Pearson Correlation	1	.596**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	31	31
Kepuasan	Pearson Correlation	.596**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	31	31

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

Correlations

		MerasaBerharga	Kepuasan
MerasaBerharga	Pearson Correlation	1	.635**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	31	31
Kepuasan	Pearson Correlation	.635**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	31	31

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

Correlations

		MemilikiKeyakinan	Kepuasan
MemilikiKeyakinan	Pearson Correlation	1	.462**
	Sig. (2-tailed)		.009
	N	31	31
Kepuasan	Pearson Correlation	.462**	1
	Sig. (2-tailed)	.009	
	N	31	31

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

Uji Korelasi Penerimaan Diri dengan Aspek Bersikap Ramah

Correlations

		MenerimaDiri	Ramah
MenerimaDiri	Pearson Correlation	1	.372*
	Sig. (2-tailed)		.039
	N	31	31
Ramah	Pearson Correlation	.372*	1
	Sig. (2-tailed)	.039	
	N	31	31

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		TdkMenolak	Ramah
TdkMenolak	Pearson Correlation	1	.323
	Sig. (2-tailed)		.077
	N	31	31
Ramah	Pearson Correlation	.323	1
	Sig. (2-tailed)	.077	
	N	31	31

Correlations

		YakinMencintai	Ramah
YakinMencintai	Pearson Correlation	1	.483**
	Sig. (2-tailed)		.006
	N	31	31
Ramah	Pearson Correlation	.483**	1
	Sig. (2-tailed)	.006	
	N	31	31

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

Correlations

		MerasaBerharga	Ramah
MerasaBerharga	Pearson Correlation	1	.358*
	Sig. (2-tailed)		.048
	N	31	31
Ramah	Pearson Correlation	.358*	1
	Sig. (2-tailed)	.048	
	N	31	31

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		MemilikiKeyakinan	Ramah
MemilikiKeyakinan	Pearson Correlation	1	.612**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	31	31
Ramah	Pearson Correlation	.612**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	31	31

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

Uji Korelasi Penerimaan Diri dengan Aspek Bersikap Empati

Correlations

		MenerimaDiri	Empati
MenerimaDiri	Pearson Correlation	1	.148
	Sig. (2-tailed)		.428
	N	31	31
Empati	Pearson Correlation	.148	1
	Sig. (2-tailed)	.428	
	N	31	31

Correlations

		TdkMenolak	Empati
TdkMenolak	Pearson Correlation	1	.210
	Sig. (2-tailed)		.256
	N	31	31
Empati	Pearson Correlation	.210	1
	Sig. (2-tailed)	.256	
	N	31	31

Correlations

		YakinMencintai	Empati
YakinMencintai	Pearson Correlation	1	.405*
	Sig. (2-tailed)		.024
	N	31	31
Empati	Pearson Correlation	.405*	1
	Sig. (2-tailed)	.024	
	N	31	31

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		MerasaBerharga	Empati
MerasaBerharga	Pearson Correlation	1	.147
	Sig. (2-tailed)		.431
	N	31	31
Empati	Pearson Correlation	.147	1
	Sig. (2-tailed)	.431	
	N	31	31

Correlations

		MemilikiKeyakin an	Empati
MemilikiKeyakinan	Pearson Correlation	1	.123
	Sig. (2-tailed)		.509
	N	31	31
Empati	Pearson Correlation	.123	1
	Sig. (2-tailed)	.509	
	N	31	31

Uji Korelasi Penerimaan Diri dengan Aspek Berpikir Positif**Correlations**

		MenerimaDiri	BerpikirPositif
MenerimaDiri	Pearson Correlation	1	.478**
	Sig. (2-tailed)		.006
	N	31	31
BerpikirPositif	Pearson Correlation	.478**	1
	Sig. (2-tailed)	.006	
	N	31	31

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

Correlations

		TdkMenolak	BerpikirPositif
TdkMenolak	Pearson Correlation	1	.403*
	Sig. (2-tailed)		.024
	N	31	31
BerpikirPositif	Pearson Correlation	.403*	1
	Sig. (2-tailed)	.024	
	N	31	31

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		YakinMencintai	BerpikirPositif
YakinMencintai	Pearson Correlation	1	.487**
	Sig. (2-tailed)		.005
	N	31	31
BerpikirPositif	Pearson Correlation	.487**	1
	Sig. (2-tailed)	.005	
	N	31	31

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

Correlations

		MerasaBerharga	BerpikirPositif
MerasaBerharga	Pearson Correlation	1	.495**
	Sig. (2-tailed)		.005
	N	31	31
BerpikirPositif	Pearson Correlation	.495**	1
	Sig. (2-tailed)	.005	
	N	31	31

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

Correlations

		MemilikiKeyakinan	BerpikirPositif
MemilikiKeyakinan	Pearson Correlation	1	.479**
	Sig. (2-tailed)		.006
	N	31	31
BerpikirPositif	Pearson Correlation	.479**	1
	Sig. (2-tailed)	.006	
	N	31	31

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

Uji Korelasi Penerimaan Diri dengan Aspek Kesejahteraan Hidup

Correlations

		MenerimaDiri	Sejahtera
MenerimaDiri	Pearson Correlation	1	.466**
	Sig. (2-tailed)		.008
	N	31	31
Sejahtera	Pearson Correlation	.466**	1
	Sig. (2-tailed)	.008	
	N	31	31

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

Correlations

		TdkMenolak	Sejahtera
TdkMenolak	Pearson Correlation	1	.465**
	Sig. (2-tailed)		.008
	N	31	31
Sejahtera	Pearson Correlation	.465**	1
	Sig. (2-tailed)	.008	
	N	31	31

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

Correlations

		YakinMencintai	Sejahtera
YakinMencintai	Pearson Correlation	1	.684**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	31	31
Sejahtera	Pearson Correlation	.684**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	31	31

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

Correlations

		MerasaBerharga	Sejahtera
MerasaBerharga	Pearson Correlation	1	.441*
	Sig. (2-tailed)		.013
	N	31	31
Sejahtera	Pearson Correlation	.441*	1
	Sig. (2-tailed)	.013	
	N	31	31

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		MemilikiKeyakinan	Sejahtera
MemilikiKeyakinan	Pearson Correlation	1	.433*
	Sig. (2-tailed)		.015
	N	31	31
Sejahtera	Pearson Correlation	.433*	1
	Sig. (2-tailed)	.015	
	N	31	31

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Uji Korelasi Penerimaan Diri dengan Aspek Ceria

Correlations

		MenerimaDiri	Ceria
MenerimaDiri	Pearson Correlation	1	.362*
	Sig. (2-tailed)		.045
	N	31	31
Ceria	Pearson Correlation	.362*	1
	Sig. (2-tailed)	.045	
	N	31	31

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		TdkMenolak	Ceria
TdkMenolak	Pearson Correlation	1	.260
	Sig. (2-tailed)		.157
	N	31	31
Ceria	Pearson Correlation	.260	1
	Sig. (2-tailed)	.157	
	N	31	31

Correlations

		YakinMencintai	Ceria
YakinMencintai	Pearson Correlation	1	.449*
	Sig. (2-tailed)		.011
	N	31	31
Ceria	Pearson Correlation	.449*	1
	Sig. (2-tailed)	.011	
	N	31	31

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		MerasaBerharga	Ceria
MerasaBerharga	Pearson Correlation	1	.512**
	Sig. (2-tailed)		.003
	N	31	31
Ceria	Pearson Correlation	.512**	1
	Sig. (2-tailed)	.003	
	N	31	31

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

Correlations

		MemilikiKeyakin an	Ceria
MemilikiKeyakinan	Pearson Correlation	1	.181
	Sig. (2-tailed)		.330
	N	31	31
Ceria	Pearson Correlation	.181	1
	Sig. (2-tailed)	.330	
	N	31	31

Uji Korelasi Penerimaan Diri dengan Aspek Harga Diri**Correlations**

		MenerimaDiri	HargaDiri
MenerimaDiri	Pearson Correlation	1	.487**
	Sig. (2-tailed)		.005
	N	31	31
HargaDiri	Pearson Correlation	.487**	1
	Sig. (2-tailed)	.005	
	N	31	31

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

Correlations

		TdkMenolak	HargaDiri
TdkMenolak	Pearson Correlation	1	.552**
	Sig. (2-tailed)		.001
	N	31	31
HargaDiri	Pearson Correlation	.552**	1
	Sig. (2-tailed)	.001	
	N	31	31

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

Correlations

		YakinMencintai	HargaDiri
YakinMencintai	Pearson Correlation	1	.491**
	Sig. (2-tailed)		.005
	N	31	31
HargaDiri	Pearson Correlation	.491**	1
	Sig. (2-tailed)	.005	
	N	31	31

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

Correlations

		MerasaBerharga	HargaDiri
MerasaBerharga	Pearson Correlation	1	.472**
	Sig. (2-tailed)		.007
	N	31	31
HargaDiri	Pearson Correlation	.472**	1
	Sig. (2-tailed)	.007	
	N	31	31

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

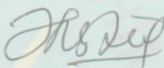
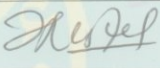
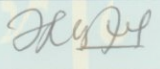
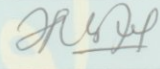
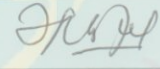
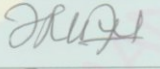
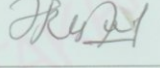
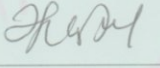
Correlations

		MemilikiKeyakin an	HargaDiri
MemilikiKeyakinan	Pearson Correlation	1	.483**
	Sig. (2-tailed)		.006
	N	31	31
HargaDiri	Pearson Correlation	.483**	1
	Sig. (2-tailed)	.006	
	N	31	31

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

BUKTI KONSULTASI

Nama : Harista Umamil Khoiriyah
 NIM : 12410210
 Jurusan/ Fakultas : Psikologi/Psikologi
 Dosen Pembimbing : Tristiadi Ardi Ardani, M.Si
 Judul Skripsi : Hubungan Penerimaan Diri dengan Kebahagiaan pada Remaja di Panti Asuhan Nurul Abyadh Malang

No	Tanggal	Hal Yang Dikonsultasikan	Tanda Tangan
1	07 September 2016	Konsultasi Proposal Skripsi	
2	14 September 2016	Revisi BAB I & II	
3	16 September 2016	Konsultasi BAB III	
4	20 September 2016	ACC BAB I, II, III	
5	09 Maret 2017	Konsultasi Skala	
6	14 Maret 2017	Konsultasi Penelitian	
7	04 April 2017	Konsultasi BAB IV	
8	12 April 2017	Revisi BAB IV	
9	18 April 2017	Revisi BAB IV	