

Peran Penerimaan Diri dalam Meningkatkan Kebahagiaan Remaja Jalanan

Eurika Agustina Maharani

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Tatik Meiyuntariningsih

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Akta Ririn Aristawati

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

E-mail: eurikagustina@gmail.com

Abstract

This study aims to analyze the relationship between self-acceptance and happiness in street adolescents. The approach used in this study is a quantitative approach. The study sample consisted of adolescents between the ages of 12 and 18 years. Data collection was carried out using the Likert scale which includes a scale of self-acceptance and happiness. To analyze the data, the Product Moment correlation method is used. The results of the analysis showed a correlation coefficient (r) of 0.995 with a significance value of $p = 0.001$ which was smaller than 0.005. These findings indicate a significant positive relationship between self-acceptance and happiness in street adolescents. Thus, the hypothesis proposed in this study is acceptable.

Keywords: *Happiness, self-acceptance, street youth*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara penerimaan diri dan kebahagiaan pada remaja jalanan. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Sampel penelitian terdiri dari remaja berusia antara 12 hingga 18 tahun. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala Likert yang meliputi skala penerimaan diri dan kebahagiaan. Untuk menganalisis data, digunakan metode korelasi Product Moment. Hasil analisis menunjukkan koefisien korelasi (r) sebesar 0,995 dengan nilai signifikansi $p = 0,001$ yang lebih kecil dari 0,005. Temuan ini mengindikasikan adanya hubungan positif yang signifikan antara penerimaan diri dan kebahagiaan pada remaja jalanan. Dengan demikian, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima.

Kata kunci: *Kebahagiaan, penerimaan diri, remaja jalanan*

Pendahuluan

Lembaga pendidikan, baik formal maupun informal, memainkan peran penting dalam mendukung pengembangan karakter yang baik. Pendidikan merupakan aspek krusial dalam melahirkan generasi cerdas dan bertanggung jawab. Namun, tidak semua anak mempunyai kesempatan yang sama untuk memperoleh pendidikan yang layak. Salah satu kelompok yang sering diabaikan adalah anak jalanan, yang hidup dalam kondisi terpinggirkan dan sering kali berjuang untuk bertahan hidup. Anak-anaklah yang seharusnya diberi lebih banyak perhatian dalam hal akses pendidikan dan jaminan sosial.

Anak jalanan sering mengalami kondisi yang sangat berbeda dengan anak-anak normal. Mereka sering terjebak dalam situasi kehidupan yang tidak stabil dan memiliki akses terbatas terhadap pendidikan, dukungan keluarga, dan kesejahteraan sosial. Data menunjukkan bahwa jumlah anak jalanan di Indonesia meningkat secara signifikan dari tahun ke tahun. Ini menunjukkan betapa pentingnya memberi mereka kesempatan yang sama untuk mendapatkan pendidikan dan kehidupan yang bahagia. Penelitian UNICEF (2020) menunjukkan bahwa anak jalanan sering merasa tidak diterima oleh masyarakat dan kehilangan harapan akan masa depan mereka, meskipun mereka terus berjuang untuk bertahan hidup.

Selama masa remaja, orang mengalami fase transisi yang penuh dengan perubahan fisik, emosional, dan sosial. Remaja yang hidup di jalanan sering kali menghadapi masalah yang lebih besar, seperti ketidakstabilan emosional, perasaan terasing, dan tekanan untuk bertahan hidup yang tidak lazim bagi remaja seusianya. Hurlock (1981) mencatat bahwa masa remaja merupakan fase penting dalam pencarian identitas diri sendiri. Namun, pencarian ini sering kali menjadi sulit bagi pemuda jalanan karena kenyataan hidup yang keras.

Kebahagiaan merupakan salah satu aspek terpenting yang seharusnya dapat dirasakan oleh setiap orang, termasuk pemuda jalanan. Namun, karena berbagai tekanan yang mereka hadapi, mereka sering merasa sulit untuk bahagia. Seligman (2005) mendefinisikan kebahagiaan sebagai emosi positif yang terkait dengan kemampuan seseorang untuk mengalami hal-hal yang menyenangkan tanpa paksaan. Namun, anak muda jalanan sering kali tidak bahagia karena adanya pembatasan dalam kehidupan sehari-hari mereka.

Penerimaan diri merupakan faktor penting bagi kebahagiaan remaja jalanan. Ryff (1989) menjelaskan bahwa penerimaan diri adalah sikap positif terhadap diri sendiri yang mencakup pengakuan terhadap kekuatan dan kelemahan seseorang. Anak jalanan yang dapat menerima dirinya sendiri memiliki peluang lebih besar untuk mengendalikan emosinya dan beradaptasi dengan kondisi sosial yang ada. Sebaliknya, remaja yang tidak menerima dirinya sendiri lebih mungkin mengalami ketidakpuasan dan kesulitan dalam berinteraksi dengan orang lain, yang dapat memperburuk kondisi mentalnya.

Penelitian sebelumnya tentang penerimaan diri dan kebahagiaan di kalangan remaja jalanan telah menunjukkan bahwa ada kesenjangan yang signifikan dalam pemahaman kita tentang bagaimana kedua faktor ini saling berhubungan dalam

konteks kehidupan mereka. Sebagian besar penelitian yang ada menekankan pada faktor eksternal yang memengaruhi kesejahteraan pemuda jalanan, seperti faktor sosial dan ekonomi, tanpa mempertimbangkan dimensi psikologis, seperti penerimaan diri yang lebih besar. Misalnya penelitian Sudarsono dan Anwar (2018) lebih fokus pada permasalahan kemiskinan dan dampaknya terhadap kesejahteraan sosial anak jalanan, sedangkan penelitian Subaer (2017) lebih menekankan pada aspek intervensi sosial untuk mengurangi angka kemiskinan. anak jalanan, tanpa memperhitungkan dimensi psikologis yang terkait dengan kebahagiaan pribadi.

Para peneliti bertujuan untuk mengisi kesenjangan ini dengan menggali lebih dalam hubungan antara penerimaan diri dan kebahagiaan di kalangan pemuda jalanan dan meneliti bagaimana faktor-faktor ini memengaruhi adaptasi mereka terhadap kehidupan yang sulit. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menyelidiki lebih rinci bagaimana penerimaan diri berkontribusi pada kebahagiaan, karena faktor internal ini memainkan peran penting dalam pengembangan kesejahteraan psikologis. Oleh karena itu, penelitian ini dapat memberikan sumbangan yang berarti bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya bidang psikologi sosial dan kesejahteraan anak jalanan.

Diharapkan bahwa hasil penelitian ini tidak hanya memberikan wawasan baru dalam memahami kebahagiaan pemuda jalanan, tetapi juga dapat menjadi dasar untuk mengembangkan program intervensi yang lebih efektif untuk membantu mereka mencapai kesejahteraan yang lebih baik di masa mendatang.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk menganalisis hubungan antara penerimaan diri dengan kebahagiaan pada remaja di komunitas Save Street Child Sidoarjo. Populasi penelitian hanya terdiri atas anggota masyarakat yang masih muda. Peserta dipilih secara *purposive sampling* dengan kriteria inklusi sebagai berikut: remaja berusia 12 sampai dengan 18 tahun yang aktif berpartisipasi dalam kegiatan masyarakat, bersedia menjadi responden, dan mampu membaca serta memahami instrumen penelitian. Jumlah total peserta yang terlibat adalah 65 orang. Data dikumpulkan menggunakan dua skala psikologi, yaitu Skala Penerimaan Diri (Hurlock 2002) dan Skala Kebahagiaan (Seligman 2013), yang diuji validitas dan reliabilitasnya untuk memastikan keakuratan pengukuran. Kuesioner disebarakan menggunakan Google Form dan dikirimkan kepada pendiri komunitas Save Street Child Sidoarjo. Yang terakhir kemudian mendistribusikannya kepada anggota komunitas yang memenuhi kriteria. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan metode korelasi Pearson untuk mengetahui hubungan antara variabel penerimaan diri dan kebahagiaan. Sebelum analisis, uji normalitas dan linearitas dilakukan untuk memastikan bahwa data memenuhi persyaratan untuk analisis parametrik. Proses penelitian diawali dengan persetujuan pihak komunitas Save Street Child Sidoarjo, dilanjutkan dengan pemberian pengarahan kepada pendiri komunitas mengenai tujuan, manfaat dan tata cara penelitian. Kuesioner kemudian disebarakan melalui Google Form dan data yang terkumpul dianalisis sesuai dengan prosedur yang dimaksudkan. Hasil penelitian kemudian ditafsirkan untuk menjawab

tujuan penelitian. Metode ini disusun untuk memudahkan replikasi atau verifikasi oleh peneliti lain.

Penelitian ini menggunakan dukungan program SPSS 29.0.1 *for Windows*. Dalam penelitian ini dilakukan uji asumsi yaitu uji normalitas dan linearitas.

Model analisis data yang ideal adalah model yang datanya terdistribusi normal atau hampir normal, sehingga memenuhi persyaratan untuk pengujian statistik. Dalam penelitian ini, uji normalitas data dilakukan dengan uji Shapiro-Wilk karena jumlah responden kurang dari 100.

Hasil

Survei berlangsung selama lima hari, dari tanggal 9 hingga 13 Desember 2024. Sebanyak 65 orang mengikuti survei ini. Fokus penelitian ini adalah untuk menguji hubungan antara kebahagiaan dan penerimaan diri. Pengumpulan data dilakukan secara daring dengan menyebarkan tautan formulir Google kepada pendiri Save Street Child Sidoarjo, yang kemudian menyebarkan tautan tersebut kepada responden melalui kode batang. Partisipan penelitian ini adalah remaja berusia 12 sampai dengan 18 tahun yang tergabung dalam komunitas Save Street Child Sidoarjo.

Tabel 1. Rekapitulasi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

	Kategori	Jumlah	Presentase
Jenis Kelamin	Perempuan	35	53,8%
	Laki – Laki	30	46,2%
Total		65	100%

Dari tabel di atas, jumlah partisipan penelitian perempuan sebanyak 35 responden (53,8%), sedangkan jumlah partisipan laki-laki sebanyak 30 responden (46,2%). Berdasarkan hasil ini, dapat disimpulkan bahwa remaja perempuan lebih dominan berpartisipasi dalam penelitian ini daripada remaja laki-laki.

Tabel 2. Rekapitulasi Responden berdasarkan Umur

Kategori Umur	Jumlah	Presentase
12 Tahun	4	6,2%
13 Tahun	5	7,7%
14 Tahun	11	16,9%
15 Tahun	6	9,2%
16 Tahun	8	12,3%
17 Tahun	8	12,3%
18 Tahun	23	35,4%
Total	65	100%

Tabel di atas menunjukkan distribusi peserta penelitian berdasarkan usia. Data menunjukkan bahwa remaja usia 12 tahun sebanyak 4 orang (6,2%), remaja usia 13

tahun sebanyak 5 orang (7,7%), remaja usia 14 tahun sebanyak 11 orang (16,9%), dan remaja usia 15 tahun sebanyak 6 orang (9,2%).), 8 remaja berusia 16 tahun (12,3%), 8 remaja berusia 17 tahun (12,3%) dan 24 remaja berusia 18 tahun (35,4%). Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa remaja usia 18 tahun merupakan kelompok usia paling dominan dalam penelitian ini..

Tabel 3. Uji Normalitas

Variabel	Sig	Keterangan
Kebahagiaan	0,063	Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan uji Shapiro-Wilk, variabel kebahagiaan memiliki nilai Sig sebesar 0,063. Karena nilai ini melebihi 0,05, maka data dapat dikategorikan berdistribusi normal.

Uji linearitas merupakan salah satu prasyarat untuk mengetahui apakah data menunjukkan pola linear atau tidak. Pengujian ini harus dilakukan dalam analisis regresi linier karena data yang digunakan harus menunjukkan pola hubungan linier. peneliti menggunakan perangkat lunak SPSS versi 29.0.1 untuk Windows, dengan kriteria keputusan berdasarkan nilai signifikansi.

Tabel 4. Hasil Uji Linieritas

Variabel	F	Sig	Keterangan
Kebahagiaan, Penerimaan Diri	0,442	0,957	Linier

Berdasarkan hasil uji normalitas dengan menggunakan uji linearitas menggunakan program IBM SPSS 29.0.1 diperoleh $F = 0,042$ dan $Sig = 0,957$ untuk variabel kebahagiaan dan penerimaan diri. Nilai ini lebih besar dari 0,05, jadi kita dapat mengatakan bahwa datanya linear.

Penelitian ini memenuhi persyaratan analisis statistik berdasarkan hasil uji normalitas dan linearitas. Untuk itu penulis menggunakan teknik analisis statistik parametrik Product Moment dengan menggunakan aplikasi IBM SPSS Statistics 29.0.0. Tujuan analisis ini adalah untuk menguji hubungan antara penerimaan diri sebagai variabel independen dan kebahagiaan sebagai variabel dependen. Kriteria signifikansi ditentukan oleh nilai p , di mana $p < 0,05$ menunjukkan hubungan yang signifikan antara kedua variabel.

Tabel 5. Uji Korelasi

		Kebahagiaan	Penerimaan Diri
Kebahagiaan	<i>Pearson Correlation</i>	1	0,995
	<i>Sig. (2-tailed)</i>		0,001
Penerimaan Diri	<i>N</i>		65
	<i>Pearson Correlation</i>	0,995	1
	<i>Sig. (2-tailed)</i>	0,001	
	<i>N</i>	65	

Apabila nilai signifikansi berdasarkan hasil uji korelasi product moment adalah $p < 0,05$ maka terdapat hubungan yang signifikan antar variabel yang diuji. Di sisi lain, jika $p > 0,05$, maka tidak ada hubungan yang signifikan. Berdasarkan tabel hasil analisis diperoleh nilai korelasi sebesar 0,995 dengan signifikansi $p = 0,001$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kebahagiaan dengan penerimaan diri pada remaja Save Street Child Sidoarjo. Korelasi positif ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat penerimaan diri remaja, semakin bahagia mereka.

Pembahasan

Fokus penelitian ini adalah untuk menguji hubungan antara penerimaan diri dengan kebahagiaan pada remaja di komunitas Save Street Child Sidoarjo. Partisipan dalam penelitian ini adalah remaja berusia 12 hingga 18 tahun yang merupakan anggota masyarakat. Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji korelasi product moment diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,995 dengan signifikansi $p = 0,001$. Hasil ini menunjukkan hubungan positif yang signifikan antara penerimaan diri dan kebahagiaan. Penemuan ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima.

Studi ini menemukan bahwa penerimaan diri memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan kebahagiaan pada remaja. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi penerimaan diri, semakin besar pula kebahagiaan yang dirasakan. Menurut Ryff (1989), penerimaan diri merupakan elemen penting dari kesejahteraan psikologis seseorang. Hal ini memungkinkan individu memiliki sikap positif terhadap dirinya sendiri, termasuk penerimaan terhadap kekuatan dan kelemahannya tanpa menyalahkan diri sendiri. Hal ini sesuai dengan penelitian terdahulu seperti penelitian yang dilakukan oleh Harista Umamil Khoiriyah (2018) dan Nurlia Muslimah (2010) yang juga menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara penerimaan diri dengan kebahagiaan, khususnya pada orang dengan latar belakang sosial yang sulit.

Penerimaan diri memiliki dampak besar pada kesejahteraan emosional seseorang, terutama saat menghadapi tantangan hidup. Menurut Rogers (2013), penerimaan diri melibatkan kemampuan seseorang untuk menerima kondisi dirinya secara realistis dan subjektif. Dalam konteks komunitas Save Street Child Sidoarjo, remaja dengan penerimaan diri yang baik cenderung lebih mampu mengatasi emosi negatif seperti kecemasan dan stres, yang sering kali muncul akibat stigma sosial dan keterbatasan ekonomi. Dukungan dari masyarakat, misalnya dalam bentuk pelatihan keterampilan dan kegiatan pendidikan, juga berkontribusi terhadap penerimaan diri yang lebih besar.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa penerimaan diri dapat membantu remaja membangun hubungan sosial yang positif, yang merupakan salah satu elemen model PERMA (*Positive Emotion, Engagement, Relationship, Meaning, Accomplishment*) milik Seligman (2013). Penerimaan diri yang baik memungkinkan remaja mengalami emosi positif, berpartisipasi penuh dalam kegiatan, dan memiliki rasa pencapaian yang lebih besar. Selain itu, remaja yang menerima dirinya sendiri

cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih besar, yang pada gilirannya meningkatkan kebahagiaan mereka secara keseluruhan. Oleh karena itu, penerimaan diri dapat menjadi solusi untuk meningkatkan kebahagiaan remaja di komunitas Save Street Child Sidoarjo. Program intervensi untuk memperkuat penerimaan diri, seperti konseling psikologis, pelatihan pengelolaan emosi, dan kegiatan pengembangan keterampilan, dapat menjadi strategi yang efektif untuk meningkatkan kesejahteraan dan kepuasan psikologis kaum muda di komunitas ini.

Kesimpulan

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara variabel penerimaan diri dengan kebahagiaan pada remaja komunitas Save Street Child Sidoarjo. Populasi yang menjadi bagian sampel penelitian ini terdiri dari remaja berusia 12 hingga 18 tahun yang merupakan anggota masyarakat. Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji korelasi produk-momen, ditemukan hubungan positif yang signifikan antara penerimaan diri dengan kebahagiaan. Hasil-hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat penerimaan diri remaja, semakin bahagia mereka. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara variabel penerimaan diri dengan kebahagiaan pada remaja Save Street Child Sidoarjo.

Referensi

- Feist, J., & Feist, G. J. (2017). *Teori kepribadian*. Jilid 2, 2012
- Hurlock, E. B. (2004). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (Edisi Kelima, Terjemahan Instiwidayanti dan Soedjarwo). Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, E. B. (2006). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, E. B. (2017). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang hidup*. Erlangga.
- Nurlia Muslimah. (2010). *Hubungan antara penerimaan diri dengan kebahagiaan anak jalanan*.
- Ryff, C. D. (1989). *Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57 (6). <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Seligman, M. (2005). *Menciptakan kebahagiaan dengan psikologi positif* (authentic happiness). Bandung: PT Mizan Pustaka.
- Seligman, M. (2013). *Beyond authentic happiness: Menciptakan kebahagiaan sempurna dengan psikologi positif*. Bandung: Kaifa.
- Sugiyono. (2005). *Memahami penelitian kualitatif*. Bandung: CV Alfabeta.
- Sugiyono. (2014). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sukadji, S. (2000). *Psikologi pendidikan dan psikologi sekolah*. Jakarta: Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran dan Pendidikan Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.