

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN PENERIMAAN DIRI
TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI ANGGOTA
KOMUNITAS *PSYCHOWORLD***

SKRIPSI



Oleh:

Rezki Haris Ilhami

NIM: 16410023

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

2020

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN PENERIMAAN DIRI
TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI ANGGOTA
KOMUNITAS *PSYCHOWORLD***

SKRIPSI

Diajukan Kepada

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

Oleh

Rezki Haris Ilhami

NIM. 16410023

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

2020

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN PENERIMAAN DIRI
TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI ANGGOTA
KOMUNITAS *PSYCHOWORLD***

SKRIPSI

Oleh:

Rezki Haris Ilhami

NIM. 16410023

Telah Disetujui Oleh:

Dosen Pembimbing



Dr. Yulia Sholichatun, M.Si

NIP. 19700724 200501 20 003

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. Siti Mahmudah, M.Si
NIP. 19671029 199403 2001

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN PENERIMAAN DIRI
TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI ANGGOTA
KOMUNITAS *PSYCHOWORLD***

SKRIPSI

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji

Susunan Dewan Penguji

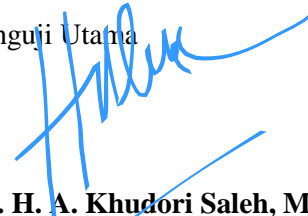
Dosen Pembimbing



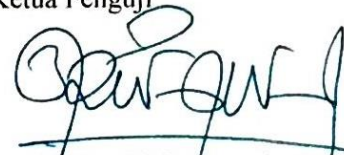
Dr. Yulia Sholichatun, M.Si
NIP. 19700724 200501 20 003

Anggota Penguji Lain

Penguji Utama



Dr. H. A. Khudori Saleh, M.Ag
NIP. 19681124 200003 1001
Ketua Penguji



Dr. Endah K. Purwaningtyas, M.Psi, Psikolog
NIP. 19750514 200003 2003

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar

Sarjana Psikologi pada tanggal

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi

Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. Siti Mahmudah, M.Si
NIP. 19671029 199403 2001

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Rezki Haris Ilhami

NIM : 16410023

Fakultas : Psikologi

Menyatakan bahwa penelitian yang saya buat dengan judul “PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN PENERIMAAN DIRI TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI ANGGOTA KOMUNITAS *PSYCHOWORLD*” adalah hasil karya penelitian sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, terkecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. jika dikemudian hari ada klaim dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab dosen pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi UIN Malang.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya. Apabila pernyataan ini tidak benar, peneliti siap menerima sanksi akademis.

Malang, 2 Agustus 2020



Rezki Haris Ilhami
NIM. 16410023

MOTTO

Keyakinan Menciptakan Kenyataan

(William James)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

Kedua orang tua dan adik saya yang selalu memberi dukungan secara maksimal dalam bentuk apapun.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah mengatur alam semesta dengan Rahman dan Rahim-Nya. Shalawat seiring salam semoga tercurah kepada Rasulullah Muhammad SAW yang telah membangun kembali peradaban manusia dengan risalahnya. Alhamdulillah pada akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan berkat rahmat Allah SWT dan kerja keras pihak-pihak yang terlibat dalam proses pembuatan skripsi ini. Serta ucapan banyak terimakasih kepada ibu Dr. Yulia Sholichatun, M.Si selaku dosen pembimbing yang bersedia meluangkan waktu, pikiran, tenaga, dan doanya selama proses pengerjaan skripsi ini. Semoga rahmat dan hidayah Allah SWT selalu tercurahkan kepada beliau.

Selanjutnya ucapan terimakasih juga peneliti sampaikan kepada:

1. Prof. Dr. Abdul Haris, M.Ag, selaku rektor UIN Malang
2. Dr. Siti Mahmudah, M.Si, selaku dekan Fakultas Psikologi UIN Malang
3. Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si, selaku dosen wali yang telah banyak membimbing selama masa perkuliahan
4. Bapak/Ibu dosen dan seluruh civitas akademika Fakultas Psikologi UIN Malang
5. Saudari Firyal Nabila yang telah banyak membantu pengerjaan skripsi ini secara teknis maupun non teknis.
6. Anggota komunitas *PSYCHOWORLD* yang telah bersedia terlibat dalam penelitian
7. Teman-teman *PSYCHOWORLD* dan *OASIS* yang telah menjadi wadah berproses selama masa perkuliahan
8. Teman-teman kelas A dan Psikologi '16 yang telah memberi banyak pelajaran selama masa perkuliahan.

Akhir kata, semoga karya penelitian ini bisa bermanfaat bagi banyak orang. Aamiin.

Malang, 2 Agustus 2020

Rezki Haris Ilhami

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
ABSTRAK.....	xiv
ABSTRACT.....	xv
التجريد.....	xvi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	9
BAB II.....	11
KAJIAN TEORI	11
A. Kepercayaan Diri	11
1. Pengertian Kepercayaan Diri	11
2. Aspek Kepercayaan Diri	13
3. Faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri.....	14
B. Dukungan Sosial	17
1. Pengertian Dukungan Sosial	17
2. Bentuk Dukungan Sosial.....	19
3. Sumber Dukungan Sosial.....	21
C. Penerimaan Diri	21
1. Pengertian Penerimaan Diri	21

2.	Aspek Penerimaan Diri	23
3.	Manfaat Penerimaan Diri	26
D.	Hubungan Dukungan Sosial dan Penerimaan Diri Terhadap Kepercayaan Diri	26
E.	Perumusan Hipotesis.....	29
BAB III		30
METODE PENELITIAN.....		30
A.	Rancangan Penelitian.....	30
B.	Identifikasi Variabel Penelitian.....	30
C.	Definisi Operasional	31
1.	Kepercayaan Diri	31
2.	Dukungan Sosial	31
3.	Penerimaan Diri	31
D.	Subjek Penelitian	32
E.	Instrumen Pengumpulan Data.....	32
1.	Dukungan Sosial	32
2.	Penerimaan Diri	34
3.	Kepercayaan Diri	35
F.	Metode Analisis Data.....	36
G.	Uji Validitas dan Reliabilitas	37
1.	Uji Validitas	37
2.	Uji Reliabilitas	41
BAB IV		42
HASIL DAN PEMBAHASAN.....		42
A.	Pelaksanaan Penelitian.....	42
B.	Hasil Penelitian	43
1.	Analisis Deskripsi	43
2.	Uji Asumsi	50
3.	Uji Hipotesis	52
C.	Pembahasan.....	56
1.	Tingkat Dukungan Sosial Anggota Komunitas <i>Psychoworld</i>	56
2.	Tingkat Penerimaan Diri Anggota Komunitas <i>Psychoworld</i>	59
3.	Tingkat Kepercayaan Diri Anggota Komunitas <i>Psychoworld</i>	62
4.	Pengaruh Dukungan Sosial dan Penerimaan Diri Terhadap Kepercayaan Diri	64

BAB V	69
PENUTUP	69
A. Kesimpulan	69
B. Saran	70
DAFTAR PUSTAKA	72

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Blueprint Skala Dukungan Sosial	33
Tabel 3. 2 Blueprint Skala Penerimaan Diri	34
Tabel 3. 3 Blueprint Skala Kepercayaan Diri	35
Tabel 3. 4 Hasil Uji Validitas Dukungan Sosial	38
Tabel 3. 5 Hasil Uji Validitas Penerimaan Diri	39
Tabel 3. 6 Hasil Uji Validitas Kepercayaan Diri	40
Tabel 3. 7 Hasil Uji Reliabilitas.....	41
Tabel 4. 1 Deskripsi Skor Hipotetik dan Empirik.....	43
Tabel 4. 2 Norma Kategorisasi	45
Tabel 4. 3 Kategorisasi Dukungan Sosial	45
Tabel 4. 4 Bentuk Dukungan Pembentuk Variabel Dukungan Sosial	47
Tabel 4. 5 Kategorisasi Penerimaan Diri	47
Tabel 4. 6 Aspek Pembentuk Variabel Penerimaan Diri	48
Tabel 4. 7 <i>Kategorisasi Kepercayaan Diri</i>	49
Tabel 4. 8 Aspek Pembentuk Variabel Kepercayaan Diri	50
Tabel 4. 9 Hasil Uji Normalitas	51
Tabel 4. 10 Uji Linearitas Dukungan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri	51
Tabel 4. 11 Uji Linearitas Penerimaan Diri Terhadap Kepercayaan Diri	52
Tabel 4. 12 Hasil Uji Simultan Pengaruh Dukungan Sosial dan Penerimaan Diri Terhadap Kepercayaan Diri	53
Tabel 4. 13 Koefisien Deterinasi Secara Simultan.....	53
Tabel 4. 14 Hasil Uji Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri	54
Tabel 4. 15 Koefisien Determinasi Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri	54
Tabel 4. 16 Hasil Uji Pengaruh Penerimaan Diri Terhadap Kepercayaan Diri	55
Tabel 4. 17 Koefisien Determinasi Pengaruh Penerimaan Diri Terhadap Kepercayaan Diri	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 <i>Kategorisasi Dukungan Sosial</i>	46
Gambar 4. 2 Kategorisasi Penerimaan Diri	48
Gambar 4. 3 Kategorisasi Kepercayaan Diri	49

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Bukti Konsultasi Skripsi.....	75
Lampiran 2 Kuesioner Penelitian.....	76
Lampiran 3 Uji Validitas dan Reliabilitas.....	81
Lampiran 4 Profil Komunitas Psychoworld.....	84
Lampiran 5 Deskripsi Subjek.....	85
Lampiran 6 Tabulasi	87
Lampiran 7 Uji Asumsi.....	90
Lampiran 8 Uji Hipotesis.....	91
Lampiran 9 Naskah Publikasi.....	93

ABSTRAK

Ilhami, Rezki Haris. 2020. Pengaruh Dukungan Sosial dan Penerimaan Diri Terhadap Kepercayaan Diri Anggota Komunitas *Psychoworld*. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Dosen Pembimbing: Dr. Yulia Sholichatun, M.Si

Kepercayaan diri merupakan salah satu komponen yang sangat diperlukan setiap individu dalam menjalani kehidupan. Kepercayaan diri dapat terbentuk melalui faktor eksternal dan internal. Salah satu contoh faktor eksternal adalah dukungan sosial dari lingkungan pertemanan. Sedangkan salah satu bentuk faktor internal adalah penerimaan diri. Maka penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui tingkat dukungan sosial, penerimaan diri, dan kepercayaan diri anggota komunitas *Psychoworld*, serta mengetahui pengaruh dukungan sosial dan penerimaan diri terhadap kepercayaan diri anggota komunitas *Psychoworld*.

Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kuantitatif. Sampel yang diambil adalah keseluruhan populasi yaitu sebanyak 57 orang. Ada tiga variabel dalam penelitian ini yang terdiri dari dua variabel bebas yaitu dukungan sosial dan penerimaan diri serta satu variabel terikat yaitu kepercayaan diri.

Hasil analisis yang telah dilakukan menunjukkan bahwa tingkat dukungan sosial anggota komunitas *Psychoworld* berada dalam kategori tinggi dengan presentase 61%. Tingkat penerimaan diri juga berada dalam kategori tinggi dengan presentase 72%. Tingkat kepercayaan diri juga masuk dalam kategori tinggi dengan presentase 70%. Hasil uji hipotesis menunjukkan adanya pengaruh dukungan sosial dan penerimaan diri secara simultan terhadap kepercayaan diri anggota komunitas *Psychoworld* sebesar 44,8% dengan skor signifikansi 0,000 ($p < 0,05$).

Kata Kunci: Dukungan Sosial, Penerimaan Diri, Kepercayaan Diri

ABSTRACT

Ilhami, Rezki Haris. 2020. The Influence of Social Support and Self Acceptance on Self Confidence in Psychoworld Community Member. Thesis. Department of Psychology. Maulana Malik Ibrahim State Islamic University of Malang.

Supervisor: Dr. Yulia Sholichatun, M.Si

Self confidence is one of necessary components in human life. Self confidence is formed by external and internal factors. One example of the external factor is social support and the example of internal factor is self acceptance. Based on the description, the purpose of this research is to know the level of social support, self acceptance, and self confidence of Psychoworld member, and also to find the influence of social support and self acceptance on Psychoworld members' self confidence.

This research uses a quantitative approach. Sampling used the entire of population with 57 respondents. There are three variables in this research, consisting of two independent variables those are social support and self acceptance and a dependent variable that is self confidence.

The result of analysis process show that the level of social support is at the high category with 61,4%. Self acceptance level is also at high category with 71,9%. And self confidence level also at high category with 70,2 %. Hypothesis testing result show that there is an influence of social support and self acceptance simultaneously on self confidence of Psychoworld members. The percentage of that influence is 44,8% with 0,000 ($p < 0,05$) significance value.

Keywords: Social Support, Self Acceptance, Self Confidence

التجريد

إلهامي ، رزقي حارس. ٢٠٢٠. تأثير الدعم الاجتماعي وقبول الذات على الثقة بالنفس لدى أعضاء مجتمع *Psychoworld*. البحث العلمي. قسم علم النفس. جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية في مالانغ.

المشرفة: د. يوليا صالحه ، الماجستير

الثقة بالنفس هي أحد المكونات الضرورية في حياة الإنسان. تتكون الثقة بالنفس من خلال الواجهات الخارجية والداخلية. أحد الأمثلة على العامل الخارجي هو الدعم الاجتماعي ومثال العامل الداخلي هو قبول الذات. بناءً على الوصف، فإن الغرض من هذا البحث هو العثور على تأثير الدعم الاجتماعي وقبول الذات على ثقة أعضاء *Psychoworld* في أنفسهم.

يستخدم هذا البحث نهجًا كميًا. استخدم أخذ العينات جميع السكان مع ٥٧ مستجيبًا. هناك ثلاثة متغيرات في هذا البحث ، تتكون من متغيرين مستقلين هما الدعم الاجتماعي وقبول الذات ومتغير تابع هو الثقة بالنفس.

تظهر نتيجة عملية التحليل أن مستوى الدعم الاجتماعي في الفئة العالية بنسبة ٦١,٤٪. مستوى القبول الذاتي هو أيضًا في فئة عالية بنسبة ٧١,٩٪. ومستوى الثقة بالنفس أيضًا في فئة عالية بنسبة ٧٠,٢٪. تظهر نتيجة اختبار الفرضية أن هناك تأثيرًا للدعم الاجتماعي وقبول الذات في نفس الوقت على الثقة بالنفس لأعضاء *Psychoworld*. تبلغ نسبة هذا التأثير ٤٤,٨٪ بقيمة $p < 0,05$.

الكلمات الدالة: الدعم الاجتماعي, وقبول الذات, والثقة بالنفس.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia adalah makhluk sosial yang hidup secara berkelompok dan selalu membutuhkan orang lain dalam hidupnya. Manusia selalu ingin memenuhi kebutuhan hidupnya, untuk melakukan hal tersebut manusia membutuhkan peran orang lain di sekitarnya (Nur Inah, 2013). Hal ini berarti setiap manusia butuh peran orang lain untuk memenuhi kebutuhan hidup, maka sejak lahir manusia memiliki keinginan secara alamiah untuk menjadi satu dengan manusia lain di sekitarnya dan keinginan untuk menjadi satu dengan alam di sekelilingnya (Siska, 2017).

Hubungan pertemanan yang timbal balik ataupun sebuah kelompok pertemanan dapat membuat seseorang merasa tidak sendiri dan membuat usaha yang dilakukannya terasa lebih mudah. Selain itu dengan adanya kelompok juga membuat seseorang memiliki perasaan saling memiliki (Siska, 2017). Soerjono Soekamto (2006) menyebutkan kelompok sosial sebagai sekumpulan manusia yang hidup bersama dan saling berhubungan secara timbal balik dan saling mempengaruhi. Kelompok itu sendiri bisa terbentuk dari minimal 2 orang sampai puluhan atau ribuan orang (Saptono & Sugeng, 2006).

Salah satu tempat yang dijumpai adanya kelompok-kelompok adalah di dalam universitas atau kampus. Kelompok-kelompok ini mayoritas dibentuk dan beranggotakan mahasiswa. Ada beragam tujuan mahasiswa membentuk kelompok-kelompok ini, salah satunya adalah untuk belajar bersama.

Ada beberapa manfaat dari adanya kelompok belajar ini adalah pengaruhnya terhadap prestasi.

Mahasiswa yang lebih banyak belajar secara berkelompok memperoleh prestasi yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa yang belajar secara individu (Triastuti dalam Hapsari, 2019). Keren *et al* (dalam Hapsari, 2019) menyebutkan ada tiga manfaat utama belajar secara berkelompok yaitu belajar berkelompok menciptakan suasana belajar yang lebih aktif dan menarik. Manfaat belajar kelompok yang kedua adalah adanya motivasi serta koreksi yang diberikan oleh sesama anggota sehingga masing-masing dapat mengetahui kekurangan ilmunya. Manfaat yang ketiga adalah dukungan dan semangat yang diberikan oleh sesama anggota kelompok.

Kelompok-kelompok belajar yang dibentuk oleh mahasiswa tidak selalu mempelajari materi-materi perkuliahan atau bidang akademis. Sebagian dari kelompok-kelompok tersebut justru lebih fokus mempelajari hal-hal non akademis seperti bakat dan minat. Salah satu contohnya adalah di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Terdapat banyak komunitas ataupun kelompok yang dibentuk oleh mahasiswa untuk saling membantu mengasah kemampuan diluar bidang akademis di UIN Malang. Salah satu komunitas tersebut adalah komunitas *Psychoworld* yang dibentuk oleh mahasiswa psikologi UIN Malang.

Komunitas *Psychoworld* sendiri berdiri pada tahun 2014 yang bermula dari beberapa mahasiswa yang membentuk sebuah kelompok belajar untuk mengeksplorasi lebih luas ilmu yang telah mereka dapatkan di kelas maupun yang mereka dapatkan dari luar kelas. Semakin lama semakin banyak

teman-teman mahasiswa psikologi yang lain yang ikut bergabung saat mereka belajar bersama. Semakin hari semakin banyak mahasiswa lain yang ingin belajar bersama, maka muncullah ide untuk merubah kelompok belajar tersebut menjadi sebuah komunitas yang diberi nama *Psychoworld*. Tujuan awal dibentuknya *Psychoworld* sendiri adalah untuk memudahkan proses belajar atau melatih kemampuan anggotanya sesuai dengan minat masing-masing anggota.

Seiring berjalannya waktu dan bertambahnya jumlah anggota yang memiliki minat yang berbeda-beda maka dibentuklah beberapa divisi yang disebut *room* untuk memudahkan para anggota dalam belajar sesuai bidang yang diminati. Saat ini terdapat tujuh *room* di dalam komunitas *Psychoworld* yaitu *psychospeak*, *psychowrite*, *psychomovie*, *psychomusic*, *psychodebate*, *psychopreneur*, dan *psychohypno*. Ketujuh divisi tersebut memiliki ketua divisi masing-masing dan berhak menentukan sendiri jadwal belajar serta materi yang akan dipelajari.

Selain belajar bersama secara rutin, satu hal yang sangat di tekankan di *Psychoworld* adalah keberanian untuk mempraktikkan ilmu yang telah dipelajari tersebut. Bentuk praktiknya bisa bermacam-macam sesuai *room* masing-masing. Sebagian *room* mempraktikkan ilmunya dengan cara mengikuti kompetisi seperti debat, menulis, atau membuat film. Sebagian *room* yang lain mempraktikkan ilmunya dengan menciptakan karya seperti menulis buku, membuat lagu, dan berwirausaha. Selain itu ada juga beberapa *room* yang mempraktikkan ilmunya dengan cara bekerjasama dengan pihak lain

seperti praktek hipnosis di tempat umum, menjadi pengisi acara di suatu kegiatan, dan melakukan siaran rutin mingguan di RRI Pro 2 Malang.

Dalam proses praktik yang telah disebutkan tadi, tentunya tidak hanya dibutuhkan modal pengetahuan semata. Dalam proses praktik tersebut juga dibutuhkan adanya kepercayaan diri dari masing-masing anggota. Kepercayaan diri ini sangat diperlukan karena seringkali dalam berpraktik mereka harus banyak berinteraksi dengan orang-orang baru dan melakukan hal-hal baru yang belum pernah dilakukan sebelumnya. Dengan demikian, memiliki modal kepercayaan diri akan sangat berguna dalam proses ini.

Kepercayaan diri bagi anggota komunitas *Psychoworld* seperti aturan wajib yang tidak tertulis namun harus dimiliki oleh setiap anggota. Hal ini dikarenakan setiap anggota yang ingin berproses dengan baik akan dituntut atau bahkan dipaksa untuk mencoba hal-hal baru dengan cara praktik langsung. Tuntutan ini di sisi lain juga berfungsi sebagai cara untuk menyeleksi mana anggota yang benar-benar ingin belajar dan berproses. Proses seperti ini telah menunjukkan hasil yang cukup baik dalam meningkatkan kepercayaan diri para anggota. Salah satu bukti hasil dari proses ini adalah seringkali anggota komunitas *Psychoworld* dipilih menjadi delegasi Fakultas Psikologi UIN Malang dalam kompetisi-kompetisi antar universitas. Hal ini menunjukkan bahwa secara umum mereka memiliki kepercayaan diri yang cukup tinggi.

Berdasarkan kuersioner pra penelitian yang telah peneliti berikan kepada 25 anggota *Psychoworld*, didapatkan hasil bahwa 94% dari mereka yang telah berproses di dalam *Psychoworld* mengakui banyak merasakan

perubahan yang membuat mereka lebih percaya diri dalam mempraktikkan ilmu yang telah dipelajari.

Selain membangun kepercayaan diri, salah satu manfaat yang sangat dirasakan ketika berproses di *Psychoworld* adalah kuatnya dukungan yang diberikan oleh sesama anggota. Dukungan ini dirasa memberikan pengaruh yang sangat besar dalam membangun kepercayaan diri setiap anggota. Hasil dari bentuk dukungan ini sudah banyak terlihat pada anggota *Psychoworld*. Banyak dari anggota *Psychoworld* yang telah berhasil menjuarai berbagai kompetisi sebagai perwakilan kampus. Sebagian yang lain telah berhasil berkarya berupa buku dan membangun wirausaha. Bentuk dukungan yang diberikan mungkin tampak sederhana seperti ucapan selamat, kalimat motivasi, ataupun sekedar menguatkan saat belum berhasil menjuarai sebuah kompetisi. Dukungan sosial seperti itu ternyata sudah mampu membangkitkan kepercayaan diri dan mengembalikan semangat mereka.

Dukungan sosial adalah dukungan berupa rasa peduli, menghargai, dan rasa nyaman yang diberikan orang lain atau kelompok kepada seseorang (Uchino, dalam Sarafino, 2011). Dukungan sosial dapat diberikan secara emosional, bantuan langsung, maupun informasi (Taylor dkk, 2009). Dalam masa-masa sulit atau keterpurukan, dukungan sosial yang diberikan orang lain akan sangat membantu dalam meringankan tekanan psikologis yang dialami seseorang (Broman, dalam Taylor, 2009). Dukungan secara emosional dan bantuan-bantuan lainnya dari orang lain dapat memberikan pengaruh penting bagi kepercayaan diri individu (Santrock, 2012). Maka dapat dikatakan bahwa dukungan sosial menjadi salah satu faktor yang penting dalam menumbuhkan

kepercayaan diri seseorang. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan Sulistyowati (2019) yang menyatakan bahwa semakin positif dukungan dari teman sebaya maka semakin tinggi kepercayaan diri.

Dukungan sosial akan sangat sangat berpengaruh apabila datang dari orang terdekat seperti orang tua atau teman. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan Hapasari (2014) menunjukkan adanya hubungan signifikan antara dukungan teman sebaya dengan kepercayaan diri. Hal senada juga diungkapkan dalam penelitian yang dilakukan Pina P.W., dkk (2017) yang menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri remaja dengan dukungan sosial teman sebaya. Kepercayaan diri yang muncul akibat dukungan sosial juga mampu memunculkan sikap positif dalam diri seseorang sebagaimana penelitian yang dilakukan Rizka A.N. (2015) yang menjelaskan bahwa anak-anak yang mendapat dukungan sosial dan stimulasi yang cukup akan memiliki kepercayaan diri yang tinggi untuk mengembangkan potensi diri mereka.

Selain dukungan sosial yang merupakan faktor eksternal ada juga faktor internal yang turut mempengaruhi kepercayaan diri anggota komunitas *Psychoworld*. Salah satu faktor tersebut adalah kemampuan penerimaan diri. Berdasarkan kuesioner pra penelitian yang diberikan, mayoritas anggota *Psychoworld* menyatakan bahwa ketika mereka mampu menerima kekurangan dan kelebihan yang mereka miliki maka kepercayaan diri mereka akan semakin bertambah.

Penerimaan diri merupakan sikap dimana seseorang mampu menerima kondisi yang ada pada dirinya (Reber & Reber, 2010). Individu yang mampu

menerima dirinya berarti telah berhasil menerima kelebihan serta kekurangan yang ada pada dirinya. Individu tersebut juga telah menemukan jati dirinya dan karakter yang ia miliki (Anderson, dalam Permatasari & Gamayanti, 2016). Selain menyadari kelebihan dan kekurangan dalam dirinya, individu yang mampu melakukan penerimaan diri juga berusaha untuk bisa hidup bahagia dengan kekurangan yang dimiliki (Ceyhan & Ceyhan, dalam Putri dkk, 2013). Sebaliknya, individu yang tidak mampu menerima dirinya dengan baik akan bergelut dalam sikap rendah diri dan merasa tidak berguna (Potocka, dalam Paramita & Margareta, 2013).

Penerimaan diri merupakan salah satu faktor yang memberikan peran pada kesehatan mental seseorang (Hurlock, dalam Paramita & Margareta, 2013). Hal serupa juga disampaikan oleh Antama (dalam, Evitasari dkk, 2015) bahwa penerimaan diri adalah hal paling mendasar ketika seseorang ingin berhasil untuk berdamai dengan kondisinya. Dalam melakukan penerimaan diri seseorang harus melewati beberapa tahapan yang dimulai dengan mengenal dirinya sendiri, lalu menahan diri dari kebiasaan lama, kemudian mengubah emosi dari suatu peristiwa yang terjadi, lalu menikmati apa yang terjadi dan melepaskan kejadian-kejadian masa lalu (White, dalam Febriani, 2018). Setelah individu berhasil melakukan penerimaan diri maka akan menghasilkan berkurangnya perasaan rendah diri serta memunculkan rasa percaya diri (Drajat, dalam Febriani, 2018).

Beberapa penelitian telah dilakukan mengenai pengaruh penerimaan diri terhadap kondisi psikologis seseorang. Salah satunya penelitian yang telah dilakukan oleh Paramita & Margareta (2013) yang menyebutkan bahwa

penerimaan diri dapat mempengaruhi munculnya penyesuaian diri, semakin tinggi penerimaan diri maka semakin tinggi pula penyesuaian diri seseorang. Penelitian lain juga telah dilakukan oleh Resty (2016) yang menjelaskan bahwa penerimaan diri bisa mempengaruhi harga diri seseorang, dan harga diri yang dimiliki seseorang akan membuatnya mampu lebih menghargai dirinya dan orang lain di sekitarnya.

Berdasarkan pemaparan di atas maka peneliti ingin menguji adakah pengaruh dukungan sosial dan penerimaan diri dalam meningkatkan kepercayaan diri anggota komunitas *Psychoworld*. Maka peneliti berniat melakukan penelitian yang dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial dan Penerimaan Diri Terhadap Kepercayaan Diri Anggota Komunitas *Psychoworld*”.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat dukungan sosial anggota komunitas *Psychoworld*?
2. Bagaimana tingkat penerimaan diri anggota komunitas *Psychoworld*?
3. Bagaimana tingkat kepercayaan diri anggota komunitas *Psychoworld*?
4. Adakah pengaruh dukungan sosial dan kepercayaan diri terhadap anggota komunitas *Psychoworld*?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui tingkat dukungan sosial anggota komunitas *Psychoworld*
2. Mengetahui tingkat penerimaan diri anggota komunitas *Psychoworld*
3. Mengetahui tingkat kepercayaan diri anggota komunitas *Psychoworld*
4. Mengetahui adanya pengaruh dukungan sosial dan penerimaan diri terhadap kepercayaan diri anggota komunitas *Psychoworld*

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Peneliti berharap hasil dari penelitian ini dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang psikologi. Semoga hasil penelitian ini juga bisa menjadi acuan dalam penelitian-penelitian selanjutnya mengenai kepercayaan diri yang terbentuk dalam lingkungan komunitas.

2. Manfaat Praktis

a. Untuk Umum

Penelitian ini diharapkan dapat membantu memberikan pengetahuan bagi masyarakat mengenai peran dukungan sosial dan penerimaan diri yang dapat membantu meningkatkan kepercayaan diri seseorang yang tergabung dalam sebuah komunitas. Kemudian penelitian ini juga diharapkan bisa memberikan wawasan kepada orang-orang mengenai manfaat yang dirasakan ketika seseorang berproses dalam suatu komunitas.

b. Untuk Peneliti

Untuk peneliti diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat memberikan tambahan pengetahuan mengenai pengaruh dukungan sosial dan penerimaan terhadap kepercayaan diri anggota komunitas *Psychoworld*. Serta bisa menjadi pengalaman dalam melakukan penelitian langsung di dalam lingkungan sebuah komunitas.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kepercayaan Diri

1. Pengertian Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri adalah perasaan alamiah yang dimiliki manusia. Rasa percaya diri masing-masing individu tidak selalu sama, ada yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi dan ada pula yang memiliki kepercayaan diri yang tidak terlalu tinggi. Menurut Lauster (dalam Risnawita dan Gufron, 2011) kepercayaan diri adalah aspek kepribadian berwujud keyakinan terhadap kemampuan diri individu yang membuat individu tidak mudah terpengaruh dengan orang lain serta mampu melakukan tindakan sesuai dengan kehendaknya dengan gembira, optimis, dan toleran serta bertanggung jawab. Lauster juga menjelaskan bahwa kepercayaan diri memiliki hubungan terkait kemampuan individu melakukan sesuatu dengan baik. Maka tidak ada individu yang memiliki kepercayaan diri di segala bidang karena setiap manusia memiliki batasan kemampuan di bidang-bidang tertentu.

Al-Uqshari (2005) mendefinisikan kepercayaan diri sebagai keyakinan yang dalam terhadap jiwa, kesesuaian dengan jiwa, serta kemampuan mengendalikan jiwa. Ia menjelaskan bahwa individu yang memiliki kepercayaan diri merasa puas terhadap dirinya sendiri dan meyakini bahwa dirinya bernilai. Ia menambahkan bahwa kepercayaan diri

sangat penting dalam memaksimalkan potensi diri dan kemampuan bersosialisasi untuk meraih kesuksesan.

Mastuti (2008) mendefinisikan kepercayaan diri sebagai sikap positif individu yang membuat dirinya mampu mengembangkan nilai positif atas dirinya sendiri dan lingkungan serta situasi yang ia hadapi. Hal ini bukan berarti individu tersebut mampu melakukan segala hal, namun rasa percaya diri membuat individu tersebut merasa dirinya memiliki kompetensi dan meyakini kemampuan dalam dirinya serta menciptakan harapan positif terkait apa yang dihadapinya.

Sedangkan Anthony (dalam Risnawita dan Gufron 2011) mendefinisikan kepercayaan diri sebagai sikap individu untuk menerima kenyataan, mengembangkan kesadaran diri, berpikir positif, dan mandiri dalam mencapai keinginannya. Pribadi yang memiliki kepercayaan diri sadar betul dengan kelebihan dan kekurangan di dalam dirinya sehingga ia bisa berpikir untuk memaksimalkan kelebihan yang ia miliki dan meminimalisir kekurangan dirinya.

Balke (2003) menuturkan kepercayaan diri adalah keinginan untuk mencoba hal-hal yang menakutkan bagi individu dan individu tersebut bisa merasa yakin bahwa dirinya mampu menghadapi apapun yang terjadi dari hasil tindakannya tersebut.

Dari berbagai pengertian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa percaya diri adalah keyakinan pada diri sendiri dan segala potensi yang dimiliki, yang membuat individu mampu bersikap positif dalam

menghadapi segala situasi. Dalam penelitian ini akan digunakan pengertian kepercayaan diri yang dikemukakan oleh Lauster.

2. Aspek Kepercayaan Diri

Orang-orang yang memiliki kepercayaan diri yang baik tentunya dapat memiliki ciri-ciri tersendiri yang membedakannya dengan orang-orang yang tidak memiliki kepercayaan diri yang baik. Lauster (dalam Risnawita dan Gufron, 2011) menyebutkan ada beberapa aspek kepercayaan diri, yaitu:

- a. Keyakinan akan kemampuan diri dalam melakukan suatu hal dan mengatasi masalah-masalah yang dihadapi.
- b. Optimis dalam memandang segala hal dan situasi yang terjadi serta memiliki harapan positif terhadap sesuatu yang akan datang.
- c. Obyektif dalam memandang segala situasi dan permasalahan yang ada.
- d. Bertanggung jawab dengan segala keputusan yang diambil beserta konsekuensinya.
- e. Berpikir rasional dalam menganalisa suatu masalah dan mempertimbangkan keputusan yang akan diambil.

Sedangkan Anthony (dalam Hapsari dkk, 2014) menyebutkan ada tiga aspek kepercayaan diri, yaitu:

- a. Optimis terhadap rencananya dalam mencapai sesuatu, sehingga membuat dirinya yakin dalam bertindak dan siap menerima resiko dari tindakannya.

- b. Mandiri dalam mengerjakan sesuatu karena ia mampu menentukan standart terhadap dirinya sendiri dan mampu membangun motivasi dari dalam diri.
- c. Yakin dalam mengambil keputusan dan mampu menghargai diri sendiri dengan segala kelebihan dan kekurangan yang dimiliki.

Dari penjelasan para ahli tersebut, maka dalam penelitian ini akan menggunakan aspek kepercayaan diri yang dikemukakan oleh Lauster (dalam Risnawita dan Gufron, 2011), yaitu yakin pada kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, dan rasional.

3. Faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Ada banyak faktor yang mempengaruhi terbentuknya kepercayaan diri individu. Beberapa faktor berasal dari dalam diri sendiri seperti konsep diri dan pola pikir. Sedangkan beberapa faktor lainnya berasal dari luar diri seperti pola asuh dan lingkungan pertemanan. Gufron dan Risnawita (2011) menyebutkan kepercayaan diri dapat dipengaruhi oleh beberapa hal yaitu konsep diri, harga diri, pengalaman, dan pendidikan.

Rini (dalam Nurlis, 2008) menyebutkan kepercayaan diri dipengaruhi faktor internal dan eksternal, yaitu:

a. Faktor Internal

Faktor internal berasal dari pola pikir individu. Setiap kali individu mengalami suatu kejadian ataupun bertemu dengan orang baru tentunya akan muncul respon dari individu tersebut, respon yang muncul ini dapat mempengaruhi pola pikir individu tersebut. Individu yang memiliki pola

pikir negatif cenderung memiliki kepercayaan diri yang rendah. Sedangkan individu yang memandang suatu kejadian dengan pola pikir positif cenderung memiliki kepercayaan diri dan harga diri yang tinggi.

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal berasal dari pola asuh serta interaksi sosial khususnya di usia dini. Bagaimana orang tua bersikap dalam memberikan perlakuan akan membentuk persepsi seorang anak. Sikap kasih sayang, perhatian, dan penerimaan akan membentuk kepercayaan diri seorang anak. Sikap-sikap tersebut akan membuat seorang anak merasa diterima dan berharga di mata orang tuanya. Perasaan tersebut dapat menumbuhkan sikap positif dalam diri individu sehingga mampu memandang dirinya secara positif dan memiliki optimisme terhadap harapan yang dimiliki. Selain itu peran lingkungan berinteraksi sosial juga akan mempengaruhi kepercayaan diri individu. Lingkungan secara tidak langsung akan membuat suatu standard penerimaan sosial. Lingkungan yang penuh intimidasi akan membuat individu takut untuk mencoba hal baru dan melakukan kesalahan, sehingga dapat melemahkan rasa percaya diri. Sebaliknya lingkungan yang saling menerima mendukung satu sama lain akan membuat individu lebih percaya diri dalam melakukan sesuatu mencoba hal-hal baru.

Menurut Asri (2012) kepercayaan diri dipengaruhi oleh beberapa hal baik internal maupun eksternal yaitu:

a. Perubahan Fisik

Kondisi fisik yang berubah dapat mempengaruhi kepercayaan diri individu. Terlebih jika individu tersebut merasa tidak puas dengan perubahan yang terjadi pada tubuhnya. Namun sebaliknya, jika individu tersebut merasa senang dengan perubahan fisiknya maka hal ini dapat meningkatkan rasa percaya dirinya.

b. Lingkungan Teman Sebaya

Penerimaan dari teman-teman sepergaulan dapat sangat mempengaruhi kepercayaan diri individu khususnya pada masa-masa remaja dimana seseorang akan lebih banyak menghabiskan waktu dengan teman sepergaulan. Penerimaan dari teman sebaya dapat membuat individu merasa yakin bahwa dirinya berharga dan memiliki kemampuan. Sedangkan penolakan dari lingkungan pertemanan dapat membuat individu merasa minder dan kehilangan rasa percaya diri

c. Keluarga

Kondisi keluarga memiliki peran penting dalam membangun kepercayaan diri. Kondisi keluarga yang harmonis akan meningkatkan kepercayaan diri individu. Terlebih jika individu tersebut sedang mengalami krisis identitas, yang mana sangat membutuhkan dukungan dan perhatian dari orang-orang terdekatnya.

d. Reaksi Lingkungan

Respon yang diterima individu dari lingkungannya juga mampu mempengaruhi kepercayaan diri yang dimiliki. Respon positif yang diterima individu akan membuat rasa percaya dirinya meningkat. Begitupula respon negatif yang dapat menurunkan rasa percaya diri seseorang.

B. Dukungan Sosial

1. Pengertian Dukungan Sosial

Manusia merupakan makhluk sosial yang tercipta dengan naluri alamiah untuk hidup bersosialisasi dengan sesamanya. Dalam hidup berkelompok tentunya manusia akan menemukan dinamika di dalam kelompok tersebut. Ada kalanya manusia akan mengalami kemudahan dalam hidupnya, namun ada saatnya pula seseorang mengalami kesulitan dalam hidupnya. Sebagai makhluk sosial peranan kelompok memiliki pengaruh yang cukup besar bagi seseorang terutama di saat ia mengalami kesulitan. Salah satu peranan kelompok yang sangat penting dalam membantu seseorang mengatasi kesulitan adalah adanya dukungan sosial dari kelompok atau lingkungan sosial seseorang.

Rietschlin (dalam Taylor, 2006) mendefinisikan dukungan sosial sebagai informasi yang diberikan seseorang kepada orang lain yang dicintai, dipedulikan, dihormati, ataupun orang yang memiliki kedekatan seperti saudara, orang tua, teman, ataupun pasangan. Dukungan sosial juga bisa diberikan kepada orang yang berada dalam satu kelompok yang sama.

Kemudian Baron dan Byrne (2003) menjelaskan dukungan sosial sebagai perasaan nyaman dalam fisik maupun psikis yang didapatkan dari teman pergaulan ataupun anggota keluarga. Dukungan sosial biasanya diberikan pada saat individu tersebut mengalami keterpurukan baik karena penyakit maupun peristiwa yang menyedihkan. Sedangkan Sarafino (2011) mendefinisikan dukungan sosial sebagai kepedulian, penghargaan, dan kenyamanan yang diberikan kepada seseorang oleh orang lain ataupun kelompok.

Menurut Duffy dan Wong (dalam Jarmitia dkk, 2016) mendefinisikan dukungan sosial sebagai pertukaran sumber daya antara dua individu yang saling memberi dan menerima dukungan untuk memberi kesejahteraan kepada orang yang menerima dukungan. Kemudian Sarason dan Kuntjoro (dalam Kumalasari dan Ahyani, 2012) menyebut dukungan sosial sebagai bentuk rasa peduli yang berasal dari orang-orang yang mencintai, menghargai, dan dapat diandalkan.

Dari beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial merupakan bantuan dan dukungan yang diberikan oleh orang lain kepada seseorang yang dapat membuat ia merasa lebih baik secara emosional. Dalam penelitian ini akan digunakan pengertian dukungan sosial yang dikemukakan oleh Sarafino.

2. Bentuk Dukungan Sosial

Dukungan sosial memiliki beberapa bentuk dukungan. Sarafino (2011) menuturkan ada 5 bentuk dukungan sosial yaitu:

a. Dukungan Emosional

Bentuk dukungannya seperti perhatian, empati, simpati, dll. Dukungan ini membuat seseorang merasa dicintai, dan membuat seseorang merasa nyaman terutama disaat seseorang sedang stress.

b. Dukungan Penghargaan

Dukungan ini berupa penghargaan positif terhadap orang yang dalam kondisi stress. Bentuk dukungan ini berupa persetujuan terhadap ide ataupun perasaan seseorang, bisa juga berupa perbandingan positif yang membuat seseorang merasa dihargai, percaya diri, dan bernilai.

c. Dukungan Instrumental

Dukungan ini berupa bantuan langsung atau bantuan secara fisik yang diberikan kepada seseorang. Bentuknya seperti membantu melakukan pekerjaan, memberi pinjaman uang, dll.

d. Dukungan Informasi

Merupakan dukungan berupa pemberian informasi berupa pilihan-pilihan dan saran kepada seseorang untuk membantunya menyelesaikan masalah. Contoh dari dukungan semacam ini seperti seseorang yang memberi tau tempat berobat bagi temannya yang sakit.

e. Dukungan Kelompok

Dukungan ini merupakan dukungan yang diberikan oleh beberapa orang dalam sebuah kelompok. Dukungan ini membuat seseorang merasa bahwa dirinya merupakan bagian dari kelompok dan dapat saling berbagi dengan anggota kelompok lainnya.

Shelley E. Taylor, dkk (2009) menyebutkan beberapa bentuk dukungan sosial yang dapat diberikan yaitu:

a. Perhatian Emosional

Perhatian emosional dapat berbentuk berupa rasa peduli, empati, atau bahkan cinta. Perhatian emosional akan sangat membantu individu di saat individu tersebut mengalami kesedihan ataupun keterpurukan secara psikis.

b. Bantuan Instrumental

Bantuan ini berupa dukungan fisik seperti penyediaan barang ataupun jasa yang dapat membantu individu menyelesaikan masalah yang dihadapinya.

c. Informasi

Bantuan informasi bisa berupa informasi mengenai masalah yang ia hadapi. Bantuan informasi juga bisa membantu individu lebih yakin dengan keputusan yang ia ambil, dengan cara memberikan informasi berupa alasan-alasan penguat mengapa keputusan yang di ambil sudah tepat.

Berdasarkan bentuk-bentuk dukungan sosial yang telah dijelaskan, pada penelitian ini akan menggunakan bentuk dukungan sosial menurut Sarafino (2011) yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan kelompok.

3. Sumber Dukungan Sosial

Dukungan sosial biasanya diberikan oleh orang-orang terdekat yang mengetahui betul masalah apa yang sedang dihadapi individu. Buunk, dkk. (dalam Taylor dkk, 2009) menyebutkan sumber dukungan sosial bisa berasal dari pasangan, anggota keluarga, kawan, lingkungan masyarakat, jamaah keagamaan, ataupun rekan di tempat kerja. Sedangkan Sarafino (2011) menyebutkan dukungan sosial dapat berasal dari banyak pihak seperti pasangan, keluarga, teman, dokter, ataupun teman dalam komunitas. Dukungan yang berasal dari orang-orang terdekat akan memberikan dampak yang lebih besar karena orang-orang tersebut sudah memiliki kedekatan secara emosional dengan individu penerima dukungan.

C. Penerimaan Diri

1. Pengertian Penerimaan Diri

Penerimaan diri telah lama menjadi pembahasan dalam proses menciptakan kondisi psikis yang baik. Reber & Reber (2010) menyebutkan penerimaan diri sebagai sikap dimana individu bisa menerima dirinya disertai pengakuan yang realistis dan perasaan puas

dengan kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki. Sedangkan Sheerer (dalam Paramita, 2013) menyebutkan penerimaan diri sebagai penilaian yang objektif terhadap diri sendiri serta menerima segala yang ada pada dirinya baik kelebihan maupun kekurangannya.

Prihadhi (2008) menyebutkan penerimaan diri adalah sikap pasrah dan jujur terhadap kondisi yang dimiliki tanpa ditutup-tutupi. Segala kekurangan dan kelebihan diterima apa adanya tanpa rasa menyesali kekurangan ataupun menyombongkan kelebihan. Individu yang telah mampu melakukan penerimaan diri akan mampu melangkah dengan lebih percaya diri, fokus, tidak mudah terpengaruh dengan kelebihan orang lain, serta bisa lebih memaksimalkan potensi dalam dirinya.

Hal senada disampaikan Kuang (2010) bahwa penerimaan diri berarti seseorang harus bisa membuka hati dan menerima seluruh kondisi dirinya secara keseluruhan dan disertai ketulusan baik kelebihan maupun kekurangan yang dimilikinya. Hampir semua orang bisa menerima kelebihan dirinya, namun tidak semua bisa menerima kekurangan dirinya. Maka dari itu diperlukan sikap penerimaan diri diperlukan dan harus dipelajari oleh semua orang.

Penerimaan diri adalah salah satu poin utama dalam membentuk kesehatan mental seseorang. Penerimaan diri dapat memberikan pengaruh positif terhadap pengaktualisasian diri dan pengoptimalan potensi seseorang. Untuk mencapai kesehatan mental penerimaan diri harus mencakup kondisi hari ini maupun kejadian-kejadian yang telah lalu. Individu yang mampu menerima dirinya akan menjadikan peristiwa

lampau yang kurang menyenangkan sebagai pembelajaran dan berusaha mengambil hal positif dari peristiwa tersebut (Petranto, 2005).

Penerimaan diri yang baik akan membawa dampak positif bagi individu itu sendiri. Semakin tinggi tingkat penerimaan diri seseorang maka semakin mudah baginya untuk mengakui kelebihan diri, mengapresiasi diri, menghadapi tantangan, terbuka pada respon orang lain, dan lebih mudah memberikan bantuan kepada orang lain. Sedangkan pribadi yang tidak mampu menerima dirinya akan lebih banyak bergelut dengan dirinya sendiri serta lebih banyak menuntut kerja keras (Holden, 2007).

Dari beberapa pengertian di atas dapat kita simpulkan bahwa penerimaan diri merupakan sikap menerima kondisi diri baik kelebihan maupun kekurangan serta segala peristiwa yang terjadi pada dirinya baik saat ini maupun yang telah lampau untuk menciptakan kondisi psikologis yang lebih sehat. Dalam penelitian ini akan menggunakan pengertian penerimaan diri yang dikemukakan oleh Sheerer

2. Aspek Penerimaan Diri

Orang-orang telah mampu melakukan penerimaan diri tentunya memiliki karakteristik tertentu yang berbeda dengan mereka yang belum bisa melakukan penerimaan diri. Sheerer (dalam Herminingsih & Astutik, 2013) menyebutkan beberapa aspek yang menandakan seseorang telah menerima dirinya adalah sebagai berikut:

- a. Memiliki kepercayaan terhadap kemampuan dirinya. Individu yang telah menerima dirinya akan lebih mampu memandang segala situasi yang dihadapi dengan kaca mata positif dan sikap percaya diri.
- b. Memiliki perasaan sederajat. Yaitu merasa setara dengan orang-orang di sekitarnya dan tidak merasa rendah diri karena memiliki kekurangan tertentu atau berbeda dari kebanyakan orang di sekitarnya.
- c. Memiliki orientasi keluar, individu yang telah menerima dirinya akan memiliki pandangan lebih luas mengenai hal-hal diluar dirinya. Hal ini disebabkan karena ia mampu merasa puas dengan keadaan dirinya.
- d. Bertanggung jawab dengan keputusan yang telah diambil. Individu yang menerima dirinya tidak akan lari dari tanggung jawab karena ia sudah mampu mempertimbangkan kelebihan dan kekurangan dirinya saat mengambil keputusan.
- e. Berpegang teguh pada pendirian. Individu yang menerima dirinya tidak akan mudah terpengaruh pada pendapat-pendapat orang lain yang tidak sesuai dengan dirinya
- f. Mampu menerima kelebihan dan kekurangannya tanpa menyalahkan siapapun
- g. Mampu menerima sifat-sifat kemanusiaan, yaitu sifat-sifat umum yang terdapat di dalam dirinya maupun orang lain.

Kemudian Hurlock (dalam Permatasari & Gamayanti, 2016) menyebutkan ciri-ciri orang yang telah menerima dirinya adalah sebagai berikut:

- a. Memiliki harapan yang realistis sesuai dengan kondisi dirinya serta menghargai dirinya dan usaha-usaha yang telah dilakukan.
- b. Percaya pada pendapatnya sendiri berdasarkan pengetahuan yang dimiliki dan tidak mudah terpengaruh pendapat orang lain.
- c. Selalu memperhitungkan kekurangan yang dimiliki sebagai pertimbangan dalam mengambil keputusan. Namun bukan berarti berpikir dirinya tak berguna.
- d. Menyadari potensi dan aset yang ia miliki serta memiliki kebebasan dalam mengambil keputusan terhadap potensi dan aset tersebut.
- e. Sadar dengan kekurangan dalam dirinya dan tidak menyalahkan siapaun atas kondisi tersebut.

Berdasarkan penjelasan para ahli mengenai aspek penerimaan diri tersebut, maka dalam penelitian ini akan digunakan aspek penerimaan diri menurut Sheerer (dalam Herminingsih & Astutik, 2013), yaitu percaya pada kemampuan diri, perasaan sederajat, memiliki orientasi keluar, bertanggung jawab, teguh pendirian, menerima kekurangan dan kelebihan diri, dan menerima sifat-sifat kemanusiaan.

3. Manfaat Penerimaan Diri

Hurlock (dalam Permatasari & Gamayanti, 2016) menyebutkan ada dua jenis manfaat yang didapat apabila seseorang telah mampu menerima dirinya, yaitu:

a. Manfaat Penyesuaian Diri

Orang yang mampu menerima dirinya dengan baik akan memiliki kepercayaan diri dan harga diri yang lebih tinggi. Ia menjadi lebih terbuka dengan kritik dan saran yang diberikan orang lain tanpa merasa terintimidasi. Hal ini menjadikannya pribadi yang lebih fleksibel dan mampu memanfaatkan kelebihanannya dengan efektif.

b. Manfaat Penyesuaian Sosial

Orang yang telah menerima dirinya dengan baik akan lebih mudah untuk menerima orang-orang yang hadir dalam kehidupannya. Ia akan menjadi pribadi yang lebih perhatian pada orang di sekitarnya. Penerimaan diri juga akan membuatnya memiliki tingkat empati dan simpati yang lebih baik.

D. Pengaruh Dukungan Sosial dan Penerimaan Diri Terhadap Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri sebagai salah satu faktor penting dalam kehidupan seseorang tidak terbentuk dengan sendirinya. Dibutuhkan latihan yang tidak sebentar untuk membuat seseorang menjadi pribadi yang memiliki kepercayaan diri tinggi. Banyak faktor yang dapat membentuk kepercayaan

diri baik yang berasal dari dalam individu itu sendiri maupun yang berasal dari luar individu tersebut.

Salah satu faktor internal yang dapat membantu dalam membentuk kepercayaan diri adalah penerimaan diri. Penerimaan diri yang baik dapat membuat seseorang lebih menghargai dirinya dan kemampuannya (Holden, 2007). Individu yang bisa menghargai dirinya sendiri tentu paham betul dimana letak kelebihan dan kekurangannya. Dengan pemahaman tersebut menjadikan ia tau kekurangan apa saja yang perlu ia perbaiki dan kelebihan apa saja yang harus ia kembangkan. Hal ini membuat individu tersebut lebih yakin dengan dirinya sendiri dan semakin percaya diri khususnya dalam hal-hal yang menjadi kelebihannya.

Setiap anggota komunitas *Psychoworld* tentunya memiliki kekurangan dan kelebihan masing-masing. Selama berproses di dalam komunitas *Psychoworld* para anggota tentunya membutuhkan penerimaan diri yang baik untuk bisa memahami kondisi dirinya. Pemahaman tersebut membuat mereka benar-benar mengenal kelebihan maupun kekurangan dirinya. Mengetahui kekurangan diri dapat membuat seseorang bisa menerima situasi yang tidak sesuai harapan. Sedangkan mengenal kelebihan diri akan membuat seseorang lebih percaya diri dalam melakukan sesuatu.

Selain faktor internal juga terdapat faktor eksternal yang bisa membentuk kepercayaan diri. Salah satu faktor eksternal tersebut adalah dukungan sosial dari lingkungan. Dukungan sosial yang berasal dari lingkungan yang menyenangkan dapat membuat seseorang merasa dirinya diterima, dipercaya dan dihargai oleh orang-orang di sekitarnya. Perasaan-

perasaan tersebut akan membuat individu yang merasakannya semakin bertumbuh rasa percaya dirinya (Santrock, 2012). Individu yang telah merasa nyaman dengan orang-orang di sekitarnya akan lebih percaya diri dan lebih bersemangat untuk berkembang, karena ia merasa orang-orang di sekitarnya juga percaya pada kemampuannya. Dengan demikian semakin besar dukungan sosial yang diberikan akan semakin besar rasa percaya diri yang terbentuk.

Para anggota *Psychoworld* yang notabene bergabung untuk belajar dan menyalurkan bakat minatnya tentu saja memiliki kekurangan masing-masing yang membuat mereka kesulitan jika mereka hanya belajar secara individu. Dengan bergabung dengan *Psychoworld* dan mendapat dukungan dari sesama anggota dapat membuat mereka percaya bahwa ada orang-orang yang bisa menghargai usaha mereka serta menerima kekurangan mereka. Pada saat seseorang merasa dihargai oleh orang di sekitarnya kepercayaan diri akan mulai bertumbuh, khususnya percaya diri dengan kelebihan yang mereka miliki.

E. Perumusan Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban yang bersifat sementara dari suatu permasalahan dan masih memerlukan pengujian lebih lanjut menggunakan data yang lebih lengkap untuk menemukan kebenarannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh dukungan sosial dan penerimaan diri terhadap kepercayaan diri anggota komunitas *Psychoworld*. berikut ini perumusan hipotesis penelitian ini:

Ho: Terdapat pengaruh dukungan sosial dan penerimaan diri terhadap kepercayaan diri anggota komunitas *Psychoworld*.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang terstruktur serta mengkuantifikasi angka-angka untuk digeneralisasi (Anshori, 2009). Menurut Siregar (2013) metode penelitian kuantitatif ialah penelitian yang menggunakan data berupa angka-angka yang diolah menggunakan teknik perhitungan statistika.

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini akan diukur dengan instrumen penelitian berupa daftar pertanyaan. Pertanyaan tersebut digunakan untuk mendapatkan data berupa angka yang akan dianalisa dalam prosedur statistik.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Dalam bisa menentukan alat ukur yang akan digunakan diperlukan adanya identifikasi variabel. Terdapat tiga variabel yang akan digunakan dalam penelitian ini, berupa satu variabel terikat dan dua variabel bebas.

1. Variabel Terikat (Y)

Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kepercayaan diri.

2. Variabel Bebas (X1)

Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi variabel lain. Variabel bebas pertama dalam penelitian ini adalah dukungan sosial.

3. Variabel Bebas (X2)

Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi variabel lain.

Variabel bebas kedua dalam penelitian ini adalah penerimaan diri

C. Definisi Operasional

1. Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri adalah aspek kepribadian berwujud keyakinan terhadap kemampuan diri individu yang membuat individu tidak mudah terpengaruh dengan orang lain serta mampu melakukan tindakan sesuai dengan kehendaknya dengan gembira, optimis, dan toleran serta bertanggung jawab. Lauster (dalam Risnawita dan Gufron, 2011) menyebutkan aspek-aspek kepercayaan diri meliputi keyakinan pada kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, dan rasional.

2. Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan kepedulian, penghargaan, dan kenyamanan yang diberikan kepada seseorang oleh orang lain ataupun kelompok.. Sarafino (2011) menyebutkan ada 5 bentuk dukungan sosial yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan kelompok.

3. Penerimaan Diri

Penerimaan diri adalah penilaian yang objektif terhadap diri sendiri serta menerima segala yang ada pada dirinya baik kelebihan

maupun kekurangannya.. Sheerer (dalam Herminingsih & Astutik, 2013) menyebutkan aspek-aspek penerimaan diri meliputi percaya pada kemampuan diri, perasaan sederajat, berorientasi keluar, bertanggung jawab, teguh pendirian, menerima kekurangan dan kelebihan, dan menerima sifat-sifat kemanusiaan.

D. Subjek Penelitian

Populasi penelitian ini adalah anggota aktif komunitas *Psychoworld* yang berjumlah 57 orang. Teknik pengambilan sampel atau subjek dalam penelitian ini ialah teknik *total sampling*. *Total sampling* adalah teknik pengambilan sampel dimana peneliti menggunakan seluruh populasi sebagai sampel (Sugiyono, 2008)

E. Instrumen Pengumpulan Data

1. Dukungan Sosial

Dukungan sosial diukur menggunakan skala yang disusun oleh peneliti berdasarkan bentuk dukungan sosial yang dikemukakan Sarafino yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan kelompok.

Tabel 3. 1 Blueprint Skala Dukungan Sosial

No	Aspek	Indikator	Item Favorable	Item Unfavorable	Jumlah
1	Dukungan Emosional	Perhatian	1	7	6
		Motivasi	3	9	
		Empati dan simpati	5	11	
2	Dukungan Penghargaan	Penerimaan oleh lingkungan	10	16	6
		Dihargai	12	18	
		Penilaian positif dari orang lain	14	20	
3	Dukungan Instrumental	Memberi bantuan materi	21	23	4
		Memberi bantuan langsung dalam menyelesaikan masalah	22	24	
4	Dukungan Informasi	Memberi saran dalam menyelesaikan masalah	13	17	4
		Memberi informasi yang bisa membantu	15	19	
5	Dukungan Kelompok	Rasa kebersamaan	2	6	4
		Ikut dalam kegiatan kelompok	4	8	
TOTAL			12	12	24

2. Penerimaan Diri

Penerimaan diri akan diukur menggunakan skala yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek penerimaan diri menurut Sheerer. Aspek yang diukur adalah perasaan sederajat, percaya pada kemampuan diri, bertanggung jawab, berorientasi keluar, berpendirian, menyadari keterbatasan diri, dan menerima sifat kemanusiaan.

Tabel 3. 2 Blueprint Skala Penerimaan Diri

No	Aspek	Indikator	Item Favorable	Item Unfavorable	Jumlah
1	Perasaan sederajat	Tidak membeda-bedakan dirinya dengan orang lain	25	29	4
		Tidak merasa rendah diri dengan kekurangan yang dimiliki	27	31	
2	Berorientasi Keluar	Puas dengan kondisi diri	26	30	4
		Memiliki sudut pandang luas tentang hal-hal diluar dirinya	28	32	
3	Teguh pendirian	Memiliki prinsip yang kuat	33	37	4
		Tidak mudah terpengaruh oleh orang lain	35	39	
4	Menerima kekurangan dan kelebihan diri	Mampu mengembangkan diri	34	38	4
		Mampu menerima kelebihan dan kekurangan diri	36	40	
5	Menerima sifat kemanusiaan	Mampu memaklumi hal-hal yang bersifat manusiawi seperti lupa, melakukan kesalahan, dan perubahan emosi karena situasi tertentu	41	43	4
			44	42	
TOTAL			10	10	20

3. Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri diukur menggunakan skala yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek kepercayaan diri menurut Lauster yaitu keyakinan pada kemampuan, optimis, obyektif, bertanggung jawab, dan rasional.

Tabel 3. 3 Blueprint Skala Kepercayaan Diri

No	Aspek	Indikator	Item Favorable	Item Unfavorable	Jumlah
1	Yakin pada kemampuan diri	Memiliki keyakinan kuat dalam menyelesaikan masalah	45	50	4
		Memiliki sikap positif dalam memandang diri sendiri	55	60	
2	Optimis	Memiliki harapan kedepan yang positif	46	51	4
		Berpandangan baik terhadap apa yang dikerjakan serta situasi di sekitarnya	56	61	
3	Objektif	Mau mendengarkan nasehat	47	52	6
		Tidak mudah mengambil kesimpulan	57	62	
		Memandang masalah dari berbagai sudut pandang	65	68	
4	Bertanggung Jawab	Melaksanakan pekerjaan dengan baik	48	53	6
		Bersungguh-sungguh	58	63	
		Bersedia menerima konsekuensi dari perbuatannya	66	69	
5	Rasional	Berpikir logis dalam memandang masalah	49	54	6
		Tidak banyak membuat alasan	59	64	
		Mampu mempertimbangkan keputusan yang diambil	67	70	
TOTAL			12	12	26

F. Metode Analisis Data

Dalam penelitian ini akan digunakan uji asumsi klasik dan analisis regresi linear berganda. Analisis regresi linier berganda digunakan untuk mengetahui pengaruh kedua variabel bebas terhadap variabel terikat menggunakan *SPSS 23 for windows*.

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data yang didistribusikan normal atau tidak. Untuk mengetahui hal tersebut menggunakan bantuan program IBM SPSS. Analisis statistik yang digunakan adalah analisis korelasi pearson. Dengan norma jika $p > 0,05$ maka signifikan dan jika $p < 0,05$ maka tidak signifikan.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk mengetahui apakah data memiliki korelasi secara linier. Untuk mengetahui hal tersebut digunakan bantuan program IBM SPSS. Dengan norma jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka terdapat hubungan yang linier.

2. Analisis Regresi Linier Berganda

Analisis linier berganda digunakan untuk mengetahui adanya pengaruh dua variabel bebas terhadap variabel terikat. Untuk mengetahui hal tersebut menggunakan bantuan program IBM SPSS. Jika nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 maka terdapat regresi antar variabel.

G. Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Uji validitas memiliki akar kata *validity* yang artinya seberapa tepat dan cermat alat ukur yang digunakan dapat berfungsi. Sebuah alat ukur dikatakan memiliki validitas tinggi apabila hasilnya sesuai dengan tujuan pengukuran. Sedangkan alat ukur dengan validitas rendah adalah yang tidak sesuai dengan tujuan pengukuran (Azwar, 1997).

Uji validitas akan digunakan untuk penelitian ini adalah dengan melakukan uji terpakai. Sehingga instrumen penelitian langsung diberikan kepada subjek penelitian lalu data yang didapat diuji validitas dan reliabilitasnya. Kemudian aitem yang valid dan reliabel digunakan sebagai data yang diolah, sedangkan aitem yang gugur tidak diolah.

Proses perhitungan uji validitas dalam penelitian ini menggunakan bantuan program IBM SPSS 23. Uji validitas dilakukan dengan memperhatikan nilai *corrected item total correlation*. Aitem dikatakan valid apabila nilai *corrected item total correlation* lebih besar dari 0,3. Sedangkan aitem yang nilainya lebih kecil dari 0,3 dinyatakan gugur.

a. Validitas Dukungan Sosial

Berdasarkan uji validitas yang telah dilakukan untuk variabel dukungan sosial, dari total 24 aitem terdapat 1 aitem yang gugur dan 23 aitem lainnya valid.

Tabel 3. 4 Hasil Uji Validitas Dukungan Sosial

Nomor Aitem	Corrected Item-Total Correlation	Hasil
Aitem 1	0.509	Valid
Aitem 2	0.557	Valid
Aitem 3	0.635	Valid
Aitem 4	0.302	Valid
Aitem 5	0.553	Valid
Aitem 6	0.659	Valid
Aitem 7	0.445	Valid
Aitem 8	0.634	Valid
Aitem 9	0.424	Valid
Aitem 10	0.411	Valid
Aitem 11	0.577	Valid
Aitem 12	0.453	Valid
Aitem 13	0.400	Valid
Aitem 14	0.357	Valid
Aitem 15	0.657	Valid
Aitem 16	0.548	Valid
Aitem 17	0.540	Valid
Aitem 18	0.665	Valid
Aitem 19	0.625	Valid
Aitem 20	0.666	Valid
Aitem 21	0.409	Valid
Aitem 22	0.644	Valid
Aitem 23	0.098	Gugur
Aitem 24	0.580	Valid

b. Validitas Penerimaan Diri

Berdasarkan uji validitas yang telah dilakukan untuk variabel penerimaan diri, dari total 20 aitem terdapat 4 aitem yang gugur dan 16 aitem yang valid.

Tabel 3. 5 Hasil Uji Validitas Penerimaan Diri

Nomor Aitem	Corrected Item-Total Correlation	Hasil
Aitem 25	0.295	Gugur
Aitem 26	0.562	Valid
Aitem 27	0.633	Valid
Aitem 28	0.450	Valid
Aitem 29	0.581	Valid
Aitem 30	0.270	Gugur
Aitem 31	0.658	Valid
Aitem 32	0.698	Valid
Aitem 33	0.398	Valid
Aitem 34	0.512	Valid
Aitem 35	0.298	Gugur
Aitem 36	0.318	Valid
Aitem 37	0.603	Valid
Aitem 38	0.259	Gugur
Aitem 39	0.414	Valid
Aitem 40	0.414	Valid
Aitem 41	0.420	Valid
Aitem 42	0.358	Valid
Aitem 43	0.383	Valid
Aitem 44	0.357	Valid

c. Validitas Kepercayaan Diri

Berdasarkan uji validitas yang telah dilakukan untuk variabel kepercayaan diri, dari total 26 aitem terdapat 13 aitem yang gugur dan 13 aitem yang valid.

Tabel 3. 6 Hasil Uji Validitas Kepercayaan Diri

Nomor Aitem	Corrected Item-Total Correlation	Hasil
Aitem 45	0.475	Valid
Aitem 46	0.352	Valid
Aitem 47	0.211	Gugur
Aitem 48	0.358	Valid
Aitem 49	0.285	Gugur
Aitem 50	0.438	Valid
Aitem 51	0.580	Valid
Aitem 52	0.263	Gugur
Aitem 53	0.627	Valid
Aitem 54	0.290	Gugur
Aitem 55	0.482	Valid
Aitem 56	0.533	Valid
Aitem 57	0.293	Gugur
Aitem 58	0.594	Valid
Aitem 59	0.275	Gugur
Aitem 60	0.471	Valid
Aitem 61	0.560	Valid
Aitem 62	0.081	Gugur
Aitem 63	0.436	Valid
Aitem 64	0.208	Gugur
Aitem 65	0.276	Gugur
Aitem 66	0.522	Valid
Aitem 67	0.226	Gugur
Aitem 68	0.297	Gugur
Aitem 69	0.285	Gugur
Aitem 70	0.298	Gugur

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas berasal dari kata *rely* dan *ability*. Reliabilitas artinya sejauh mana hasil alat ukur tersebut bisa dipercaya. Hasil dari alat ukur bisa dikatakan terpercaya jika pengukuran yang dilakukan pada suatu kelompok subjek memberikan hasil yang relatif sama dan tidak ada yang berubah selama aspek dalam diri subjek tidak berubah (Azwar, 1997).

Uji reliabilitas pada penelitian ini menggunakan program IBM SPSS 23. Teknik yang digunakan adalah teknik *Alpha Cronbach* dimana koefisien reliabilitas memiliki nilai 0 – 1,00 yang artinya semakin mendekati 1,00 maka reliabilitasnya semakin tinggi.

Tabel 3. 7 Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Cronbach's Alpha
Dukungan Sosial	0,911
Penerimaan Diri	0,846
Kepercayaan Diri	0,859

Dari ketiga tabel di atas didapatkan bahwa skala dukungan sosial memiliki skor 0,911, kemudian skala penerimaan diri memiliki skor 0,846, dan skala kepercayaan diri memiliki skor 0,859. Dari ketiga hasil tersebut dapat dikatakan bahwa ketiga skala tersebut reliabel.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

1. Waktu dan Tempat

Penelitian dilaksanakan secara online dengan media Google Form sehingga dikerjakan di tempat masing-masing subjek. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 10 - 15 Juni 2020.

2. Jumlah Subjek Penelitian

Sesuai dengan kepentingan penelitian, populasi pada penelitian ini adalah anggota aktif komunitas *Psychoworld*. *Psychoworld* adalah sebuah komunitas pengembangan bakat minat yang pertama kali didirikan oleh mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Malang pada tahun 2014. Jumlah populasi anggota aktif *Psychoworld* saat ini adalah 57 orang, data ini didapatkan dari badan pengurus harian komunitas *Psychoworld*. Dan jumlah subjek yang dianalisis juga 57 orang atau keseluruhan dari populasi.

3. Prosedur dan Administrasi Pengambilan Data

Pelaksanaan pengambilan data dilakukan secara online melalui media Google Form dengan cara mengirim tautan Google Form kepada masing-masing subjek penelitian. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal

23-24 April 2020. Adapun tahapan pengambilan data adalah sebagai berikut:

- a. Peneliti memasukkan kuesioner ke dalam Google Form.
- b. Pada sakala penelitian, peneliti memperkenalkan diri serta menjelaskan tujuan penelitian.
- c. Peneliti menjelaskan cara pengisian skala.
- d. Peneliti mengirim tautan Google Form kepada masing-masing subjek.
- e. Peneliti menunggu sampai semua subjek mengisi skala.
- f. Setelah semua subjek mengisi, peneliti mendownload semua hasil jawaban subjek.

B. Hasil Penelitian

1. Analisis Deskripsi

a. Skor Hipotetik dan Empirik

Penggunaan skor hipotetik dan skor empirik adalah untuk mengetahui kategorisasi masing-masing variabel. Maka didapatkan *mean* hipotetik dan standar deviasi hipotetik yang akan dibandingkan dengan *mean* dan standar deviasi empirik. Berikut ini rinciam skor hipotetik dan empirik

Tabel 4. 1 Deskripsi Skor Hipotetik dan Empirik

Variabel	Hipotetik			Empirik		
	Max	Min	Mean	Max	Min	Mean
<i>Dukungan Sosial</i>	92	23	57,5	91	47	73,4

<i>Penerimaan</i>						
<i>Diri</i>	64	16	40	64	37	52,2
<i>Kepercayaan</i>						
<i>Diri</i>	52	13	32,5	52	26	42,7

Berdasarkan tabel 4.1 dapat dijelaskan sebagai berikut:

- 1) Skala dukungan sosial terdiri dari 23 item yang masing-masing mempunyai rentang skor 1-4. Maka skor tertinggi untuk skala dukungan sosial adalah 92 dan skor terendahnya adalah 23 dengan mean hipotetik sebesar 57,5. Kemudian setelah dilakukan penelitian didapatkan hasil skor empirik dengan skor tertinggi adalah 91 dan skor terendah adalah 47 dengan mean sebesar 73,4. Berdasarkan hasil tersebut didapatkan bahwa mean empirik lebih tinggi daripada mean hipotetik yang berarti tingkat dukungan sosial cenderung tinggi.
- 2) Skala penerimaan diri terdiri dari 16 item yang masing-masing item memiliki rentang skor 1-4. Maka skor tertinggi untuk skala penerimaan diri adalah 64 dan skor terendahnya adalah 16 dengan mean hipotetik sebesar 40. Setelah dilakukan penelitian didapatkan skor empirik dengan skor tertinggi adalah 64 dan skor terendah adalah 37 serta mean sebesar 52,2. Pada skala ini mean empirik lebih besar daripada mean hipotetik yang berarti tingkat penerimaan diri cenderung tinggi.
- 3) Skala kepercayaan diri terdiri dari 13 item yang masing-masing item memiliki rentang skor 1-4. Maka skor tertinggi untuk skala kepercayaan diri adalah 52 dan skor terendahnya adalah 13 dengan mean hipotetik

sebesar 32,5. Setelah dilakukan penelitian didapatkan skor empirik dengan skor tertinggi adalah 52 dan skor terendah adalah 26 serta mean sebesar 42,7. Pada skala ini mean empirik lebih besar daripada mean hipotetik yang berarti tingkat kepercayaan diri cenderung tinggi.

b. Kategorisasi Data

Dalam melakukan kategorisasi data skor yang digunakan adalah skor hipotetik. Masing-masing variabel dibagi menjadi tiga jenis kategori yaitu tinggi, sedang, dan rendah dengan norma sebagai berikut

Tabel 4. 2 Norma Kategorisasi

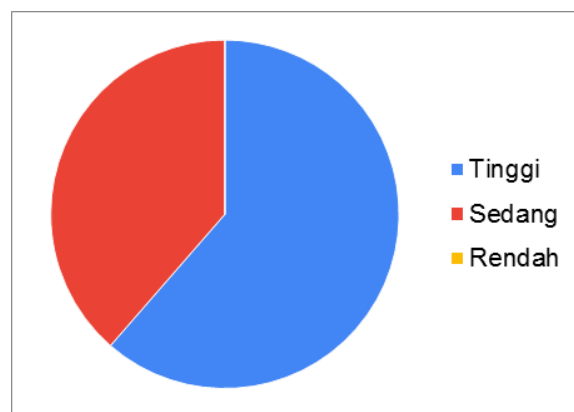
Kategorisasi	Norma
Tinggi	$X > (M + 1SD)$
Sedang	$(M - 1SD) \leq X \leq (M + 1SD)$
Rendah	$X < (M - 1SD)$

1) Dukungan Sosial

Tabel 4. 3 Kategorisasi Dukungan Sosial

Kategori	Frekuensi	Persentase
Tinggi	35	61%
Sedang	22	39%
Rendah	0	0%

Berdasarkan tabel di atas didapatkan bahwa 61% atau 35 responden termasuk dalam kategori tinggi, kemudian sebanyak 39% atau 22 responden termasuk dalam kategori sedang, dan tidak ada responden yang masuk dalam kategori rendah.



Gambar 4. 1 Kategorisasi Dukungan

Berdasarkan diagram di atas menunjukkan mayoritas responden masuk ke dalam kategori tinggi, sehingga dapat dikatakan bahwa responden memiliki dukungan sosial yang tinggi.

Dalam variabel dukungan sosial terdapat 5 bentuk dukungan yang membentuk variabel dukungan sosial. Dukungan penghargaan adalah bentuk dukungan tertinggi pembentuk variabel dengan persentase sebesar 27% sedangkan bentuk dukungan terkecil adalah dukungan instrumental dengan persentase 13%.

Tabel 4. 4 Bentuk Dukungan Pembentuk Variabel Dukungan Sosial

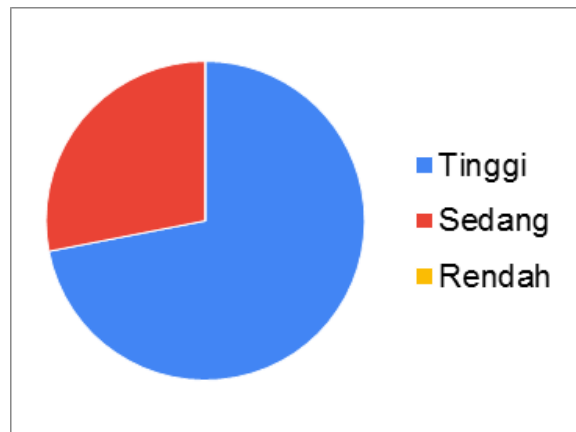
Bentuk Dukungan	Skor Total Bentuk Dukungan	Skor Total Variabel	Persentase
<i>Dukungan Emosional</i>	1054	4100	25%
<i>Dukungan Penghargaan</i>	1131	4100	27%
<i>Dukungan Instrumental</i>	479	4100	13%
<i>Dukungan Informasi</i>	696	4100	17%
<i>Dukungan Kelompok</i>	740	4100	18%

2) Penerimaan Diri

Tabel 4. 5 Kategorisasi Penerimaan Diri

Kategori	Frekuensi	Persentase
Tinggi	41	72%
Sedang	16	28%
Rendah	0	0%

Berdasarkan tabel di atas didapatkan bahwa 72% atau 41 responden termasuk dalam kategori tinggi, kemudian sebanyak 28% atau 16 responden termasuk dalam kategori sedang, dan tidak ada responden yang masuk dalam kategori rendah.



Gambar 4. 2 Kategorisasi Penerimaan Diri

Berdasarkan diagram di atas menunjukkan mayoritas responden masuk ke dalam kategori tinggi, sehingga dapat dikatakan bahwa responden memiliki penerimaan diri yang tinggi.

Dalam variabel penerimaan diri terdapat 5 aspek yang membentuk variabel. Aspek terbesar adalah menerima kekurangan serta kelebihan diri dan menerima sifat kemanusiaan dengan persentase masing-masing 25%. Sedangkan aspek terkecil adalah perasaan sederajat dengan persentase 13%.

Tabel 4. 6 Aspek Pembentuk Variabel Penerimaan Diri

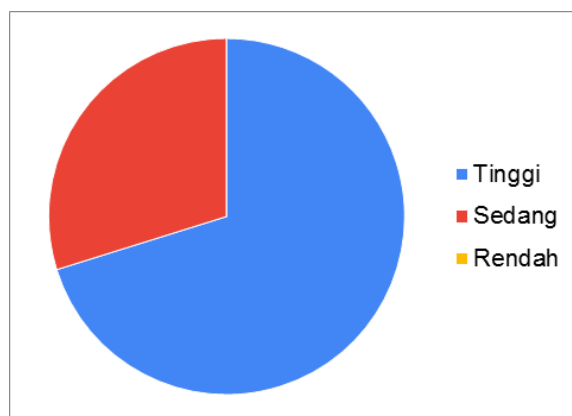
Aspek	Skor Total Aspek	Skor Total Variabel	Persentase
<i>Perasaan Sederajat</i>	380	2978	13%
<i>Berorientasi Keluar</i>	580	2978	19%
<i>Teguh Pendirian</i>	517	2978	17%
<i>Menerima Kelebihan dan Kekurangan Diri</i>	742	2978	25%
<i>Menerima Sifat Kemanusiaan</i>	759	2978	25%

3) Kepercayaan Diri

Tabel 4. 7 Kategorisasi Kepercayaan Diri

Kategori	Frekuensi	Persentase
Tinggi	40	70%
Sedang	17	30%
Rendah	0	0%

Berdasarkan tabel di atas didapatkan bahwa 70% atau 40 responden termasuk dalam kategori tinggi, kemudian sebanyak 30% atau 17 responden termasuk dalam kategori sedang, dan tidak ada responden yang masuk dalam kategori rendah.



Gambar 4. 3 Kategorisasi Kepercayaan Diri

Berdasarkan diagram di atas menunjukkan mayoritas responden masuk ke dalam kategori tinggi, sehingga dapat dikatakan bahwa responden memiliki kepercayaan diri yang tinggi.

Dalam variabel kepercayaan diri terdapat 5 aspek yang membentuk variabel. Aspek terbesar adalah bertanggung jawab dengan persentase 37%. Sedangkan aspek terkecil adalah objektif dan rasional dengan persentase masing-masing 0%.

Tabel 4. 8 Aspek Pembentuk Variabel Kepercayaan Diri

Aspek	Skor Total Aspek	Skor Total Variabel	Persentase
<i>Yakin Pada Kemampuan Diri</i>	750	2434	31%
<i>Optimis</i>	783	2434	32%
<i>Objektif</i>	0	2434	0%
<i>Bertanggung Jawab</i>	901	2434	37%
<i>Rasional</i>	0	2434	0%

2. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui distribusi skor variabel. Uji normalitas ini didasarkan pada teknik *kolmogorov-smirnov*. Model korelasi dikatakan baik jika data terdistribusi normal yaitu signifikansi (p) > 0,05. Bila (p) < 0,05 maka data tersebut dikatakan tidak normal. Berikut ini hasil dari uji normalitas

Tabel 4. 9 Hasil Uji Normalitas**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		54
Normal Parameters a	Mean	.5969425
	Std. Deviation	3.5707374
Most Extreme Differences	Absolute	.113
	Positive	.067
	Negative	-.113
Test Statistic		.113
Asymp. Sig. (2-tailed)		.080 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

Berdasarkan tabel di atas didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,080 yang mana lebih besar dari 0,05. Maka dapat dikatakan nilai distribusinya normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas berfungsi untuk mengetahui linear atau tidaknya sebuah distribusi data penelitian. Uji linearitas digunakan untuk mengetahui adanya hubungan linear antara variabel bebas dengan variabel terikat. Berikut ini hasil dari uji linearitas:

Tabel 4. 10 Uji Linearitas Dukungan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kepercayaan Diri * Dukungan Sosial	Between Groups	(Combined)	876.630	27	32.468	.924	.581
		Linearity	99.568	1	99.568	2.833	.103
		Deviation from Linearity	777.062	26	29.887	.850	.660
	Within Groups		1019.300	29	35.148		
	Total		1895.930	56			

Tabel di atas menunjukkan hasil uji linearitas dukungan sosial terhadap kepercayaan diri. Didapatkan skor signifikansi yaitu 0,660 yang mana lebih besar dari 0,05. Sehingga dapat dikatakan terdapat hubungan yang linier antara dukungan sosial terhadap kepercayaan diri.

Selanjutnya adalah hasil uji linearitas antara penerimaan diri terhadap kepercayaan diri sebagai berikut:

Tabel 4. 11 Uji Linearitas Penerimaan Diri Terhadap Kepercayaan Diri

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kepercayaan Diri * Penerimaan Diri	Between Groups	(Combined)	1370.730	23	59.597	3.745	.000
		Linearity	840.429	1	840.429	52.807	.000
		Deviation from Linearity	530.301	22	24.105	1.515	.137
	Within Groups		525.200	33	15.915		
Total			1895.930	56			

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan skor signifikansi sebesar 0,137 yang mana lebih besar daripada 0,05. Maka dapat dikatakan terdapat hubungan linier antara penerimaan diri terhadap kepercayaan diri.

3. Uji Hipotesis

a. Uji Simultan

Uji simultan dilakukan untuk mengetahui adanya pengaruh dukungan sosial dan penerimaan diri terhadap kepercayaan diri anggota komunitas *Psychoworld* secara simultan atau bersama-sama. Berikut ini hasil pengujian hipotesis secara simultan.

Tabel 4. 12 Hasil Uji Simultan Pengaruh Dukungan Sosial dan Penerimaan Diri Terhadap Kepercayaan Diri

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	849.369	2	424.684	21.913	.000 ^b
	Residual	1046.561	54	19.381		
	Total	1895.930	56			

a. Dependent Variable: Kepercayaan Diri

b. Predictors: (Constant), Penerimaan Diri, Dukungan Sosial

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa skor signifikansi yang didapatkan sebesar 0,000 yang mana lebih kecil dari 0,05. Maka dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh dukungan sosial dan penerimaan diri terhadap kepercayaan diri anggota komunitas *Psychoworld* secara simultan.

b. Koefisien Determinasi Secara Simultan

Besaran pengaruh variabel X1 dan X2 terhadap variabel Y secara simultan dapat diketahui dengan cara mencari besarnya korelasi antara variabel dukungan sosial dan penerimaan diri yang dikuadratkan (R square). Berikut ini adalah hasil penghitungan R square:

Tabel 4. 13 Koefisien Deterinasi Secara Simultan

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.669 ^a	.448	.428	4.40236	1.879

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

b. Dependent Variable: Kepercayaan Diri

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa nilai R square sebesar 0,448. Maka besarnya pengaruh dukungan sosial dan penerimaan diri secara

simultan terhadap kepercayaan diri anggota komunitas *Psychoworld* adalah sebesar 44,8%.

c. Uji Parsial

Uji parsial digunakan untuk mengetahui adanya pengaruh dukungan sosial terhadap kepercayaan diri dan penerimaan diri terhadap kepercayaan diri secara terpisah.

1) Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri

Tabel 4. 14 Hasil Uji Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	99.568	1	99.568	3.049	.086 ^b
	Residual	1796.362	55	32.661		
	Total	1895.930	56			

a. Dependent Variable: Kepercayaan Diri

b. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial

Berdasarkan tabel di atas didapatkan skor signifikansi 0,086 yang mana lebih besar dari 0,05 untuk pengaruh dukungan sosial terhadap kepercayaan diri. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa dalam penelitian ini tidak ditemukan adanya pengaruh dukungan sosial terhadap kepercayaan diri.

2) Koefisien Determinasi Dukungan Sosial

Tabel 4. 15 Koefisien Determinasi Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.229 ^a	.053	.035	5.71499	.053	3.049	1	55	.086

a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial

b. Dependent Variable: Kepercayaan Diri

Berdasarkan tabel di atas didapatkan skor R square sebesar 0,053, yang artinya pengaruh dukungan sosial terhadap kepercayaan diri dalam penelitian ini adalah sebesar 5,3%.

3) Pengaruh Penerimaan Diri Terhadap Kepercayaan Diri

Tabel 4. 16 Hasil Uji Pengaruh Penerimaan Diri Terhadap Kepercayaan Diri

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	840.429	1	840.429	43.793	.000 ^b
	Residual	1055.501	55	19.191		
	Total	1895.930	56			

a. Dependent Variable: Kepercayaan Diri

b. Predictors: (Constant), Penerimaan Diri

Berdasarkan tabel di atas didapatkan skor signifikansi 0,000 yang mana lebih kecil dari 0,05. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa dalam penelitian ini terdapat pengaruh penerimaan diri terhadap kepercayaan diri.

4) Koefisien Determinasi Penerimaan Diri

Tabel 4. 17 Koefisien Determinasi Pengaruh Penerimaan Diri Terhadap Kepercayaan Diri

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.666 ^a	.443	.433	4.38074	.443	43.793	1	55	.000

a. Predictors: (Constant), Penerimaan Diri

b. Dependent Variable: Kepercayaan Diri

Berdasarkan tabel di atas didapatkan skor R square sebesar 0,443, yang artinya prosesntase pengaruh penerimaan diri terhadap kepercayaan diri dalam penelitian ini adalah sebesar 44,3%

Dari hasil kedua uji parsial yang telah dilakukan didapatkan data bahwa penerimaan diri memiliki pengaruh yang jauh lebih besar yaitu 44,3% dibandingkan dukungan sosial yang hanya memiliki pengaruh sebesar 5,3% dalam membentuk kepercayaan diri.

C. Pembahasan

1. Tingkat Dukungan Sosial Anggota Komunitas *Psychoworld*

Dalam penelitian ini didapatkan hasil persentase sebesar 61% atau 35 orang yang termasuk kategori tinggi, 39% atau 22 orang termasuk kategori sedang, dan 0% atau tidak ada yang termasuk dalam kategori rendah. Ini menunjukkan mayoritas anggota *Psychoworld* memiliki dukungan sosial yang tinggi. Hal ini berarti di dalam komunitas *Psychoworld* mereka memperoleh dukungan sosial yang tinggi dari sesama anggota komunitas. Meskipun demikian masih ada 39% atau 22 anggota yang termasuk dalam kategori sedang. Hal itu berarti dukungan sosial yang diberikan antar sesama anggota masih harus ditingkatkan lagi, dengan harapan semakin banyak anggota yang merasakan adanya dukungan sosial maka semakin banyak pula anggota yang kepercayaan dirinya meningkat.

Variabel dukungan sosial yang digunakan dalam penelitian ini memiliki 5 bentuk yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan,

dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan kelompok. Berdasarkan analisis yang telah dilakukan didapatkan bahwa bentuk dukungan sosial yang paling dominan adalah dukungan penghargaan dengan persentase sebesar 27% dan dukungan emosional dengan persentase sebesar 25%. Hasil ini menunjukkan bahwa dalam memberikan dukungan sosial kepada seseorang, hal yang paling diutamakan adalah membuat orang tersebut merasa dihargai dan membuat kondisi emosionalnya menjadi stabil kembali. Dari hasil ini pula dapat dikatakan bahwa dukungan secara psikis dapat memberikan dampak yang lebih besar dibandingkan dukungan secara teknis seperti dukungan instrumental dan dukungan informasi. Meski demikian dukungan secara teknis tetap diperlukan, tetapi akan lebih baik jika dukungan secara psikis diberikan terlebih dahulu.

Kelima bentuk dukungan sosial di atas merupakan teori yang dikemukakan oleh Sarafino (2011). Kelima bentuk dukungan tersebut dapat diberikan secara terpisah maupun bersamaan. Dukungan sosial yang terbentuk di dalam komunitas *Psychoworld* bisa dikatakan telah mencakup kelima bentuk dukungan tersebut. Dukungan emosional memberikan manfaat berupa perasaan nyaman dan menenangkan, dukungan ini biasanya diberikan saat seseorang mengalami keterpurukan atau peristiwa yang menyebabkan kondisi emosional yang buruk. Dukungan penghargaan dapat memberi dampak berupa perasaan dihargai bagi si penerima dukungan. Dukungan penghargaan biasanya diberikan untuk menghargai usaha seseorang dalam mencapai suatu tujuan. Dukungan penghargaan

meyakinkan dapat orang tersebut bahwa usahanya tidaklah sia-sia entah bagaimanapun hasilnya. Dukungan instrumental adalah dukungan langsung dalam bentuk fisik. Dukungan instrumental bisa sangat membantu pada saat-saat mendesak karena dapat manfaatnya terasa saat itu juga. Bentuk dukungan instrumental bisa sangat beragam disesuaikan dengan kebutuhan dan kondisi orang yang menerima dukungan. Bentuk dukungan instrumental bisa seperti pinjaman uang, pertolongan di tempat, dll. Dukungan instrumental biasanya dilakukan di kehidupan sehari-hari seperti tolong-menolong saat mengadakan kegiatan. Dukungan informasi akan berguna untuk saling memberi informasi mengenai kebutuhan atau hal-hal yang bisa membantu si penerima dukungan dalam mengatasi masalahnya. Dukungan informasi biasanya diberikan lewat sosial media karena bisa menjangkau lebih banyak orang. Yang terakhir yaitu dukungan kelompok, merupakan dukungan berupa penerimaan di dalam kelompok. Dukungan kelompok dapat membuat si penerima dukungan merasa bahwa keberadaannya di dalam suatu kelompok telah diterima dan dihargai oleh anggota kelompok yang lain. Hal tersebut dapat membuat si penerima dukungan menjadi lebih percaya diri dalam berkreasi dan berproses di dalam kelompok tersebut.

Manfaat lain dari adanya dukungan sosial yang dirasakan seseorang adalah meningkatnya harga diri si penerima dukungan. Weiss (dalam Zulkifli, 2016) menyebutkan bahwa manfaat dari dukungan sosial sangat berpengaruh dalam meningkatkan harga diri individu. Seseorang yang merasa dihargai oleh orang di sekitarnya akan mampu lebih

menghargai dirinya sendiri. Hal ini dapat memberikan dampak pada meningkatnya harga diri seseorang. Harga diri yang baik yang dimiliki seseorang akan memberikan banyak manfaat positif bagi kehidupannya.

Dukungan sosial di dalam komunitas *Psychoworld* cukup tinggi karena hampir semua kegiatannya dilakukan secara berkelompok. Selain itu di dalam komunitas sendiri memiliki budaya untuk saling memberi dukungan dan memberi apresiasi terhadap siapapun anggota yang telah berani mengaktualisasikan diri sekecil apapun bentuknya. Dari budaya tersebut akhirnya membuat setiap anggota merasa dihargai dan lebih percaya diri untuk berusaha dengan lebih keras lagi di masa yang akan datang.

2. Tingkat Penerimaan Diri Anggota Komunitas *Psychoworld*

Dari penelitian ini didapatkan hasil bahwa kemampuan penerimaan diri anggota komunitas *Psychoworld* berada dalam tingkat yang tinggi. Hal ini ditunjukkan dengan persentase sebesar 72% atau 41 orang yang termasuk dalam kategori tinggi, 28% atau 16 orang termasuk dalam kategori sedang, dan 0% atau tidak ada yang termasuk dalam kategori rendah. Kemampuan penerimaan diri yang baik para anggota *Psychoworld* tentunya sangat bermanfaat bagi mereka dalam berproses di dalam komunitas tersebut. Namun masih ada beberapa anggota yang masih berada pada tingkat sedang dalam penerimaan diri. Hal ini berarti mereka masih memerlukan bantuan supaya bisa melakukan penerimaan diri dengan lebih baik.

Variabel penerimaan diri yang digunakan dalam penelitian ini terbentuk dari 5 aspek yaitu perasaan sederajat, berorientasi keluar, teguh pendirian, menerima kekurangan dan kelebihan diri, dan menerima sifat kemanusiaan. Dari analisis yang telah dilakukan didapatkan hasil bahwa aspek yang paling dominan dalam membentuk penerimaan diri adalah aspek menerima kekurangan dan kelebihan diri dengan persentase 25% dan aspek menerima sifat kemanusiaan dengan persentase juga 25%. Dari hasil tersebut dapat dikatakan bahwa untuk melakukan penerimaan diri yang baik yang pertama kali harus dilakukan adalah dengan memahami kondisi di dalam diri sendiri. Setelah memahami diri sendiri dengan baik seseorang akan mengetahui apa saja yang kelebihan dan kekurangan yang ia miliki, lalu mulai belajar untuk menerima keduanya. Setelah individu mampu menerima diri sendiri, ia menjadi lebih mudah menerima dan memaklumi orang lain. Ia akan mengerti bahwa orang lain juga manusia biasa sepertinya yang memiliki kelebihan dan kekurangan serta sifat-sifat manusiawi lainnya.

Penerimaan diri merupakan bentuk kecerdasan emosional yang memiliki manfaat sangat baik. Hurlock (dalam Permatasari, 2016) menyebutkan manfaat dari penerimaan diri terbagi menjadi dua jenis yaitu penyesuaian diri dan penyesuaian sosial. Penyesuaian diri berarti seseorang yang telah melakukan penerimaan diri mampu memahami kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya, mempunyai keyakinan kuat pada diri sendiri, memiliki harga diri yang lebih baik karena mampu menghargai dirinya sendiri, dan mampu menerima kritik dengan lapang

dada. Penerimaan diri yang baik akan membuat seseorang lebih realistis dalam menilai dirinya sendiri dan mampu menggunakan kelebihan yang dimiliki dengan efektif. Sedangkan dalam penyesuaian sosial, orang yang telah mampu menerima dirinya dengan baik akan lebih mudah menerima orang lain yang hadir di kehidupannya. Ia juga mampu menghargai orang-orang di sekitarnya dengan lebih baik. Selain itu penerimaan diri yang baik akan menjadikan seseorang memiliki rasa simpati dan empati yang lebih tinggi terhadap orang lain.

Individu yang memiliki penerimaan diri yang baik juga mampu menghadapi situasi sulit dengan lebih baik. Zielger (dalam Sari, 2002) menyebutkan bahwa seseorang yang memiliki penerimaan diri yang baik mempunyai toleransi yang lebih baik terhadap hal-hal yang tidak menyenangkan dalam hidupnya. Ia juga mampu menoleransi dengan lebih baik kekurangan dalam dirinya tanpa harus merasa marah atau sedih. Begitu banyaknya manfaat dari penerimaan diri.

Di dalam komunitas *Psychoworld* selalu diajarkan untuk berani mengakui kelemahan dan kesalahan. Tujuannya adalah untuk mengetahui mana yang harus ditingkatkan dan mana yang harus diperbaiki untuk proses kedepannya. Dengan adanya penanaman nilai tersebut maka para anggota mau tidak mau harus bisa memahami dengan baik kelebihan dan kekurangan yang dimiliki. Dengan pemahaman tersebut maka setiap anggota didorong untuk bisa melakukan penerimaan diri dengan baik, yang tujuannya adalah untuk kebaikan masing-masing anggota itu sendiri.

3. **Tingkat Kepercayaan Diri Anggota Komunitas *Psychoworld***

Kepercayaan diri adalah keyakinan dalam diri seseorang mengenai potensi dan kelebihan yang dimiliki sehingga membuatnya menjadi pribadi yang optimis, bersikap positif, dan pantang menyerah. Berdasarkan hasil analisis penelitian terhadap 57 anggota komunitas *Psychoworld* didapatkan hasil bahwa anggota komunitas *Psychoworld* yang memiliki kepercayaan diri tinggi sebanyak 70% atau 40 orang. Sedangkan anggota yang memiliki kepercayaan diri sedang sebanyak 30% atau 17 orang, dan 0% atau tidak ada yang termasuk dalam kategori rendah. Maka secara keseluruhan mayoritas anggota komunitas *Psychoworld* memiliki kepercayaan diri yang tinggi.

Variabel penerimaan diri yang digunakan dalam penelitian ini terbentuk dari 5 aspek yaitu yakin pada kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, dan rasional. Dari hasil analisis yang telah dilakukan didapatkan bahwa aspek bertanggung jawab menjadi aspek dominan dalam pembentukan kepercayaan diri yaitu dengan persentase sebesar 37%. Dari hasil tersebut dapat dikatakan bahwa untuk membentuk suatu kepercayaan diri yang baik, seseorang harus mampu bertanggung jawab atas dirinya sendiri dan hal-hal yang menjadi tanggung jawabnya. Sifat bertanggung jawab adalah wujud bahwa individu yakin dengan kemampuan dirinya dalam mengemban tanggung jawab. Keyakinan ini yang akhirnya membentuk kepercayaan diri yang baik.

Kepercayaan diri yang tinggi dipengaruhi oleh banyak faktor. Secara garis besar faktor-faktor tersebut terbagi menjadi faktor internal

dan faktor eksternal (Nurlis, 2008). Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar dirinya, faktor eksternal bisa biasanya berasal dari orang-orang sekitar seperti keluarga, teman sebaya, dan lingkungan sosial. Salah satu faktor eksternal yang bisa membentuk kepercayaan diri adalah dukungan sosial. Sedangkan faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri, faktor internal terbentuk dari pola pikir individu tersebut. Setiap kali individu mengalami suatu hal atau bertemu dengan seseorang tentunya akan memunculkan respon dari individu tersebut. Respon-respon tersebut lambat laun akan membentuk pola pikir individu tersebut. Jika ia memiliki pola pikir positif maka ia cenderung memiliki kepercayaan diri tinggi, sedangkan pola pikir negatif akan membentuk kepercayaan diri yang rendah. Salah satu bentuk faktor internal yang mempengaruhi kepercayaan diri adalah penerimaan diri.

Kepercayaan diri adalah prinsip dasar yang dibangun dalam komunitas *Psychoworld*. Dalam setiap kegiatan yang dilakukan, semua anggota selalu didorong untuk yakin dan percaya diri menunjukkan kemampuannya. Hal tersebut terus dilakukan berulang-ulang sehingga seiring berjalannya waktu kepercayaan diri mereka mulai tumbuh dan semakin besar. Telah banyak anggota yang pada awalnya masih sangat minim kemampuannya di bidang tertentu, namun dengan modal kepercayaan diri untuk berani mencoba dan terus belajar pada akhirnya menjadikan mereka memiliki kemampuan yang cukup baik di bidangnya.

4. Pengaruh Dukungan Sosial dan Penerimaan Diri Terhadap Kepercayaan Diri

Setelah melalui proses uji regresi linear berganda dengan SPSS didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,000 dan *R Square* sebesar 0,448. Hal ini berarti terdapat pengaruh dukungan sosial dan penerimaan diri secara simultan terhadap kepercayaan diri dengan persentase pengaruh sebesar 44,8%, dan sisanya kepercayaan diri dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya. Dukungan sosial dan penerimaan diri memiliki hubungan positif, yang artinya semakin tinggi dukungan sosial yang diterima dan semakin tinggi kemampuan penerimaan diri maka semakin tinggi pula kepercayaan diri yang tumbuh, begitupun sebaliknya.

Sebagaimana yang telah dijelaskan sebelumnya bahwa faktor pembentuk kepercayaan diri secara umum terbagi menjadi faktor internal dan eksternal. Dukungan sosial merupakan salah satu contoh faktor eksternal yang membentuk kepercayaan diri. Dukungan akan memiliki dampak yang lebih efektif apabila diberikan oleh orang-orang terdekat seperti keluarga, teman-teman terdekat, ataupun pasangan (Hapsari, 2014). Bagi kalangan mahasiswa yang sebagian besar aktivitasnya dilakukan di kampus atau tentu saja akan lebih banyak berinteraksi dengan teman dibanding keluarga ataupun pasangan. Dengan demikian kondisi lingkungan pertemanan akan sangat mempengaruhi kondisi masing-masing individu. Mereka yang memiliki lingkungan pertemanan yang saling mendukung akan memiliki kepercayaan diri yang lebih baik

dibanding mereka yang memiliki lingkup pertemanan yang kurang baik dan saling merendahkan satu sama lain.

Selain faktor eksternal juga terdapat faktor internal yang mempengaruhi kepercayaan diri. Salah satu jenis faktor internal tersebut adalah penerimaan diri. Hurlock (dalam Paramita, 2013) menyebutkan bahwa penerimaan diri dapat memberi banyak pengaruh pada kondisi kesehatan mental seseorang. Penerimaan diri yang baik bisa terjadi apabila seseorang mampu mengerti kondisi dirinya dan menerima kondisi tersebut dengan apa adanya. Salah satu manfaat penerimaan diri adalah menumbuhkan rasa percaya diri. Semakin baik kemampuan seseorang menerima dirinya akan semakin tinggi pula kepercayaan dirinya, begitupun sebaliknya. Kepercayaan diri dapat timbul karena individu yang mampu menerima dirinya dengan baik akan paham betul mana kekurangan dan kelebihan. Setelah mengetahui kedua hal tersebut ia akan mampu menggunakan kelebihan yang dimiliki dengan efektif serta meminimalisir kekurangan yang dimiliki.

Sedangkan berdasarkan uji regresi yang dilakukan secara parsial yaitu pengaruh dukungan sosial terhadap kepercayaan diri didapatkan skor signifikansi sebesar 0,086 dan skor R square sebesar 0,053. Hal menunjukkan bahwa dalam penelitian ini tidak terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap kepercayaan diri atau terdapat pengaruh namun sangat kecil yaitu hanya sebesar 5,3%. Kemudian hasil uji regresi parsial pengaruh penerimaan diri terhadap kepercayaan diri menunjukkan skor signifikansi sebesar 0,000 dan skor R square sebesar 0,443. Artinya dalam

penelitian ini terdapat pengaruh penerimaan diri terhadap kepercayaan diri dengan persentase pengaruh sebesar 44,3%. Dari kedua uji parsial yang telah dilakukan dapat dikatakan bahwa dalam penelitian ini variabel penerimaan diri memiliki pengaruh yang sangat besar dalam membentuk kepercayaan diri, sedangkan variabel dukungan sosial tidak memiliki pengaruh atau sangat kecil pengaruhnya terhadap kepercayaan diri di dalam penelitian ini.

Hasil uji penerimaan diri tersebut selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Hanindyastiti (2017) mengenai penerimaan diri penderita diabetes militus yang menunjukkan bahwa responden merasa lebih percaya diri ketika mampu menerima kondisi dirinya dengan ikhlas dan menerima kekurangan berupa penyakit yang dialami. Hal ini memberi dampak baik yang membuat responden lebih bersemangat untuk berusaha memulihkan kondisi kesehatannya. Individu yang memiliki penerimaan diri yang baik akan memiliki keyakinan yang lebih tinggi dalam tidak mudah menyerah dalam menghadapi masalah kehidupan (Berger dalam Qonita, 2019). Sedangkan individu yang kurang mampu menerima kondisi dirinya dapat mengakibatkan rasa tidak puas dan rasa kecewa terhadap kehidupannya (Ryff, 1996). Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Pratisya (2017) mengenai penerimaan diri siswa SMP Bukit Sion juga menyebutkan bahwa siswa yang mampu menerima kelebihan dan kekurangan dirinya memiliki keyakinan yang baik, sikap bertanggung jawab, dan puas dengan kondisi dirinya.

Sedangkan hasil uji pengaruh dukungan sosial terhadap kepercayaan diri yang menunjukkan tidak adanya pengaruh atau pengaruh yang ada sangat kecil. Hal ini bisa terjadi karena dalam pembentukan kepercayaan diri ada banyak faktor yang dapat mempengaruhi. Hakim (2002) menuturkan bahwa dalam membentuk kepercayaan diri dibutuhkan empat proses utama. Proses yang pertama adalah pembentukan kepribadian sesuai dengan proses perkembangan yang baik, yang kedua adalah pemahaman individu tentang kelebihan yang dimiliki, ketiga adalah pemahaman mengenai reaksi positif orang lain terhadap kekurangan yang ia miliki, dan keempat adalah pengalaman dalam menjalani hidup. Dengan demikian proses terbentuknya kepercayaan diri tidak hanya berasal dari faktor eksternal, namun juga ada faktor internal berupa pola pikir yang baik dari individu itu sendiri. Penelitian yang dilakukan oleh (Ridwan, 2018) mengenai kontribusi dukungan sosial dalam membentuk kepercayaan diri atlet pencak silat Pondok Pesantren Bina Umat Yogyakarta menunjukkan bahwa dukungan sosial termasuk faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri, namun juga terdapat faktor-faktor lain seperti penampilan fisik, penerimaan lingkungan, prestasi, dan konsep diri. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa dukungan sosial bisa membantu individu dalam membentuk kepercayaan diri, namun untuk membentuk kepercayaan diri yang baik juga dibutuhkan faktor-faktor lain baik internal maupun eksternal selain faktor dukungan sosial.

Selain itu, faktor lain yang bisa menjadi penyebab kecilnya pengaruh dukungan sosial terhadap kepercayaan diri dalam penelitian ini

adalah karena dukungan merupakan faktor eksternal. Ketika pengujian dilakukan secara terpisah antara faktor internal dan eksternal, faktor internal akan yang dalam hal ini penerimaan diri akan memberikan pengaruh yang lebih besar dibanding faktor eksternal yaitu dukungan sosial. Hal ini disebabkan karena segala bentuk perilaku manusia akan dilandasi oleh keputusan yang ia tentukan sendiri. Ini selaras dengan teori kognitif kontemporer tentang perilaku manusia dalam perspektif psikologi sosial dimana manusia secara aktif berpikir, menyelesaikan masalah, merencanakan, dan memutuskan sesuatu (Mustafa, 2011).

Berdasarkan pemaparan di atas maka hasil dari penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa dukungan sosial dan penerimaan diri yang dilakukan dengan baik secara bersamaan dapat membantu anggota komunitas *Psychoworld* membentuk dan meningkatkan kepercayaan diri.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian dan proses pengolahan data yang telah dilakukan tentang pengaruh dukungan sosial dan penerimaan diri terhadap kepercayaan diri anggota komunitas *Psychoworld*, didapatkan beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat dukungan sosial di komunitas *Psychoworld* terbagi menjadi tiga kategori yaitu kategori rendah, kategori sedang, dan kategori tinggi. Sebanyak 61% atau 35 orang termasuk dalam kategori tinggi, 39% atau 22 termasuk dalam kategori sedang, dan 0% atau tidak ada yang termasuk dalam kategori rendah. Maka tingkat dukungan sosial di komunitas *Psychoworld* cenderung tinggi.
2. Tingkat penerimaan diri di komunitas *Psychoworld* terbagi menjadi tiga kategori yaitu kategori rendah, kategori sedang, dan kategori tinggi. Sebanyak 72% anggota atau 41 orang termasuk dalam kategori tinggi, 28% anggota atau 16 orang termasuk dalam kategori rendah, dan 0% atau tidak ada yang termasuk dalam kategori rendah. Maka tingkat penerimaan diri anggota komunitas *Psychoworld* cenderung tinggi.
3. Tingkat kepercayaan diri di komunitas *Psychoworld* terbagi menjadi tiga kategori yaitu kategori rendah, kategori sedang, dan kategori tinggi. Sebanyak 70% anggota atau 40 orang termasuk dalam kategori tinggi, 30% anggota atau 17 orang termasuk dalam kategori sedang, dan 0% atau

tidak ada yang termasuk dalam kategori rendah. Maka tingkat kepercayaan diri anggota komunitas *Psychoworld* cenderung tinggi.

4. Terdapat pengaruh dukungan sosial dan penerimaan diri secara simultan terhadap kepercayaan diri pada anggota komunitas Psychoworld dengan presentase pengaruh sebesar 44,8%. Artinya dukungan sosial dan penerimaan diri yang dilakukan secara bersamaan dapat meningkatkan kepercayaan diri. Secara parsial terdapat pengaruh penerimaan diri terhadap kepercayaan diri dan tidak terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap kepercayaan diri. Artinya penerimaan diri memiliki pengaruh yang lebih besar dibanding dukungan sosial dalam membentuk kepercayaan diri.

B. Saran

1. Bagi Subjek Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian di atas ditemukan bahwa diantara ketiga variabel yang diukur, variabel dukungan sosial memiliki kategori sedang paling banyak. Maka dari itu masing-masing anggota komunitas diharapkan dapat meningkatkan lagi sikap saling mendukung antar anggota. Sikap saling mendukung dapat dimulai dari hal-hal yang sederhana seperti memberi semangat, mengapresiasi pencapaian anggota lain meskipun kecil, dan memberi respon jika ada anggota lain yang menanyakan informasi di grup sosial media.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Pada penelitian didapatkan hasil bahwa dukungan sosial tidak memiliki pengaruh terhadap kepercayaan diri, hal ini dikarenakan faktor eksternal hanya berperan sebagai penunjang sehingga faktor internal memiliki pengaruh yang jauh lebih besar dalam membentuk kepercayaan diri seseorang. Untuk penelitian selanjutnya diharapkan mampu mengkaji lebih luas mengenai faktor eksternal selain dukungan sosial yang bisa memberi pengaruh besar pada peningkatan kepercayaan diri. Selain itu, peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat mengkaji faktor-faktor lain baik internal maupun eksternal diluar dukungan sosial dan penerimaan diri yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri.

3. Bagi Komunitas *Psychoworld*

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial dan penerimaan diri secara simultan memiliki pengaruh terhadap kepercayaan diri, namun secara parsial dukungan sosial tidak memiliki pengaruh terhadap kepercayaan diri. Hal ini bisa jadi disebabkan karena pada masa pandemi hampir semua kegiatan komunitas dilakukan secara *online* di tempat tinggal masing-masing sehingga interaksi antar anggota secara langsung sangatlah minim. Maka dari itu, pihak Badan Pengurus Harian komunitas *Psychoworld* diharapkan dapat mengadakan kegiatan komunitas yang dilakukan secara *online* namun tetap mampu menciptakan interaksi yang intens antar anggota komunitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Anshori, M. (2009). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Surabaya: Pusat Penerbitan dan Percetakan Unair (AUP).
- Arthur S. Reber, E. S. (2010). *Kamus Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Arthur S. Reber, R. (2010). *Kamus Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Asri, A. (2012). Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Perilaku Konsumtif Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Babelan. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi Vol.1 No.1*, 197-202.
- Augustia, U. A. (2016). Studi Kasus tentang Gambaran Pengembangan Kepercayaan Diri Pada Anak Tunarungu. *Jurnal Empati Vol.5(1)*, 74-77.
- Azwar, S. (1997). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Balke, E. (2003). *Know Yourself*. Jakarta: PT. Elex Media Kompetindo.
- Devi, C. P. (2016). *Pengaruh Persepsi Dukungan Sosial Keluarga dan Lingkungan Sekolah Pada Motivasi Berprestasi Siswa SMA di Yogyakarta*. Yogyakarta: Skripsi: Universitas Sanata Dharma Fakultas Psikologi .
- Dina, Y. S. (2010). *Hubungan Antara Penerimaan Diri dengan Kompetensi Interpersonal Pada Remaja Panti Asuhan*. Surakarta: Skripsi: Universitas Muhammadiyah Surakarta Fakultas Psikologi.
- Evitasari, I. A. (2015). Proses Penerimaan Diri Remaja Tunarungu Berprestasi. *Jurnal Psikologi Udayana*, 138-150.
- Fani Kumalasari, L. N. (2012). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja di Panti Asuhan. *Jurnal Psikologi Pitutur Vol.1 No.1*, 21-33.
- Fauziah, R. N. (2014). Perilaku Knowledge Sharing Multi Bahasa Pada Komunitas Fakta Bahasa. *Jurnal Kajian Informasi & Perpustakaan*, 87-102.
- Fazria, N. S. (2016). Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Harga Diri Pada Remaja Tunarungu. *Jurnal Ilmiah Psikologi Vol.9 No.1*.
- Febriani, I. (2018). Penerimaan Diri Pada Remaja Penyandang Tuna Daksa. *PSIKOBORNEO Vol.6 No.1*, 224-233.
- Hakim, T. (2002). *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Purwa Swara.
- Handayani, E. S. (2017). Peningkatan Pemahaman Dongeng Anak Tunarungu Melalui Simulation Based Learning. *IJDS Vol.4 No.1*, 9-15.
- Hapasari, A. (2014). Kepercayaan Diri Mahasiswi Papua Ditinjau Dari Dukungan Teman Sebaya. *Psikodimensia Vol. 13 No.1*, 60-72.
- Hapsari, K. (2019). Hubungan Antara Efektifitas Belajar Kelompok Dengan Indeks Prestasi Mahasiswa Semester 6 Fakultas Kedokteran Universitas Hang Tuah

- Surabaya Tahun Ajaran 2017/2018. *Medical and Health Science Journal Vol.3 No.2*, 18-24.
- Hasan, S. A. (2014). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Penyesuaian Diri Siswa Tunarungu di Sekolah Inklusi. *Psikologi Pendidikan dan Perkembangan Vol.2 No.2*.
- Herminingsih, Y. K. (2013). Hubungan Penerimaan Diri Dengan Penalaran Moral Pada Penghuni Lembaga Permayarakatan Anak di Blitar. *Jurnal Psikologi Tabularasa Vol.8 No.2*, 717-723.
- Holden, R. (2007). *Success Intelligence*. Bandung: Mizan.
- Irwin G. Sarason, B. R. (1985). *Social Support : Theory, Research and Application*. Dordrecht: Martinus Nijhoff Publishers.
- Jarmitia, S. (2016). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kepercayaan Diri Pada Penyandang Disabilitas Fisik di SLB Kota Banda Aceh. *Jurnal Psikoislamedia Vol.1 No.1*.
- Kuang, M. (2010). *Amazing Life*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Lestari, D. S. (2016). Penyesuaian Sosial Pada Mahasiswa Tuli. *Journal of Disability Studies*, 103-134.
- M. Nur Gufron, R. R. (2011). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Malang, B. K. (2019, November 13). *Jumlah Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial (PMKS) Menurut Jenis Kelamin di Kota Malang Tahun 2016*. Diambil kembali dari Badan Pusat Statistik Kota Malang: <https://malangkota.bps.go.id>
- Malang, B. P. (2013). *Malang Dalam Angka 2013*. Malang: Badan Pusat Statistik.
- Mastuti, I. (2008). *50 Kiat Percaya Diri*. Jakarta: Hi-Fest Publishing.
- Mustafa. (2011). Perilaku Manusia dalam Perspektif Psikologi Sosial. *Jurnal Administrasi Bisnis Vol. 7 No. 2*, 143-156.
- Nur Inah, E. (2013). Peranan Komunikasi Dalam Pendidikan. *Jurnal Al-Ta'dib Vol. 6 No. 1*, 176-188.
- Nurbayani, S. (2017). Menumbuhkan Kreativitas Anak Tunarungu Dalam Kegiatan Pengembangan Diri Seni Tari di SLB Negeri 2 Padang. *E-Jurnal Sendratasik*, 18-27.
- Nurlis. (2008). *Pengaruh Latihan Membangun Kepercayaan Diri Terhadap Rasa Percaya Diri Remaja di Kelurahan Sindang Barang Kota Bogor*. Jakarta: Thesis : Universitas Indonesia.
- Pangestianto, B. (2018). *Hubungan Kepercayaan Diri dengan Adversity Quotient Karyawan (pada Frontliner BRI Tulungagung)*. Malang: Skripsi: Universitas Muhammadiyah Malang Fakultas Psikologi.
- Paramita, R. (2013). Pengaruh Penerimaan Diri Terhadap Penyesuaian Diri Penderita Lupus. *Jurnal Psikologi Undip Vol.12 No.1*, 92-99.

- Petranto, I. (2005). *Menyelamatkan Perkawinan Seorang Diri*. Depok: PT Kawan Pustaka.
- Prihadhi, E. K. (2008). *My Potency*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Putri, G. G. (2013). Perbedaan Self Acceptence (Penerimaan Diri) Pada Anak Panti Asuhan Ditinjau Dari Segi Usia. *Proceeding PESAT (Psikologi, Ekonomi, Sastra, Arsitektur & Teknik Sipil) Vol.5*, 11-16.
- Resty, G. T. (2016). Pengaruh Penerimaan Diri Terhadap Harga Diri Remaja di Panti Asuhan Yatim Putri Aisyayah Yogyakarta. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol.1*, 1-12.
- Robert A. Baron, D. B. (2003). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence*. Jakarta: Erlangga.
- Sarafino, E. P. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Shelley E. Taylor, L. A. (2009). *Psikologi Sosial*. Jakarta: KENCANA.
- Sirait, A. H. (2016). Kehidupan Penyandang Tunarungu. *Jurnal Humanis Fakultas Ilmu Budaya UNUD Vol.17.1*, 1-6.
- Siregar. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Kencana.
- Siska, M. (2017). Latar Belakang Pembentukan Kelompok Sosial Mahasiswa Pendatang. *Jom FISIP Volume 4 NO. 2* , 1-15.
- Sulistyowati. (2019). Hubungan Antara Dukungan Teman Sebaya Dengan Kepercayaan Diri Pada Pemain Futsal Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati Vol. 8 No. 1*, 21-26.
- Taylor, S. E. (2006). *Health Psychology*. New York: McGrawHill Companies.
- Timur, B. P. (2019, November 12). *Presentase Penyandang Disabilitas menurut Jenis Gangguan yang Dialami, Tahun 2012*. Diambil kembali dari BADAN PUSAT STATISTIK PROVINSI JAWA TIMUR: <https://jatim.bps.go.id>
- Uqshari, Y. A. (2005). *Percaya Diri Pasti*. Jakarta: Gramedia.
- Vera Permatasari, W. G. (2016). Gambaran Penerimaan Diri (Self Acceptence) pada Orang yang Mengalami Skizofrenia. *Psymphathic, Jurnal Ilmiah Psikologi Vol.3 No.1*, 139-152.
- Winata, P. P. (2017). *Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kepercayaan Diri Remaja*. Seminar Konseling FIP UNP 2017.

Lampiran 1 Bukti Konsultasi Skripsi

BUKTI KONSULTASI SKRIPSI

Nama : Rezki Haris Ilhami

NIM : 16410023

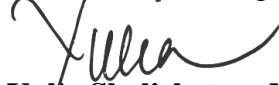
Pembimbing : Dr. Yulia Sholichatun, M. Si.

Judul : Pengaruh Dukungan Sosial dan Penerimaan Diri Terhadap Kepercayaan Diri Anggota Komunitas *Psychoworld*

No.	Tanggal	Perihal Konsultasi	TTD
1	1 November 2019	Konsultasi Judul	
2	7 November 2019	Konsultasi Latar Belakang	
3	15 November 2019	Konsultasi BAB 1 Proposal Skripsi	
4	30 November 2019	Konsultasi BAB 1 Proposal Skripsi	
5	8 Desember 2019	Konsultasi BAB 1 Proposal Skripsi	
6	15 Januari 2020	Konsultasi BAB 2 Proposal Skripsi	
7	30 Januari 2020	Konsultasi BAB 3 Skripsi	
8	10 Februari 2020	Persetujuan Seminar Proposal	
9	25 Maret 2020	Konsultasi Skala Penelitian	
10	5 April 2020	Konsultasi Skala Penelitian	
11	30 Juni 2020	Konsultasi Hasil Penelitian	
12	5 Juli 2020	Konsultasi BAB 4	
13	15 Juli 2020	Konsultasi BAB 5	
14	25 Juli 2020	Konsultasi Abstrak dan BAB 1-5	
15	30 Juli	Persetujuan Sidang Skripsi	

Malang, 30 Juli 2020

Mengetahui,
Dosen Pembimbing



Dr. Yulia Sholichatun, M.Si
NIP. 19700724 200501 20 003

Lampiran 2 Kuesioner Penelitian

Identitas Diri

Nama :

Jenis Kelamin :

Usia :

Petunjuk Pengisian

Jawablah pertanyaan di bawah ini dengan jujur sesuai yang anda rasakan.

Pertanyaan-pertanyaan di bawah ini ditujukan hanya untuk anggota komunitas Psychoworld saja.

Jika anda menemukan kata-kata seperti "Teman-teman" atau "Lingkungan" maka yang dimaksud adalah teman-teman atau lingkungan di dalam Psychoworld.

SEMUA JAWABAN BENAR

Berilah tanda centang (✓) pada jawaban yang anda pilih

STS : Sangat Tidak Setuju

TS : Tidak Setuju

S : Setuju

SS : Sangat Setuju

No	Pertanyaan	STS	TS	S	SS
1	Kepedulian dari teman-teman di PW membuat saya nyaman				
2	Saya merasa seperti keluarga dengan teman-teman PW				
3	Teman-teman di PW sering memberi semangat ketika saya sedih				
4	Saya selalu berusaha mengikuti setiap kegiatan di PW				
5	Teman-teman di PW bisa memahami perasaan saya				
6	Teman-teman di PW seperti orang asing bagi saya				
7	Teman-teman di PW hanya memikirkan dirinya sendiri				
8	Saya kurang tertarik dengan kegiatan di dalam PW				
9	Teman-teman di PW sangat jarang mendukung keputusan saya				
10	Teman-teman di PW mau menerima kekurangan yang saya miliki				
11	Teman-teman di PW tidak bisa memahami perasaan saya				
12	Teman-teman di PW selalu menghargai usaha saya				
13	Saya sering berdiskusi dengan teman-teman PW ketika mendapat masalah				
14	Saya dipandang baik oleh teman-teman di PW				
15	Teman-teman di PW memberi saya informasi berguna tentang masalah yang saya alami				
16	Saya merasa kurang diterima oleh teman-teman di PW				
17	Teman-teman di PW tidak pernah memberi saran tentang masalah saya				
18	Saya sering diremehkan oleh teman-teman di PW				
19	Teman-teman di PW tidak mau memberi informasi tentang masalah yang saya alami				
20	Teman-teman di PW tidak menyukai saya				

21	Teman-teman di PW mau meminjamkan barangnya saat saya membutuhkan				
22	Teman-teman di PW ikut membantu jika saya kesulitan mengerjakan sesuatu				
23	Saya kesulitan mencari pinjaman uang ketika saya membutuhkan				
24	Teman-teman di PW sulit dimintai bantuan				
25	Setiap orang berhak mendapat perlakuan yang adil				
26	Saya bersyukur segala sesuatu yang ada pada diri saya				
27	Orang-orang di sekitar saya menghargai dan menghormati saya				
28	Lingkungan sekitar adalah bagian dari tanggung jawab saya				
29	Saya mendapatkan perlakuan yang tidak adil				
30	Saya kurang puas dengan kondisi saya saat ini				
31	Orang-orang mencela kondisi fisik saya				
32	Apa yang terjadi di lingkungan sekitar bukanlah urusan saya				
33	Saya selalu memegang kuat apa yang saya yakini				
34	Saya dapat memaksimalkan potensi diri yang saya miliki				
35	Saya yakin dengan pendapat saya sendiri				
36	Saya bahagia dengan kekurangan dan kelebihan yang saya miliki				
37	Saya mudah terpengaruh perkataan orang lain				
38	Saya merasa sulit berkembang				
39	Saya sering merubah keputusan setelah mendengar pendapat orang				
40	Kekurangan yang ada pada diri saya tidak pantas saya dapatkan				
41	Saya bisa memaklumi ketidaktahuan orang lain tentang saya				
42	Saya sulit memaafkan orang lain				

43	Orang-orang harus memahami saya				
44	Saya bisa memaafkan kesalahan orang lain				
45	Saya percaya bisa menyelesaikan setiap masalah saya				
46	Saya yakin bisa menjadi orang sukses				
47	Saran dari orang lain bisa membantu saya membuat keputusan				
48	Saya selalu bersemangat dalam mengerjakan sesuatu				
49	Saya menyelesaikan masalah dengan cara yang masuk akal				
50	Saya tidak yakin bisa menyelesaikan masalah saya				
51	Cita-cita saya terlalu sulit dicapai				
52	Saya tidak perlu saran dari orang lain saat membuat keputusan				
53	Saya mengerjakan sesuatu dengan malas-malasan				
54	Saya sering menggunakan perasaan saat menyelesaikan masalah				
55	Saya punya kelebihan yang tidak dimiliki orang lain				
56	Saya percaya akan mendapat hasil terbaik dari yang saya kerjakan				
57	Saya mempertimbangkan banyak hal sebelum menyimpulkan sesuatu				
58	Saya menggunakan seluruh kemampuan saya untuk mencapai tujuan				
59	Saya tidak suka banyak alasan saat melakukan kesalahan				
60	Tidak ada yang istimewa dalam diri saya				
61	Apa yang saya kerjakan tidak pernah memuaskan				
62	Saya segera membuat kesimpulan setelah mengalami suatu hal				
63	Saya hanya berusaha sewajarnya untuk mencapai tujuan				
64	Masalah akan jadi ringan jika saya memberi banyak alasan				
65	Saya berusaha melihat masalah dari berbagai cara				

66	Apapun yang saya lakukan saya siap menerima resikonya				
67	Setiap keputusan selalu saya pikirkan akibatnya				
68	Setiap masalah hanya bisa diselesaikan dengan satu cara				
69	Teman-teman saya harus ikut menerima resiko dari yang saya kerjakan				
70	Saya selalu memutuskan sesuatu dengan segera				

Lampiran 3 Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Dukungan Sosial

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.911	23

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item1	70.018	73.268	.505	.908
Item2	70.316	71.184	.557	.907
Item3	70.596	69.459	.650	.905
item4	70.193	75.194	.317	.911
item5	70.649	70.803	.568	.907
item6	70.000	69.750	.667	.904
item7	70.000	72.107	.452	.909
item8	69.912	72.581	.627	.906
item9	70.105	73.274	.430	.909
item10	70.175	73.719	.413	.910
item11	70.246	71.296	.576	.906
item12	70.018	74.089	.447	.909
item13	70.842	72.635	.401	.911
item14	70.298	74.713	.353	.911
item15	70.281	70.098	.679	.904
item16	70.088	71.081	.554	.907
item17	70.193	70.659	.544	.907
item18	69.877	71.574	.655	.905
item19	69.877	72.931	.628	.906
item20	69.807	72.159	.632	.906
item21	70.158	73.885	.413	.910
item22	70.140	71.766	.648	.905
item24	69.930	72.245	.560	.907

2. Penerimaan Diri

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.846	16

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item2	48.825	36.719	.538	.836
item3	48.614	35.920	.638	.831
item4	48.825	37.397	.429	.840
item5	48.684	36.256	.536	.835
item7	48.877	34.610	.655	.828
item8	48.754	34.653	.731	.825
item9	48.702	37.677	.381	.842
item10	48.860	36.551	.501	.836
item12	49.000	36.464	.331	.846
item13	49.123	33.038	.601	.829
item15	49.386	34.956	.421	.842
item16	49.596	36.066	.414	.840
item17	49.386	34.920	.424	.842
item18	48.947	35.979	.373	.844
item19	49.298	36.820	.360	.843
item20	48.807	36.980	.365	.843

3. Kepercayaan Diri

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.859	13

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item1	39.175	29.790	.601	.846
item2	38.965	30.749	.537	.850
item4	39.404	29.852	.476	.852
item6	39.281	29.527	.499	.850
item7	39.456	27.217	.628	.842
item9	39.702	27.534	.653	.840
item11	39.719	28.384	.504	.851
item12	39.193	29.480	.552	.847
item14	39.316	29.720	.526	.849
item16	39.474	28.361	.531	.849
item17	39.456	28.753	.553	.847
item19	40.088	29.867	.345	.862
item22	39.193	30.194	.499	.851

Lampiran 4 Profil Komunitas Psychoworld

Psychoworld adalah sebuah komunitas yang berdiri pada tahun 2014 di Malang. Komunitas ini didirikan oleh beberapa mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Malang pada saat itu. Pada awalnya mereka hanyalah sekelompok mahasiswa yang melakukan kegiatan belajar bersama diluar jam kuliah reguler. Kegiatan belajar kelompok ini ternyata membuat teman-teman mereka yang lain tertarik untuk ikut belajar bersama. Setelah semakin banyaknya mahasiswa yang tertarik untuk ikut belajar bersama, serta semakin beragam hal-hal yang dipelajari, maka mereka memutuskan kelompok belajar tersebut dibuat menjadi sebuah komunitas bernama Psychoworld.

Komunitas Psychoworld memiliki tujuan utama sebagai wadah bagi anggotanya yang ingin belajar dan mengembangkan serta mengaktualisasikan bakat serta minatnya diluar pembelajaran reguler di kelas. Ada 7 divisi di dalam Psychoworld yang disebut dengan *room*, dan masing-masing *room* mempelajari bidang-bidang yang berbeda. *Room* tersebut adalah *Psychospeak*, *Psychohypno*, *Psychowrite*, *Psychomovie*, *Psychomusic*, *Psychopreneur*, dan *Psychodebate*.

Proses belajar di dalam Psychoworld sangat menekankan kepada praktek atau *learning by doing*. Bentuk praktek yang dilakukan juga berbeda-beda sesuai dengan bidang masing-masing. Sebagian *room* mempraktekkan dengan cara membuat karya seperti buku, lagu, dan film. Sebagian *room* yang lain mempraktekkan dengan cara mengikuti berbagai macam kompetisi.

Lampiran 5 Deskripsi Subjek

Nama	Usia	Jenis Kelamin
Khilmi	20	Perempuan
Khanza	20	Perempuan
Pida	20	Perempuan
kamal tibrizi	22	Laki-laki
Orizabilla	20	Perempuan
ESS	20	Perempuan
Syafa Ziadah	20	Perempuan
M. Wildan Firdaus	19	Laki-laki
Afgant	21	Laki-laki
rizka nur salsabila	19	Perempuan
Ruped	21	Perempuan
Galuh Dwi Prihartantin Mulyono	20	Perempuan
Abdul Hafizh Al Afif	20	Laki-laki
Aning	20	Perempuan
Dewi masyito	21	Perempuan
hilda	20	Perempuan
M. Naimul Masykuri	22	Laki-laki
Nvta	21	Perempuan
Aulia Fitratun Hasanah	20	Perempuan
Rohma	22	Perempuan
Arwa	20	Perempuan
Isni	20	Perempuan
Ramdani Zamzani	22	Laki-laki
Afiyah	20	Perempuan
Safri Agus Salim	21	Laki-laki
Ahmad fahmi	21	Laki-laki
Farah	20	Perempuan
Malinda	21	Perempuan
Uzyfatus sherly	21	Perempuan
Ahmad Rifqi Iskandar	23	Laki-laki
Hilmi yatun solehah	20	Perempuan

Habibah Islachiyani Prayitno	20	Perempuan
Tarin	21	Perempuan
Raudla	21	Perempuan
Fierna tri r	20	Perempuan
Unieke Ayu	20	Perempuan
Nurhuda Alfina	23	Perempuan
Jemima	22	Perempuan
Yulfaridah	21	Perempuan
Maulidya Ainun	21	Perempuan
Rizqi Amalia Putri	22	Perempuan
Arif Namousy	20	Laki-laki
Haya sopia hasna	22	Perempuan
Alvy Arimq	22	Perempuan
Vied	20	Perempuan
Moh. Ulin Nuha M.	20	Laki-laki
Wilda	20	Perempuan
Rizka Amalia	22	Perempuan
Fiqih	22	Laki-laki
Rizkia AR	22	Perempuan
AR	21	Perempuan
Sivma	22	Perempuan
Puri Wulandari	19	Perempuan
Rafidatul Hikam	20	Perempuan
Arifa	21	Perempuan
Kiki	22	Perempuan
Sasa	22	Perempuan

2. Penerimaan Diri

No	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18	A19	A20	Kategori
1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	2	2	3	3	1	1	2	4	tinggi
2	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	1	4	4	tinggi
3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	sedang
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	4	3	4	tinggi
5	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	2	3	3	4	3	1	4	tinggi
6	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	sedang
7	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	2	3	2	3	1	1	4	4	2	4	tinggi
8	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	2	2	3	4	2	4	tinggi
9	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	4	tinggi
10	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	2	2	3	4	3	3	tinggi
11	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	tinggi
12	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	sedang
13	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	2	4	4	1	2	4	4	4	4	tinggi
14	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	tinggi
15	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	tinggi
16	4	3	3	3	2	2	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	sedang
17	4	4	3	3	4	4	2	2	3	4	4	4	2	4	4	4	2	1	2	4	sedang
18	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	2	1	4	4	4	4	tinggi
19	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	sedang
20	4	4	4	4	4	3	3	4	3	2	3	3	4	4	2	1	2	3	3	2	sedang
21	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	sedang
22	4	4	4	3	4	1	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	tinggi
23	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	3	sedang
24	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	3	3	4	4	4	tinggi
25	4	2	2	4	4	3	2	2	4	3	2	1	2	4	2	2	2	1	2	2	sedang
26	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	4	2	3	sedang
27	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	tinggi
28	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	tinggi
29	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	3	1	2	3	4	3	4	tinggi
30	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	tinggi
31	3	3	4	4	4	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	1	3	4	3	2	tinggi
32	3	3	2	3	3	1	2	2	4	3	4	1	1	4	1	1	1	3	3	4	sedang
33	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	1	4	4	4	tinggi
34	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	3	3	2	tinggi
35	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	2	4	4	3	2	3	4	3	3	tinggi
36	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	2	2	4	3	4	3	3	4	2	4	tinggi
37	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	tinggi
38	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	2	3	2	3	3	3	2	3	sedang
39	4	3	4	3	3	2	3	3	3	2	4	4	4	4	4	3	4	4	3	2	tinggi
40	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	2	tinggi
41	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	2	4	tinggi
42	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	1	3	2	2	2	2	3	3	sedang
43	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	2	2	3	3	4	tinggi
44	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	tinggi
45	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	2	4	4	3	3	3	3	3	tinggi
46	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	2	2	3	2	3	3	sedang
47	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	1	3	4	4	3	2	3	3	3	tinggi
48	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	2	2	4	4	3	4	tinggi
49	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	sedang
50	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	tinggi
51	4	3	4	3	3	2	2	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	tinggi
52	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	tinggi
53	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	2	4	tinggi
54	4	4	4	3	4	2	4	3	4	3	4	3	4	4	2	3	2	3	4	3	tinggi
55	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	2	3	3	3	3	3	tinggi
56	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	2	3	4	3	3	4	3	3	tinggi
57	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	2	2	1	4	3	4	tinggi

Lampiran 7 Uji Asumsi

1. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		54
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.5969425
	Std. Deviation	3.57073744
Most Extreme Differences	Absolute	.113
	Positive	.067
	Negative	-.113
Test Statistic		.113
Asymp. Sig. (2-tailed)		.080 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

2. Uji Linieritas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kepercayaan Diri * Dukungan Sosial	Between Groups	(Combined)	876.630	27	32.468	.924	.581
		Linearity	99.568	1	99.568	2.833	.103
		Deviation from Linearity	777.062	26	29.887	.850	.660
	Within Groups		1019.300	29	35.148		
Total			1895.930	56			

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kepercayaan Diri * Penerimaan Diri	Between Groups	(Combined)	1370.730	23	59.597	3.745	.000
		Linearity	840.429	1	840.429	52.807	.000
		Deviation from Linearity	530.301	22	24.105	1.515	.137
	Within Groups		525.200	33	15.915		
Total			1895.930	56			

Lampiran 8 Uji Hipotesis

1. Uji Simultan

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	849.369	2	424.684	21.913	.000 ^b
	Residual	1046.561	54	19.381		
	Total	1895.930	56			

a. Dependent Variable: Kepercayaan Diri

b. Predictors: (Constant), Penerimaan Diri, Dukungan Sosial

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.669 ^a	.448	.428	4.40236	1.879

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

b. Dependent Variable: Kepercayaan Diri

2. Uji Parsial

a. Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	99.568	1	99.568	3.049	.086 ^b
	Residual	1796.362	55	32.661		
	Total	1895.930	56			

a. Dependent Variable: Kepercayaan Diri

b. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.229 ^a	.053	.035	5,71499

a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial

b. Pengaruh Penerimaan Diri Terhadap Kepercayaan Diri

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,666 ^a	,443	,433	4,38074

a. Predictors: (Constant), Penerimaan Diri

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	840.429	1	840.429	43.793	.000 ^b
	Residual	1055.501	55	19.191		
	Total	1895.930	56			

a. Dependent Variable: Kepercayaan Diri

b. Predictors: (Constant), Penerimaan Diri

Lampiran 9 Naskah Publikasi

PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN PENERIMAAN DIRI TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI ANGGOTA KOMUNITAS *PSYCHOWORLD*

Rezki Haris Ilhami

Yulia Sholichatun

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Email: rezkiharis08@gmail.com, sholihah.y@gmail.com

ABSTRACT

Self confidence is one of necessary components in human life. Self confidence is formed by external and internal factors. One example of the external factor is social support and the example of internal factor is self acceptance. The purpose of this research is to know the level of social support, self acceptance, and self confidence of Psychoworld member, an also to find the influence of social support and self acceptance on Psychoworld members's self confidence. This research uses a quantitative approach. Sampling used the entire of population with 57 respondents. The result of analysis process show that the level of social support is at the high category with 61,4%. Self acceptance level is also at high category with 71,9%. And self confidence level also at high category with 70,2 %. Hypothesis testing result show that there is an influence of social support and self acceptance simultaneously on self confidence of Psychoworld members. The percentage of that influence is 44,8% with 0,000 ($p < 0,05$) significance value.

Keywords: Social Support, Self Acceptance, Self Confidence

ABSTRAK

Kepercayaan diri merupakan salah satu komponen yang sangat diperlukan setiap individu. Kepercayaan diri dapat terbentuk melalui faktor eksternal dan internal. Salah satu faktor eksternal adalah dukungan sosial sedangkan faktor internal adalah penerimaan diri. Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui tingkat dukungan sosial, penerimaan diri, dan kepercayaan diri anggota komunitas *Psychoworld*, serta mengetahui pengaruh dukungan sosial dan penerimaan diri terhadap kepercayaan diri anggota komunitas *Psychoworld*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Sampel yang diambil adalah keseluruhan populasi yaitu sebanyak 57 orang. Hasil analisis menunjukkan tingkat dukungan sosial anggota komunitas *Psychoworld* berada dalam kategori tinggi dengan presentase 61%. Tingkat penerimaan diri juga berada dalam kategori tinggi dengan presentase 72%. Tingkat kepercayaan diri juga masuk dalam kategori tinggi dengan presentase 70%. Hasil uji hipotesis menunjukkan adanya pengaruh dukungan sosial dan penerimaan diri secara simultan terhadap kepercayaan diri anggota komunitas *Psychoworld* sebesar 44,8% dengan skor signifikansi 0,000 ($p < 0,05$).

Kata Kunci: Dukungan Sosial, Penerimaan Diri, Kepercayaan Diri

PENDAHULUAN

Manusia adalah makhluk sosial yang hidup secara berkelompok dan selalu membutuhkan orang lain dalam hidupnya. Manusia selalu ingin memenuhi kebutuhan hidupnya, untuk melakukan hal tersebut manusia membutuhkan peran orang lain di sekitarnya (Nur Inah, 2013). Hal ini berarti setiap manusia butuh peran orang lain untuk memenuhi kebutuhan hidup, maka sejak lahir manusia memiliki keinginan secara alamiah untuk menjadi satu dengan manusia lain di sekitarnya dan keinginan untuk menjadi satu dengan alam di sekelilingnya (Siska, 2017).

Hubungan pertemanan yang timbal balik ataupun sebuah kelompok pertemanan dapat membuat seseorang merasa tidak sendiri dan membuat usaha yang dilakukannya terasa lebih mudah. Selain itu dengan adanya kelompok juga membuat seseorang memiliki perasaan saling memiliki (Siska, 2017). Soerjono Soekamto (2006) menyebutkan kelompok sosial sebagai sekumpulan manusia yang hidup bersama dan saling berhubungan secara timbal balik dan saling mempengaruhi. Kelompok itu sendiri bisa terbentuk dari minimal 2 orang sampai puluhan atau ribuan orang (Saptono & Sugeng, 2006).

Salah satu tempat yang dijumpai adanya kelompok-kelompok adalah di dalam universitas atau kampus. Kelompok-kelompok ini mayoritas dibentuk dan beranggotakan mahasiswa. Ada beragam tujuan mahasiswa membentuk kelompok-kelompok ini, salah satunya adalah untuk belajar bersama. Ada beberapa manfaat dari adanya kelompok belajar ini adalah pengaruhnya terhadap prestasi.

Kelompok-kelompok belajar yang dibentuk oleh mahasiswa tidak selalu mempelajari materi-materi perkuliahan atau bidang akademis. Sebagian dari kelompok-kelompok tersebut justru lebih fokus mempelajari hal-hal non akademis seperti bakat dan minat. Salah satu contohnya adalah di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Terdapat banyak komunitas ataupun kelompok yang dibentuk oleh mahasiswa untuk saling membantu mengasah kemampuan diluar bidang akademis di UIN Malang. Salah satu komunitas tersebut adalah komunitas *Psychoworld* yang dibentuk oleh mahasiswa psikologi UIN Malang.

Selain belajar bersama secara rutin, satu hal yang sangat di tekankan di *Psychoworld* adalah keberanian untuk mempraktikkan ilmu yang telah dipelajari tersebut. Bentuk praktiknya bisa bermacam-macam sesuai *room* masing-masing. Sebagian *room* mempraktikkan ilmunya dengan cara mengikuti kompetisi seperti debat, menulis, atau membuat film. Sebagian *room* yang lain mempraktikkan ilmunya dengan menciptakan karya seperti menulis buku, membuat lagu, dan berwirausaha. Selain itu ada juga beberapa *room* yang mempraktikkan ilmunya dengan cara bekerjasama dengan pihak lain seperti praktek hipnosis di tempat umum, menjadi pengisi acara di suatu kegiatan, dan melakukan siaran rutin mingguan di RRI Pro 2 Malang.

Dalam proses praktik yang telah disebutkan tadi, tentunya tidak hanya dibutuhkan modal pengetahuan semata. Dalam proses praktik tersebut juga dibutuhkan adanya kepercayaan diri dari masing-masing anggota. Kepercayaan diri ini sangat diperlukan karena seringkali dalam berpraktik mereka harus banyak berinteraksi dengan orang-orang baru dan melakukan hal-hal baru yang belum pernah dilakukan sebelumnya. Dengan demikian, memiliki modal kepercayaan diri akan sangat berguna dalam proses ini.

Kepercayaan diri bagi anggota komunitas *Psychoworld* seperti aturan wajib yang tidak tertulis namun harus dimiliki oleh setiap anggota. Hal ini dikarenakan setiap anggota yang ingin berproses dengan baik akan dituntut atau bahkan dipaksa untuk mencoba hal-hal baru dengan cara praktik langsung. Tuntutan ini di sisi lain juga berfungsi sebagai cara untuk menyeleksi mana anggota yang benar-benar ingin belajar dan berproses. Proses seperti ini telah menunjukkan hasil yang cukup baik dalam meningkatkan kepercayaan diri para anggota. Salah satu bukti hasil dari proses ini adalah seringnya anggota komunitas *Psychoworld* dipilih menjadi delegasi Fakultas Psikologi

UIN Malang dalam kompetisi-kompetisi antar universitas. Hal ini menunjukkan bahwa secara umum mereka memiliki kepercayaan diri yang cukup tinggi.

Selain membangun kepercayaan diri, salah satu manfaat yang sangat dirasakan ketika berproses di *Psychoworld* adalah kuatnya dukungan yang diberikan oleh sesama anggota. Dukungan ini dirasa memberikan pengaruh yang sangat besar dalam membangun kepercayaan diri setiap anggota. Hasil dari bentuk dukungan ini sudah banyak terlihat pada anggota *Psychoworld*. Banyak dari anggota *Psychoworld* yang telah berhasil menjuarai berbagai kompetisi sebagai perwakilan kampus. Sebagian yang lain telah berhasil berkarya berupa buku dan membangun wirausaha. Bentuk dukungan yang diberikan mungkin tampak sederhana seperti ucapan selamat, kalimat motivasi, ataupun sekedar menguatkan saat belum berhasil menjuarai sebuah kompetisi. Dukungan sosial seperti itu ternyata sudah mampu membangkitkan kepercayaan diri dan mengembalikan semangat mereka.

Dukungan sosial adalah dukungan berupa rasa peduli, menghargai, dan rasa nyaman yang diberikan orang lain atau kelompok kepada seseorang (Uchino, dalam Sarafino, 2011). Dukungan sosial dapat diberikan secara emosional, bantuan langsung, maupun informasi (Taylor dkk, 2009). Dalam masa-masa sulit atau keterpurukan, dukungan sosial yang diberikan orang lain akan sangat membantu dalam meringankan tekanan psikologis yang dialami seseorang (Broman, dalam Taylor, 2009). Dukungan secara emosional dan bantuan-bantuan lainnya dari orang lain dapat memberikan pengaruh penting bagi kepercayaan diri individu (Santrock, 2012). Maka dapat dikatakan bahwa dukungan sosial menjadi salah satu faktor yang penting dalam menumbuhkan kepercayaan diri seseorang. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan Sulistyowati (2019) yang menyatakan bahwa semakin positif dukungan dari teman sebaya maka semakin tinggi kepercayaan diri.

Selain dukungan sosial yang merupakan faktor eksternal ada juga faktor internal yang turut mempengaruhi kepercayaan diri anggota komunitas *Psychoworld*. Salah satu faktor tersebut adalah kemampuan penerimaan diri. Berdasarkan kuesioner pra penelitian yang diberikan, mayoritas anggota *Psychoworld* menyatakan bahwa ketika mereka mampu menerima kekurangan dan kelebihan yang mereka miliki maka kepercayaan diri mereka akan semakin bertambah.

Penerimaan diri merupakan sikap dimana seseorang mampu menerima kondisi yang ada pada dirinya (Reber & Reber, 2010). Individu yang mampu menerima dirinya berarti telah berhasil menerima kelebihan serta kekurangan yang ada pada dirinya. Individu tersebut juga telah menemukan jati dirinya dan karakter yang ia miliki (Anderson, dalam Permatasari & Gamayanti, 2016). Selain menyadari kelebihan dan kekurangan dalam dirinya, individu yang mampu melakukan penerimaan diri juga berusaha untuk bisa hidup bahagia dengan kekurangan yang dimiliki (Ceyhan & Ceyhan, dalam Putri dkk, 2013). Sebaliknya, individu yang tidak mampu menerima dirinya dengan baik akan bergelut dalam sikap rendah diri dan merasa tidak berguna (Potocka, dalam Paramita & Margareta, 2013).

Beberapa penelitian telah dilakukan mengenai pengaruh penerimaan diri terhadap kondisi psikologis seseorang. Salah satunya penelitian yang telah dilakukan oleh Paramita & Margareta (2013) yang menyebutkan bahwa penerimaan diri dapat mempengaruhi munculnya penyesuaian diri, semakin tinggi penerimaan diri maka semakin tinggi pula penyesuaian diri seseorang. Penelitian lain juga telah dilakukan oleh Resty (2016) yang menjelaskan bahwa penerimaan diri bisa mempengaruhi harga diri seseorang, dan harga diri yang dimiliki seseorang akan membuatnya mampu lebih menghargai dirinya dan orang lain di sekitarnya.

METODE

Subjek

Populasi penelitian ini adalah anggota aktif komunitas *Psychoworld* yang berjumlah 57 orang. Teknik pengambilan sampel atau subjek dalam penelitian ini ialah teknik *total sampling*. *Total sampling* adalah teknik pengambilan sampel dimana peneliti menggunakan seluruh populasi sebagai sampel (Sugiyono, 2008).

Pengukuran

Dukungan sosial diukur menggunakan skala yang disusun oleh peneliti berdasarkan bentuk dukungan sosial yang dikemukakan Sarafino (2011) yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan kelompok.

Penerimaan diri akan diukur menggunakan skala yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek penerimaan diri menurut Sheerer (2013). Aspek yang diukur adalah perasaan sederajat, percaya pada kemampuan diri, bertanggung jawab, berorientasi keluar, berpendirian, menyadari keterbatasan diri, dan menerima sifat kemanusiaan.

Kepercayaan diri diukur menggunakan skala yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek kepercayaan diri menurut Lauster (2011) yaitu keyakinan pada kemampuan, optimis, obyektif, bertanggung jawab, dan rasional.

HASIL

Tingkat dukungan sosial di komunitas *Psychoworld* terbagi menjadi tiga kategori yaitu kategori rendah, kategori sedang, dan kategori tinggi. Sebanyak 61% atau 35 orang termasuk dalam kategori tinggi, 39% atau 22 termasuk dalam kategori sedang, dan 0% atau tidak ada yang termasuk dalam kategori rendah. Maka tingkat dukungan sosial di komunitas *Psychoworld* cenderung tinggi.

Tingkat penerimaan diri di komunitas *Psychoworld* terbagi menjadi tiga kategori yaitu kategori rendah, kategori sedang, dan kategori tinggi. Sebanyak 72% anggota atau 41 orang termasuk dalam kategori tinggi, 28% anggota atau 16 orang termasuk dalam kategori rendah, dan 0% atau tidak ada yang termasuk dalam kategori rendah. Maka tingkat penerimaan diri anggota komunitas *Psychoworld* cenderung tinggi.

Tingkat kepercayaan diri di komunitas *Psychoworld* terbagi menjadi tiga kategori yaitu kategori rendah, kategori sedang, dan kategori tinggi. Sebanyak 70% anggota atau 40 orang termasuk dalam kategori tinggi, 30% anggota atau 17 orang termasuk dalam kategori sedang, dan 0% atau tidak ada yang termasuk dalam kategori rendah. Maka tingkat kepercayaan diri anggota komunitas *Psychoworld* cenderung tinggi.

Terdapat pengaruh dukungan sosial dan penerimaan diri secara simultan terhadap kepercayaan diri pada anggota komunitas *Psychoworld* dengan presentase pengaruh sebesar 44,8%. Artinya dukungan sosial dan penerimaan diri yang dilakukan secara bersamaan dapat meningkatkan kepercayaan diri.

PEMBAHASAN

Variabel dukungan sosial yang digunakan dalam penelitian ini memiliki 5 bentuk yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan kelompok. Berdasarkan analisis yang telah dilakukan didapatkan bahwa bentuk dukungan sosial yang paling dominan adalah dukungan penghargaan dengan persentase sebesar 27% dan dukungan emosional dengan persentase sebesar 25%. Hasil ini menunjukkan bahwa dalam memberikan dukungan sosial kepada seseorang, hal yang paling diutamakan adalah membuat orang tersebut merasa dihargai dan membuat kondisi emosionalnya menjadi stabil kembali. Dari hasil ini pula dapat dikatakan bahwa dukungan secara psikis dapat memberikan dampak yang lebih besar dibandingkan dukungan secara teknis seperti dukungan instrumental dan dukungan

informasi. Meski demikian dukungan secara teknis tetap diperlukan, tetapi akan lebih baik jika dukungan secara psikis diberikan terlebih dahulu.

Kelima bentuk dukungan sosial di atas merupakan teori yang dikemukakan oleh Sarafino (2011). Kelima bentuk dukungan tersebut dapat diberikan secara terpisah maupun bersamaan. Dukungan sosial yang terbentuk di dalam komunitas *Psychoworld* bisa dikatakan telah mencakup kelima bentuk dukungan tersebut. Dukungan emosional memberikan manfaat berupa perasaan nyaman dan menenangkan, dukungan ini biasanya diberikan saat seseorang mengalami keterpurukan atau peristiwa yang menyebabkan kondisi emosional yang buruk. Dukungan penghargaan dapat memberi dampak berupa perasaan dihargai bagi si penerima dukungan. Dukungan penghargaan biasanya diberikan untuk menghargai usaha seseorang dalam mencapai suatu tujuan. Dukungan penghargaan meyakinkan dapat orang tersebut bahwa usahanya tidaklah sia-sia entah bagaimanapun hasilnya. Dukungan instrumental adalah dukungan langsung dalam bentuk fisik. Dukungan instrumental bisa sangat membantu pada saat-saat mendesak karena dapat manfaatnya terasa saat itu juga. Bentuk dukungan instrumental bisa sangat beragam sesuai dengan kebutuhan dan kondisi orang yang menerima dukungan. Bentuk dukungan instrumental bisa seperti pinjaman uang, pertolongan di tempat, dll. Dukungan instrumental biasanya dilakukan di kehidupan sehari-hari seperti tolong-menolong saat mengadakan kegiatan. Dukungan informasi akan berguna untuk saling memberi informasi mengenai kebutuhan atau hal-hal yang bisa membantu si penerima dukungan dalam mengatasi masalahnya. Dukungan informasi biasanya diberikan lewat sosial media karena bisa menjangkau lebih banyak orang. Yang terakhir yaitu dukungan kelompok, merupakan dukungan berupa penerimaan di dalam kelompok. Dukungan kelompok dapat membuat si penerima dukungan merasa bahwa keberadaannya di dalam suatu kelompok telah diterima dan dihargai oleh anggota kelompok yang lain. Hal tersebut dapat membuat si penerima dukungan menjadi lebih percaya diri dalam berkreasi dan berproses di dalam kelompok tersebut.

Dukungan sosial di dalam komunitas *Psychoworld* cukup tinggi karena hampir semua kegiatannya dilakukan secara berkelompok. Selain itu di dalam komunitas sendiri memiliki budaya untuk saling memberi dukungan dan memberi apresiasi terhadap siapapun anggota yang telah berani mengaktualisasikan diri sekecil apapun bentuknya. Dari budaya tersebut akhirnya membuat setiap anggota merasa dihargai dan lebih percaya diri untuk berusaha dengan lebih keras lagi di masa yang akan datang.

Dari penelitian ini didapatkan hasil bahwa kemampuan penerimaan diri anggota komunitas *Psychoworld* berada dalam tingkat yang tinggi. Hal ini ditunjukkan dengan persentase sebesar 72% atau 41 orang yang termasuk dalam kategori tinggi, 28% atau 16 orang termasuk dalam kategori sedang, dan 0% atau tidak ada yang termasuk dalam kategori rendah. Kemampuan penerimaan diri yang baik para anggota *Psychoworld* tentunya sangat bermanfaat bagi mereka dalam berproses di dalam komunitas tersebut. Namun masih ada beberapa anggota yang masih berada pada tingkat sedang dalam penerimaan diri. Hal ini berarti mereka masih memerlukan bantuan supaya bisa melakukan penerimaan diri dengan lebih baik.

Individu yang memiliki penerimaan diri yang baik juga mampu menghadapi situasi sulit dengan lebih baik. Zielger (dalam Sari, 2002) menyebutkan bahwa seseorang yang memiliki penerimaan diri yang baik mempunyai toleransi yang lebih baik terhadap hal-hal yang tidak menyenangkan dalam hidupnya. Ia juga mampu menoleransi dengan lebih baik kekurangan dalam dirinya tanpa harus merasa marah atau sedih. Begitu banyaknya manfaat dari penerimaan diri.

Di dalam komunitas *Psychoworld* selalu diajarkan untuk berani mengakui kelemahan dan kesalahan. Tujuannya adalah untuk mengetahui mana yang harus ditingkatkan dan mana yang harus diperbaiki untuk proses kedepannya. Dengan adanya penanaman nilai tersebut maka para anggota mau tidak mau harus bisa memahami dengan baik kelebihan dan kekurangan yang dimiliki. Dengan pemahaman tersebut maka

setiap anggota didorong untuk bisa melakukan penerimaan diri dengan baik, yang tujuannya adalah untuk kebaikan masing-masing anggota itu sendiri.

Kepercayaan diri adalah keyakinan dalam diri seseorang mengenai potensi dan kelebihan yang dimiliki sehingga membuatnya menjadi pribadi yang optimis, bersikap positif, dan pantang menyerah. Berdasarkan hasil analisis penelitian terhadap 57 anggota komunitas *Psychoworld* didapatkan hasil bahwa anggota komunitas *Psychoworld* yang memiliki kepercayaan diri tinggi sebanyak 70% atau 40 orang. Sedangkan anggota yang memiliki kepercayaan diri sedang sebanyak 30% atau 17 orang, dan 0% atau tidak ada yang termasuk dalam kategori rendah. Maka secara keseluruhan mayoritas anggota komunitas *Psychoworld* memiliki kepercayaan diri yang tinggi.

Kepercayaan diri yang tinggi dipengaruhi oleh banyak faktor. Secara garis besar faktor-faktor tersebut terbagi menjadi faktor internal dan faktor eksternal (Nurlis, 2008). Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar dirinya, faktor eksternal bisa biasanya berasal dari orang-orang sekitar seperti keluarga, teman sebaya, dan lingkungan sosial. Salah satu faktor eksternal yang bisa membentuk kepercayaan diri adalah dukungan sosial. Sedangkan faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri, faktor internal terbentuk dari pola pikir individu tersebut. Setiap kali individu mengalami suatu hal atau bertemu dengan seseorang tentunya akan memunculkan respon dari individu tersebut. Respon-respon tersebut lambat laun akan membentuk pola pikir individu tersebut. Jika ia memiliki pola pikir positif maka ia cenderung memiliki kepercayaan diri tinggi, sedangkan pola pikir negatif akan membentuk kepercayaan diri yang rendah. Salah satu bentuk faktor internal yang mempengaruhi kepercayaan diri adalah penerimaan diri.

Kepercayaan diri adalah prinsip dasar yang dibangun dalam komunitas *Psychoworld*. Dalam setiap kegiatan yang dilakukan, semua anggota selalu didorong untuk yakin dan percaya diri menunjukkan kemampuannya. Hal tersebut terus dilakukan berulang-ulang sehingga seiring berjalannya waktu kepercayaan diri mereka mulai tumbuh dan semakin besar. Telah banyak anggota yang pada awalnya masih sangat minim kemampuannya di bidang tertentu, namun dengan modal kepercayaan diri untuk berani mencoba dan terus belajar pada akhirnya menjadikan mereka memiliki kemampuan yang cukup baik di bidangnya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di atas, dapat dikatakan bahwa tingkat dukungan sosial, penerimaan diri, dan kepercayaan diri di dalam komunitas *Psychoworld* cenderung tinggi. Kemudian ditemukan adanya pengaruh dukungan sosial dan penerimaan diri terhadap kepercayaan diri anggota komunitas *Psychoworld*.

DAFTAR PUSTAKA

- Anshori, M. (2009). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Surabaya: Pusat Penerbitan dan Percetakan Unair (AUP).
- Arthur S. Reber, E. S. (2010). *Kamus Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Arthur S. Reber, R. (2010). *Kamus Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Asri, A. (2012). Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Perilaku Konsumtif Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Babelan. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi Vol.1 No.1*, 197-202.
- Augustia, U. A. (2016). Studi Kasus tentang Gambaran Pengembangan Kepercayaan Diri Pada Anak Tunarungu. *Jurnal Empati Vol.5(1)*, 74-77.
- Azwar, S. (1997). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Balke, E. (2003). *Know Yourself*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Devi, C. P. (2016). *Pengaruh Persepsi Dukungan Sosial Keluarga dan Lingkungan Sekolah Pada Motivasi Berprestasi Siswa SMA di Yogyakarta*. Yogyakarta: Skripsi: Universitas Sanata Dharma Fakultas Psikologi .

- Dina, Y. S. (2010). *Hubungan Antara Penerimaan Diri dengan Kompetensi Interpersonal Pada Remaja Panti Asuhan*. Surakarta: Skripsi: Universitas Muhammadiyah Surakarta Fakultas Psikologi.
- Evitasari, I. A. (2015). Proses Penerimaan Diri Remaja Tunarungu Berprestasi. *Jurnal Psikologi Udayana*, 138-150.
- Fani Kumalasari, L. N. (2012). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja di Panti Asuhan. *Jurnal Psikologi Pitutur Vol.1 No.1*, 21-33.
- Fauziyah, R. N. (2014). Perilaku Knowledge Sharing Multi Bahasa Pada Komunitas Fakta Bahasa. *Jurnal Kajian Informasi & Perpustakaan*, 87-102.
- Fazria, N. S. (2016). Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Harga Diri Pada Remaja Tunarungu. *Jurnal Ilmiah Psikologi Vol.9 No.1*.
- Febriani, I. (2018). Penerimaan Diri Pada Remaja Penyandang Tuna Daksa. *PSIKOBORNEO Vol.6 No.1*, 224-233.
- Hakim, T. (2002). *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Purwa Swara.
- Handayani, E. S. (2017). Peningkatan Pemahaman Dongeng Anak Tunarungu Melalui Simulation Based Learning. *IJDS Vol.4 No.1*, 9-15.
- Hapasari, A. (2014). Kepercayaan Diri Mahasiswi Papua Ditinjau Dari Dukungan Teman Sebaya. *Psikodimensia Vol. 13 No.1*, 60-72.
- Hapsari, K. (2019). Hubungan Antara Efektifitas Belajar Kelompok Dengan Indeks Prestasi Mahasiswa Semester 6 Fakultas Kedokteran Universitas Hang Tuah Surabaya Tahun Ajaran 2017/2018. *Medical and Health Science Journal Vol.3 No.2*, 18-24.
- Hasan, S. A. (2014). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Penyesuaian Diri Siswa Tunarungu di Sekolah Inklusi. *Psikologi Pendidikan dan Perkembangan Vol.2 No.2*.
- Herminingsih, Y. K. (2013). Hubungan Penerimaan Diri Dengan Penalaran Moral Pada Penghuni Lembaga Permasalahankatan Anak di Blitar. *Jurnal Psikologi Tabularasa Vol.8 No.2*, 717-723.
- Holden, R. (2007). *Success Intelligence*. Bandung: Mizan.
- Irwin G. Sarason, B. R. (1985). *Social Support : Theory, Research and Application*. Dordrecht: Martinus Nijhoff Publishers.
- Jarmitia, S. (2016). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kepercayaan Diri Pada Penyandang Disabilitas Fisik di SLB Kota Banda Aceh. *Jurnal Psikoislamedia Vol.1 No.1*.
- Kuang, M. (2010). *Amazing Life*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Lestari, D. S. (2016). Penyesuaian Sosial Pada Mahasiswa Tuli. *Journal of Disability Studies*, 103-134.
- M. Nur Gufron, R. R. (2011). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Malang, B. K. (2019, November 13). *Jumlah Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial (PMKS) Menurut Jenis Kelamin di Kota Malang Tahun 2016*. Diambil kembali dari Badan Pusat Statistik Kota Malang: <https://malangkota.bps.go.id>
- Malang, B. P. (2013). *Malang Dalam Angka 2013*. Malang: Badan Pusat Statistik.
- Mastuti, I. (2008). *50 Kiat Percaya Diri*. Jakarta: Hi-Fest Publishing.
- Mustafa. (2011). Perilaku Manusia dalam Perspektif Psikologi Sosial. *Jurnal Administrasi Bisnis Vol. 7 No. 2*, 143-156.
- Nur Inah, E. (2013). Peranan Komunikasi Dalam Pendidikan. *Jurnal Al-Ta'dib Vol. 6 No. 1*, 176-188.
- Nurbayani, S. (2017). Menumbuhkan Kreativitas Anak Tunarungu Dalam Kegiatan Pengembangan Diri Seni Tari di SLB Negeri 2 Padang. *E-Jurnal Sendratasik*, 18-27.
- Nurlis. (2008). *Pengaruh Latihan Membangun Kepercayaan Diri Terhadap Rasa Percaya Diri Remaja di Kelurahan Sindang Barang Kota Bogor*. Jakarta: Thesis : Universitas Indonesia.

- Pangestianto, B. (2018). *Hubungan Kepercayaan Diri dengan Adversity Quotient Karyawan (pada Frontliner BRI Tulungagung)*. Malang: Skripsi: Universitas Muhammadiyah Malang Fakultas Psikologi.
- Paramita, R. (2013). Pengaruh Penerimaan Diri Terhadap Penyesuaian Diri Penderita Lupus. *Jurnal Psikologi Undip Vol.12 No.1*, 92-99.
- Petranto, I. (2005). *Menyelamatkan Perkawinan Seorang Diri*. Depok: PT Kawan Pustaka.
- Prihadhi, E. K. (2008). *My Potency*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Putri, G. G. (2013). Perbedaan Self Acceptence (Penerimaan Diri) Pada Anak Panti Asuhan Ditinjau Dari Segi Usia. *Proceeding PESAT (Psikologi, Ekonomi, Sastra, Arsitektur & Teknik Sipil) Vol.5*, 11-16.
- Resty, G. T. (2016). Pengaruh Penerimaan Diri Terhadap Harga Diri Remaja di Panti Asuhan Yatim Putri Aisyayah Yogyakarta. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol.1*, 1-12.
- Robert A. Baron, D. B. (2003). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence*. Jakarta: Erlangga.
- Sarafino, E. P. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Shelley E. Taylor, L. A. (2009). *Psikologi Sosial*. Jakarta: KENCANA.
- Sirait, A. H. (2016). Kehidupan Penyandang Tunarungu. *Jurnal Humanis Fakultas Ilmu Budaya UNUD Vol.17.1*, 1-6.
- Siregar. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Kencana.
- Siska, M. (2017). Latar Belakang Pembentukan Kelompok Sosial Mahasiswa Pendatang. *Jom FISIP Volume 4 NO. 2* , 1-15.
- Sulistiyowati. (2019). Hubungan Antara Dukungan Teman Sebaya Dengan Kepercayaan Diri Pada Pemain Futsal Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati Vol. 8 No. 1*, 21-26.
- Taylor, S. E. (2006). *Health Psychology*. New York: McGrawHill Companies.
- Timur, B. P. (2019, November 12). *Presentase Penyandang Disabilitas menurut Jenis Gangguan yang Dialami, Tahun 2012*. Diambil kembali dari BADAN PUSAT STATISTIK PROVINSI JAWA TIMUR: <https://jatim.bps.go.id>
- Uqshari, Y. A. (2005). *Percaya Diri Pasti*. Jakarta: Gramedia.
- Vera Permatasari, W. G. (2016). Gambaran Penerimaan Diri (Self Acceptence) pada Orang yang Mengalami Skizofrenia. *Psychathic, Jurnal Ilmiah Psikologi Vol.3 No.1*, 139-152.
- Winata, P. P. (2017). *Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kepercayaan Diri Remaja*. Seminar Konseling FIP UNP 2017.