

## **Penerimaan diri remaja pengguna media sosial: Menelisik peran kebersyukuran**

**Agatha Adinda Lovita Permadi<sup>1</sup>**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45 Surabaya

**Mamang Efendy<sup>2</sup>**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45 Surabaya

**Karolin Rista<sup>3</sup>**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45 Surabaya

E-mail: [agathaalovita@gmail.com](mailto:agathaalovita@gmail.com)

### **Abstract**

*The purpose of this study was to determine whether there is a relationship between gratitude and self-acceptance in adolescent social media users in the Banyu Urip Kidul area of Surabaya. The method used in this study is quantitative research. The population in this study is adolescent social media users aged 14 to 20 years and domiciled in Banyu Urip Kidul Surabaya. Participants in this study amounted to 115 adolescents obtained using purposive sampling techniques and determined using the GPower application as the number of participants. The data collection instrument uses Likert scale, namely gratitude scale and self-acceptance scale. The data analysis used in this study was using the Pearson Product Moment correlation technique. The results of the correlation analysis between gratitude and self-acceptance showed that there was no significant relationship between self-acceptance and gratitude in adolescent social media users. It can be concluded that the hypothesis proposed in this study was rejected.*

**Keywords:** gratitude, self-acceptance, adolescent, social media

### **Abstrak**

*Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kebersyukuran dan penerimaan diri pada remaja pengguna media sosial di daerah Banyu Urip Kidul Surabaya. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini yaitu remaja pengguna media sosial yang berusia 14 hingga 20 tahun dan berdomisili di banyu Urip Kidul Surabaya. Partisipan dalam penelitian ini yaitu berjumlah 115 remaja yang diperoleh menggunakan teknik purposive sampling dan ditentukan menggunakan aplikasi GPower sebagai jumlah partisipan. Instrumen pengumpulan data menggunakan skala likert yaitu skala kebersyukuran dan skala penerimaan diri. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan Teknik korelasi Pearson Product Moment. Hasil analisis korelasi antara kebersyukuran dan penerimaan diri menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara penerimaan diri dan kebersyukuran pada remaja pengguna media sosial. Dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini ditolak.*

**Kata kunci:** Kebersyukuran, Penerimaan Diri, Remaja, Media Sosial

## Pendahuluan

Hadirnya era digital dan juga perkembangan teknologi, media sosial kini menjadi kebutuhan primer dan sudah menyatu dalam kehidupan masyarakat (Suri, 2019). Hampir semua orang memiliki media sosial yang tentunya memberikan banyak manfaat di dalamnya seperti memungkinkan individu untuk bisa berinteraksi dengan kerabatnya meskipun dengan jarak yang jauh, dapat memberikan peluang untuk berdagang dengan mempromosikannya kepada seluruh masyarakat, dapat dengan mudah berbagi informasi dan juga konten berupa foto, video, maupun berita terkini, bahkan dapat dengan mudah pesan makanan secara online tanpa harus datang ke tempatnya (Rafiq, 2020). Selain itu, media sosial juga telah mengembangkan fitur-fitur yang dapat digunakan contohnya seperti *live streaming*, *filter visual*, *video call*, dan juga telah memunculkan fitur privasi dan keamanan data bagi para penggunanya. Oleh karena itu, banyak masyarakat yang nyaman dalam menggunakan media sosial terutama pada remaja yang selalu mengikuti perkembangan zaman. Di dalam media sosial juga terdapat konten yang tentunya beragam seperti unsur politik, budaya, pendidikan, bahkan kecantikan. Banyak informasi penting yang dapat di ambil dari media sosial tergantung dari apa yang diminati oleh penggunanya.

Dewasa ini, media sosial memang menjadi suatu prioritas yang dipunyai oleh kalangan remaja sebagai alat untuk membagikan sebuah informasi dan menjadikan sebuah *entertainment* (Akbar, 2019). Selain itu, media sosial juga menjadi ajang untuk menunjukkan segala aktivitas yang berkenaan dengan prestasi, gaya hidup, bahkan penampilan seseorang. Banyak individu terutama remaja seringkali menghabiskan waktunya untuk berinteraksi melalui media sosial, seperti berbagi konten maupun berbagi informasi. Media sosial dianggap mempermudah bagi keberlangsungan hidup karena dapat digunakan sewaktu-waktu jika memerlukan sebuah ide maupun informasi. Banyaknya *public figure* yang memposting mengenai pencapaiannya dan tak jarang banyak remaja juga yang terinspirasi dengan apa yang ditunjukkan ke media sosial. Media sosial kini dapat berdampak pada psikologis yang mana akan membuat para penggunanya merasakan hidup yang sempurna sehingga banyak dari remaja yang menghabiskan waktunya dalam bermain media sosial (Triananda, Dkk. 2021). Remaja yang merupakan generasi Z mampu menghabiskan waktu 3,5 jam untuk mengakses internet di ponsel mereka setiap hari, sekitar 13% lebih banyak. Ini lebih panjang dari rata-rata milenial (Tirto Media Research, 2017).

Penggunaan media sosial tidak dapat dipungkiri akan menimbulkan dampak yang bervariasi tergantung pada cara dan sejauh mana media sosial digunakan oleh masyarakat khususnya dikalangan remaja, salah satunya yaitu media sosial yang menjadi acuan bagi seseorang untuk menjalankan gaya hidupnya. Akibatnya, banyak dari

kalangan remaja yang cenderung lebih rentan dengan resiko tekanan sosial, dan ketidakpuasan tubuh karena seringnya eksposur terhadap citra tubuh yang tidak realistis. Tak jarang banyak dari kalangan remaja menghalalkan segala cara agar dapat menunjukkan sisi terbaik dari kehidupannya, seperti penggunaan filter visual foto agar terlihat lebih cantik dari wajah aslinya. Banyak dari kalangan remaja yang merasa bahwa dirinya memiliki banyak kekurangan dibandingkan dengan orang lain, hal itu diakibatkan karena dirinya tidak mampu untuk menerima apa yang ada pada dirinya dan sifat dari banyaknya remaja yang cenderung labil. Banyak dari remaja yang pada akhirnya hanya ingin ikut-ikutan trend media sosial. Dampak lainnya dari penggunaan internet yang berlebihan adalah sebagaimana hasil penelitian yang dilakukan oleh Efendy, dkk (2023) menemukan bahwa generasi Z pada negara kolektivis, yaitu mereka yang lahir pada rentang tahun 1995–2012 mengalami pergeseran nilai budaya menjadi lebih individualis, hal tersebut karena dampak dari penggunaan internet dan media sosial yang berlebihan, sehingga Gen-Z akan lebih suka menyendiri, bekerja sendiri, dan mengabaikan kehadiran orang lain ketika sedang bermain media sosial. Hal yang sama disampaikan oleh Tolstikova dkk. (2020) dalam penelitiannya yang menemukan bahwa Generasi Z adalah generasi inferior generasi (kurang bersosialisasi, belum dewasa, bergantung pada internet, tidak antusias, dan individualistis).

Sementara Hurlock (1980) mengatakan bahwa pada masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa, pada masa periode peralihan ini adanya perubahan sikap, emosi, maupun fisik. Masa remaja sebagai periode peralihan memiliki status yang tidak jelas memiliki keraguan dalam peran yang akan dilakukan, dari ketidakjelasan tersebut memberikan waktu kepada dirinya untuk mencoba gaya hidup yang berbeda dan juga pola perilaku, nilai, dan sifat yang paling sesuai untuk dirinya (Fatmawaty, 2017). Tahapan terpenting yang dilalui remaja yaitu ketika pada masa remaja tengah, dikarenakan pada masa tersebut remaja sedang mencari jati dirinya dan juga masa pencarian identitas diri, yang mana belum mampu untuk menentukan aktivitas yang bermanfaat juga memiliki keingintahuan yang tinggi terhadap berbagai hal yang belum di ketahuinya Sarwono dalam (Aprilia, Dkk. 2020). Pada periode peralihan inilah remaja sedang mencari jati dirinya dan cenderung belum mampu untuk menerima apa yang ada di dalam dirinya.

Individu mampu untuk melihat kelebihan maupun kekurangan yang dimilikinya dan menerima dirinya dengan sebagaimana mestinya tanpa harus membandingkan dirinya dengan orang lain. Selain itu, penerimaan merupakan faktor penting untuk mendapatkan kebahagiaan baik penerimaan diri maupun penerimaan sosial, hal tersebut berarti untuk mencapai kebahagiaan individu harus memiliki penerimaan diri dan mampu untuk menerima dirinya dengan tulus (Ratna & Ahmad, 2020). Ketika seseorang merasa mampu untuk menerima dirinya sendiri maka akan cenderung untuk memiliki pandangan

yang positif terhadap dirinya bahkan dapat mengarah pada peningkatan kepercayaan dirinya, penerimaan diri yang baik dapat membantu untuk mengurangi rasa keraguan diri dan rasa tidak aman atau insecure yang dapat menghambat kepercayaan diri seseorang. Ketika seseorang mampu untuk menerima apa yang ada pada dirinya secara utuh dan tulus dengan kelebihan dan kekurangan yang dimiliki, maka antara harapan ideal dirinya dengan dirinya yang nyata tidak akan terpisah terlalu jauh (Feist & Feist, 2009).

Menurut Husniyati (2016) “seseorang yang memiliki penerimaan diri yang rendah akan selalu menyalahkan dirinya, merasa putus asa, merasa malu, merasa rendah diri, merasa tidak percaya diri, merasa iri terhadap keadaan orang lain, sulit untuk berinteraksi dengan orang lain, bahkan merasa tidak bahagia”. Menurut Hurlock (2008) faktor yang membentuk penerimaan diri yaitu adanya pemahaman terhadap diri sendiri yang artinya membentuk kebenaran untuk melihat diri dari persepsi diri sendiri. Selain itu, memiliki harapan yang realistis untuk mencapai sesuatu yang akan mempengaruhi kepuasan diri yang merupakan esensi dari penerimaan diri. Seseorang yang sulit untuk menerima dirinya cenderung untuk membandingkan dirinya dengan orang lain dan juga seringkali melihat diri sendiri sebagai seseorang yang lebih rendah lebih terpendang buruk dibandingkan dengan orang lain hal tersebut biasanya mengarah pada perasaan cemburu dan ketidakpuasan yang dirasakan dalam dirinya. Menurut Hasriani (2018) faktor yang mempengaruhi dalam penerimaan diri yang baik pada seseorang yaitu memiliki pemahaman yang baik tentang diri sendiri, seseorang mampu untuk memahami bagaimana keadaan dirinya, mampu melihat potensi yang dimiliki oleh dirinya dan juga faktor religius yang mana seseorang meyakini bahwa setiap orang ditakdirkan oleh Tuhan dengan keadaan sebaik-baiknya. Penerimaan diri yang baik akan menimbulkan pemikiran yang positif untuk diri sendiri dan lebih bisa menghargai kelebihan dan kekurangan yang dimiliki oleh diri sendiri tanpa harus merasa rendah dibandingkan dengan orang lain. Menurut Hurlock (2011) orang yang menerima dirinya memiliki harapan yang realistis dan memiliki kemampuan yang sesuai dengan kehidupan nyata yang dimilikinya.

Dewasa ini, banyak dari kalangan remaja khususnya di daerah Banyu Urip Kidul Surabaya yang merasa bahwa dirinya tidak lebih baik dari orang lain, terlebih faktor penggunaan media sosial yang menjadi acuan gaya hidupnya. Para remaja seringkali membandingkan dirinya dengan orang lain dari segi pencapaian, segi materi, maupun fisik nya. Misalnya, dari segi kecantikan para remaja perempuan yang rela untuk melakukan sulam alis bahkan operasi plastik yang tentunya menggocek banyak biaya demi memenuhi standar kecantikan yang ada di media sosial. Selain itu, dari segi pencapaian misalnya para remaja laki-laki yang ingin memiliki pencapaian yang tinggi, banyak harta, dan lain sebagainya agar terlihat kaya dibandingkan temannya, alih-alih merintis bisnis dari bawah banyak remaja yang justru melakukan tindakan kriminal seperti melakukan

scam dengan cara menguras tabungan seseorang melalui media sosial yang tentunya hal tersebut dilakukan demi memenuhi standar yang ada di media sosial.

Individu dapat dikatakan memiliki rasa syukur ketika merasa puas dengan apa yang telah diberikan Tuhan kepadanya, memiliki rasa bahagia terhadap apa yang ada pada dirinya dan memanfaatkan kelebihan terhadap dirinya dengan sebaik-baiknya (Widyaningsih, Dkk. 2022). Seseorang tidak mampu untuk menerima dirinya dikarenakan adanya penilaian negatif terhadap diri sendiri selain itu juga kurangnya memiliki sikap rasa syukur kepada Tuhan yang telah memberikan kelebihan dan kemampuan yang diberikan kepada setiap individu (Machrozah & Jainuddin, 2019). Perasaan bersyukur dapat meningkatkan pemikiran yang positif dan menurunkan pemikiran yang negatif, seseorang mampu untuk menunjukkan dirinya apa adanya dan cenderung memiliki kesejahteraan sosial yang lebih tinggi daripada individu yang tidak memiliki rasa bersyukur (Putra, Dkk. 2019). Selain itu, penerimaan diri tersebut dipengaruhi oleh tidak adanya rasa kebersyukuran dalam diri yang menyebabkan individu sering membandingkan dirinya dengan orang lain yang jelas ada di media sosial karena menjadikannya sebagai tolak ukur kehidupannya. Pada penelitian yang dilakukan oleh Zumitri (2018) dari hasil penelitiannya mengatakan bahwa terdapat hubungan positif antara kebersyukuran dan penerimaan diri, sehingga dapat disimpulkan bahwa jika seseorang yang memiliki rasa bersyukur yang tinggi maka semakin orang tersebut mampu untuk menerima apa yang ada pada dirinya.

## Metode

Penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu Kebersyukuran (Variabel X) dan Penerimaan Diri (Variabel Y). Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif korelasional. Populasi dalam penelitian ini yaitu remaja pengguna media sosial yang berusia 14 hingga 20 tahun dan berdomisili di banyu Urip Kidul Surabaya. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 115 remaja yang diperoleh menggunakan teknik purposive sampling dan ditentukan menggunakan aplikasi GPower sebagai jumlah partisipan. Dalam penelitian ini menggunakan dua skala sebagai alat pengumpulan data yaitu skala Penerimaan Diri yang berdasarkan dari teori Shereer (1963) dan juga skala Kebersyukuran berdasarkan teori menurut Mc Cullough (2004). Pada skala Penerimaan Diri dari hasil uji reliabilitas mendapatkan hasil sebesar 0,899 yang mana hasil tersebut dinyatakan reliabel ketika  $r_{xx}' = 1,00$  sedangkan pada skala Kebersyukuran hasil uji reliabilitasnya mendapatkan hasil sebesar 0,941 hasil tersebut menyatakan bahwa bahwa alat ukur yang digunakan reliabel karena mendekati angka  $r_{xx}' = 1,00$ .

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan Teknik korelasi *Perason Product Moment*.

## Hasil

Secara demografis subjek penelitian yang telah dilakukan dapat dikelompokkan sesuai dengan rentang usia yang dapat dilihat pada tabel 4.1 di bawah ini:

**Tabel 1**  
**Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Rentang Usia**

Karakteristik	Rentang Usia	Jumlah	Presentase
Rentang Usia	14 Tahun	5	4,3%
	15 Tahun	15	13%
	16 Tahun	19	16,5%
	17 Tahun	15	13%
	18 Tahun	23	20%
	19 Tahun	18	15,7%
	20 tahun	20	17,4%
	Total	115	

Sumber : SPSS 25.0 for Windows

Berdasarkan pada tabel di atas dapat diketahui bahwa terdapat 115 responden dengan kategori rentang usia 14-20 Tahun dengan masing-masing presentase yaitu pada usia 14 Tahun sebesar 4,3%, pada usia 15 Tahun presentase sebanyak 13%, pada usia 16 Tahun dengan presentase sebesar 16,5%, pada usia 17 Tahun memiliki presentase sebesar 13%, selanjutnya pada usia 18 Tahun memiliki presentase sebesar 20%, lalu pada usia 19 Tahun memiliki presentase sebesar 15,7% dan yang terakhir pada usia 20 Tahun memiliki presentase sebesar 17,4%. Dapat disimpulkan bahwa jumlah responden paling banyak dalam penelitian ini yaitu pada usia 18 Tahun.

Kategorisasi subjek penelitian yang berdasarkan pada semua skor total dari setiap variabel dalam penelitian yang dapat dilihat rumusnya dibawah ini:

**Tabel 2**  
**Rumus Kategorisasi Data Penelitian**

Kategori	Rumus
Rendah	$x < \text{mean} - 1\text{sd}$
Sedang	$\text{mean} - 1\text{sd} < x < \text{mean} + 1\text{sd}$
Tinggi	$x > \text{mean} + 1\text{sd}$

Berdasarkan tabel di atas terdapat nilai paten sebagai penentu mean yaitu jika ingin menentukan nilai mean maka rumusnya yaitu  $\text{mean} = (\text{Skor tertinggi} + \text{Skor Terendah})/2$ , sementara jika ingin menentukan nilai SD maka rumusnya yaitu  $\text{SD} = (\text{Skor tertinggi} - \text{Skor terendah})/6$ . Hasil analisis deskriptif pada setiap variabel yang telah didapatkan akan dijelaskan pada tabel 2:

Berikut hasil perhitungan seluruh skor total pada skala Penerimaan Diri

**Tabel 3**  
**Hasil Kategorisasi Skala Penerimaan Diri**

Kategori	Interval	Frekuensi	Presentase	Mean/SD
Rendah	<61	2	1,7%	78/13
Sedang	61-95	112	97,4%	
Tinggi	>95	1	0,9%	
N		115	100%	

Sumber : SPSS 25.0 for Windows

Bersadarkan hasil tabel di atas yang merupakan hasil analisa deskriptif dengan menggunakan perhitungan statistik hipotetik mengenai tingkatan kategorisasi partisipan pada skala Penerimaan Diri yang diketahui dalam kategori rendah memiliki nilai lebih kecil dari 61 yaitu 2 partisipan dengan presentase 1,7%, lalu kategori sedang memiliki rentang nilai 61 hingga 95 yaitu 112 partisipan dengan presentase 97,4%, dan kategori tinggi dengan nilai lebih dari 95 keatas yaitu hanya terdapat 1 partisipan dengan presentase 0,9%. Dapat diambil kesimpulannya yaitu dari 115 partisipan terdapat 112 partisipan dengan memiliki skor rata-rata yang memiliki penerimaan diri yang sedang.

Berikut hasil perhitungan seluruh skor total pada skala Kebersyukuran

**Tabel 4**  
**Hasil Kategorisasi Sakla Kebersyukuran**

Kategorisasi	Interval	Frekuensi	Presentase	Mean/SD
Rendah	<63	1	0,9%	81/18
Sedang	63-99	112	97,4%	
Tinggi	>99	2	1,7%	
N		115	100%	

Sumber : SPSS 25.0 for Windows

Berdasarkan hasil tabel di atas yang merupakan hasil analisa deskriptif dengan menggunakan perhitungan statistik hipotetik mengenai tingkatan kategorisasi partisipan pada skala Penerimaan Diri yang diketahui dalam kategori rendah memiliki nilai lebih kecil dari 63 yaitu 1 partisipan dengan presentase 0,9%, lalu kategori sedang memiliki rentang nilai 63 hingga 99 yaitu 112 partisipan dengan presentase 97,4%, dan kategori tinggi dengan nilai lebih dari 99 keatas yaitu terdapat 2 partisipan dengan presentase 1,7%. Dapat disimpulkan bahwa dari 115 partisipan terdapat 112 partisipan dengan memiliki skor rata-rata yang memiliki kebersyukuran yang sedang.

Sebelum melakukan uji hipotesis harus dilakukan uji asumsi terlebih dahulu untuk melihat apakah data yang diperoleh sudah normal dan linear, berikut uji asumsi dapat dilihat pada tabel 5 dan tabel 6:

**Tabel 5**  
**Uji Normalitas**

<b>Kolmogorov-Smirnov</b>			
	<b>df</b>	<b>Sig.</b>	<b>Keterangan</b>
Kebersyukuran (X)	115	0,055	Normal
Dan Penerimaan Diri (Y)			

Sumber : SPSS 25.0 for Windows

Uji normalitas dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan *SPSS 25.0 for windows* dengan melihat tabel pada *kolmogorov-smirnov*. Data pada penelitian ini menunjukkan bahwa berdistribusi normal yaitu sebesar 0,055 yang mana seperti pada ketentuannya yaitu  $> 0,05$ . Tabel dapat dilihat pada tabel 5.

**Tabel 6**  
**Uji Liniaritas**

<b>Variabel</b>	<b>F</b>	<b>Sig</b>	<b>Keterangan</b>
Kebersyukuran dan penerimaan diri	0,844	0,638	Linear

Sumber : SPSS 25.0 for Windows

Hasil uji linearitas menggunakan SPSS 25.0 for windows pada penelitian ini yaitu dengan taraf signifikan sebesar 0,638 yang dapat diartikan bahwa hasil uji linearitas pada variable Penerimaan Diri dan Kebersyukuran terdapat hubungan yang linear antar variable, hal tersebut dapat dilihat pada tabel 6.

Teknik analisis dalam uji korelasi pada penelitian ini menggunakan metode analisis korelasi *Pearson Product Moment*. Hal tersebut digunakan untuk melihat adanya hubungan atau korelasi anatara variabel Kebersyukuran dan variabel Penerimaan Diri. Hasil analisis korelasi *Perason Product Moment* dapat dilihat sebagai berikut:

**Tabel 7**  
**Uji Korelasi Pearson Product Moment**

		Kebersyukuran	Penerimaan Diri
Kebersyukuran	Pearson Correlation	1	0,032
	Sig. (2-tailed)		0,734
	N	115	115
Penerimaan Diri	Pearson Correlation	0,032	1
	Sig.(2-tailed)	0,734	
	N	115	115

Sumber : SPSS 25.0 for Windows

Berdasarkan hasil uji korelasi *Product Moment*, jika nilai signifikansi sebesar  $p < 0,01$  maka menunjukkan hubungan yang sangat signifikan, sedangkan jika nilai signifikansi  $p < 0,05$  berarti ada hubungan yang signifikan, namun jika  $p > 0,05$  maka tidak ada hubungan yang signifikan. Tanda positif pada skor korelasi bertujuan untuk menunjukkan hubungan yang positif, sedangkan tanda negatif menunjukkan hubungan yang negatif.

Melihat pada tabel di atas didapatkan nilai korelasi sebesar 0,032 dengan signifikansi  $p = 0,734 > 0,05$ . Berarti menunjukkan bahwa tidak adanya hubungan antara variabel Kebersyukuran dan Penerimaan Diri oleh remaja pengguna media sosial.

## Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara penerimaan diri dan kebersyukuran pada remaja pengguna media sosial. Subjek pada penelitian ini yaitu remaja tengah sampai remaja akhir dengan rentang usia 14-20 tahun yang berdomisili di Banyu Urip Kidul Surabaya. Berdasarkan hasil uji korelasi yang dilakukan menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment* menghasilkan nilai koefisien korelasi ( $r$ ) = 0,032 dengan

$p = 0,734 > 0,05$ . Hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara penerimaan diri dan kebersyukuran pada remaja pengguna media sosial. Dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini **ditolak**.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan tidak adanya hubungan antara kebersyukuran dan penerimaan diri yang ditinjau berdasarkan usia banyak dari kalangan remaja yang cenderung lebih rentan dengan resiko tekanan sosial, Hurlock (1980) mengatakan bahwa pada masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa, pada masa periode peralihan ini adanya perubahan sikap, emosi, maupun fisik dan cenderung memiliki keraguan dalam peran yang akan dilakukan, dari ketidak jelasan tersebut memberikan waktu kepada remaja untuk mencoba gaya hidup yang berbeda dan juga pola perilaku, nilai, dan sifat yang paling sesuai untuk dirinya (Fatmawaty, 2017).

Pada usia remaja, kebersyukuran bukanlah sesuatu yang dibutuhkan dalam proses penerimaan diri melainkan dukungan sosial, karena dukungan sosial yang diterima dari orang-orang sekitar dapat memperkuat proses penerimaan diri dengan memberikan pengakuan ataupun validasi terhadap nilai diri individu sehingga individu lebih merasa diterima dan juga dihargai (Sarafino, 1990). Selain itu penerimaan diri seseorang juga dapat dipengaruhi oleh faktor lain selain kebersyukuran salah satunya yaitu kemampuan untuk bersosialisasi menurut Dewi (2017) mengatakan bahwa penerimaan diri remaja berkaitan dengan kemampuan diri dalam berinteraksi dengan orang lain, serta penyesuaian diri terhadap nilai-nilai moral yang berlaku dalam masyarakat yang artinya bahwa seseorang yang mampu untuk menerima dirinya biasanya cenderung mudah berbaur dengan masyarakat dan lingkungan sekitarnya dibandingkan dengan seseorang yang jarang berinteraksi dengan masyarakat, karena seseorang yang lebih mudah bergaul biasanya lebih mudah untuk mengekspresikan dirinya terhadap orang lain dalam hal berkomunikasi dengan begitu seseorang akan merasa dihargai dan diterima yang akhirnya dapat memunculkan rasa penerimaan diri.

Beberapa penelitian lainnya juga menyebutkan bahwa penerimaan diri tidak hanya dipengaruhi oleh kebersyukuran akan tetapi banyak faktor lainnya seperti penelitian yang telah dilakukan oleh Prihatiningsih (2008) penerimaan diri dapat disebabkan oleh faktor internal yaitu seperti yang telah disebutkan oleh individu dalam wawancaranya yang menyebutkan adanya rasa positif dalam diri yang dapat menerima segala kekrungan dan kelebihan yang dimilikinya, dan juga faktor *religiousness* dimana individu yang memiliki tingkat religiusitas yang tinggi cenderung lebih mudah untuk menerima dirinya apa adanya. Selain faktor internal terdapat faktor eksternal juga yang disebutkan oleh individu dalam wawancaranya yaitu adanya dukungan masyarakat lingkungan di sekitarnya yang turut mendukung dalam hal positif apapun yang telah terjadi di dalam hidupnya. Remaja yang memiliki penerimaan diri yang rendah biasanya tidak ada rasa positif dalam dirinya dengan mengakui segala kekurangan dalam dirinya, sementara

remaja yang memiliki penerimaan diri yang tinggi biasanya di pengaruhi oleh faktor lain seperti faktor internal yang tentunya akan berbeda pada setiap individu.

Terdapat juga beberapa kemungkinan yang menyebabkan hipotesis dalam penelitian ditolak menurut Widhiarso (2012) adanya aitem pada alat ukur yang bersifat normatif atau sosial desirabel, sehingga membuat jawaban dari subjek penelitian menjadi menyetujui dalam aitem yang disuguhkan. Menurut Azwar (2011) pada aitem yang disuguhkan tidak boleh mengandung *social desirability* yaitu aitem yang didalamnya terkandung keinginan sosial pada umumnya atau suatu hal yang dianggap baik oleh norma sosial, aitem yang mengandung *social desirability* cenderung untuk disetujui oleh semua orang.

## Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan dapat ditarik kesimpulan bahwa penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara penerimaan diri dan kebersyukuran pada remaja pengguna media sosial. Subjek pada penelitian ini yaitu dengan melibatkan 115 responden remaja dengan rentang usia 14-20 tahun yang berdomisili di Banyu Urip Kidul Surabaya. Hasil uji korelasi yang dilakukan menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment* menghasilkan nilai koefisien korelasi ( $r$ ) = 0,032 dengan  $p = 0,734 > 0,05$ . Dapat diambil kesimpulannya bahwa hasil tersebut menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kebersyukuran dan penerimaan diri pada remaja pengguna media sosial, dikarenakan terdapat beberapa faktor lain yang kemungkinan dapat mempengaruhi penerimaan diri selain faktor kebersyukuran sehingga kedua variabel tersebut tidak terdapat hubungan yang signifikan.

Adapun saran yang dapat diberikan yaitu bagi peneliti selanjutnya jika memiliki minat dan juga ingin mengkaji lebih dalam mengenai topik kebersyukuran dan penerimaan diri diharapkan dapat menggali lebih dalam mengenai beberapa faktor demografi seperti usia, agama, jenis kelamin, serta pendukung variabel lainnya sehingga dapat menambah temuan selama penelitian. Selain itu, untuk peneliti selanjutnya diharapkan untuk bisa membuat kelompok perbandingan antara usia remaja dengan usia dewasa sehingga mendapat kesimpulan mengenai persamaan dan juga perbedaan antara kelompok usia remaja dan dewasa.

## Referensi

AdReaction. (2017). *Engaging gen X, Y, and Z*.

Dalimunthe, H. A., & Br Sihombing, D. M. (2020). Hubungan penerimaan diri dengan

- kecenderungan narsistik pada mahasiswa pengguna instagram di universitas medan area. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 2(3), 697–703. <https://doi.org/10.34007/jehss.v2i3.144>
- Darmaningtyas, R. V., Setyawati, S. P., & Ratnaawati, V. (2023). Pentingnya self acceptance dengan sikap percaya diri siswa di MAN 1 kotaa kediri di masa pandemi covid 19. *Seminar Nasional Dalam Jaringan Konseling Kearifan Nusantara Ke-3*, 293–302.
- David, P. A. K. I. T. H. (2016). Gambaran penerimaan diri pada perempuan bali pengidap Hiv-Aids. *Jurnal Psikologi Udayana Program Studi Psikologi*, 3(3), 395–406.
- Efendy, M., Murwani, D., Hitipeuw, I., & Rahmawati, H. (2023). Achievement Motivation among Students in Indonesia: What is the Role of Teacher-Student Relations, Peer Relations and Moderation of Collectivist Culture? *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 8(2), 294–313. <https://doi.org/10.33367/psi.v8i2.4606>
- Gomargana, C., & Aditya, Y. (2021). The role of gratitude and positive reframing on student activists' level of sense of coherence. *Jurnal Psikologi Ulayat*. <https://doi.org/10.24854/jpu165>
- Pitaloka, D. A., & Ediati, A. (2015). Rasa syukur dan kecenderungan perilaku prososial pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal EMPATI*, 4(2), 43–50. <https://doi.org/10.14710/empati.2015.14890>
- Prameswari, Y., & Ulpawati. (2019). Peran gratitude (kebersyukuran) terhadap psychological well-being tenaga kesehatan. *Personifikasi*, 10(2), 100–113.
- Putra, J. S. (2016). Penerimaan diri dan kebersyukuran pada mahasiswa. *Prosiding Seminar Nasional Unisma Bekasi*, 20(May), 373–386. [https://www.researchgate.net/publication/333103237\\_Penerimaan\\_Diri\\_dan\\_Kebersyukuran\\_pada\\_Mahasiswa](https://www.researchgate.net/publication/333103237_Penerimaan_Diri_dan_Kebersyukuran_pada_Mahasiswa)
- Putra, J. S. (2018). Peran syukur sebagai moderator pengaruh perbandingan sosial terhadap self-esteem pada remaja pengguna media sosial. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(2), 197. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v3i2.2650>
- Putra, J. S. (2019). *Penerimaan diri dan kebersyukuran pada mahasiswa*. January 2016.
- Putri, W. S. R., Nurwati, N., & S., M. B. (2016). Pengaruh media sosial terhadap perilaku remaja. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1). <https://doi.org/10.24198/jppm.v3i1.13625>
- Rachmadi, A. G., Safitri, N., & Aini, T. Q. (2019). Kebersyukuran : studi komparasi perspektif psikologi barat dan psikologi Islam. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 24(2), 115–128. <https://doi.org/10.20885/psikologi.vol24.iss2.art2>
- Rafiq, A. (2015). 327205602. 18–29.
- Ratih, A. (2016). Peran penerimaan diri dan dukungan sosial terhadap konsep diri remaja yang tinggal di Panti Asuhan di Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3(3), 509–518.

- RATNA BR KARO SEKALI. (2020). Upaya meningkatkan penerimaan diri (self acceptance) siswa melalui konseling individu dengan pendekatan realita kelas Xi Sma Negeri 15 Bandar Lampung. *Jurnal Evaluasi Dan Pembelajaran*, 2(2), 135–147. <https://doi.org/10.52647/jep.v2i2.21>
- Selvi, S., & Sudarji, S. (2017). Gambaran faktor yang memengaruhi penerimaan diri orangtua yang memiliki anak autisme. *Psibernetika*, 10(2), 70–80. <https://doi.org/10.30813/psibernetika.v10i2.1043>
- Suri, D. (2019). Pemanfaatan media komunikasi dan informasi dalam perwujudan pembangunan nasional. *Jurnal Komunikasi Pembangunan*, 17(2), 177–187. <https://doi.org/10.46937/17201926848>.
- Tolstikova, I., Ignatjeva, O., Kondratenko, K., & Pletnev, A. (2020). Generation Z and its value transformations: Digital reality vs. Phygital interaction. *International Conference on Digital Transformation and Global Society*, 47–60.