



JURNAL IMAGE

Kemampuan *Teamwork* Pada Bintara Remaja Di DITSAMAPTA POLDA
Jawa Tengah Ditinjau Dari Komunikasi *Interpersonal*

Chintya Wira Sintha, Alice Zellawati

Resiliensi Perawat Di RSUD Ade M. Djoen Sintang Ditinjau Dari
Self Efficacy

Kharis Oneti Rode, An Riwi Widyastuti, Lucy Hariadi

Quarterlife Crisis Ditinjau Dari *Self Acceptance* Pada Warga Yang Indekos
Di Kelurahan Pandansari Kota Semarang

Palemonta Ginting, Brigitan Argasiam

Self Efficacy Ditinjau Dari *Flow* Akademik Pembelajaran *Online* Pada Siswa
SMA Negeri 13 Semarang

Auliya Putri Pramasari, I Rheny Arum Permitasari

Kenakalan Remaja Ditinjau Dari Keharmonisan Keluarga di Lokalisasi
Sunan Kuning

Klaudia Anggita Wahyuningsih, Siska Adinda Prabowo Putri, Alice Zellawati

Dampak Psikologis Akibat Sistem Pembelajaran *Online* Dan Penanganannya
Di Sekolah Kristen Kanaan Semarang

Nicky Adi Adrian, Karnawati, Nixon Dixon

Penerapan Nilai Qona'ah Untuk Membangun Penerimaan Diri Anak Remaja Yang
Tinggal Di Panti Asuhan Ya Fatimah Tayu Pati

Suminah, Komari

Jurnal IMAGE

EDITORIAL NOTES

The IMAGE journal is a scientific journal in the field of Psychology published by the Faculty of Psychology, University of AKI Semarang which aims to facilitate the process of interaction and further discussion about the development of psychology. The journal contains topics related to clinical, industrial and organizational, educational, developmental and social themes.

UNAKI's IMAGE Psychology Journal accepts various kinds of scientific writings with various research methods, both quantitative and qualitative methods. In addition, in this journal there are discussions related to the development of problems found in society.



DEWAN REDAKSI JURNAL IMAGE

Editor in Chief

Alice Zellawati, S.Psi., M.Psi, Psikolog. (Universitas AKI)

Editorial Board

An Riwi Widyastuti, S.Psi., M.Psi, Psikolog. (Universitas AKI)

Brigitan Argasiam, S.Psi., M.Psi. (Universitas AKI)

Siska Adinda Prabowo Putri, S.Psi., M.Si. (Universitas AKI)

Illuminata Rheny, S.Psi., M.Psi, Psikolog. (Universitas AKI)

Lucy Hariadi, S.Psi., M.Psi, Psikolog. (Universitas AKI)

Reviewers

Dr. Y. Bagus Wismanto, S.Psi., M.Si. (Universitas Katolik Soegijapranata)

Komari, M.Si. (Universitas Islam Negeri Walisongo)

Editorial Office & Funding Coordinator

Ana Wahyuni, S.Si., M.Kom. (Universitas AKI)

Editorial Board Assistant (Admin)

Michael Suwondo, S.Kom. (Universitas AKI)

Contact Person & Address:

Alice Zellawati, S.Psi., M.Psi, Psikolog.

email: alice.zellawati@unaki.ac.id

image@unaki.ac.id

Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM)

Universitas AKI

Jln. Imam Bonjol 16 Semarang 50139

Telp. (024) 3552555

Fax (024) 3552111

e-Mail : lppm@unaki.ac.id

Jurnal "IMAGE"
DAFTAR ISI

Catatan Redaksi	i
Susunan Dewan Redaksi	ii
Daftar Isi	iii
KEMAMPUAN <i>TEAMWORK</i> PADA BINTARA REMAJA DI DITSAMAPTA POLDA JAWA TENGAH DITINJAU DARI KOMUNIKASI INTERPERSONAL	1-9
Chintya Wira Sistha, Alice Zellawati (Universitas AKI Semarang)	
RESILIENSI PERAWAT DI RSUD ADE M. DJOEN SINTANG DITINJAU DARI <i>SELF EFFICACY</i>	10-19
Kharis Oneti Rode, An Riwi Widyastuti, Lucy Hariadi (Universitas AKI Semarang)	
<i>QUARTERLIFE CRISIS</i> DITINJAU DARI <i>SELF ACCEPTANCE</i> PADA WARGA YANG INDEKOS DI KELURAHAN PANDANSARI KOTA SEMARANG	20-31
Palemonta Ginting, Brigitan Argasiam (Universitas Katolik Soegijapranata)	
<i>SELF EFFICACY</i> DITINJAU DARI <i>FLOW</i> AKADEMIK PEMBELAJARAN ONLINE PADA SISWA SMA NEGERI 13 SEMARANG	32-46
Auliya Putri Pramasari, I Rheny Arum Permitasari (Universitas AKI Semarang)	
KENAKALAN REMAJA DITINJAU DARI KEHARMONISAN KELUARGA DI LOKALISASI SUNAN KUNING	47-57
Klaudia Anggita Wahyuningsih, Siska Adinda Prabowo Putri, Alice Zellawati (Universitas AKI Semarang)	
DAMPAK PSIKOLOGIS AKIBAT SISTEM PEMBELAJARAN <i>ONLINE</i> DAN PENANGANANNYA DI SEKOLAH KRISTEN KANAAN SEMARANG	58-74
Nicky Adi Adrian, Karnawati, Nixon Dixon (STT Baptis Indonesia)	
PENERAPAN NILAI QONA'AH UNTUK MEMBANGUN PENERIMAAN DIRI ANAK REMAJA YANG TINGGAL DI PANTI ASUHAN YA FATIMAH TAYU PATI	75-89
Suminah, Komari (Universitas Islam Negeri Walisongo)	

KEMAMPUAN *TEAMWORK* PADA BINTARA REMAJA DI DITSAMAPTA POLDA JAWA TENGAH DITINJAU DARI KOMUNIKASI INTERPERSONAL

Chintya Wira Sistha¹, Alice Zellawati²
Fakultas Psikologi Universitas AKI
521210104@student.unaki.ac.id

Abstract

This study aims to find out more about the relationship between interpersonal communication and teamwork skills Bintara Remaja in the Ditsamapta Polda Central Java.. The sample used in this study was 100 Junior Officers. Data analysis used Spearman correlation. The results obtained in this study show a significance value = 0.000, which means that the interpersonal communication variable has a significant effect on teamwork abilities, a positive value on the Spearman coefficient $r_s = +0.555$ indicates that the higher the interpersonal communication the individual has, the higher the teamwork ability, conversely the lower interpersonal communication that is owned, the lower the teamwork ability. The value of the effective contribution of interpersonal communication variables to teamwork ability is 24.2% while the remaining 75.8% is influenced by other factors.

Keywords : *Teamwork ability, interpersonal communication*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui lebih mendalam mengenai hubungan antara komunikasi interpersonal terhadap kemampuan *teamwork* Bintara Remaja di Ditsamapta Polda Jateng. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sejumlah 100 orang Bintara Remaja. Analisa data yang digunakan korelasi Spearman. Hasil yang diperoleh pada penelitian ini menunjukkan nilai signifikansi = 0,000 yang berarti variabel komunikasi interpersonal berpengaruh signifikan terhadap kemampuan *teamwork*, nilai positif pada koefisien Spearman $r_s = +0,555$ menandakan bahwa semakin tinggi komunikasi interpersonal yang dimiliki individu maka semakin tinggi pula kemampuan *teamwork*nya, sebaliknya semakin rendah komunikasi interpersonal yang dimiliki maka semakin rendah pula kemampuan *teamwork*nya. Adapun nilai sumbangan efektif variabel komunikasi interpersonal terhadap kemampuan *teamwork* adalah 24,2 % sedangkan sisanya 75,8 % dipengaruhi faktor lainnya.

Kata kunci : Kemampuan *teamwork*, komunikasi interpersonal

PENDAHULUAN

“Pada ujungnya, apa pun yang kamu kerjakan itu *teamwork*. Kamu tidak bisa pintar sendiri, tapi bagaimana kamu mengorganisir suatu organisasi itu, sehingga organisasi itu bisa betul-betul mencapai daya guna,” ujar Menko Luhut kepada Perwira TNI-Polri melalui keterangan tertulis, Senin (15/6/2020). (<https://money.kompas.com/read/2020/06/16/070400426/tni-polri-teamwork>).

Teamwork atau kerja tim adalah upaya kolaboratif kelompok untuk mencapai tujuan bersama atau menyelesaikan tugas dengan cara yang paling efektif dan efisien. Konsep ini terlihat dalam kerangka tim yang lebih besar, yang merupakan sekelompok individu yang saling bergantung yang bekerja bersama menuju tujuan bersama. Oleh karena itu, kerjasama tim (*teamwork*) mutlak diperlukan. *Teamwork* berfungsi sebagai cara untuk membuat suatu pekerjaan atau target bisa tercapai lebih cepat dan mendapatkan hasil yang baik, berkat dukungan para individu yang terlibat di dalamnya. *Teamwork* tidaklah harus bersifat fisik, tetapi bisa juga berupa buah pikiran atau gagasan yang didiskusikan bersama. Ada kalanya suatu pekerjaan bisa dilakukan oleh satu orang saja, tetapi ternyata akan mampu memberikan hasil yang lebih baik bila dilakukan secara bersama-sama. (<https://www.kompasiana.com/raidersmarpaung/teamwork>).

Di dalam sebuah organisasi diperlukan sekali dengan apa yang dinamakan kerjasama tim (*teamwork*) yaitu proses yang wajib dilakukan oleh anggota tim untuk saling membantu agar tujuan dari adanya sebuah organisasi tersebut dapat tercapai. Hal paling penting dalam *teamwork* adalah harus terlebih dahulu terbentuk interaksi dan komunikasi anggota tim agar tidak terdapat *miscommunication* yang dapat menghambat terwujudnya tujuan tim tersebut.

“Pendidikan pembentukan ini menjadi penting, karena para bintangara dan tamtama merupakan garda terdepan dalam memberikan perlindungan, pengayoman dan pelayanan kepada masyarakat,” kata Kapolda Riau, Irjen Pol Mohammad Iqbal dihadapan para siswa di SPN Polda Riau. Irjen Iqbal menjelaskan, selama pendidikan, para siswa akan dibekali dengan kemampuan dan perilaku dilapangan saat nantinya dilantik menjadi anggota kepolisian, dan itu yang akan menentukan wajah Polri dan tingkat kepercayaan masyarakat kepada Polisi. “Ikuti semua proses pendidikan dengan tekun, penuh semangat dan selalu riang gembira, serta tanamkan

tekat, *teamwork* yang solid dan motivasi yang kuat bahwa selama berada di lembaga pendidikan adalah untuk belajar, berlatih dan menempa diri. Hindari pelanggaran sekecil apapun dan patuhi seluruh peraturan serta ketentuan yang sudah ditetapkan oleh lembaga, sehingga saudara dapat menyelesaikan pendidikan dengan baik dan lancar,” pesan Iqbal. (<https://akuratnews.com/kapolda-riau-tekankan-siswa-bintarapolri-tekun-berlatih-dan-dicintai-masyarakat>).

Kerjasama tim atau *teamwork* diartikan sebagai pekerjaan yang dilakukan oleh sekelompok orang yang memiliki keahlian individu, bertanggung jawab untuk pengambilan keputusan individu yang memegang suatu tujuan bersama dan bertemu untuk berkomunikasi, berbagi, dan mengkonsolidasikan pengetahuan dari rencana yang dibuat, keputusan di masa depan yang mempengaruhi penentuan tindakan (Soekidjan, 2009). Menurut Johlke (2002) bahwa *teamwork* merupakan perbuatan dua orang atau lebih yang bekerja sama ke arah tujuan umum, saling membagi waktu, bakat, dan pengetahuan dan menggunakan metode yang cocok untuk semua anggota tim. Shajahan dan Linu (2004) mengemukakan bahwa efektivitas *teamwork* akan tergantung pada keahliannya dalam mengumpulkan dan mengkomunikasikan informasi dan mempergunakannya untuk bekerjasama dalam tim kerja secara optimal. Mullins (2005), menyatakan bahwa kontribusi terbesar dalam efektivitas *teamwork* adalah komunikasi dan kedua adalah manajemen sumber daya manusia.

Berdasarkan penelitian Muljani (2012) Terdapat hubungan positif secara bersama-sama antara komunikasi interpersonal dengan kerjasama tim. Artinya semakin tinggi komunikasi interpersonal maka semakin terbentuk kerjasama tim yang solid.

Komunikasi interpersonal didefinisikan oleh Ivancevich, dkk (2008) yaitu didalam sebuah organisasi, komunikasi mengalir dari individu ke individu dalam berbagai cara. Dari tatap muka dan aturan kelompok sampai pesan singkat dan pertemuan video. Arus seperti ini disebut komunikasi interpersonal dan dapat bervariasi dari perintah langsung sampai pada ekspresi umum. Perilaku interpersonal tidak bisa terjadi tanpa adanya komunikasi interpersonal. Kondalkar (2007) menyatakan bahwa, ”Manajemen yang efektif merupakan hasil dari komunikasi yang efektif. Komunikasi yang miskin atau komunikasi yang tidak efektif merupakan sumber dari frustrasi, konflik interpersonal dan stress.

Setiap individu memiliki latar budaya yang berbeda. Budaya yang berbeda menyebabkan cara berkomunikasi yang dilakukan oleh individu juga berbeda-beda (Rahardjo, 2005). Adanya perhatian yang diberikan komunikator kepada komunikan dapat membuat komunikator memahami kondisi komunikan yang dapat meminimalisir terjadinya *miss communication* antara komunikator dengan komunikan. Menurut Hurlock (2008) semua individu berbeda. Adanya perbedaan pada setiap individu membuat belum tentu dua orang akan beraksi dengan cara yang sama terhadap stimulus yang sama. Tingkat komunikasi interpersonal yang dimiliki oleh individu juga berbeda-beda. Hal itu menurut Rakhmat (2003) tergantung pada *frame of reference* (kerangka pikir) maupun pengalaman yang telah dimilikinya (*experience*).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan pada beberapa anggota Bintara Remaja di Ditsamapta Polda Jateng didapatkan bahwa sebagian besar dari mereka terlihat kurang aktif dan kurang inisiatif. Mereka lebih menunggu perintah dan seringkali kurang berani untuk bertanya, sehingga komunikasi cenderung satu arah langsung dari komandan atau dari anggota yang lebih senior. Ada juga diantara Bintara Remaja yang mengalami kesulitan dalam pemahaman terhadap komunikasi interpersonal baik dengan rekan seangkatan maupun dengan senior atau komandan, hal ini lebih disebabkan asal daerah yang berbeda dan kebiasaan tiap anggota yang berbeda. Beberapa Bintara Remaja mengatakan pada peneliti bahwa mereka lebih baik diam dan tidak banyak bicara karena takut salah, dan merasa lebih aman, namun dari komandan menyampaikan bahwa kurangnya komunikasi dari para Bintara Remaja seringkali menjadi permasalahan dalam penyelesaian tugas-tugasnya, dimana tugas-tugas yang dikerjakan hanya sesuai pemahaman mereka sendiri. Komunikasi interpersonal yang kurang interaktif menyebabkan kerjasama dalam tim seringkali mengalami kendala, hal ini disampaikan beberapa anggota Bintara Remaja yang merasakan kurang kompaknya *teamwork*. Mereka menyampaikan adanya anggota dalam tim yang pasif, tidak mau bertanya saat tidak tahu atau bingung mengerjakan, ada juga yang kurang inisiatif, dimana tugas yang harus diselesaikan bersama-sama semua anggota namun beberapa orang hanya mau mengerjakan tugasnya sendiri tanpa mau membantu yang lain.

Kondisi *teamwork* yang kurang kompak dikarenakan kurang adanya komunikasi antar anggota tim akan berakibat kurang optimalnya hasil kerja. Penelitian Kurniadi (2019) membuktikan bahwa ada hubungan positif signifikan antara komunikasi interpersonal dengan kinerja, individu yang memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang baik maka mampu menunjukkan kinerja yang baik pula. Demikian juga penelitian Diputra (2017) yang menyatakan pentingnya komunikasi interpersonal dalam pelaksanaan tugas individu, sehingga kendala dalam pekerjaan dapat dikomunikasikan dengan baik dan meminimalisasi kesalahan dalam bekerja. Penelitian Christina, dkk (2017) juga menyatakan bahwa, anggota Polri memiliki kewajiban untuk meningkatkan kemampuan berkomunikasi interpersonal terhadap masyarakat sebagai upaya meningkatkan citra institusi agar mampu memperbaiki diri dan terus menerus meningkatkan citra positif dari masyarakat.

Berdasarkan permasalahan yang telah dikemukakan diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut terkait “Hubungan antara komunikasi interpersonal dengan kemampuan *teamwork* pada Bintara Remaja di Ditsamapta Polda Jateng “.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dengan metode *sampling jenuh* dengan karakteristik dari subyek penelitian antara lain; Bintara Remaja usia 18 sampai 20 tahun di Ditsamapta Polda Jateng yang berlokasi di Mijen berjumlah 100 orang subyek.

Penelitian ini menggunakan dua macam skala untuk mengukur variabelvariabel penelitian, yaitu: skala kemampuan *teamwork* yang disusun berdasarkan empat aspek menurut Dejanaz (2006) yaitu memiliki tujuan yang jelas, memahami tugas dan peran di dalam tim, saling percaya dan mendukung, mampu berpartisipasi di dalam tim, bertanggungjawab terhadap tim. Dan skala yang kedua yaitu skala kemampuan komunikasi interpersonal disusun berdasarkan empat aspek menurut Wood (2013) yaitu selektif, sistemis, unik, processual, transaksional, individual, pengetahuan personal, menciptakan makna.

Dalam penelitian ini uji daya diskriminasi alat ukur diukur dengan menggunakan teknik korelasi *Product Moment* dari *Pearson* yang selanjutnya dikoreksi dengan korelasi *Part whole*. Perhitungan reliabilitasnya menggunakan uji

internal consistency dengan teknik belah dua (*split half*) dari *Alfa Cronbach*, dan analisis datanya menggunakan korelasi Spearman.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan hasil perhitungan validitas terhadap skala kemampuan *teamwork* diperoleh hasil bahwa dari 25 item terdapat 25 item valid. Item yang valid mempunyai koefisien validitas antara 0,464 sampai dengan 0,841. Koefisien reliabilitas *Alpha Cronbach* skala Kemampuan *Teamwork* adalah sebesar 0,972.

Sedangkan perhitungan validitas skala komunikasi interpersonal diperoleh hasil bahwa dari 32 item terdapat 32 item valid. Item yang valid mempunyai koefisien validitas 0,481 sampai dengan 0,794. Koefisien reliabilitas *Alpha Cronbach* skala komunikasi interpersonal sebesar 0,963.

Uji normalitas pada data kemampuan *teamwork* memperoleh nilai K-S $Z = 0,306$ ($p < 0,05$) yang berarti data tersebut memiliki distribusi data tidak normal. Sedangkan uji normalitas pada data komunikasi interpersonal memperoleh nilai K-S $Z = 0,214$ ($p < 0,05$) yang berarti data tersebut memiliki distribusi data tidak normal.

Uji linearitas terhadap data kemampuan *teamwork* dan komunikasi interpersonal menunjukkan F linier 31,224 ($P < 0,05$) yang berarti adanya hubungan yang linear atau searah pada kedua variable.

Uji Korelasi Spearman menghasilkan nilai $r_s = +0,555$ dengan $p < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antar komunikasi interpersonal dan kemampuan *teamwork*.

Pembahasan

Berdasarkan uji asumsi yang telah dilakukan, didapat hasil bahwa hipotesis diterima, yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara komunikasi interpersonal terhadap kemampuan *teamwork* Bintara Remaja di Ditsamapta Polda Jateng. Hal ini ditunjukkan dengan $r_s = +0,555$ dengan $p < 0,05$. Hasil ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara komunikasi interpersonal terhadap kemampuan *teamwork* Bintara Remaja di Ditsamapta Polda Jateng. Artinya semakin tinggi komunikasi interpersonal, semakin tinggi kemampuan *teamwork* dan sebaliknya semakin rendah komunikasi interpersonal maka semakin rendah kemampuan *teamwork*.

Hal ini didukung pula oleh penelitian Santoso, dkk (2018) tentang peran komunikasi sebagai faktor pendorong terbentuknya kerjasama tim dalam menyelesaikan tugas. Penelitian Hasyimi, dkk (2019) menyatakan semakin baik komunikasi interpersonal dan semakin tinggi motivasi kerja maka semakin solid kerjasama tim sehingga menghasilkan tingginya kinerja. Menurut hasil penelitian Erozkan (2013) bahwa keterampilan komunikasi dan pemecahan masalah interpersonal ditemukan berkorelasi secara signifikan, ini menandakan bahwa dengan adanya kemampuan komunikasi interpersonal yang baik maka kinerja anggota tim dalam *teamwork* menjadi optimal.

Pengaruh variable komunikasi interpersonal terhadap kemampuan *teamwork* dapat dilihat dari sumbangan efektif (SE) yang diberikan berupa 24,8 %. Hal ini berarti sebagian komunikasi interpersonal berpengaruh terhadap kemampuan *teamwork* secara langsung.

Tingkat komunikasi personal pada penelitian ini juga tergolong tinggi yaitu 97%, sejumlah 97 anggota dari total 100 orang artinya individu memiliki kemampuan dalam memproses pesan untuk menghasilkan makna, paling sedikit antara dua orang dalam situasi yang memungkinkan bagi keduanya untuk saling berbicara dan mendengarkan. Sebagian besar Bintara Remaja memiliki kemampuan komunikasi interpersonal untuk selektif, sistemis, unik, processual, transaksional, individual, pengetahuan personal, menciptakan makna, yaitu mereka dapat memilah dengan siapa mereka bicara, etika dalam bicara, hal-hal apa saja yang menjadi topik pembicaraan sesuai situasi dan kondisi. Komunikasi interpersonal berkaitan dengan komunikasi verbal dan nonverbal, sehingga tidak terjadi salah pengertian dalam memahami pesan yang disampaikan. Sesuai dengan penelitian Christina, dkk (2017) juga menyatakan bahwa, anggota Polri memiliki kewajiban untuk meningkatkan kemampuan berkomunikasi interpersonal terhadap masyarakat sebagai upaya meningkatkan citra institusi agar mampu memperbaiki diri dan terus menerus meningkatkan citra positif dari masyarakat.

Berdasarkan hasil perhitungan empiris penelitian ini diketahui bahwa variable kemampuan *teamwork* menunjukkan hasil mean empirik (Me) sebesar 93,05. Jika dibandingkan dengan mean hipotetik (Mh) sebesar 62,5 dan standar deviasi hipotetik (SDh) 12,5 maka kemampuan *teamwork* tergolong tinggi.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, kesimpulan dari penelitian ini adalah hipotesis yang diajukan diterima, yaitu terdapat hubungan positif antara komunikasi interpersonal dengan kemampuan *teamwork* yang dimiliki individu. Semakin tinggi komunikasi interpersonal yang dimiliki maka semakin tinggi pula kemampuan *teamwork* yang dimiliki dan sebaliknya semakin rendah komunikasi interpersonal yang dimiliki maka semakin rendah pula kemampuan *teamwork* yang dimiliki. Sumbangan efektif rendah komunikasi interpersonal terhadap kemampuan *teamwork* sebesar 24,8 %.

Saran

Bagi individu yang masih memiliki kemampuan *teamwork* dan komunikasi interpersonal sedang diharapkan meningkatkannya dengan belajar lebih berani mengambil peran aktif dalam *teamwork*, mengasah kemampuan berkomunikasi secara verbal dan nonverbal supaya lebih memahami lawan bicara.

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik mengenai topik serupa dapat mengembangkan keterkaitan dengan variabel lainnya, yaitu tujuan dan arah yang jelas, pemimpin yang baik, tugas yang sesuai, lingkungan yang saling mendukung, bertanggungjawab, dan hubungan interpersonal. Subjek penelitian sebaiknya bisa lebih luas tidak hanya pada Bintara Remaja, misalnya pada anggota Polri secara umum sehingga dapat memperkaya hasil penelitian.

DAFTAR RUJUKAN

- Dejanaz, S., Dowd, K., (2006). *Interpersonal skills in organization*. New York: Mc Graw-Hill Companies
- Diputra (2017). Hubungan antara komunikasi interpersonal dengan kinerja guru SMK swasta di kecamatan Bogor Utara kota Bogor. *Jurnal Ilmiah*, 4(1). 19-29.
- Erozkan, A. (2013). The effect of communication skills and interpersonal problem solving skills on social self-efficacy. *Kuram ve Uygulamada Egitim Bilimleri*.
- Hackman, R. (2000). *Behavior in organization*. International Student Edition. McGraw Hill Kogakusha, Ltd Tokyo.

- Hurlock, E. B. (2008). *Psikologi perkembangan*. suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan. Jakarta: Erlangga.
- Ivancevich, John M. Konopaske, Robert. and Matteson, Michael T. (2008). *Organizational behavior and management*. New York: McGraw-Hill.
- Johlke & Duhan. (2002). Antecedent to boundary-spanner. Perceived organizational support. *Journal of Managerial Psychology*, 166-128.
- Kondalkar, V.G. (2007). *Organizational behavior*. New Delhi: New age International.
- Kurniadi, E. (2019). Hubungan komunikasi interpersonal dengan kinerja anggota trainers club. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana.
- Muljani, H. (2012). Hubungan antara komunikasi interpersonal dan kerjasama tim dengan efektivitas manajerial kepala sekolah menengah atas swasta wilayah Jakarta Timur. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, Vol 3 No.2. Desember 2012.
- Mullins, Laurie J. (2005). *Management and organisational behaviour*. England: Prentice Hall.
- Rakhmat, J. 2003. *Psikologi komunikasi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Shajahan, S. and Linu. (2004). *Organization behavior*. New Delhi: New Age International Publishers.
- Santoso, M. B., Rachim, H. A., & Syauqina, D. A. (2018). Komunikasi kelompok sebagai faktor pendorong terbentuknya kerjasama dalam menyelesaikan pekerjaan K3L di lingkungan Universitas Padjadjaran. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2), 198.
- Wood, J. (2013). *Komunikasi teori dan praktik*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Artikel Website: <https://money.kompas.com/read/2020/06/16/070400426/tni-polri-teamwork>
<https://www.kompasiana.com/raidersmarpaung/teamwork>
<https://akuratnews.com/kapolda-riau-tekankan-siswa-bintara-polri-tekun-berlatihdan-dicintai-masyarakat>

RESILIENSI PERAWAT DI RSUD ADE M. DJOEN SINTANG DITINJAU DARI *SELF EFFICACY*

Kharis Oneti Rode¹, An Riwi Widyastuti², Lucy Hariadi³
Fakultas Psikologi Universitas AKI
kharisrodee@gmail.com

Abstract

This study aims to determine the relationship between self-efficacy and resilience in nurses at Ade M. Djoen Sintang General Hospital. The sample of this study was 140 nurses with incidental sampling technique from 216 population of nurses in the hospital. Data collection tools in the form of a self-efficacy scale and a resilience scale. Data analysis was carried out using the Spearman Rank correlation statistical technique, with the help of the SPSS 23 program. The results of the correlation test found that there was a significant positive relationship between self-efficacy and resilience of 0.754 with a significant value of 0.000. This means that the proposed hypothesis is accepted, namely the higher the self-efficacy, the higher the resilience, on the contrary, the lower the self-efficacy, the lower the resilience. The magnitude of the effective contribution of the self-efficacy variable to the resilience of nurses in Ade M. Djoen Sintang Hospital is 68.3% while 31.7% is influenced by other factors.

Keywords: *self efficacy, resilience, nurses*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self efficacy* dengan resiliensi pada perawat di RSUD Ade M. Djoen Sintang. Sampel penelitian ini adalah 140 perawat dengan teknik insidental/*accidental sampling* dari 216 populasi perawat yang ada di rumah sakit. Alat pengumpulan data berupa skala *self efficacy* dan skala resiliensi. Analisis data dilakukan dengan teknik statistik korelasi *Rank Spearman*, dengan bantuan program SPSS 23. Hasil uji korelasi menemukan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *self efficacy* dengan resiliensi sebesar 0,754 dengan nilai signifikan 0,000. Artinya hipotesis yang diajukan diterima, yaitu semakin tinggi *self efficacy* maka semakin tinggi pula resiliensi, sebaliknya semakin rendah *self efficacy* maka akan semakin rendah resiliensi. Adapun besarnya sumbangan efektif variabel *self efficacy* terhadap resiliensi perawat di RSUD Ade M. Djoen Sintang sebesar 68,3% sedangkan 31,7% dipengaruhi oleh faktor lain.

Kata Kunci: *self efficacy, resiliensi, perawat*

PENDAHULUAN

Manusia dalam kehidupannya akan mengalami situasi yang tidak menyenangkan, keadaan yang tidak menyenangkan serta tidak sesuai dengan harapan dapat menimbulkan tekanan tersendiri bagi manusia. Manusia harus memiliki suatu kekuatan di dalam dirinya yang membuat dirinya bertahan hidup walau ditempa banyak masalah. Kekuatan tersebut disebut dengan resiliensi. Resiliensi disebut sebagai kemampuan untuk mempertahankan stabilitas psikologis dalam menghadapi stress Keye & Pidgeon (dalam Utami & Helmi, 2017). Menurut Badan Kesehatan Dunia atau WHO perawat adalah *back bone* dalam pelayanan kesehatan karena jumlahnya lebih banyak dari pada tenaga kesehatan yang lain, serta tugas mereka yang memberikan pelayanan selama dua puluh empat jam (Parawansa, 2020). Perawat, sebagai salah satu profesi yang bekerja di sebuah institusi kesehatan rumah sakit yang menjadi komponen penting dalam dunia kesehatan dituntut untuk tetap bertahan menghadapi kondisi sulit seperti saat ini, seperti manusia lainnya, juga bisa menghadapi banyak masalah baik dalam pekerjaan, keluarga, dan kehidupan sosialnya. Dalam kenyataan di lapangan, ternyata tidaklah mudah menjalankan perannya sebagai perawat. Perawat dituntut totalitas dalam bekerja, juga harus mengesampingkan masalah pribadi yang mungkin di hadapi dalam waktu bersamaan.

Hal ini sejalan dengan hasil wawancara awal pada empat orang perawat di RSUD Ade M. Djoen Sintang, salah satunya merupakan kepala suatu bagian menyatakan bahwa ada nya kegiatan program kerja untuk mendukung kesehatan baik secara fisik maupun kesehatan mental, dengan adanya hal tersebut dapat meningkatkan keyakinan setiap individu untuk tetap terus semangat dalam bekerja, serta sangat membantu untuk dapat menjau salah satunya proses kerja perawat. Namun kegiatan ini sudah kurang aktif karena tidak terlalu diperhatikan dan didukung, dan hal ini membuat dia kurang yakin apakah program tersebut dapat dilaksanakan serta dipertahankan jika kurangnya dukungan yang diberikan. Dia berharap akan hal ini dapat dibuktikan melalui survei, dan setelah dibuktikan apakah program yang dilaksanakan akan mempengaruhi perkembangan kesehatan, baik secara fisik dan psikologis kerja salah satunya perawat yang ada di RSUD Ade M. Djoen Sintang. Disisi lain ada juga perawat yang menyatakan bahwa dia sering kali merasa tidak yakin dengan kemampuan yang dimiliki sebagai seorang perawat, juga

sering kali berpikir bahwa dirinya tidak bisa diandalkan oleh karena dia juga memiliki kondisi kesehatan fisik yang kurang baik sehingga membuatnya berpindah ruangan, ketika diperhadapkan dengan suatu kondisi yang baru dia sulit untuk menyesuaikan dirinya dengan keadaan. Ada juga yang bercerita bahwa dirinya sangat menginginkan gaji dan fasilitas yang sesuai dengan yang dia harapkan. Namun karena kondisi keadaan rumah sakit yang terbatas membuatnya merasa lelah dan kurang yakin, berapa lama dia akan bekerja disini, tetapi dia juga harus tetap bertahan dan meyakini dirinya karena apa yang dia alami juga perawat yang lain merasakannya. Hasil wawancara kepada salah satu perawat di IGD, juga menyampaikan bahwa kurang yakin untuk dapat menyanggupi kondisi kerja yang dimana ketika bekerja di rumah sakit tidak mengenal waktu ketika mendapatkan jadwal pekerjaan yang tidak diinginkan. Suatu kondisi atau situasi yang seperti ini membuat dia merasa mendapat tekanan tersendiri, apalagi ketika mendapat jadwal pekerjaan yang di mana rekan kerja sebagai perawat kurang dapat bekerjasama dengan baik sulit untuk dapat meyakini agar dapat bertahan lama, namun karena ini adalah suatu profesi maka dia tetap yakin serta bertahan karena bertahan lebih baik dari pada tidak mendapatkan suatu pekerjaan.

Meningkatkan resiliensi adalah tugas yang penting karena hal ini dapat memberikan pengalaman dalam menghadapi tantangan dan kesulitan hidup. Dengan meningkatkan resiliensi manusia dapat mengembangkan keterampilan hidup seperti bagaimana komunikasi, kemampuan yang realistik dalam membuat rencana hidup dan mampu mengambil langkah yang tepat bagi hidupnya Rojas (2015). Mereka akan mengubah keadaan yang penuh tekanan menjadi sebuah kesempatan untuk mengembangkan diri pribadi. Resiliensi merupakan kapasitas manusia untuk menghadapi dan mengatasi kesulitan serta diperkuat atau ditransformasikan oleh kesulitan kesulitan dalam hidup. Namun demikian, seringkali ditemukan resiliensi manusia dalam menghadapi berbagai kesulitan hidup kurang optimal. Manusia lebih menyerah pada keadaan atau bahkan mengalami berbagai gangguan baik dalam kemampuan sosial, mental, maupun fisik. Terkadang tidak mampu menjaga keseimbangan dalam menghadapi tekanan yang kuat. Resiliensi tidak berdiri sendiri, tinggi rendahnya dipengaruhi oleh banyak faktor. Terdapat berbagai penelitian mengenai resiliensi dan banyak peneliti percaya bahwa resiliensi dapat diperkuat karena bukan ciri kepribadian yang “terprogram” dan dimiliki hanya beberapa

individu, namun merupakan hasil dari pengembangan faktor protektif Reivich & Shatte (dalam Utami & Helmi, 2017) Oleh karena itu, penguatan faktor protektif atau yang berperan terkait dengan resiliensi akan memperkuat resiliensi itu sendiri. Faktor yang berperan dalam penelitian ini adalah *self efficacy*. Hal tersebut sejalan dengan salah satu penelitian yang dilakukan oleh oleh Aziz & Noviekayanti (2016) faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi adalah *self efficacy*. Hal tersebut terkait dengan konsep efikasi diri (*self efficacy*).

Self efficacy mempengaruhi proses berpikir, level motivasi, dan kondisi perasaan, sehingga semua hal tersebut berperan terhadap jenis performasi yang dilakukan. Individu yang memiliki *self efficacy* rendah akan sulit memotivasi dirinya sendiri dan cenderung melarikan diri dari tugas, mengendorkan usahanya atau menyerah pada tahap awal rintangan yang ditemui. Mereka cenderung memperhatikan kekurangan mereka, tugas yang luar biasa, serta akibat yang tidak baik atau kegagalan Bandura Alwisol (2007). Individu yang memiliki *self efficacy* tinggi, tugas yang sulit dipandang sebagai tantangan untuk dihadapi dari pada sebagai ancaman untuk dihindari. Mereka berusaha untuk tetap memiliki komitmen terhadap tujuan, level usaha yang tinggi, serta memiliki strategi terhadap kegagalan yang mungkin terjadi serta mampu mengatasi atau menyelesaikan suatu masalah yang dihadapi dan melibatkan usaha-usaha untuk mengatur emosi dalam rangka menyesuaikan diri dengan dampak yang akan ditimbulkan oleh suatu kondisi atau situasi yang penuh tekanan, diperlukan kepercayaan diri untuk menyelesaikan masalah dan kemampuan diri yang bisa disebut dengan efikasi diri (*self efficacy*) Bandura (Alwisol, 2007).

Self efficacy berkaitan dengan kepercayaan diri terhadap kemampuan yang dimiliki untuk dapat mencapai apa yang diinginkan dan juga dapat bertahan. Bekerja untuk mendapatkan gaji serta dapat memberikan pelayanan yang baik merupakan suatu tujuan yang ingin dicapai oleh perawat, sehingga untuk mencapai tujuan tersebut perawat harus mengerahkan segala kemampuan yang dimilikinya. Tujuan tersebut juga dapat menjadi sumber motivasi serta harapan tujuan di masa depan.

METODE PENELITIAN

Populasi dalam penelitian ini adalah perawat yang ada di RSUD Ade M. Djoen Sintang dengan jumlah 216 orang. Pengambilan sampel diambil menggunakan teknik

sampling kebetulan (*insidental / accidental sampling*) siapa saja yang secara kebetulan/insidental bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang kebetulan ditemui itu cocok sebagai sumber data. Berdasarkan perhitungan rumus slovin diperoleh 140 orang sampel.

Penelitian ini menggunakan dua macam skala untuk mengukur variabel-variabel penelitian, yaitu: skala resiliensi yang disusun berdasarkan empat aspek menurut Grotberg (dalam Hendriani, 2018) yaitu, *I have (external supports)*, *I am (inner strengths)*, dan *I can (interpersonal dan problem solving skills*. Dan skala yang kedua yaitu skala *self efficacy* berdasarkan empat aspek *self efficacy* menurut Bandura (dalam, Ghufron 2017) yaitu aspek *self efficacy*, yaitu *level*, *generality*, dan *strength*.

Dalam penelitian ini uji daya diskriminasi alat ukur diukur dengan menggunakan Teknik Korelasi *Rank Spearman* dengan menggunakan program komputerisasi *Statistical Package for Social Science (SPSS) for Windows Release* versi 23.0. Perhitungan reliabilitasnya menggunakan teknik *Alpha-Cronbach*, dan analisis datanya menggunakan korelasi *rank spearman*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan hasil uji deskriminasi terhadap skala resiliensi diperoleh hasil terdiri dari 24 item valid, mempunyai koefisien validitas antara 0,320 sampai dengan 0,565. Koefisien reliabilitas *Alpha Cronbach* skala resiliensi adalah sebesar 0,893.

Sedangkan perhitungan uji deskriminasi skala *self efficacy* diperoleh hasil terdiri dari 24 item valid, mempunyai koefisien validitas 0,374 sampai dengan 0,699. Koefisien reliabilitas *Alpha Cronbach* skala *self efficacy* adalah sebesar 0,883

Uji normalitas pada data resiliensi memperoleh nilai K-S Z = sebesar 0,162 dengan nilai $p = 0,000$ maka $p (< 0,05\%)$. Berdasarkan data tersebut diketahui bahwa data distribusi tidak bersifat normal. Sedangkan uji normalitas pada data *self efficacy* memperoleh nilai K-SZ = 0,178 dengan $p = 0,000$ maka ($p < 5\%$) yang berarti data tersebut memiliki distribusi data tidak normal.

Uji linearitas terhadap data *self efficacy dan* resiliensi menunjukkan F linier 296.773 dengan $p = 0,000$ ($p < 5\%$) yang berarti adanya hubungan yang linear atau searah pada kedua variable.

Uji Korelasi Spearman menghasilkan nilai $r_s = 0,754$ dengan $p=0,001$. ($p<1\%$), Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara *self efficacy* dan resiliensi.

Pembahasan

Berdasarkan uji asumsi yang telah dilakukan, didapatkan hasil bahwa hipotesis diterima, yaitu terdapat hubungan yang sangat signifikan antara *self efficacy* dan resiliensi. Hal ini ditunjukkan dengan $r_s = 0.754$ dengan $p=0.001$. ($p<1\%$), Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara *self efficacy* dan resiliensi. Artinya Semakin tinggi *self efficacy* maka semakin tinggi resiliensi dan sebaliknya semakin rendah *self efficacy* maka semakin rendah resiliensi.

Tingginya resiliensi perawat dipengaruhi oleh positifnya *self efficacy* hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian dari Utami & Helmi (2017) di temukan bahwa korelasi antara *self efficacy* dengan resiliensi tergolong tinggi berdasarkan studi meta analisis terhadap penelitian di beberapa negara, maka dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan positif antara *self efficacy* dengan resiliensi. Penelitian ini relevan dengan hasil penelitian yang dilakukan Cohen (dalam Ellis, 2010) yang membagi efek korelasi ke dalam tiga golongan di mana korelasi di atas 0,50 tergolong tinggi, dan peneliti dari Wang dkk, (2017) pada resiliensi perawat menunjukkan bahwa *self efficacy* memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap resiliensi. Hal tersebut menunjukkan bahwa perawat yang memiliki keyakinan bahwa ia mampu mengatasi tugas-tugas yang ia hadapi, maka ia akan mampu menghadapi kesulitan ataupun tantangan dalam pekerjaan. *Self efficacy* adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuan yang dimiliki untuk mengontrol fungsi diri dan lingkungan Bandura (dalam Ghufroon 2017). *Self efficacy* akan menentukan bagaimana orang-orang merasakan, berpikir, memotivasi dirinya dan berperilaku. Pada perawat di RSUD Ade M. Djoen Sintang, merasakan sangat berartinya *self efficacy* untuk menghadapi situasi yang terjadi di saat bekerja. Hal ini ditunjukkan dengan 72,9% sampel penelitian berada pada kategori tinggi, sedangkan 27,1% berada pada kategori sedang. *Self efficacy* diperlukan oleh perawat untuk menghadapi tantangan yang terjadi ketika diperhadapkan dengan situasi yang menekan. ketika seseorang memiliki keyakinan yang positif maka hal ini berhubungan dengan peningkatan

motivasi dan ketekunan dan kemungkinan pikiran menolak pikiran negatif tentang kemampuan sendiri (Cassidy, 2015).

Peneliti melakukan wawancara lanjutan kepada tiga orang perawat RSUD Ade M. Djoen Sintang pada tanggal 1 September 2022, didapati hasil bahwa ketiga perawat memiliki *self efficacy* dan resiliensi yang tinggi, di mana salah satu dari mereka merupakan kepala bagian yang menggerakkan kegiatan pelatihan bagi perawat yang ada di rumah sakit guna meningkatkan mutu kerja pelayanan, khususnya perawat. Mereka merasa semakin yakin dapat bertahan jika dihadapkan dengan masalah dikarenakan kegiatan bersama yang dilaksanakan dapat membuat semakin kompak dan percaya diri. Ketika diwawancarai terkait dengan keyakinan berapa lama akan bertahan dalam suatu pekerjaan yang dijalani, beberapa diantaranya mengungkapkan bertahan lebih baik dari pada tidak memiliki pekerjaan pasti ada harapan yang lebih baik di kemudian hari. Perawat yang peneliti wawancarai memiliki keyakinan diri untuk dapat terus bertahan dan mengembangkan diri melalui pendidikan tambahan, mengikuti seminar-seminar, dan belajar banyak tentang profesi yang sedang dijalani sebagai perawat. Perawat harus terus semangat dan yakin dalam menjalani setiap kegiatan yang berguna untuk mendukung kemajuan rumah sakit, meskipun ada beberapa alasan untuk berhenti bertahan.

Pada penelitian ini, sumbangsiah efektif variabel *self efficacy* terhadap resiliensi perawat yang ada di RSUD Ade M. Djoen Sintang sebesar 68,3% yang berarti *self efficacy* memiliki pengaruh besar terhadap resiliensi perawat yang ada di RSUD Ade M. Djoen Sintang. Namun *self efficacy* bukan satu-satunya faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi, hal ini dikarenakan masih banyak faktor faktor lain sebesar 31,7% yaitu faktor *emotion regulation, impluse control, optimism, causal anaysis, empathy, & reaching out*.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, kesimpulan dari penelitian ini adalah hipotesis yang diajukan diterima, yaitu terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara *self efficacy dan* resiliensi. Semakin tinggi *self efficacy* maka semakin tinggi resiliensi dan sebaliknya semakin rendah

self efficacy maka semakin rendah resiliensi. Sumbangan efektif tinggi *self efficacy* dan resiliensi sebesar 68,3 %.

Saran

Saran bagi perawat diharapkan untuk tetap terus mempertahankan resiliensi dengan cara mendukung dan mengikuti setiap kegiatan yang dilaksanakan oleh PEMKESJA guna mempertahankan dan memperbaharui ilmu pengetahuan dan keterampilan keperawatan.

Bagi kepala ruangan dapat terus berhubungan dengan baik mendukung, meyakinkan kepada perawat bahwa dengan adanya kegiatan pelaksanaan kesehatan kerja yang kerap dilaksanakan oleh PEMKESJA sangat baik diikuti guna tetap mempertahankan diri, untuk tetap sadar akan meningkatnya kesadaran akan keyakinan diri sangat penting dan dapat terus menjadi resilien. Diharapkan bagi PEMKESJA RSUD Ade M. Djoen Sintang dapat terus melaksanakan program kesehatan kerja bagi perawat serta menimbulkan rasa memiliki perawat terhadap rumah sakit. Diharapkan juga untuk pihak manajemen RSUD Ade M. Djoen Sintang dapat terus mendukung memfasilitasi perawat dalam mendapatkan pengetahuan dan keterampilan melalui kesempatan melanjutkan pendidikan dan mengikuti pelatihanpelatihan keperawatan sesuai dengan unit kerja perawat serta memberikan dukungan sosial untuk terus meningkatkan keyakinan perawat membuat program kreatif dan inovatif seperti *family gathering* dan *family hospital tour* dan program lainnya untuk tetap terus mempertahankan resiliensi dan *self efficacy* perawat yang ada. Dan bagi peneliti selanjutnya yang tertarik tentang topik yang serupa dapat mengembangkan keterkaitan dengan variabel lain yang mempengaruhi resiliensi seperti *Emotion Regulation* (Regulasi Emosi), *Impulse Control* (Pengendalian Impuls), *Optimism* (Optimisme), *Causal Anaysis* (Analisis Kausal), *Empathy* (Empati), & *Reaching Out* (Pencapaian).

DAFTAR RUJUKAN

- Aziz, M. Z & Noviekayanti, I (2017). Dukungan sosial, efikasi diri, dan resiliensi pada karyawan yang terkena pemutusan hubungan kerja. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia Januari 2016, Vol. 5, No. 01, hal. 62-70*
- Azwar, S. (2015). *Metode penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar

- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215
- Bardoel, E. A., Michelle, T., & Monash, P. (2014). *Employee resilience : an emerging challenge for HRM*, 279–297. <https://doi.org/10.1111/17447941.12033>
- Cassidy, S. (2015). *Resilience building in student: the role of academic self – efficacy. Resilience and self-efficacy in students*,6(1781). <https://doi:10.3389/fpsyg.2015.01781>
- Parawansa, K. I. (2020). Perawat tulang punggung layanan kesehatan masa pandemi covid-19. <http://infocovid19.jatimprov.go.id/#>
- Rojas, F. L. (2015). Factors affecting academic resilience in middle school student : a case study. *Gist Education And Learning Research Journal*, 11(11), 63 – 78.
- Ghufron, N., & Risnawita, R. (2017). *Teori–teori psikologi*. Yogyakarta: Ar-ruzz Media
- Grotberg, E. H. (1995). A guide to promoting resilience in children: strengthening the human spirit. *Early chidhood development: Practice And Reflections*, 8.
- Keye, M. D., & Pidgeon, A. M. (2013). An investigation of the relationship between resilience, mindfulness, and academic self-efficacy. *Open Journal Of Social Sciences*, 1(6), 1–4. doi: 10.4236/jss.2013.16001
- Moors, G., Kieruj, N., & Vermunt, J. (2014). The effect of labeling and numbering of response scales on the likelihood of response bias. *Sociological Methodology*, 44(1), 369-399
- Reivich, K. & Shatte, A. (2002). *The resilience factor*. New York: Broadway Books.
- Robottom, B. J. and Weiner, W. J. (2011) Movement Disorders Emergencies Part 1 Hypokinetic Disorders, *Arch Neurol*. Available at: <https://jamanetwork.com/>
- Shin, J., Taylor, M. S., & Seo, M. (2012). Resource for change : the relationships of organizational inducement and psychological resilience to employees' attitudes and behaviors towards organizational change. *Academy of Management Journal*, 55(3), 727– 748.
- Shultz, K., Whitney, D. & Zickar, M. (2014). *Measurement theory in action : case studies and exercise*. New York : Taylor & Francis
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian pendidikan (pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan (R&D))*. Bandung : Alabeta, cv, cet 22
- Utami, C. T., & Helmi, A. F. (2017). Self-efficacy dan resiliensi: sebuah tinjauan meta-analisis. *Jurnal Buletin Psikologi*.25.
- Wang, L., Tao, H., Bowers, B. J., Brown, R., & Zhang, Y. (2017). Influence of social support and self-efficacy on resilience of early career registered nurses. *Western Journal Of Nursing Research*, 19394591668571. <https://doi:10.1177/019394591668571>

Wiwin, Hendriani., (2018) *Resiliensi psikologis sebuah pengantar* (1 ed.). Prenadamedia Group.

Yulianto, A. (2020). Mewaspada response bias dalam skala psikologi. *Buletin KPIN*, Vol. 6 No. 03

QUARTERLIFE CRISIS DITINJAU DARI SELF ACCEPTANCE PADA WARGA YANG INDEKOS DI KELURAHAN PANDANSARI KOTA SEMARANG

Palemonta Ginting¹, Brigitan Argasiam²

Fakultas Psikologi Universitas AKI

Paleginting8@gmail.com

Abstract

This study aims to determine the relationship between self-acceptance and the quarter life crisis of residents living in boarding houses in Pandansari Village, Semarang City. The sample of this research is 148 residents who live in a boarding house in Pandansari Village, Semarang City. The sampling technique used purposive sampling technique. This study uses a psychological scale data collection method in the form of a Likert scale consisting of two scales, namely, a quarter life crisis scale of 25 items ($\alpha = 0.906$) and a self-acceptance scale of 28 items ($\alpha = 0.893$). Analysis of the data used is Spearman correlation. The results of this study obtained a correlation coefficient value (r_s) = -0.271 with $p = 0.001$ ($p < 0.01$) which means that there is a significant negative relationship between self-acceptance and quarter life crisis in residents who are boarding houses in Pandansari Village so that the hypothesis is accepted. The lower the self-acceptance, the higher the quarter life crisis for residents living in boarding houses in Pandansari Village. The effective contribution is 7.3% which is influenced by the independent variables in this study and the other 92.7% is influenced by other factors. Keywords: self-acceptance, quarter life crisis

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self-acceptance* dengan *quarter life crisis* warga yang indekos di Kelurahan Pandansari Kota Semarang. Sampel penelitian ini adalah 148 warga yang indekos di Kelurahan Pandansari Kota Semarang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data skala psikologi berupa skala *likert* yang terdiri atas dua skala yaitu, skala *quarter life crisis* 25 butir aitem ($\alpha = 0,906$) dan skala *self-acceptance* 28 butir aitem ($\alpha = 0,893$). Analisis data yang digunakan adalah korelasi Spearman. Hasil penelitian ini memperoleh nilai koefisien korelasi (r_s) = -0,271 dengan $p = 0,001$ ($p < 0,01$) yang berarti bahwa adanya hubungan negatif yang signifikan antara *self-acceptance* dengan *quarter life crisis* pada warga yang indekos di Kelurahan Pandansari sehingga hipotesis diterima. Semakin rendah *self-acceptance* yang dimiliki, maka semakin tinggi *quarter life crisis* pada warga yang indekos di Kelurahan Pandansari. Sumbangan efektif sebesar 7,3% yang dipengaruhi oleh variabel bebas dalam penelitian ini dan 92,7% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain.

Kata kunci: penerimaan diri, krisis seperempat abad

PENDAHULUAN

Quarter life crisis merupakan suatu fenomena yang sudah lama dan sebenarnya juga hal yang lumrah dialami oleh setiap individu, apalagi di usia seperempat abad ini beban dan kebutuhan hidup pun semakin bertambah. Beberapa jurnal penelitian ilmiah juga sudah membahasnya, bahkan LinkedIn (2017), menunjukkan bahwa 75% orang berusia 25 sampai 33 tahun di dunia mengaku pernah mengalami *quarter life crisis*. *Quarter life crisis* sendiri merupakan periode di mana manusia mulai masuk masa dewasa. Krisis ini dianggap sebagai masa sulit yang dialami generasi usia 18-29 tahun, yang mana individu akan merasakan serangan emosional luar biasa yang datang dari dalam dan luar diri, sehingga individu tersebut menjadi cemas, tidak nyaman, kebingungan dengan arah hidup, merasa salah arah, dan putus asa (Nash dan Murray, 2010).

Menurut *Mindbodygreen.com* (2019) sebanyak 6 dari 10 milenial dilaporkan mengalami *quarter life crisis*. *The Guardian* (2019) melakukan riset yang didapatkan bahwa 86% milenial mengalami *quarter life crisis* yang mana individu tersebut akan merasakan *insecure*, kecewa, kesepian, sampai depresi. Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh *One Poll* dalam *First Direct Bank* (2017) terhadap 2.000 responden millennial di Inggris menggambarkan 56% individu berada dalam *quarter life crisis*. Hampir 60% melaporkan bahwa individu mempertanyakan situasi kehidupan mereka dikarenakan adanya tekanan- tekanan dari lingkungan. Semakin mendapat tekanan, individu akan frustrasi dan memandang negatif terhadap diri sendiri. Kesulitan keuangan adalah penyebab kedua krisis seperempat kehidupan atau *quarter life crisis*. Lebih dari 30% individu dalam *quarter life crisis* mengeluarkan uang lebih banyak daripada yang mereka hasilkan. Krisis emosional yang terjadi pada usia 20-an membuat mereka mengalami perasaan tak berdaya, terisolasi, ragu dengan kemampuan sendiri, dan takut akan kegagalan.

Dalam penelitian Balzarie, Nawangsih & Mirosky (2019) mereka membandingkan antara *emerging adulthood* dengan tahapan perkembangan selanjutnya. *Emerging adulthood* sendiri adalah tahapan usia yang melewati masa

remaja dan belum memasuki usia dewasa, dengan rentang usia berkisar 18-29 tahun (Arnett, 2013). Dari perbandingan tersebut ditemukan hasil dari penelitian menyebutkan bahwa terjadinya depresi lebih tinggi dialami pada usia 20 tahun daripada usia lainnya. Kondisi ini dikenal sebagai *quarter life crisis*. *Quarter Life Crisis* atau yang sering disingkat QLC dalam pandangan Barat merupakan bagian dari gejala *quarter life period*. Fase *quarter life period* merupakan masa transisi antara fase remaja menuju fase dewasa (Arnett, 2013).

Quarter life crisis adalah perasaan khawatir yang hadir atas ketidakpastian kehidupan mendatang seputar relasi, karier, dan kehidupan sosial yang terjadi sekitar usia 20 tahunan. Hal ini sejalan dengan pernyataan para ahli yaitu oleh Nash dan Murray (2010), yang mengatakan bahwa yang dihadapi ketika mengalami *quarter life crisis* adalah masalah terkait mimpi dan harapan, tantangan kepentingan akademis, agama, dan spiritualitas, serta kehidupan pekerjaan dan karier. Permasalahan-permasalahan tersebut muncul ketika individu masuk pada usia 18-29 tahun.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang dilakukan pada tanggal 26 Maret 2022 pada warga yang tinggal indekos di daerah Kelurahan Pandansari, Kota Semarang. Warga yang berinisial IM dan DD yang merupakan kuli bangunan mengatakan bahwa mereka merasa upah yang mereka dapatkan kurang dapat memenuhi kebutuhan hidup dan keluarga. Mereka bekerja dengan menggunakan sistem kontrak, artinya mereka hanya bekerja jika ada proyek, sehingga mereka merasa khawatir dan cemas jika nanti kontrak mereka sudah habis, mereka tidak menemukan pekerjaan dan semakin sulit untuk memenuhi kebutuhan keluarga mereka. Wawancara lain yang dilakukan pada tanggal 28 Maret 2022, dengan warga yang berinisial ED dan DE, yang statusnya saat ini sebagai mahasiswa. Kedua orang mahasiswa tersebut merupakan mahasiswa semester dua belas yang berkuliah di sebuah Universitas Swasta di Semarang, mereka merasa sudah sangat tertinggal dengan teman-teman sebayanya yang sudah mencapai impiannya duluan, dan hal tersebut membuat mereka merasa malu, ditambah lagi dengan adanya tuntutan dari keluarga yang menginginkan mereka harus segera lulus serta mendapatkan pekerjaan.

Tuntutan tersebut menjadikan mereka khawatir berlebihan terhadap masa depan yang akan datang karena mereka takut kehidupan yang akan datang tidak sesuai dengan kehidupan yang telah mereka bayangkan dan rencanakan sebelumnya, mereka khawatir tidak memiliki pekerjaan, khawatir tidak memiliki keamanan di masa depan, dan cenderung akan mempertanyakan serta menyesali keputusan hidup yang sudah diambilnya.

Wawancara lain dilakukan pada tanggal 4 Maret 2022, pada salah satu warga berinisial PI, yang merupakan seorang karyawan minimarket. Pi sudah bekerja selama 14 bulan dan sisa 3 bulan lagi kontraknya akan berakhir. Karyawan tersebut merasa bahwa ia takut kontraknya tidak diperpanjang karena dia jarang masuk kerja akibat baru saja diselingkuhi dan putus dengan pacarnya, sehingga membuat dia stress dan kurang motivasi dalam bekerja.

Noor (2018) mengatakan bahwa individu yang berada dalam krisis ini akan merasa hilangnya motivasi hidup, merasa dirinya gagal, hilangnya rasa percaya diri serta makna hidup, sampai dengan memisahkan diri dari lingkungannya. Macrae (2011) pada penelitiannya menyatakan bahwa banyak dewasa awal yang terjadi pada usia 20-30an mengalami serangan panik serta merasa ragu dengan kemampuan diri sendiri dalam menjalani kehidupan pada masa dewasa merupakan akibat dari krisis ini. Dalam penelitian (Vasquez, 2015) menyatakan bahwa individu pada awal masa dewasa sebenarnya mudah mengalami *quarter life crisis* yang dapat diakibatkan oleh tekanan pekerjaan, hubungan interpersonal, serta berbagai harapan untuk menjadi orang yang mapan dan sukses.

Lebih lanjut menurut Robinson (2018), krisis yang dialami oleh individu merupakan akibat dari kurangnya *self acceptance* atau penerimaan diri serta kurang mampu mengoptimalkan potensi yang ada dalam dirinya dalam mengupayakan pengembangan diri. Dijelaskan lebih lanjut bahwa pada fase *quarter life crisis* ini *self acceptance* atau penerimaan diri memiliki pengaruh terhadap individu dalam menghadapi krisis. Individu yang tidak dapat menerima dirinya dan tidak mampu mengevaluasi dirinya maka akan rentan terhadap krisis. Mereka menjadi cenderung

sulit untuk mengambil keputusan dalam menghadapi permasalahan. *Self-acceptance* atau penerimaan diri diduga memiliki korelasi terhadap *quarter life crisis*. Individu yang memiliki *self-acceptance* atau penerimaan diri yang baik akan mampu menghadapi situasi ini, begitu juga sebaliknya, jika individu tidak memiliki penerimaan diri yang baik atau tidak bisa menerima keadaan yang dialaminya justru akan membuat individu tersebut terjebak dalam *quarter life crisis* ini.

Self-acceptance adalah adanya sikap dalam melakukan penilaian diri dan keadaannya secara objektif, baik berupa kelebihan maupun kekurangan seputar diri sendiri (Machdan, 2012). Individu yang memiliki penerimaan diri akan bertoleransi terhadap kondisi yang menekan atau menjengkelkan dan dapat menerima kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya tanpa merasakan kesedihan ataupun kemarahan (Hjelle & Zieger, 2012). Hurlock (2013) mengemukakan bahwa *self-acceptance* merupakan kemampuan menerima segala hal yang ada pada diri sendiri baik kekurangan maupun kelebihan yang dimiliki, sehingga bila terjadi peristiwa yang kurang menyenangkan maka individu akan mampu berfikir logis tentang baik buruknya masalah yang terjadi tanpa menimbulkan perasaan, permusuhan, perasaan rendah diri, malu, dan rasa tidak aman.

Hasil penelitian Rodhatul (2020), tentang identifikasi *self-acceptance* masa dewasa awal menunjukkan hasil bahwa individu yang berada pada masa dewasa awal memiliki kategori *self-acceptance* sedang cenderung tinggi. Kusumaningsih (2017), tentang penerimaan diri dan kecemasan terhadap status narapidana, menunjukkan hasil bahwa ada hubungan negatif antara penerimaan diri dengan kecemasan terhadap status narapidana penelitian tersebut diharapkan dapat menjadi salah satu bentuk dukungan pada narapidana untuk dapat menerima kondisi dirinya dengan lapang dada agar tidak mengalami kecemasan dan lebih siap dalam berinteraksi kembali dengan masyarakat setelah dinyatakan bebas.

METODE PENELITIAN

Adapun variabel – variabel yang digunakan pada penelitian ini adalah *quarter life crisis* sebagai variabel tergantung (Y). *quarter life crisis* akan di ukur dengan

menggunakan skala likert yang disusun berdasarkan aspek-aspek *quarter life crisis* menurut Agustin (2012) yaitu kebingungan dalam mengambil keputusan, putus asa, penilaian diri yang negatif, terjebak dalam situasi sulit, cemas, tertekan, dan khawatir dengan relasi interpersonal. Sedangkan untuk variabel bebas (X) yaitu *self-acceptance* akan diukur menggunakan skala likert yang disusun berdasarkan aspek-aspek *self-acceptance* menurut Sari (2010) yaitu, kesediaan untuk mengakui kelebihan dan kekurangan sama dengan orang lain, kepercayaan diri untuk mampu mengembangkan dan mengeliminir sikap berdasarkan potensi yang dimiliki, kesediaan untuk mempertanggungjawabkan semua perilaku tanpa kecuali, adanya toleransi yang tinggi terhadap orang lain, berpegang teguh pada pendirian, Sadar akan keterbatasan diri dengan tidak menyalahkan kekurangan diri dan tidak mengingkari kelebihan yang dimiliki, dan jujur dengan perasaan yang sedang dirasakan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh warga yang Indekos di Kelurahan Pandansari Kota Semarang yang berjumlah 240 orang dan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu 148 orang yang di ambil berdasarkan tabel krejcie. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis korelasi Spearman. Pada penelitian ini perhitungan uji daya beda dan reliabilitas menggunakan alat bantu computer *Stistical Packages for Social Sciences (SPSS) V26.0*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan hasil perhitungan validitas terhadap Skala *quarter life crisis* yang terdiri dari 25 item. Hasil dari uji validitas menunjukkan skala *quarter life crisis* berkisar antara 0,300 – 0,623. Sedangkan untuk skala *self-acceptance* terdiri dari 28 item. Hasil uji validitas pada skala *self-acceptance* berkisar antara 0,328 – 0,625.

Reliabilitas pada skala *quarter life crisis* ditunjukkan dari nilai Alpha Cronbach (α) sebesar 0.906. karena nilai reliabilitas yang dimiliki pada skala *quarter life crisis* mendekati nilai 1,00 maka reliabilitasnya dinyatakan sangat tinggi. Reliabilitas pada skala *self-acceptance* ditunjukkan dari nilai Alpha Cronbach (α) sebesar 0,893. karena nilai reliabilitas yang dimiliki pada skala *self-acceptance* mendekati nilai 1,00 maka reliabilitasnya dinyatakan sangat tinggi.

Uji normalitas pada skala *quarter life crisis* memperoleh nilai K-S $Z = 0,072$ dengan signifikan $0,061$ ($p > 0,05$) yang berarti data tersebut memiliki distribusi data normal. Sedangkan uji normalitas pada skala *self-acceptance* memperoleh nilai K-S $Z = 0,083$ dengan signifikan $0,014$ ($p < 0,05$) artinya data tersebut memiliki distribusi tidak normal.

Uji linearitas dari skala *quarter life crisis* dengan skala *self-acceptance* menunjukkan hubungan yang bersifat linear. Hasil uji linear ditunjukkan dengan $F = 11.534$ dengan signifikan 0.001 ($p < 0,05$) yang berarti hubungan antara kedua variabel bersifat linear.

Uji korelasi rank Spearman menghasilkan nilai $r_s = -0,271$ dengan $p = 0,001$. ($p < 1\%$) yang artinya semakin tinggi *self-acceptance* maka semakin rendah *quarter life crisis*, sebaliknya semakin rendah *self-acceptance* maka semakin tinggi *quarter life crisis*.

Berdasarkan perhitungan kategorisasi diperoleh hasil tingkat *quarter life crisis* pada warga yang Indekos di Kelurahan Pandansari berada pada kategori sedang. Hal ini ditunjukkan dengan hasil sebanyak 92 warga berada dalam kategori sedang, 42 warga berada dalam kategori tinggi, dan 14 warga berada dalam kategori rendah.

Sedangkan untuk hasil perhitungan kategorisasi tingkat *self-acceptance* pada warga yang Indekos di Kelurahan Pandansari berada pada kategori tinggi. Hal ini ditunjukkan dengan hasil sebanyak 128 warga berada dalam kategori tinggi, 19 warga berada dalam kategori sedang, dan 1 warga berada dalam kategori rendah.

Pembahasan

Berdasarkan Hasil uji daya asumsi antara *self-acceptance* dengan *quarter life crisis* pada warga yang indikos di Kelurahan Pandansari Kota Semarang menghasilkan nilai $r_s = -0.271$ dengan $p = 0.001$ ($p < 5\%$). Hasil ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan dapat diterima. Artinya semakin tinggi *self-acceptance* yang dimiliki subjek maka semakin rendah *quarter life crisis* yang dialami subjek, begitu juga sebaliknya, semakin rendah *self-acceptance* yang dimiliki subjek maka semakin tinggi *quarter life crisis* yang dialami subjek.

Quarter life crisis merupakan suatu kondisi individu mengalami krisis seperti mengalami kebimbangan dalam mengambil keputusan, merasa putus asa, memiliki penilaian negatif terhadap diri, merasa terjebak dalam kehidupan yang dijalani, merasa cemas terhadap masa depan, tertekan akan tuntutan, dan memiliki kekhawatiran terhadap relasi interpersonal (Robbins & Wilner, 2001). Berada pada masa dewasa awal atau *quarter life crisis* merupakan tantangan tersendiri karena jika perubahan transisi biasanya terjadi karena individu dewasa awal belum siap untuk menghadapi masa dewasa sebab adanya sebuah rencana namun belum pasti keberhasilan. Robbins dan Wilner mengatakan *quarter life crisis* adalah seperempat kehidupan yang memiliki ketidakstabilan perasaan, perubahan konstan, terlalu banyak pilihan dan rasa panik tidak berdaya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa warga yang Indekos di Kelurahan Pandansari memiliki tingkat *quarter life crisis* yang tergolong sedang, hal ini ditunjukkan dengan 28,4% sampel penelitian berada pada kategori tinggi, sedangkan 62,2% berada pada kategori sedang, dan 9,5% berada pada kategori rendah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa subjek pada penelitian ini menunjukkan rasa kurang percaya diri dalam menghadapi masa depan, bimbang dalam mengambil keputusan, kurang motivasi, dan masih membandingkan diri dengan orang lain menganggap bahwa kehidupan orang lain lebih baik dari kehidupannya.

Hasil kategorisasi *self-acceptance* diketahui bahwa 86,5% atau sejumlah 128 orang berada pada *self-acceptance* yang tinggi dari jumlah sampel penelitian, kemudian sebanyak 12,8% atau sejumlah 19 orang berada pada tingkat *self-acceptance* yang sedang, sementara 0,7% atau sejumlah 1 orang berada pada tingkat *self-acceptance* yang rendah. Hal ini menunjukkan bahwa *self-acceptance* yang dimiliki subjek tergolong tinggi, artinya subjek pada penelitian ini mampu menangani masalah yang mereka hadapi secara efektif, yakin terhadap keputusan yang di ambil, menerima kekurangan yang ada serta tidak mengabaikan kelebihan yang dimiliki. Lebih jelasnya Jersild (Hurlock, 2013) menyampaikan bahwa individu yang memiliki taraf penerimaan diri yang tinggi akan mempertimbangkan semua karakteristik yang dimiliki aspek fisik, mental, emosional, dan spriritual. Penerimaan

diri yang objektif dapat membentuk kelebihan diri dan memperkecil kelemahan diri yang dimiliki.

Pada dasarnya *self-acceptance* merupakan sikap merasa puas dengan diri sendiri, kualitas-kualitas dan bakat-bakat sendiri, dan pengakuan akan keterbatasan diri sendiri, dan menerima diri berarti telah menyadari, memahami, dan menerima apa adanya dengan disertai keinginan untuk selalu mengembangkan diri sehingga dapat menjalani hidup dengan baik dan penuh tanggungjawab. dengan adanya penerimaan diri individu dapat lepas dari masa *quarter life crisis*. Hal ini sejalan dengan pendapat Ellis, dikatakan bahwa penerimaan diri dapat membebaskan individu dari kecemasan, depresi, dan menuntun individu menjelajahi hal baru yang membawa individu menikmati hidup dalam kebahagiaan yang besar (Bernard, 2013).

Perbedaan hasil yang didapat ketika wawancara awal dan hasil analisa skala dikarenakan terjadinya *response bias*. *response bias* merupakan respon pada alat ukur yang tidak sesuai dengan keadaan sebenarnya dari responden. Skala likert lebih rentan terjadi *response bias* dibanding skala lain (Moors, Kieruj, & Vermunt, 2014). Ketika responden memberikan respon yang tidak sesuai dengan keadaan sebenarnya pada skala, maka akan berdampak pada keakuratan hasil dari skala itu sendiri, lebih spesifiknya mempengaruhi uji daya diskriminasi, reliabilitas, serta penggunaan dari skor tes tersebut (Shultz, Whitney, & Zickar, 2014). Ketika responden diberikan skala, bukan hanya mencocokkan dengan apa yang ada dalam dirinya, tetapi mempertimbangkan faktor-faktor lain (ingin dianggap baik dan ingin mengelabui peneliti). Validitas skala akan menjadi rendah karena jawaban yang tidak sesuai begitu pula dengan skor lainnya. Dengan demikian bila dilakukan analisis aitem maka pernyataan-pernyataan tersebut akan memiliki diskriminasi yang rendah dalam membedakan responden yang memiliki karakteristik yang tinggi dan yang rendah (Yulianto, 2020).

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan dan dengan hipotesis yang telah diajukan pada penelitian ini adalah ada hubungan negatif antara *quarter life crisis* dengan *self-acceptance* pada warga yang indekos di Kelurahan Pandansari Kota Semarang diterima. Hal ini ditunjukkan dari nilai $r_s = -0.248$ dengan $p = 0.002$ ($p < 5\%$) berarti semakin tinggi *self-acceptance* maka semakin rendah *quarter life crisis*, sebaliknya semakin rendah *self-acceptance* maka semakin tinggi *quarter life crisis*. Sumbangan efektif variabel *self-acceptance* terhadap *quarter life crisis* sebesar 7,3% sedangkan sisanya 92,7% dipengaruhi oleh faktor lain yaitu faktor eksternal seperti; kehidupan pekerjaan dan karir, masalah hubungan, dan kesehatan mental serta *self-awareness*.

Saran

Saran bagi individu yang saat ini menginjak usia dewasa awal (18-29 tahun) dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai gambaran *quarter life crisis* serta keterkaitannya dengan *self-acceptance*. Disarankan juga bagi individu di usia dewasa awal yang mengalami *quarter life crisis* untuk meminta bantuan kepada tenaga profesional seperti psikolog, mengikuti seminar atau *workshop* terkait pengembangan diri, pengelolaan stress dan kecemasan, berhenti membandingkan diri dengan orang lain, menjauhkan diri dari orang yang memberikan dampak negatif, menetapkan tujuan lalu membuat rencana dan lakukan.

Saran bagi peneliti selanjutnya, perlu diketahui bahwa penelitian ini berfokus pada *quarter life crisis*, dilihat bagaimana korelasinya dengan *self-acceptance*, sehingga disarankan untuk peneliti selanjutnya untuk mengetahui faktor lain yaitu faktor eksternal seperti; kehidupan pekerjaan dan karir, masalah hubungan, dan kesehatan mental serta *self-awareness* yang memiliki korelasi dengan *quarter life crisis* selain *self-acceptance*.

DAFTAR RUJUKAN

- Afida, Rohadtul. (2020). Identifikasi self-acceptance masa dewasa awal pada pengunggah status di media social. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah.
- Agustin, I. (2012). Terapi dengan pendekatan solution-focused pada individu yang mengalami quarter life crisis. *Masters Tesis*. Universitas Indonesia.
- Arnett, J. J. (2013). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. England: Oxford University Press.
- Azwar. (2010). *Metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Balzarie, E. N., Nawangsih, E. & Mirosky. (2019). Kajian resiliensi pada mahasiswa Bandung yang mengalami Quarter Life Crisis. *Prosiding Psikologi*.
- Bernard, E. Michael. (2013). *The strength of self-acceptance. theory, practice and research*. Australia: University of Melbourne.
- Hjelle, & Ziegler, (2012). *Personality theories: basic assumptions, research and applications (Third)*. United states of america: McGraw-Hill Bokk Co.
- Hurlock, E. B. (2013). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Edisi Kelima*. Jakarta: Erlangga.
- Kusumaningsih, (2017). Penerimaan diri dan kecemasan terhadap status narapidana. *Jurnal Psikologi Ilmiah*. Vol. 9 no. 3.
- Linkedin. (2017). New LinkedIn research shows 75 percent of 25-33 year olds have experienced quarter-life crises. Retrieved fro Linked logo: <https://news.linkedin.com/2017/11/new-linkedin-research-shows-75-percentof-25-33-year-olds-have-e>
- Machdan, D. M. (2012). Hubungan antara penerimaan diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada tunadaksa di upt rehabilitasi sosial cacat tubuh pasuruan. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*. Vol. 1 no. 02.
- Macrae, F. (2011). Quarter-life crisis hits three in four of those aged 26 to 30. Retrieved from. <https://www.dailymail.co.uk/news/article-1289659/Quarterlifecrisis-hits-26-30-year-olds.html>
- Mindbodygreen (2019) Rentan alami quarter life crisis, millenials dituntut rasional hadapi realita. Diakses dari: <https://www.maxmanroe.com/quarter-lifecrisis.html>
- Nash, R.J., & Murray, M.C. (2010). *Helping college students find purpose: The campus guide to meaning-making*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.

- Noor, H. (2018). Rentan mendera usia 25-an, kenali quarter life crisis dan 9 solusinya. <https://www.brilio.net/kepribadian/rentan-mendera-usia-25-ankenali-quarter-life-crisis-9-solusinya-180803n.html>
- Onepoll (2017). survey of employees at the bank about the quarter life crisis. Diakses <https://www1.firstdirect.com/content/dam/fsdt/en/quarter-life-crisis-guide>.
- Robbins, A., Wilner, A. (2001). *Quarter life crisis: The unique challenges of life in your twenties*. New York: Tarcher Penguin.
- Robinson, O. C. (2018). *A longitudinal Mixed-methods case studi of quarter life crsis during the post-university transition: loocked-out and locked-in from in combination. Emerging adouldhood*. New York: Routledge.
- Sari, S. R. (2010). Faktor yang mempengaruhi penerimaan diri: sebuah studi penelitian di kalangan anak berhadapan dengan hukum (ABH) di panti sosial marsudi putra (psmp). *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Syarif Hidayatullah.
- Shultz, K., Whitney, D./ & Zickar, M. (2014). *Measurement theory in action: case studies and exercise*. New York: Taylor & Francis The Guardian. (2019). Quarter life crisis menerkam kaum milenial.
- Vasquez, J. P. R. (2015). Development and validation of quarter life crisis scale for Filipinos. *The Asian Conference on Psychology & the Behavioral Sciences Development*.
- Yulianto (2020). Pengujian psikometri skala guttman untuk mengukur perilaku seksual pada remaja berpacaran. *Jurnal psikologi*. Vol. 18, no 01.
- Zamia. (2019). Gambaran psychological well-being pada sarjana pengangguran yang mengalami quarter life crisis. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara.

***SELF EFFICACY* DITINJAU DARI *FLOW* AKADEMIK PEMBELAJARAN *ONLINE* PADA SISWA SMA NEGERI 13 SEMARANG**

Auliya Putri Pramasari¹, I Rheny Arum Permitasari²

Fakultas Psikologi Universitas AKI
521180052@student.unaki.ac.id

Abstract

The purpose of this study was to test whether a relationship was found between self-efficacy and the academic flow of online learning in SMA Negeri 13 Semarang students. This study involved 234 Class X students of SMA Negeri 13 as research subjects. The collection of research data uses a self-efficacy scale and academic flow of online learning which is arranged based on the aspects of the two variables. The data analysis method used is the Spearman-rho correlation which belongs to non-parametric statistics. The results of the study concluded that the hypothesis proposed was accepted, namely that there was a positive relationship between self-efficacy and the academic flow of online learning in SMA Negeri 13 Semarang students, so that it could be interpreted that the higher the self-efficacy of students, the higher the academic flow experienced while participating in online learning. This conclusion was drawn based on the observation of the results of the Spearman-rho correlation test which showed a value of $\rho = 0.511$ with a significance = 0.000 ($p < 0.01$). The effective contribution of the self-efficacy variable to the academic flow of online learning for Class X students of SMAN 13 Semarang is 35%, the remaining 65% is influenced by other factors. This study has a weakness, namely that there is still the possibility of social desirability in the data collection instrument.

Keywords: self efficacy, academic flow, online learning

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji apakah ditemukan hubungan antara self efficacy dengan flow akademik pembelajaran online pada siswa SMA Negeri 13 Semarang. Penelitian ini melibatkan 234 orang siswa Kelas X SMA Negeri 13 sebagai subjek penelitian. Pengumpulan data penelitian menggunakan skala self efficacy dan flow akademik pembelajaran online yang disusun berdasarkan aspek kedua variabel. Metode analisis data yang digunakan adalah korelasi Spearman-rho yang tergolong ke dalam statistik nonparametrik. Hasil penelitian menyimpulkan diterimanya hipotesis yang diajukan, yaitu ada hubungan positif antara self efficacy dengan flow akademik pembelajaran online pada siswa SMA Negeri 13 Semarang, sehingga dapat diartikan bahwa semakin tinggi self efficacy yang dimiliki siswa maka semakin tinggi pula flow akademik yang dialami selama mengikuti pembelajaran online. Kesimpulan tersebut diambil berdasarkan pada pengamatan hasil uji korelasi Spearman-rho yang menunjukkan adanya nilai $\rho = 0,511$ dengan signifikansi = 0,000 ($p < 0,01$). Sumbangan efektif variabel self efficacy terhadap flow akademik pembelajaran online siswa Kelas X SMAN 13 Semarang sebesar 35%, sisanya 65% dipengaruhi faktor lain. Penelitian ini memiliki kelemahan, yaitu masih adanya kemungkinan pengaruh social desirability pada instrumen pengumpulan data.

Kata kunci : *self efficacy, flow akademik, pembelajaran online*

PENDAHULUAN

Coronavirus Disease 2019 (Covid-19) telah menjadi pandemi yang berdampak sangat luas bagi kehidupan manusia. Wabah ini dalam kurun waktu hitungan bulan telah menjalar ke ratusan negara lintas benua. Tercatat pada awal 2022 telah tercatat lebih dari 240 juta orang yang terinfeksi virus ini dengan perkiraan 5 juta lebih korban kematian. Kondisi ini telah memberikan dampak yang sangat buruk pada setiap sektor kehidupan manusia, ekonomi, sosial, politik, bisnis, hingga pendidikan. Tak terkecuali kondisi ini juga berdampak di Indonesia yang mendorong pemerintah terpaksa melakukan upaya penanganan dan pencegahan penyebaran virus ini.

Sebagai upaya percepatan penanganan Covid-19, pemerintah melalui PP No. 21 Tahun 2020 menerbitkan kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (*social distancing*). Kebijakan ini mengharuskan semua warga negara untuk membatasi aktivitas kerja, dunia usaha, perkantoran, pendidikan, keagamaan, ekonomi hingga aktivitas sosial lainnya. Sebagai jalan keluar dari kondisi ini, banyak pelaku sektor itu yang mengandalkan teknologi telekomunikasi digital untuk melakukan segala aktivitasnya.

Tidak terkecuali dalam bidang pendidikan, Pandemi Covid-19 telah membuat sistem pembelajaran di sekolah dipaksa berubah secara drastis dari pembelajaran tatap muka (konvensional) menjadi pembelajaran secara *online*. Banyak pihak yang merasa belum siap untuk pelaksanaan pembelajaran *online*, baik dari guru, siswa, maupun orang tua.

Menurut Kitao (dalam Riyana, 2019), pengertian *online learning* atau pembelajaran *online* meliputi aspek perangkat keras (infrastruktur) berupa seperangkat komputer yang saling berhubungan satu sama lain dan memiliki kemampuan untuk mengirimkan data, baik berupa teks, pesan, grafis, maupun suara. Dengan kemampuan ini, *online learning* dapat diartikan sebagai suatu jaringan komputer yang saling terkoneksi dengan jaringan komputer lainnya ke seluruh penjuru dunia. Namun demikian, pengertian *online learning* bukan hanya berkaitan dengan dengan perangkat keras saja, melainkan juga mencakup perangkat lunak berupa data yang dikirim dan disimpan, sewaktu-waktu dapat diakses. Beberapa komputer yang saling berhubungan satu sama lain dapat menciptakan fungsi sharing yang secara sederhana dapat disebut sebagai jaringan (*networking*).

Pelaksanaan pembelajaran *online* tidak lepas dari beberapa kendala seperti ketimpangan teknologi antara sekolah di kota besar dan daerah, keterbatasan kompetensi guru dalam pemanfaatan aplikasi pembelajaran, keterbatasan sumberdaya untuk pemanfaatan teknologi pendidikan seperti internet dan kuota, dan adanya relasi guru – murid – orang tua dalam pembelajaran daring yang belum integral (*pusdatin.kemdikbud.go.id*, 2020). Selain itu, dengan adanya pembelajaran *online* membuat para siswa dituntut untuk dapat belajar secara mandiri dan memaksimalkan penggunaan teknologi saat ini.

Selain itu ketidaksiapan pembelajaran *online* lainnya adalah karena faktor lingkungan rumah maupun keluarga yang tidak kondusif dan tidak mendukung. Seperti dikutip dari Kompasiana (Triani, 2021) bahwa seorang siswa SD diduga dianiaya oleh orang tua sendiri karena sulit diajari saat pembelajaran *online*. Hal tersebut membuat anak mengalami stres bahkan ada yang sampai memutuskan untuk bunuh diri. Adapun kasus bunuh diri oleh pelajar akibat stres karena pembelajaran *online* terjadi saat Komisi Perlindungan Anak (KPAI) menyampaikan kabar duka atas wafatnya seorang siswa *Madrasah Tsanawiyah* (MTs) di wilayah Tarakan, Kalimantan Utara berinisial AN (15) yang diduga melakukan bunuh diri. Komisioner KPAI, Retno Listyarti menerangkan bahwa insiden itu diduga dipicu dari banyaknya tugas sekolah secara daring yang belum dikerjakan korban sejak tahun ajaran baru. Hal itu kemudian membuat dirinya tak dapat mengikuti ujian akhir semester. Kasus bunuh diri lainnya dialami oleh seorang siswa SMA di Gowa berinisial MI yang sementara diduga mengalami tekanan mental karena kendala jaringan yang menyulitkan belajar di rumah, sedangkan beban tugas yang diterima bertumpuk (Oebdilah, 2020).

Sifat pembelajaran *online* yang cenderung dijalani siswa secara individual dan tanpa ada pengawasan guru dan orang tua menguji sejauh mana seorang siswa dapat berkonsentrasi dalam pelajaran. Seorang siswa memerlukan konsentrasi pada kegiatan belajar yang dikerjakan, perasaan nyaman dan motivasi intrinsik pada saat menjalani kegiatan akademik secara *online*. Kondisi saat siswa mampu berkonsentrasi, merasa nyaman, dan motivasi intrinsik untuk menjalani proses pembelajaran disebut *flow* (Bakker, 2008).

Flow yang juga dikenal sebagai “*the zone*”, merupakan konsep yang diperkenalkan oleh Mikhail Csikszentmihalyi (1990) untuk menggambarkan kondisi individu yang mampu terserap dalam melakukan suatu aktivitas. *Flow* didefinisikan sebagai suatu kondisi kesadaran pada individu yang benar-benar tenggelam dalam suatu kegiatan, dan menikmatinya secara intens (Bakker, 2005). Keterlibatan dalam aktivitas dikarenakan terjadinya proses kognitif dan adanya kenikmatan dalam pelaksanaannya hingga melupakan waktu, kelelahan, dan segala hal yang tidak berkaitan dengan aktivitas yang dilakukan. Individu yang mengalami kondisi *flow* berpikir secara efisien, termotivasi, dan bahagia (Csikszentmihalyi, 2014).

Flow merupakan kondisi yang dibutuhkan individu, terutama pada saat mempelajari hal baru. Alasan pentingnya *flow* dalam proses belajar adalah karena kondisi *flow* dapat menjadi sarana yang membuat hal yang dipelajari lebih cepat masuk ke dalam ingatan dengan cara menyenangkan. Munculnya *flow* ketika beraktivitas tertentu dapat pula menjadi kondisi yang menguntungkan karena dapat memunculkan hasil pengalaman masa lalu secara maksimal dalam mengatasi tantangan tertentu (Aini & Fahriza, 2020).

Ketika individu berhasil mencapai kondisi *flow* akademik, gangguan konsentrasi belajar yang dialami individu dalam pembelajaran *online* dapat teratasi. Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Santosa (2015) yang menemukan bahwa *flow* akademik dapat terjadi dalam pembelajaran *online*. Individu dengan *flow* akademik yang baik dilaporkan memiliki prestasi belajar baik, kecemasan rendah, dan mengurangi prokrastinasi individu (Pantu, 2021). Selain itu, *flow* dapat memberikan pengalaman optimal pada aktivitas yang dikerjakan, mudah dalam memahami informasi yang diterima, memiliki kualitas kerja yang optimal dan mengalami pengembangan diri (Yuwanto, 2011). Hal ini akan dapat membuat individu merasa nyaman dan fokus, sehingga dapat memunculkan perilaku inovatif, mudah menyerap pengetahuan dan perasaan nyaman pada aktivitas yang dilakukan (Yuwanto dan Patricia, 2013).

Menurut Bakker (2005), *flow* memiliki tiga aspek utama, yaitu *absorption*, *enjoyment*, dan motivasi intrinsik. *Absorption* berkaitan dengan proses kognitif. Individu berkonsentrasi penuh dan membuatnya terserap ke dalam aktivitas yang dilakukannya. Individu tidak menyadari waktu yang telah berlalu selama melakukan

suatu aktivitas bahkan melupakan segala sesuatu yang ada di sekitar mereka (Csikszentmihalyi, 1990). *Enjoyment* merupakan kenikmatan atau kebahagiaan yang dirasakan oleh individu ketika melakukan suatu aktivitas dan kenikmatan yang dialami membuat penilaian individu menjadi positif. *Enjoyment* adalah hasil evaluasi kognitif dan afektif dari pengalaman *flow*. Motivasi intrinsik adalah kebutuhan untuk melakukan aktivitas tertentu dengan tujuan mengalami kesenangan dan kepuasan pribadi dalam menjalankan aktivitas, bukan karena tekanan dari eksternal maupun ada suatu imbalan tertentu. Motivasi intrinsik didefinisikan sebagai keterkaitan antara individu dan suatu tugas yang menarik bagi individu.

Lebih jauh Csikszentmihalyi (2014) juga menjelaskan ada beberapa persyaratan atau kondisi yang memungkinkan individu mengalami *flow*. Pertama, *flow* cenderung terjadi ketika aktivitas yang dilakukan individu memiliki serangkaian tujuan yang jelas. Serangkaian tujuan ini berfungsi sebagai penentu arah dan maksud dari perilaku. Syarat yang ke-dua adalah keseimbangan antara perkiraan bobot tantangan dengan perkiraan kemampuan atau kapasitas yang dimiliki. Hal yang menjadi perhatian adalah persepsi dari tuntutan dan persepsi dari kemampuan diri, bukan pertimbangan objektif tentang tuntutan dan kemampuan yang sesungguhnya. Ketika tantangan dan keterampilan dirasakan menemukan keseimbangan, maka perhatian akan terserap sepenuhnya. Namun pada dasarnya keseimbangan ini bersifat rapuh. Saat tantangan mulai melampaui keterampilan, umumnya akan muncul kecemasan; bila keterampilan mulai melampaui tantangan, hasilnya terlalu santai dan kemudian menjadi bosan. Syarat terakhir, *flow* bergantung pada adanya umpan balik yang jelas dan segera (*clear and immediate feedback*). Individu perlu menegosiasikan tuntutan lingkungan yang terus berubah yang merupakan bagian dari semua aktivitas yang melibatkan pengalaman. Umpan balik yang jelas dan cepat memberi individu petunjuk seberapa baik dia berkembang dalam aktivitas, dan menentukan apakah akan menyesuaikan atau mempertahankan perilakunya.

Penjelasan mengenai persyaratan terjadinya *flow* menunjukkan pentingnya faktor yang dimiliki individu itu sendiri dalam menentukan tujuan aktivitas yang dilakukannya. Pertimbangan individu terhadap tantangan persepsi positif terhadap kemampuan diri memainkan peranan penting dalam proses *flow*. Sumber daya pribadi individu seperti *self efficacy* dan optimisme akan secara langsung

mempengaruhi penerapan penentuan strategi determinasi individu dan menentukan terjadinya *flow*, hingga tercapainya rasa puas (Bekker & Woerkom, 2017). Selain itu, *flow* akademik dapat juga dipengaruhi oleh faktor internal lainnya seperti *self esteem*, religiusitas, stres akademik, optimisme, perfeksionisme, dan motivasi untuk berprestasi (Pantu, 2021).

Self efficacy dapat dikatakan merupakan sumber daya pribadi yang paling banyak dipelajari yang telah menunjukkan dampaknya dalam berbagai domain kehidupan yang berbeda. *Self efficacy* secara umum dapat didefinisikan sebagai keyakinan seseorang tentang kemampuan mereka untuk menghasilkan tingkat kinerja yang ditentukan yang memberikan pengaruh atas peristiwa yang mempengaruhi kehidupan mereka (Bandura, 1994). Kemampuan seseorang untuk mengerjakan sesuatu dilihat dari persepsi yang ada pada diri individu itu sendiri. *Self efficacy* bukan menyangkut ada atau tidaknya keterampilan individu untuk melakukan tindakan tertentu, melainkan lebih ke arah persepsi diri orang yang bersangkutan tentang apa yang mampu dilakukannya dengan keterampilannya itu.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan terhadap para pekerja, Salanova dkk (2006) menemukan bahwa persepsi terhadap *self efficacy* memiliki peranan sebagai prediktor dan sekaligus sebagai produk dari *flow*. Hal ini menunjukkan bahwa sumber daya pribadi ini memiliki hubungan timbal balik dengan *flow*. Menurut Bandura (2001), keyakinan *efficacy* berkontribusi terhadap *flow* dengan cara mempengaruhi (a) tantangan yang dikejar seseorang, (b) usaha yang mereka kerahkan, dan (c) kegigihan dalam menghadapi rintangan.

Penelitian ini bertujuan untuk mencari tahu dan menguji apakah *self efficacy* para siswa peserta didik memiliki hubungan dengan kondisi *flow* akademik saat mereka menjalankan pembelajaran *online* sebagai konsekuensi menyebarnya pandemi Covid-19 bagi dunia pendidikan. Asumsi sementara yang dapat ditarik adalah bahwa para siswa yang memiliki *self efficacy* baik hendaknya dapat lebih menunjukkan adanya fenomena *flow* akademik, sekalipun dalam situasi pembelajaran pembelajaran *online*.

METODE PENELITIAN

Adapun variabel – variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *flow* akademik pembelajaran *online*, sebagai variabel tergantung (Y) *flow* akademik

pembelajaran *online* akan diukur menggunakan skala likert yang disusun berdasarkan konsep *flow* yang digunakan oleh Bakker (2005; Arif, 2013; Salanova et al., 2014), yaitu aspek *absorption*, *enjoyment*, dan motivasi intrinsik dalam proses pembelajaran *online*. Sedangkan untuk variabel bebas (X) yaitu *self efficacy*, akan diukur menggunakan skala likert yang disusun berdasarkan pada dimensi *self efficacy* yang dikemukakan oleh Bandura (1997), yaitu dimensi tingkat (*level*), kekuatan (*strength*), dan keluasan (*generality*). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa Kelas X SMA Negeri 13 Semarang. Adapun teknik sampling yang digunakan adalah teknik sampling *Purposive sampling* yang adalah teknik pengambilan sampel dengan tidak berdasarkan random, daerah atau strata melainkan berdasarkan adanya pertimbangan yang berfokus pada tujuan tertentu (Arikunto, 2010). Sampel pada penelitian ini berjumlah 234 orang. Adapun karakteristik sampel adalah : Termasuk dan terdaftar sebagai siswa Kelas X SMA Negeri 13, pernah atau sedang menjalani proses pembelajaran *online* selama masa Pandemi Covid-19.

Analisis data dalam penelitian ini adalah statistik nonparametrik. Dengan menggunakan koefisien korelasi Spearman (ρ). Pada penelitian ini program komputerisasi yang akan digunakan adalah *Statistical Package for Social Science (SPSS) for Windows Release* versi 22.0.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Uji daya diskriminasi terhadap *item* dalam skala *flow* akademik pembelajaran *online* menunjukkan hasil koefisien korelasi dengan kisaran antara 0,366 – 0,689 atau $r_{xy} > 0,30$. Koefisien-koefisien korelasi tersebut dapat tercapai dengan keterlibatan 17 *item skala flow* akademik yang dianggap memiliki daya diskriminasi memuaskan dengan menyisakan satu *item* yang dianggap gugur. *Item* skala *flow* akademik yang gugur adalah *item* nomor 8 yang termasuk aspek *enjoyment*, sehingga masih menyisakan lima *item* lainnya untuk mengukur aspek tersebut.

Sementara itu, koefisien *Alpha Cronbach* yang diperoleh pada skala *flow* akademik pembelajaran *online* menunjukkan hasil sebesar 0,912 atau mendekati 1,00. Hal ini menunjukkan bahwa skala *flow* akademik pembelajaran *online* dianggap sangat reliabel dan konsisten sebagai alat untuk mengukur variabel dalam penelitian ini.

Tabel 1

Blue Print Sebaran *Item* Valid Skala *Flow* Akademik

No	Aspek	Sebaran <i>Item</i>	Jumlah <i>Item</i>
1.	Aspek <i>Absorbition</i>	1, 4, 7, 10, 13, 16	6
2.	Aspek <i>Enjoyment</i>	2, 5, 8*, 11, 14, 17	5
3.	Aspek Motivasi Intrinsik	3, 6, 9, 12, 15, 18	6
Jumlah			17

keterangan : tanda* = *item* gugur

Uji daya diskriminasi terhadap *item* dalam skala *self efficacy* menunjukkan hasil koefisien korelasi dengan kisaran antara 0,329 – 0,620 atau $r_{xy} > 0,30$. Koefisienkoefisien korelasi tersebut dapat tercapai dengan keterlibatan 17 *item self efficacy* yang dianggap memiliki daya diskriminasi memuaskan dengan menyisakan satu *item* yang dianggap gugur. *Item* skala *self efficacy* yang gugur adalah *item* nomor 15 yang termasuk aspek keluasan (*generality*), sehingga masih menyisakan lima *item* lainnya untuk mengukur aspek tersebut.

Sementara itu, koefisien *Alpha Cronbach* yang diperoleh pada skala *self efficacy* menunjukkan hasil sebesar 0,865 atau mendekati 1,00. Hal ini menunjukkan bahwa skala *self efficacy* dianggap sangat reliabel dan konsisten sebagai alat untuk mengukur variabel dalam penelitian ini.

Tabel 2

Blue Print Sebaran *Item* Valid Skala *Self Efficacy*

No	Dimensi	Sebaran <i>Item</i>	Jumlah <i>Item</i>
1.	Dimensi Tingkat (<i>Level</i>)	1, 4, 7, 10, 13, 16,	6
2.	Dimensi Kekuatan (<i>Strength</i>)	2, 5, 8, 11, 14, 17,	6
3.	Dimensi Keluasan (<i>Generality</i>)	3, 6, 9, 12, 15*, 18	5
Jumlah			17

keterangan : tanda* = *item* gugur

Uji normalitas data dilakukan untuk membuktikan bahwa data berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan teknik One Sampel Komogorov-smirnov test.

Pada penelitian ini diperoleh hasil nilai K-SZ sebesar 0,082 dengan signifikansi 0,06 ($p > 0,05$) pada variabel *flow* akademik pembelajaran *online*. Hal ini menunjukkan bahwa distribusi data variabel *flow* akademik pembelajaran *online* bersifat **normal**. Sementara, pada variabel *self efficacy* nilai K-SZ menunjukkan hasil sebesar 0,072 dengan signifikansi 0,01 ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa distribusi data variabel tersebut tidak bersifat normal.

Uji hipotesis penghitungan korelasi non-parametrik Spearman terhadap kedua variabel penelitian menunjukkan adanya hasil koefisien $\rho = 0,511$ dengan signifikansi = 0,000 ($p < 0,01$). Hal ini menandakan adanya kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara *self efficacy* dengan *flow* akademik pembelajaran *online* yang ditunjukkan dari nilai signifikansi $< 1\%$. Dengan demikian, hipotesis yang diajukan pada penelitian ini **diterima**.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian ini diperoleh hasil bahwa “ada hubungan positif antara *self efficacy* dengan *flow* akademik pembelajaran *online* pada siswa SMAN 13” diterima. Kesimpulan ini juga mengandung arti bahwa semakin tinggi *self efficacy* yang dimiliki siswa maka semakin tinggi pula tingkat *flow* akademik yang dialaminya saat proses pembelajaran *online*. Kesimpulan penelitian tersebut diputuskan berdasarkan pengamatan pada 234 orang siswa Kelas X SMAN 13 Semarang yang menjadi responden penelitian melalui jawaban yang mereka berikan terhadap 34 *item* dalam kuesioner *self efficacy* dan *flow* akademik pembelajaran *online*. Hasil penghitungan dari kuesioner mendapatkan skor koefisien korelasi

Spearman $\rho = 0,511$ dengan signifikasni = 0,000 ($p < 0,01$).

Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Purwati & Akmaliah (2016) terhadap siswa SMP yang menunjukkan adanya hubungan positif dan searah dengan kesimpulan bahwa semakin tinggi *self efficacy* maka semakin tinggi juga *flow* akademik. Individu yang memiliki *self efficacy* yang tinggi maka mudah untuk mencapai kondisi *flow* ketika mengerjakan aktivitas-aktivitas yang berkaitan dengan akademik. Ditambahkan pula dalam penelitian tersebut bahwa *self efficacy* yang tinggi mampu mengontrol perilaku untuk mempertahankan usaha dalam mengerjakan tugas sehingga akan mudah mencapai kondisi *flow* akademik.

Selain itu, Yunalis (2020) menegaskan hal serupa dari penelitian yang dilakukannya terhadap 304 siswa SMA. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan dari *self efficacy* dan faktor demografi (tingkat ketertarikan siswa) terhadap *flow* akademik pada mata pelajaran Matematika yang dimoderatori oleh *anxiety* sebagai dimensi dari motivasi berprestasi. Namun, hasil penelitian tersebut ternyata tidak menemukan adanya pengaruh yang signifikan dari *social support* (*parent support*, *teacher support*, dan *classmate support*) terhadap *flow* akademik.

Flow akademik pembelajaran *online* adalah kondisi saat di mana individu dapat berkonsentrasi, fokus, hingga munculnya rasa nyaman, motivasi yang berasal dari dirinya sendiri serta menikmati ketika melakukan kegiatan akademik (belajar dan mengerjakan tugas) yang dilakukan secara *online* sebagai konsekuensi Pandemi Covid-19. Keterbatasan pembelajaran *online* bisa muncul dalam bentuk antara lain, kurangnya interaksi antara guru dan siswa, kecenderungan mengabaikan aspek psikomotorik atau aspek sosial dan sebaliknya; proses pembelajarannya cenderung ke arah pelatihan daripada pendidikan; tuntutan pada guru untuk menguasai teknik pembelajaran yang berbasis pada ICT (*Information and Communication Technology*); tidak semua tempat tersedia fasilitas internet atau jaringan.

Signifikannya pengaruh *self efficacy* terhadap *flow* akademik dapat dilihat sebagai potensi yang dapat dimanfaatkan oleh para pendidik dan peserta didik untuk mengatasi keterbatasan yang terjadi saat pembelajaran *online* tersebut. Tercapainya *flow* dapat memberikan manfaat positif bagi siswa antara lain dapat membuat siswa lebih fokus, kreatif, lebih mudah menyerap materi pembelajaran, serta dapat mengurangi stres akademik sehingga berdampak pada hasil belajar yang optimal (Purwati & Akmaliyah, 2016).

Pada penelitian ini, sumbangan efektif variabel *self efficacy* terhadap *flow* akademik pembelajaran *online* siswa Kelas X SMAN 13 Semarang sebesar 35%, sisanya 65% dipengaruhi faktor lain. Sebagaimana telah dipaparkan oleh Csikszentmihalyi (dalam Bauman dan Scheffer, 2010) bahwa terdapat dua faktor yang mempengaruhi *flow* yaitu faktor dari individu dan faktor dari lingkungan. Faktor dari individu (*person factor*), yaitu kemampuan atau keterampilan yang dimiliki oleh individu dalam melakukan suatu aktivitas, salah satunya yaitu *self*

efficacy. Faktor dari lingkungan (*environment factor*), yaitu terkait seberapa besar tantangan tugas yang diberikan kepada individu. Faktor individu lainnya seperti *self esteem*, religiusitas, stres akademik, optimisme akademik, perfeksionisme, *anxiety*, *coping*, *social support* dan motivasi untuk berprestasi telah menunjukkan adanya pengaruh pada beberapa penelitian yang pernah dilakukan (Yunalis, 2021).

Pada penelitian ini juga diperoleh hasil skor *self efficacy* yang dimiliki oleh sebagian besar responden siswa Kelas X SMAN 13 termasuk ke dalam kategori tinggi dengan persentasi sebesar 61,5% atau 144 orang. Sementara komposisi responden dengan *self efficacy* dengan kategori sedang sebanyak 38,5% atau 90 orang. Tidak satu pun dari 234 responden yang memiliki *self efficacy* dengan kategori rendah. Hal ini menandakan bahwa sebagian besar responden memiliki keyakinan yang tinggi terhadap kemampuan dirinya untuk dapat menyelesaikan tugas, ujian, mencapai tujuan, serta dalam mengatasi hambatan akademik yang muncul dalam proses pembelajaran *online*.

Kategorisasi variabel *flow* akademik pembelajaran *online* siswa SMAN 13 Semarang sebagian besar tergolong sedang dengan persentasi 66,7%. Atau dengan kata lain, sebanyak 156 dari 234 responden mengalami *flow* akademik pembelajaran *online* pada kategori sedang. Sementara itu, 28,2% atau 66 orang dari 234 responden tergolong mengalami *flow* akademik dengan kategori tinggi. Sisanya sebanyak 5,1% atau 12 orang mengalami *flow* akademik dengan kategori rendah.

Penelitian ini juga tidak lepas dari kelemahan-kelemahan yang disebabkan oleh keterbatasan peneliti. Kelemahan tersebut adalah tidak adanya observasi dan interaksi yang dapat dilakukan oleh peneliti terhadap responden sehingga tidak ada informasi berkaitan dengan kondisi responden saat menyelesaikan kuesioner. Hal ini disebabkan oleh metode pembagian dan pengerjaan kuesioner yang dilakukan secara *online*.

Selain itu, penelitian ini diduga masih adanya pengaruh *social desirability*. *Social desirability* diartikan sebagai suatu kecenderungan pada diri responden atau subjek penelitian untuk memberikan respon yang positif sebagai gambaran diri dengan tujuan sebagai usaha untuk meningkatkan kesamaan dengan karakteristik atau harapan ideal populasi. Hal ini menyebabkan jawaban yang diberikan oleh individu tersebut kemungkinan menjadi tidak benar-benar sesuai dengan keadaan diri

sebenarnya. Kelemahan ini muncul sebagai konsekuensi dari metode pengumpulan data dalam bentuk kuesioner yang diisi sendiri oleh responden penelitian (*self report*).

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Kesimpulan yang diambil berdasarkan hasil penelitian menunjukkan adanya antara *self efficacy* dengan *flow* akademik pembelajaran *online* siswa SMAN 13 Semarang diterima. Hubungan kedua variabel tersebut memiliki makna bahwa semakin tinggi *self efficacy* yang dimiliki siswa, maka semakin tinggi pula *flow* akademik pembelajaran *online*. Kesimpulan tersebut diambil berdasarkan pada pengamatan hasil uji korelasi yang menunjukkan adanya nilai $\sigma = 0,511$ dengan signifikansi = 0,000 ($p < 0,01$).

Adapun sumbangan variabel *self efficacy* terhadap *flow* akademik pembelajaran *online* siswa Kelas X SMAN 13 Semarang sebesar 35%, sisanya 65% dipengaruhi faktor lain, seperti faktor lingkungan (*environment factor*) yang dialami siswa saat proses pembelajaran *online*; atau pengaruh faktor individu (*person factor*) lainnya seperti *self esteem*, religiusitas, stres akademik, optimisme, perfeksionisme, dan motivasi untuk berprestasi.

Kategorisasi variabel *flow* akademik pembelajaran *online* siswa SMAN 13 Semarang sebagian besar tergolong sedang dengan persentasi 66,7%. Atau dengan kata lain, sebanyak 156 dari 234 responden mengalami *flow* akademik pembelajaran *online* pada kategori sedang. Sementara itu, 28,2% atau 66 orang dari 234 responden tergolong mengalami *flow* akademik dengan kategori tinggi. Sisanya sebanyak 5,1% atau 12 orang mengalami *flow* akademik dengan kategori rendah.

Self efficacy yang dimiliki oleh sebagian besar responden siswa Kelas X SMAN 13 termasuk ke dalam kategori tinggi dengan persentasi sebesar 61,5% atau 144 orang. Sementara komposisi responden dengan *self efficacy* dengan kategori sedang sebanyak 38,5% atau 90 orang. Tidak satu pun dari 234 responden yang memiliki *self efficacy* dengan kategori rendah. Hal ini menandakan bahwa sebagian besar responden memiliki keyakinan yang tinggi terhadap kemampuan dirinya untuk dapat menyelesaikan tugas, ujian, mencapai tujuan, serta dalam mengatasi hambatan akademik yang muncul dalam proses pembelajaran *online*.

Saran

Saran bagi pendidik agar materi pembelajaran secara *online* itu lebih efektif dan menarik, pendidik perlu memetakan materi yang akan disampaikan, misalnya dengan *mind map*. Pendidik juga bisa menyiapkan materi pembelajaran yang menarik dengan menggunakan materi yang dilengkapi dengan audio visual, misalnya diambil dari *template-template powerpoint* yang menarik dan gratis sudah banyak tersedia di internet. Untuk meningkatkan perhatian dan ketertarikan siswa di awal materi, pendidik bisa membuat beberapa kuis yang dapat dijawab secara *real time*. Misalnya permainan tebak gambar atau tebak lagu atau bisa juga dengan memanfaatkan kuis *online* yang sudah banyak tersedia. Tingkatkan interaksi guru dan siswa dengan sesi tanya jawab atau sesi diskusi bersama dalam satu kelas. Pendidik juga bisa mempertimbangkan untuk mencoba metode *project based learning*. Pengajar juga perlu memberikan apresiasi kepada siswa dan lakukan evaluasi secara berkala terhadap capaian pembelajaran.

Saran bagi pelajar Tanamkan motivasi yang kuat bahwa belajar adalah kebutuhan. Upayakan mencari posisi atau tempat dengan sinyal internet yang baik dan mengondisikan ruang belajar yang nyaman dan aman. Lakukan rutinitas seleyaknya sekolah biasa. Buatlah jadwal belajar harian dan pengumpulan tugas. Usahakan menyimak materi dengan baik dan membuat catatan. Selalu aktif bertanya dan berpendapat dalam mengikuti kegiatan pembelajaran. Berusaha untuk selalu menjaga kesehatan selama belajar.

Bagi peneliti selanjutnya peneliti yang tertarik topik yang serupa, sebaiknya memperhatikan penyusunan *item* dalam skala, supaya dalam pengisian tidak terjadi *social desirability*. Peneliti sebaiknya melakukan telaah yang lebih mendalam mengenai sumber-sumber lain mengenai dimensi maupun aspek dari variabel yang bersangkutan dan memperbanyak sumber literatur.

DAFTAR RUJUKAN

- Aini, N. & Fahriza, I. (2020). Flow akademik pada pendidikan. *Jurnal Dinamika Pendidikan*, 13(3), 369–376
- Aini, N. & Saripah, I. (2019). Aspek-aspek flow akademik. *Journal of Innovative Research Counseling: Theory, Practice, & Research* 3(2), 43–51
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian, suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta

- Bakker, A. B. (2008). The Work-related flow inventory: Construction and initial validation of the WOLF. *Journal of Vocational Behavior*, 72, 400–414
- Bakker, A. B., & Woerkom, M. (2017). Flow at work: A self-determination perspective. *Occupational Health Science*, 1. doi: 10.1007/s41542-017-0003-3
- Bakker, A. B. (2005). Flow among music teachers and their students: The crossover of peak experiences. *Journal of Vocational Behavior*, 66, 26–44. doi: 10.1016/j.jvb.2003.11.001
- Bandura, A. (1994). Self-efficacy. In V. S. Ramachandran (Ed.), *Encyclopedia of Human Behavior* 4, 71–81. New York: Academic Press
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The Exercise of Control*. New York: W. H. Freeman
- Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An Agentic Perspective. *Annual Review of Psychology*, 52, 1–26
- Baumann, N., & Scheffer, D. (2010). Seeing and mastering difficulty: The role of affective change in achievement flow. *Cognition and Emotion*, 24(8), 1304–1328. doi: 10.1080/02699930903319911
- Bosscher, R. & Smit, J. (1998). Confirmatory factor analysis of the general self efficacy scale. *Behaviour Research and Therapy*, Amsterdam: Vrije Universiteit, 36, 339–343
- Caroli, M. E. & Sagone, E. (2014). Resilient profile and creative personality in middle and late adolescents: A validation study of the Italian-RASP. *American Journal of Applied Psychology*, 2(2), 53-58. doi: 10.12691/ajap-2-2-4
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. New York: Harper & Row
- Csikszentmihalyi, M. (2014). *Flow and the foundations of positive psychology: The collected works of Mihaly Csikszentmihalyi*. London: Springer Dordrecht Heidelberg
- Pasha-Zaidi, N., Afari, E., Sevi, B., Urganci, B., & Durham, J. (2019). Responsibility of learning: A cross-cultural examination of the relationship of grit, motivational belief and self-regulation among college students in the US, UAE and Turkey. *Learning Environments Research*, 22(1), 83–100. doi: 10.1007/s10984-018-9268-y
- Pantu, E. A. (2021). *Online learning: The role of academic self-efficiency in creating academic flow*. *Psychological Research and Intervention*, 4(1), 2021, 1–8

- Purwati, E. & Akhaliyah, M. (2016). Hubungan antara self efficacy dengan flow akademik pada siswa akselerasi SMPN 1 Sidoarjo. *Psymphathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(2), 249–260. doi: 10.15575/psy.v3i2.1113
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). *Intrinsic and extrinsic motivations*. *Classic Definitions and Contemporary Educational Psychology*, 25, 54–67. doi: 10.1006/ceps.1999.1020
- Salanova, M., Bakker, A. B., & Llorens, S. (2006). Flow at work: Evidence for an upward spiral of personal and organizational resources. *Journal of Happiness Studies*, 7, 1–22
- Santosa, P. I. (2015). Student engagement with *online* tutorial: A perspective on flow theory. *International Journal of Emerging Technologies in Learning*, 10(1), 60–67
- Suryaningsih, A. (2016). Hubungan antara optimisme dan self efficacy dengan flow akademik siswa SMA. *Calypra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 5(1), 1–22
- Triani, D., R. (2021). Pengaruh ketidaksiapan pembelajaran daring terhadap tingkat stres pelajar pada masa Pandemi Covid-19. <https://www.kompasiana.com/dheariskitriani/60d75fea06310e66ba5729a3/penn-garuh-ketidaksiapan-pembelajaran-daring-terhadap-tingkat-stres-pelajarpada-masa-pandemi-covid-19>. akses: 2 Maret 2022
- Wegasari, K., Utomo, S., & Surachmi, S. (2021). Dampak Pandemi Covid 19 terhadap proses pembelajaran *online* di SDN Cabean 3 Demak. *Jurnal Penelitian Universitas Muria*, 15(1), 27–50, doi: 10.21043/jp.v15i1.9109
- Yuwanto, L. (2011). The flow inventory for student: Validation of the LIS. *Anima Indonesian Psychological Journal*, 26(4), 280–285
- Yunalis, R. (2021). Pengaruh self efficacy dan social support terhadap flow akademik siswa SMA pada mata pelajaran matematika yang dimoderatori oleh motivasi berprestasi. *Tesis*, Fakultas Psikologi, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta

KENAKALAN REMAJA DITINJAU DARI KEHARMONISAN KELUARGA DI LOKALISASI SUNAN KUNING

Klaudia Anggita Wahyuningsih¹, Siska Adinda Prabowo Putri², Alice Zellawati³

Universitas AKI Semarang
Klaudiaanggita5@gmail.com

Abstract

This study aims to examine and analyze the relationship between family harmony and juvenile delinquency in the Sunan Kuning localization area. The subjects of this study were teenagers in the localization area of Sunan Kuning RW 4, Kalibanteng Kulon, West Semarang, totaling 123 people. The sampling technique used in this research is purposive sampling. The measurement tools used in this study were the Juvenile Delinquency Scale and the Family Harmony Scale. The data analysis used is the Rank Spearman method. The results showed that there was a negative and significant relationship between family harmony and juvenile delinquency with a value of $r_s = -0.413$ ($p < 1\%$). Family harmony also makes an effective contribution to juvenile delinquency by 19.1% and the remaining 80.9% is influenced by other factors.

Keywords: Juvenile Delinquency, Family Harmony

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menguji dan menganalisa keterkaitan antara keharmonisan keluarga terhadap kenakalan remaja di daerah Lokalisasi Sunan Kuning. Subjek penelitian ini adalah remaja di daerah Lokalisasi Sunan Kuning RW 4 Kecamatan Kalibanteng Kulon Semarang Barat yang berjumlah 123 orang. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah purposive sampling. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala Kenakalan Remaja dan Skala Keharmonisan Keluarga. Analisis data yang digunakan adalah metode Rank Spearman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan negatif dan signifikan antara Keharmonisan keluarga terhadap kenakalan remaja dengan nilai $r_s = -0,413$ ($p < 1\%$). Keharmonisan keluarga juga memberi sumbangan efektif terhadap kenakalan remaja sebesar 19,1% dan sisanya sebesar 80,9% dipengaruhi oleh faktor lain.

Kata kunci : Kenakalan Remaja, Keharmonisan Keluarga

PENDAHULUAN

Remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak dan dewasa. Masa peralihan ini berusia sekitar 13 tahun sampai 16 tahun atau biasa disebut dengan usia belasan yang tidak menyenangkan, dikarenakan terjadi banyak perubahan di dalam diri. Bukan hanya secara fisik namun juga psikis bahkan secara sosial. Mereka tidaklah anakanak secara bentuk badan, cara berfikir atau bertindak, namun bukan orang dewasa yang sudah matang untuk berfikir secara emosional. Masa remaja ini merupakan masa topan badai (*strum und drang*) yang mencerminkan bergejolaknya budaya modern akibat nilai-nilai yang saling bertentangan (Sarwono, 2016). Sebagai seorang remaja yang sedang dalam pertumbuhan menjadi dewasa, banyak perubahan yang terjadi pada kepribadiannya yang mendorong mereka untuk menemukan dan memperkuat jati diri menjadi hal yang sangat mutlak terjadi.

Pada masa peralihan ini kemungkinan dapat menimbulkan masa krisis yang akan ditandai dengan adanya kecenderungan munculnya perilaku yang menyimpang. Perilaku menyimpang tersebut akan menjadi perilaku yang mengganggu. Melihat kondisi tersebut apabila didukung oleh suatu lingkungan yang kurang kondusif dan sifat kepribadian yang kurang baik maka akan menjadi pemicu timbulnya berbagai penyimpangan perilaku dan perbuatan yang bersifat negatif yang melanggar aturan dan norma yang ada di masyarakat yang biasa disebut dengan kenakalan remaja.

Menurut Media Online IPB Magazine pada tanggal 2 April 2017, melakukan penelitian dengan melibatkan 400 siswa dan siswi SMA dan SMK negeri dan swasta di Kota dan Kabupaten Bogor yang hasil penelitiannya menunjukkan bahwa perilaku antisosial remaja tergolong cukup parah dengan kisaran pelaku 0,5 hingga 39 persen, dengan proporsi *game online*, mengakses gambar porno, dan merokok cukup besar yaitu 28-39 persen terutama pada remaja laki-laki. Sementara itu kualitas karakter tidak menunjukkan adanya perbedaan antara remaja perempuan dan laki-laki kecuali untuk karakter tanggung jawab (Safitri, 2019)

Secara Psikologis kenakalan remaja adalah wujud dari konflik yang tidak terselesaikan dengan baik pada masa kanak-kanak maupun remaja. Seringkali ada trauma dalam masa lalunya, perlakuan kasar, dan tidak menyenangkan dari lingkungannya, maupun trauma akan kondisi lingkungannya, seperti kondisi ekonomi yang membuat seorang merasa rendah diri. Remaja merupakan masa

dimana seorang mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi dari kanak-kanak menuju dewasa dan pada masa ini terjadi perubahan dari ketergantungan sosial ekonomi yang penuh menuju keadaan yang relatif lebih mandiri. Masa ini dirasakan sebagai masa kritis karena belum ada pegangan sedangkan kepribadiannya mengalami pembentukan yang cepat seperti meningkatkan emosi, perubahan minat dan peran, perubahan pola perilaku, rasa ingin tahu yang tinggi dan sikap membingungkan terhadap setiap perubahan yang dapat memicu remaja melakukan sebuah kenakalan (Barus, 2012).

Gunarsa (2017) mengemukakan bahwa kenakalan remaja merupakan suatu perbuatan atau tingkah laku yang bersifat melanggar hukum yang berlaku dan melanggar nilai-nilai norma yang mempunyai tujuan sosial yang dilakukan oleh mereka yang berumur 13-17 tahun. Kenakalan yang dilakukan oleh remaja sangat beragam seperti perbuatan yang tidak bermoral dan anti sosial yang tidak dikategorikan sebagai pelanggaran hukum bahkan samapi pada perbuatan yang sudah mengarah pada perbuatan kriminal atau perbuatan melanggar hukum (Suharyono, 2015). Contoh dari perbuatan tersebut adalah membolos sekolah, tawuran, bermain judi, melakukan berbagai pelanggaran lalu lintas, seks bebas, penyalahgunaan obat terlarang, minum minuman beralkohol, perampokan, hingga tindakan kekerasan dan sebagainya.

Berdasarkan hasil wawancara menjelaskan bahwa ada berbagai alasan mengapa mereka melakukan suatu kenakalan. Salah satu alasan mereka adalah keluarga. Kondisi keluarga, suasana dalam keluarga, permasalahan ekonomi keluarga, hingga lingkungan keluarga yang mendukung mereka untuk melakukan kenakalan tersebut. Kondisi dan suasana dalam keluarga tidak seperti yang diharapkan oleh mereka. Mereka berharap keluarga yang harmonis, penuh kasih sayang, dan menjadi tempat untuk berbagi menceritakan segala keluh kesah. Namun sebaliknya keluarga yang dimiliki penuh dengan pertengkaran, perselihan, dan tidak adanya kerukunan antar satu dengan yang lain. Permasalahan ekonomi juga menunjang terjadinya kenakalan. Misalnya saja melakukan pencurian untuk dapat memenuhi kebutuhan mereka. Kemudian lingkungan keluarga itu sendiri yang mendukung mereka untuk melakukan suatu kenakalan. Ini banyak terjadi di daerah lokasi Sunan Kuning. Lingkungan keluarga yang harus memaksakan hidup berdampingan dengan sederet perilaku yang menyebabkan kenakalan pada remaja.

Perilaku yang terlihat oleh anak akan lebih mudah untuk dapat dicontoh dan dilakukan. Yang kemudian kenakalan tersebut dianggap sebagai hal yang biasa atau yang wajar karena dari pihak keluarga juga membiarkan anaknya ikut melakukan perilaku serupa dengan lingkungan tersebut. Lingkungan keluarga memiliki peranan yang sangat penting untuk tumbuh kembang seorang anak. Jika ada salah satu yang tidak dapat memegang peranan tersebut dengan baik akan membuat perubahan dari segi peranan keluarga bahkan perubahan dari anak itu sendiri.

Banyak faktor yang dapat menyebabkan kenakalan pada remaja salah satunya adalah faktor keluarga (Jamaludin, 2016). Keluarga merupakan unit sosial yang terkecil yang memberi pondasi untuk perkembangan remaja, sedangkan lingkungan sekitar dan sekolah ikut memberi nuansa pada perkembangan remaja, karena itu baik dan buruknya struktur keluarga dan masyarakat sekitar sangat memberikan pengaruh baik atau buruknya pertumbuhan kepribadian seorang remaja (Kartono, 2014). Pembentukan kepribadian seorang remaja tergantung dari latar belakang keluarganya. Remaja yang berasal dari keluarga yang harmonis, penuh perhatian, dan hangat akan memiliki kemampuan dalam menyesuaikan diri dan sosialisasi yang baik dengan lingkungan sekitarnya, di sekolah bahkan di masyarakat. Hal ini dikarenakan anak yang berasal dari keluarga yang harmonis akan memiliki persepsi bahwa rumah adalah suatu tempat yang membahagiakan karena semakin sedikit masalah antara orang tua, maka semakin sedikit pula masalah yang akan dihadapi oleh anak. Begitu pula sebaliknya jika anak memiliki persepsi keluarganya berantakan atau kurang harmonis maka akan merasa memiliki beban dengan masalah-masalah yang mungkin sedang dihadapi oleh orang tuanya tersebut. Kemampuan kognitif yang sudah mulai berkembang di masa remaja ini, sehingga remaja tidak hanya mampu untuk membentuk pengertian mengenai apa yang ada dalam pikirannya namun juga akan berusaha untuk mengetahui pikiran orang lain tentang dirinya. Karena tanggapan dan penilaian orang lain tentang diri seorang ini akan dapat mempengaruhi pada bagaimana seorang menilai dirinya sendiri (Pusnita, 2021).

Kenakalan remaja yang selama ini terjadi terkadang bukan karena mereka tidak berpendidikan tetapi lebih karena kondisi dari orang tua mereka. Kesibukan orang tua membatasi atau mempersempit ruang perhatian terhadap anak-anak mereka sehingga anak merasa kurangnya harmonis keadaan keluarga mereka. Dengan demikian remaja yang dibesarkan dalam keluarga yang kurang harmonis dan

mempunyai konsep negatif akan terjadi kemungkinan memiliki kecenderungan yang lebih besar menjadi remaja yang nakal dibandingkan dengan remaja yang dibesarkan dalam keluarga yang harmonis dan memiliki konsep diri positif. Jika sudah demikian maka anak akan mencari “sandaran” pada teman yang dianggap bisa menjadi tempat untuk mencurahkan isi hati atau senasib dengannya. Minimnya pengetahuan anak bagaimana menjalin interaksi yang baik dapat membuat anak terjerumus dalam pergaulan yang salah (Suharyono, 2015).

Pada dasarnya keharmonisan keluarga adalah apabila seluruh anggota keluarga merasa bahagia yang ditandai dengan berkurangnya ketegangan, kekecewaan dan puas akan seluruh keadaan dan keberadaan dirinya (eksistensi dan aktualisasi diri). Seperti yang diungkapkan oleh Andarus Darahim (2015) bahwa keluarga yang harmonis adalah keluarga yang hidup dengan penuh suasana saling pengertian dan toleransi satu sama lain terhadap kelebihan dan kekurangan pasangan hidupnya karena tidak ada manusia yang sempurna. Pasangan hidup sebagai pilihannya sendiri atau dipikirkan orang tua yang wajib diajak untuk saling pengertian satu sama lain dalam menghadapi persoalan dan kebutuhan hidup bersama. Diperlukan juga semangat kerjasama dan toleransi yang dibangun dengan berlandaskan tujuan untuk membangun kebersamaan dalam suasana saling isi mengisi terhadap kekurangan pasangan hidup. Sedangkan Gunarsa (2017) mengemukakan bahwa keluarga yang harmonis adalah bilamana semua anggota keluarga merasa bahagia yang ditandai dengan berkurangnya suatu ketegangan.

Hasil beberapa penelitian ditemukan bahwa salah satu faktor yang menyebabkan timbulkan kenakalan remaja adalah tidak berfungsinya orang tua sebagai figur teladan bagi anak. selain itu suasana keluarga yang menimbulkan rasa tidak aman dan tidak menyenangkan serta hubungan keluarga yang kurang baik dapat menimbulkan bahaya psikologis bagi setiap usia terutama pada masa remaja (Hawari dalam Hasanah, 2015). Pusnita (2021) juga mengungkapkan bahwa remaja yang berada dalam kehidupan keluarga yang tidak harmonis maka kemungkinan besar akan melakukan kenakalan pada tingkat yang lebih berat. Begitu pula sebaliknya bagi keluarga yang keharmonisannya tinggi maka kemungkinan anak melakukan kenakalan sangat kecil apalagi kenakalan khusus.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Safitri (2019) mengatakan bahwa kenakalan remaja adalah tindakan yang bersifat anti sosial bahkan melanggar norma

yang disebabkan oleh pengabaian sosial sehingga mereka mengembangkan perilaku yang menyimpang. Remaja yang berasal dari keluarga yang penuh perhatian, hangat, dan harmonis memiliki kemampuan dalam menyesuaikan diri dan bersosialisasi yang baik dengan lingkungan di sekitarnya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dinna (2021) yang mengemukakan bahwa semakin tinggi tingkat keharmonisan keluarga seseorang maka akan semakin rendah tingkat kenakalan remaja yang dilakukan. Namun sebaliknya semakin rendah tingkat keharmonisan keluarga seseorang maka semakin tinggi tingkat kenakalan remaja yang dilakukan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan menggunakan metode kuantitatif dengan variabel tergantung kenakalan remaja dan variabel bebas keharmonisan keluarga. Adapun skala yang digunakan adalah skala *Likert* yang dilandasi teori milik Sarwono (2016) untuk skala kenakalan remaja meliputi perilaku yang menimbulkan korban fisik, perilaku yang menimbulkan korban materi, perilaku sosial yang tidak menimbulkan korban di pihak lain, dan perilaku melawan status. Sedangkan untuk keharmonisan keluarga menggunakan teori milik Hawari (2006) meliputi menciptakan kehidupan beragama dalam keluarga, memiliki waktu bersama keluarga, memiliki komunikasi yang baik antar anggota keluarga, bersikap menghargai satu sama lain, kualitas dan kuantitas konflik yang minim, dan adanya hubungan atau ikatan yang erat dengan anggota keluarga.

Pelaksanaan penelitian dilakukan di daerah Lokalisasi Sunan Kuning tepatnya di Kalibanteng RW 04 Kalibanteng Kulon Semarang Barat. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling* dimana teknik sampling dengan menggunakan pertimbangan tertentu dengan kriteria yaitu remaja dengan rentang usia 12 – 18 tahun. Jumlah sampel yang digunakan adalah 123 remaja diambil dari taraf kepercayaan tabel krejcie 5% dari jumlah keseluruhan 188 remaja. Metode analisis data yang digunakan adalah analisis *spearman's rho* dengan aplikasi pada program *SPSS versi 23 for windows 10*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan hasil penelitian melalui hasil uji daya diskriminasi aitem, pada skala kenakalan remaja berkisar antara 0,380 – 0,742. Adapun dari 24 aitem yang

dianalisis terdapat 11 aitem yang dinyatakan gugur. Koefisien reliabilitas menggunakan formulasi *Alpha Cronbach* sebesar 0,926. Pada skala keharmonisan keluarga hasil uji daya diskriminasi aitem berkisar antara 0,346 – 0,826 dengan 4 aitem gugur dari 36 aitem yang dianalisis. Koefisien reliabilitas menggunakan formulasi *Alpha Cronbach* sebesar 0,961. Karena nilai reliabilitas pada kedua variabel diatas angka 0,8 maka reliabilitas pada kedua variabel termasuk baik.

Berdasarkan uji normalitas diperoleh hasil pada variabel kenakalan remaja nilai KSZ sebesar 0,114 dengan signifikansi 0,001 ($p < 5\%$) yang berarti distribusi data pada variabel kenakalan remaja bersifat tidak normal dan pada variabel keharmonisan keluarga nilai K-SZ sebesar 0,091 dengan signifikansi 0,014 ($p < 5\%$) yang berarti distribusi data bersifat tidak normal. Sedangkan berdasarkan hasil uji linearitas penelitian ini diperoleh nilai $F = 28.535$ dengan signifikansi = 0,000 ($p < 5\%$) yang berarti hubungan antara dua variabel bersifat linear serta nilai $R^2 = 0,191$. Artinya bahwa variabel keharmonisan keluarga dengan kenakalan pada remaja adalah sebesar 19,1% sementara 80,9% dijelaskan oleh faktor yang lainnya. Faktor lain yang mempengaruhi kenakalan remaja antara lain identitas, usia, jenis kelamin, harapan terhadap pendidikan & nilai sekolah, teman sebaya atau *peer group*, media massa, status sosial ekonomi, dan lingkungan.

Hasil penelitian ini diperoleh $r_s = 0,-413$ yang artinya terdapat korelasi negatif antara dua variabel kenakalan remaja dengan keharmonisan keluarga. Dimana jika keharmonisan keluarga yang dimiliki oleh remaja tinggi maka kenakalan pada remaja rendah ataupun sebaliknya. Adapun signifikansi = 0.000 ($p < 1\%$), artinya terdapat hubungan yang signifikan antara kenakalan remaja dengan keharmonisan keluarga. Pada penelitian ini pula hasil kategorisasi kenakalan remaja tergolong rendah sebesar 65,85%, sedangkan kategorisasi pada keharmonisan keluarga tergolong sedang sebesar 50,41%.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh adalah hipotesis diterima ini menunjukkan adanya korelasi negatif yang signifikan antara keharmonisan keluarga dengan kenakalan remaja. Hal ini didukung pula oleh penelitian sebelumnya dari Yunita (2021) yang dalam penelitiannya mengemukakan bahwa hubungan keharmonisan keluarga menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap kenakalan

remaja. Tidak hanya itu dalam penelitiannya (Pusnita, 2021) mengemukakan bahwa remaja yang berada dalam kehidupan keluarga yang tidak harmonis maka kemungkinan besar akan melakukan kenakalan pada tingkat yang lebih berat. Begitu pula sebaliknya bagi keluarga yang keharmonisannya tinggi maka kemungkinan anak melakukan kenakalan sangat kecil apalagi kenakalan khusus. Ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Hawari (dalam Muniriyanto, 2014) yang meneliti tiga kondisi keluarga yang berbeda yaitu keluarga berantakan (tidak harmonis), keluarga yang biasa-biasa saja, dan keluarga yang harmonis. Dalam penelitiannya ditemukan bahwa remaja yang dibesarkan dalam keluarga yang tidak harmonis memiliki resiko yang lebih besar untuk dapat mengalami gangguan dalam jiwanya yang selanjutnya memiliki kecenderungan untuk menjadi remaja nakal dengan melakukan tindakan-tindakan anti sosial.

Pada penelitian ini tingkat kenakalan remaja di daerah Lokalisasi Sunan Kuning ternyata tergolong dalam kategori rendah dengan presentase sebesar 65,85% dengan mean empiris sebesar 24,37 dan mean hipotetik sebesar 32,5 sedangkan SD hipotetik sebesar 6,5. Tingkat perilaku kenakalan remaja yang rendah ini dikarenakan adanya suatu kegiatan yang positif yang dilaksanakan oleh remaja di daerah Lokalisasi Sunin Kuning. Seperti kegiatan karang taruna yang rutin dilaksanakan setiap sebulan sekali, kegiatan keagamaan remaja seperti pengajian, ceramah kajian agama, membaca Al-Quran dan Sholawat. Serta kegiatan lainnya yang bersifat musiman seperti misalnya diadakan perayaan Hari Kemerdekaan remaja yang turut andil dalam serangkaian kegiatan untuk memperingati

Hari Kemerdekaan tersebut. Hal ini yang membuat remaja di daerah Lokalisasi Sunan Kuning mampu mengenali dan membedakan mana perilaku yang baik yang dapat diterima dan mana perilaku yang kurang baik yang tidak dapat diterima. Santrock (2003) mengungkapkan bahwa kenakalan remaja merupakan kegagalan remaja untuk mengembangkan kontrol diri dalam hal tingkah laku. Remaja telah mempelajari tingkah laku yang dapat diterima dan tingkah laku yang tidak dapat diterima. Remaja yang melakukan kenakalan telah mengetahui perbedaan antara tingkah laku yang dapat diterima dan tingkah laku yang tidak dapat diterima namun remaja yang melakukan kenakalan gagal dalam mengembangkan kontrol diri yang baik untuk dapat membatasi setiap perilakunya.

Adapun untuk tingkat keharmonisan keluarga di Lokalisasi Sunan Kuning ternyata tergolong dalam kategori sedang dengan presentase sebesar 50,41%. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat keharmonisan keluarga di Lokalisasi Sunan Kuning tergolong cukup baik yang artinya bahwa keharmonisan keluarga memiliki peran yang cukup dalam menekan kenakalan remaja dengan menanamkan nilai agama untuk mengurangi konflik dalam keluarga dan tindakan melanggar norma, selalu meluangkan waktu untuk berkumpul bersama meskipun hanya makan dan bermain, memiliki komunikasi yang cukup baik antar anggota keluarga sehingga ketika salah satu keluarga memiliki masalah segera dapat dibicarakan untuk mencari solusinya, saling menghargai satu sama lain, mengurangi perselisihan antar anggota keluarga untuk dapat menciptakan suasana yang menyenangkan dalam rumah, dan berusaha untuk menyelesaikan masalah dengan kepala dingin. Asfriyati (2003) mengemukakan bahwa kenakalan remaja dapat dipengaruhi oleh keluarga yang merupakan lingkungan pertama (lingkungan primer) walaupun faktor lingkungan juga ikut berpengaruh.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini diperoleh hasil nilai $r_s = -0,413$ yang artinya korelasi antara dua variabel kenakalan remaja dengan keharmonisan keluarga bersifat negatif, dimana jika keharmonisan keluarga yang dimiliki oleh remaja tinggi maka kenakalan pada remaja rendah ataupun sebaliknya. Adapun signifikansi = 0.000 ($p < 1\%$), artinya terdapat hubungan yang signifikan antara kenakalan remaja dengan keharmonisan keluarga, hal ini berarti hipotesis diterima.

Jadi pada penelitian ini hubungan keharmonisan keluarga terhadap kenakalan remaja sebesar 19,1% sedangkan sisanya 80,9% dari faktor lainnya diluar fokus penelitian ini antara lain lingkungan sosial, keinginan remaja untuk menentukan nasib mereka sendiri tanpa bantuan, arahan, dan bimbingan dari keluarga. Intesitas ketergantungan remaja dengan keluarga juga berkurang karena remaja lebih memilih untuk bergabung dengan teman sebayanya. Oleh karena itu lebih banyak faktor di luar keluarga yang mempunyai kaitan dengan perilaku kenakalan remaja. Hal tersebut dapat menjadi fenomena menarik untuk dapat diteliti pada penelitian – penelitian selanjutnya.

Saran

Saran merupakan hal yang dapat dijadikan sebagai kritik yang membangun untuk dapat menjadikan lebih baik. Bagi orang tua sebaiknya dapat memberi arahan dan bimbingan perilaku yang positif akan lebih membuat para remaja dapat bertindak lebih hati-hati dan tidak terjerumus pada perilaku kenakalan remaja yang dapat merusak citacita dan masa depan dan berusaha untuk meningkatkan pemahaman dan pemahaman nilai keagamaan agar dapat menekan tingkat kenakalan remaja.

Bagi remaja sebaiknya lebih selektif dalam memilih teman dan pergaulan, mampu mengontrol diri agar tidak mudah terjerumus dalam pergaulan yang negatif dan lebih banyak mengikuti kegiatan positif seperti kegiatan keagamaan dan olahraga serta kegiatan yang dapat meningkatkan kualitas diri seperti mengikuti seminar psikologi yang berhubungan dengan perkembangan remaja atau topik-topik remaja lain, mengikuti konseling dalam bentuk individu atau kelompok dan lain sebagainya.

Bagi peneliti selanjutnya penting untuk mengungkap faktor – faktor lain yang masih belum terungkap dalam penelitian ini terkait dengan keharmonisan keluarga dan kenakalan remaja sehingga nantinya dapat menyempurnakan hasil temuan penelitian dan memperdalam masalah terkait. Selain itu juga dapat dijadikan pertimbangan dalam penelitian dengan tema yang lebih variatif dan inovatif yang bertujuan untuk mengembangkan keilmuan psikologi.

DAFTAR RUJUKAN

- Barus, C. P. 2012. Sosial ekonomi keluarga dan hubungannya dengan kenakalan remaja di desa lantasan baru kecamatan patumbuk kabupaten deli serdang.
- Darahim, A. (2015). *Membina keharmonisan & ketahanan keluarga*, Jakarta: GH Publishing.
- Dwi, Y. N. S. Hubungan antara keharmonisan keluarga dengan kenakalan remaja pada siswa SMP negeri 251 jakarta. *Skripsi*. Jakarta Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Gunarsa, S. D. (2017). *Psikologi remaja*. Jakarta: Penerbit Libri.
- Hasanah, I, M. (2015). Hubungan antara persepsi keharmonisan keluarga dengan kenakalan remaja. *Jurnal Psikologi*: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Hawari, D. (2006). *Marriage conseling (konsultasi perkawinan)*. Jakarta: Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.

- Jamaludin, A. N. (2016). *Dasar-Dasar Patologi Sosial*. Bandung: Pustaka Setia.
- John W. S. (2007). *Perkembangan anak. Jilid I edisi kesebelas*. Jakarta: PT. Erlangga.
- Kartono, K. (2014). *Patologi sosial*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Maqhfirah dan Rasidah. (2019). The relationship of family harmony with delinquency ini teenagers ini SMA 1 terangun. *International Research Journal of Advanced Engineering and Science*, 4(4),60-64.
- Muniriyanto. (2014). Keharmonisan keluarga, konsep diri, dan kenakalan remaja. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(2), 156-164.
- Oktaviani, Y. (2019). Faktor yang mempengaruhi perilaku kenakalan remaja pada siswasiswi MAN 2 model kota pekan baru tahun 2018. *Journal Of Midwifery Science*. 3(2).
- Permatasari, D. dan Prima, A. (2021). Kontribusi keharmonisan keluarga terhadap kenakalan remaja di SMA kota padang. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(1), 100108.
- Pusnita, I. (2021). Persepsi keharmonisan keluarga terhadap kecenderungan kenakalan remaja di desa tanjung raman kecamatan pendopo kabupaten empat lawang. *Jurnal Ilmu Administrasi dan Studi Kebijakan*, 3(2).
- Safitri, A. (2019). Hubungan keharmonisan keluarga dengan kenakalan remaja di PKBM Al-Jauhar kecamatan bogor utara kota bogor. *Jurnal Obor Penmas Pendidikan Luar Sekolah*, 2(1), 97-107.
- Santrock. J. W. (2003). *Adolescence perkembangan remaja*. (Alih bahasa: Yati Sumiharti). Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, S. W. (2016). *Psikologi remaja*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Suharyono. (2015). Pengaruh keharmonisan keluarga terhadap kenakalan remaja pada siswa kelas VIII SMP negeri 5 tulungagung tahun pelajaran 2014/2015. *Skripsi*. Kediri: Universitas Nusantara PGRI Kediri.

DAMPAK PSIKOLOGIS AKIBAT SISTEM PEMBELAJARAN ONLINE DAN PENANGANANNYA DI SEKOLAH KRISTEN KANAAN SEMARANG

Nicky Adi Adrian¹, Karnawati², Nixon Dixon³
STT Baptis Indonesia
nickyadi@stbi.ac.id

Abstract

The psychological condition of students really needs to be considered, because it involves the achievement of a learning goal that is carried out in class. The online learning system that was running some time ago, in several studies showed a significant impact in terms of providing facilities and infrastructure, especially communication tools, internet networks, and also individual assistance. Thus it is necessary to study the psychological impact of students in these conditions. The purpose of this research is to look at the psychological impact due to the online learning system and the form of treatment carried out by schools. Researchers used qualitative research methods with direct observation data collection techniques, distributing questionnaires, and interviews. The research population was all seventeen students of Kanaan Christian School Semarang. The results of the study found that there was a psychological impact due to online learning in the form of learning concentration problems, stress problems, and learning motivation problems. While the form of handling from schools is by lending communication tools, providing internet quota, changing learning methods to attract student focus, and private counseling by class teachers and religion teachers.

Keywords: Psychological impact, online learning system, psychological treatment.

Abstrak

Kondisi psikologis peserta didik sangat perlu diperhatikan, karena menyangkut tercapainya sebuah tujuan pembelajaran yang dilakukan di kelas. Sistem pembelajaran online yang berjalan beberapa waktu lalu, dalam beberapa penelitian menunjukkan adanya dampak yang signifikan dalam hal penyediaan sarana dan prasarana, terutama alat komunikasi, jaringan internet, dan juga pendampingan secara individual. Dengan demikian perlu dikaji dampak psikologis peserta didik dalam kondisi tersebut. Tujuan penelitian ini adalah melihat dampak psikologis akibat sistem pembelajaran online dan bentuk penanganan yang dilakukan oleh sekolah. Peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif dengan teknik pengumpulan data pengamatan langsung, menyebar kuisioner, serta wawancara. Populasi penelitian adalah seluruh peserta didik Sekolah Kristen Kanaan Semarang yang berjumlah tujuh belas peserta didik. Hasil penelitian ditemukan adanya dampak psikologis akibat pembelajaran online berupa masalah konsentrasi belajar, masalah stress, dan masalah motivasi belajar. Sedang bentuk penanganan dari sekolah adalah dengan meminjamkan alat komunikasi, menyediakan kuota internet, mengubah metode pembelajaran untuk menarik peserta didik fokus, dan konseling pribadi oleh guru kelas dan guru agama.

Kata kunci : Dampak psikologis, sistem pembelajaran online, penanganan psikologis.

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan sebuah upaya memberi bantuan pada peserta didik dalam rangka pengembangan karakter dan kepribadian yang mengarah pada peradaban manusia yang lebih baik. Melihat pentingnya pendidikan bagi kemajuan bangsa, maka pemerintah menetapkan sebuah sistem pendidikan nasional untuk memastikan bahwa semua lapisan masyarakat dapat menerima pendidikan. Pasca Covid-19 di Indonesia masyarakat mendapatkan tantangan baru untuk memperoleh pendidikan, dampak ini masih terasa sampai akhir tahun 2021. Solusi yang bisa dipakai untuk tetap menjalankan pendidikan di masa ini adalah dengan pembelajaran jarak jauh secara *online*.

Pada dasarnya tidak ada perbedaan antara pembelajaran secara tatap muka maupun secara online, karena pembelajaran yang efektif haruslah menjalankan enam hal, yaitu: (1) mempersiapkan alat-alat yang dibutuhkan oleh peserta didik; (2) membantu mengendalikan suasana belajar yang kondusif bagi peserta didik; (3) menjaga komunikasi antar peserta didik agar tetap berlangsung; (4) membiasakan peserta didik untuk berlatih mengukur kemampuan, mengerjakan beban pekerjaan yang diberikan sehingga peserta didik mampu menggunakan teori yang telah didapatkan; (5) mengadakan evaluasi terhadap kemampuan peserta didik; (6) menyiapkan tempat belajar yang aman dan nyaman.

Sekolah Kristen Kanaan Semarang termasuk salah satu sekolah yang melakukan pembelajaran secara online pada semua jenjang dan semua mata pelajaran termasuk dalam penerapan hal-hal rohani peserta didik seperti penerapan nilai-nilai Kristen dalam setiap mata pelajaran, doa pagi peserta didik, dan kebaktian peserta didik. Sekolah Kristen Kanaan Semarang melaksanakan pembelajaran secara online dengan memberikan penjelasan materi yang dilaksanakan melalui video atau catatan dalam bentuk file dan latihan soal melalui aplikasi Kanaan Integrated Support System (KISS), Zoom Meeting, dan WhatsApp Messenger. Aplikasi Kanaan Integrated

Support System (KISS) merupakan aplikasi yang dibuat sendiri oleh Sekolah Kristen Kanaan agar peserta didik, guru, dan orang tua bisa mengerti tugas-tugas yang diberikan guru pada hari itu. Bukan hanya itu, aplikasi ini juga membantu orang

tua memperhatikan nilai anaknya, dan bisa menjadi media untuk mengirimkan tugastugas yang diberikan oleh guru.

Dalam sistem pembelajaran online, peserta didik tidak hanya mendengarkan materi yang disampaikan guru, tetapi juga secara aktif memperhatikan, melakukan, dan mendemonstrasikan. Bahan ajar juga dapat dibuat dalam berbagai bentuk agar lebih menarik dan dinamis, yang dapat menginspirasi peserta didik untuk lebih memahami proses pembelajaran. Sistem pembelajaran online menyebabkan komunikasi antara guru dan peserta didik tetap berlangsung selama proses belajar di rumah, hal ini merupakan hal yang positif untuk menanggapi peraturan pemerintah yaitu harus diberlakukan *social distancing*.

Walaupun ada jalan keluar untuk masalah Covid-19, tetap saja pembelajaran secara online bukanlah menjadi hal yang mudah untuk dilakukan, baik dari pendidik maupun peserta didik dan orang tua. Begitu juga yang terjadi di Sekolah Kristen Kanaan Semarang ketika melaksanakan pembelajaran secara online. Timbul masalahmasalah selama pembelajaran online berlangsung, yang tentu menghambat berjalannya proses pembelajaran dan tercapainya visi dan misi sekolah. Masalah tersebut antara lain: tidak adanya perangkat digital yang memadai seperti smartphone atau laptop sehingga sulit untuk bisa mengikuti pembelajaran yang dilakukan secara online, tidak adanya jaringan internet yang memadai membuat pembelajaran tidak dapat diikuti secara penuh dan membuat peserta didik mendengarkan penjelasan secara tidak lengkap, lingkungan belajar yang tidak mendukung dikarenakan berisik, tidak ada fasilitas meja dan kursi, tidak ada pendamping, bahkan sering disuruh oleh orang tua untuk melakukan hal yang lain ketika sedang mengikuti pembelajaran online, pecah fokus ke hal lain seperti gadget, dan orang lain di rumah yang melakukan kegiatan, sampai tidak ada teman belajar.

Hal ini menjelaskan bahwa sistem pembelajaran online masih kurang efektif untuk digunakan karena masih ditemukan beberapa hambatan dalam pelaksanaannya. Proses pembelajaran harus beradaptasi dengan mengandalkan teknologi internet untuk dapat memenuhi kebutuhan peserta didik. Selain itu dalam pelaksanaan pembelajaran, peserta didik tidak hanya mengandalkan peran guru, tetapi membutuhkan peran orang tua untuk mendampingi selama melakukan kegiatan pembelajaran di rumah, terutama dalam pendidikan yang berkaitan dengan

kerohanian peserta didik di sekolah Kristen, seperti pendidikan agama, kegiatan doa pagi peserta didik, dan kebaktian peserta didik. Namun melihat hambatan-hambatan yang terjadi dapat disimpulkan bahwa peserta didik mengalami kesulitan dalam memenuhi kebutuhan pendidikan lewat sistem pembelajaran online.

Sistem pembelajaran online digunakan pada saat pandemi memang sangat efektif karena melihat tidak ada cara lain yang dapat digunakan dalam masa pandemi ini, namun kurang efektifnya sistem pembelajaran online justru berdampak pada psikologis peserta didik, dampak ini tentunya menghambat tercapainya visi dan misi yang ditetapkan oleh Sekolah Kristen Kanaan, yang menciptakan individu berkarakter Kristus. Oleh karena itu dengan beberapa latar belakang permasalahan yang timbul ini maka peneliti ingin meneliti apa saja dampak negatif dari sistem pembelajaran online terhadap psikologis peserta didik dan bagaimana cara penanganan yang dilakukan oleh Sekolah Kristen Kanaan Semarang.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif. Penelitian ini diarahkan untuk memperoleh kenyataan-kenyataan yang berkaitan dengan dampak negatif yang timbul pada psikologis peserta didik akibat sistem pembelajaran online dan penanganan apa saja yang dilakukan untuk mengatasi permasalahan psikologis akibat sistem pembelajaran online di Sekolah Kristen Kanaan Semarang. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik SD Kristen Kanaan Semarang dengan jumlah 17 anak. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah dengan pengamatan langsung, membagi kuisisioner dan wawancara semiterstruktur. Kuisisioner dibagikan kepada peserta didik melalui Google Form untuk memahami masalahmasalah psikologis yang muncul akibat sistem pembelajaran online. Sedangkan wawancara semiterstruktur digunakan untuk memperoleh data dari kepala sekolah untuk mengetahui bentuk penanganan yang sekolah lakukan dalam menghadapi masalah psikologis peserta didik akibat sistem pembelajaran online. Hasil pengamatan, kuisisioner dan wawancara yang sudah terkumpul kemudian dioleh melalui tiga tahapan yaitu diskripsi data, analisis data, dan interpretasi data.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Psikologi adalah ilmu yang mempelajari banyak hal tentang jiwa, baik itu gejalanya, proses terjadinya, ataupun latar belakang terjadinya hal tersebut (Parnawi, 2021). Oleh karena itu psikologi dikatakan sebagai disiplin ilmu yang berhubungan dengan segala hal tentang kehidupan manusia (Gunarsa & Gunarsa, 2008, p. 28). Psikologis seorang juga dapat mendeskripsikan karakter yang muncul pada dirinya (Hartaik, 2014, p. 55). Pada dasarnya jiwa manusia berkembang sesuai dengan perkembangan jasmani, oleh karena itu psikologis dapat digolongkan berdasarkan usia individu (Mustadi & Dkk, 2020, p. 68).

Dalam dunia pendidikan, psikologi memegang peran yang sangat penting untuk mengetahui kondisi peserta didik (Mudjiran, 2021, p. 7). Pendidik memiliki tanggung jawab untuk mengenal kondisi peserta didik, karena pengenalan akan kondisi peserta didik berkaitan erat dengan tercapainya tujuan pembelajaran (Lidi, 2021). Dalam Injil Yohanes 10:11-18 Yesus berbicara mengenai diri-Nya sebagai seorang gembala yang baik, gembala yang baik mengenal domba-domba-Nya begitu juga dengan domba-domba yang mengenal gembalanya. Hal ini menjelaskan tentang seorang pemimpin yang baik haruslah mengenal murid-muridnya artinya memahami kondisi setiap murid, dan juga dikenal oleh murid-muridnya artinya dapat menunjukkan pribadi yang menjadi contoh teladan yang baik (Sumiwi., Rachmani Endang, 2019).

Awal sistem pembelajaran online (Pembelajaran Jarak Jauh) dilakukan pada abad ke-18 menggunakan surat, selanjutnya menggunakan bantuan teknologi (Belawati, 2019, p. 6). Sistem ini hadir sebagai dampak dari perkembangan ilmu teknologi yang membuat informasi dapat disampaikan dengan lebih cepat bahkan semakin lama perkembangan ilmu teknologi membuat manusia mendapatkan informasi kurang dari satu detik walaupun dalam jarak yang jauh (Pujilestari, 2020). Kemajuan ilmu teknologi didukung dengan besarnya usaha penyebaran alat komunikasi ke banyak daerah di Indonesia, baik di perkotaan maupun ke daerahdaerah yang sulit dijangkau, hal ini menunjang sistem pembelajaran online dapat dilaksanakan di hampir seluruh Indonesia (Taufik, 2019). Dengan adanya sistem pembelajaran online, peserta didik dapat belajar dimanapun dan kapanpun ketika mereka terhubung dengan Internet, hal ini merupakan hal yang

menguntungkan bagi peserta didik untuk mempercepat perkembangan dalam pendidikan yang dialami oleh peserta didik (Muna & Larasati, 2021). Adanya sistem pembelajaran online juga didukung oleh beberapa *platform*, seperti *Google Classroom*, *Google Meet*, *Whatsapp Group*, *Zoom Meet*, dan platform lainnya untuk menunjang dan mempermudah proses belajar.

Lewat *platform-platform* ini maka hubungan jarak jauh antar peserta didik, maupun guru dengan peserta didik akan tetap berjalan, karena selain dapat digunakan untuk proses belajar, *platform* seperti *Google Classroom* dapat membantu peserta didik dalam mengumpulkan tugas-tugas, bahkan *Google Classroom* akan mendapatkan notifikasi untuk mengingatkan peserta didik berkaitan dengan tugastugas yang akan segera dikumpulkan, peserta didik akan menerima notifikasi juga jika ada pengumuman yang disampaikan oleh guru. disamping itu dalam platform seperti *Google Classroom* peserta didik dapat mengakses materi-materi berupa *voice note*, *video*, *power point*, dan sebagainya yang diberikan oleh guru untuk dibuka kembali ketika ingin mempelajari ulang materi yang disampaikan (Hakim & dkk, 2021).

Dampak Psikologis Akibat Sistem Pembelajaran Online, Konsentrasi adalah memusatkan pikiran hanya pada apa yang sedang dipelajari (Kkbi.kemendikbud, 2021). Konsentrasi merupakan salah satu dari aspek psikologis yang sulit dilihat secara lansung, namun akan lebih mudah dilihat ketika individu sedang melakukan proses belajar. Hal ini terjadi dikarenakan aktivitas yang sedang dilakukan oleh individu belum tentu sejalan dengan apa yang sedang mereka pikirkan (Isnawati, 2020, p. 80). Konsentrasi sangat berpengaruh terhadap mutu belajar peserta didik supaya dapat fokus dalam pelajaran, dan mempermudah peserta didik untuk menerima dan menangkap materi (Surya, 2011, p. 110). Konsentrasi belajar peserta didik ketika pembelajaran online ditentukan dari dua faktor, yakni internal dan eksternal.

Faktor internal berkaitan dengan kondisi dalam diri peserta didik (Cahya Setiani et al., 2014, p. 40) keadaan tersebut berkaitan dengan emosional yaitu timbul perasaan kurang nyaman karena sesuatu yang mengakibatkan timbul rasa kuatir, sedih, benci, takut, kesal, sakit hati, perasaan-perasaan ini akan menghabiskan fokus dan perhatian peserta didik dari pelajaran (Surya, 2007). Faktor internal ini akan mudah muncul ketika pembelajaran *online*, karena masalah-masalah yang dihadapi

peserta didik seperti tidak adanya perangkat digital dan sinyal yang kurang mendukung berjalannya pembelajaran, hal ini tentu akan menguras emosi peserta didik, atau ketika peserta didik tidak dapat masuk kelas tepat waktu, tidak dapat mengerjakan tugas-tugas tertentu karena tidak terkendala sinyal ketika guru menjelaskan materi tersebut, dan tidak dapat mengumpulkan tugas tepat waktu. Sedangkan faktor eksternal berhubungan dengan keadaan lingkungan tempat dilaksanakannya pembelajaran yang tidak mendukung, seperti suara gaduh, orang-orang sekitar yang lalu lalang, ada oknum-konum yang mengganggu baik ketika memperhatikan materi maupun ketika mengerjakan tugas (Cahya Setiani et al., 2014). Hal ini juga akan peserta didik jumpai ketika melaksanakan pembelajaran *online*.

Ciri peserta didik yang sedang berkonsentrasi dalam pelajaran berhubungan dengan tingkah laku belajar yang dibagi menjadi tingkah laku kognitif, afektif, dan psikomotorik. Tingkah laku belajar dapat dijadikan untuk melihat adanya konsentrasi belajar dalam diri peserta didik, ciri-cirinya yaitu: tingkah laku kognitif, dapat diketahui ketika peserta didik dapat menggunakan pengetahuannya ketika berhadapan dengan pertanyaan-pertanyaan yang berhubungan dengan materi pelajaran, serta mampu menerima isi materi sehingga menghasilkan pengetahuan dari informasi yang didapatkan, tingkah laku afektif, dapat dilihat dari adanya timbal balik atas apa yang diterima sebagai reaksi atas informasi yang didapat, serta mengeluarkan suatu pemikiran hasil pertimbangan sendiri, tingkah laku psikomotorik, dapat dilihat dari kesesuaian petunjuk yang diberikan oleh guru dengan gerakan anggota tubuh peserta didik (Prabandini Mulyana et al., 2013).

Sejumlah 53,3% peserta didik melakukan pembelajaran dengan dua cara, dirumah dan di sekolah, sedangkan 46,7% melakukan pembelajaran sepenuhnya di rumah. Penyebab anak melakukan pembelajaran sebagian di rumah dan sebagian di sekolah adalah pembelajaran di rumah membuat peserta didik tidak fokus (23,1%), dan tidak ada jaringan internet yang memadai (15,4%). Berikut prosesntasi kesulitan yang dialami oleh peserta didik yang melakukan pembelajaran dari rumah yaitu: tidak fokus (7,7%), tidak ada perangkat digital yang memadai (15,4%), tidak ada jaringan internet yang memadai (7,7%). Masalah yang dihadapi lebih dari setengah partisipan menunjukkan kurang efektifnya sistem pembelajaran online.

Sejumlah 60% menganggap suasana belajar di rumah sudah mendukung, sedangkan 40% peserta didik lainnya merasa tidak mendukung hal ini disebabkan

karena berisik (23,1%), tidak ada pendampingan yang maksimal (7,7%), tidak ada fasilitas (meja, kursi, cahaya, dll) (7,7%), diminta melakukan hal lain oleh orang tua atau anggota keluarga (menyapu, membeli sesuatu, dll) (7,7%), dan tidak fokus (23,1%), aktivitas anggota keluarga di rumah yang mengganggu (15,4%). Dari sini dapat kembali ditemukan bahwa masalah konsentrasi belajar terlihat jelas terjadi kepada peserta didik selama melakukan pembelajaran online

Permasalahan mengenai stress berhubungan dengan permasalahan psikologis (Sumakul & Ruata, 2020). Stres merupakan pola reaksi serta adaptasi terhadap ancaman dan tantangan, baik dari faktor internal maupun faktor eksternal individu (Musradinur, 2016). Stres individu didasarkan oleh hal-hal yang berpengaruh pada kemampuan adaptasi diri sendiri, contohnya usia, kepribadian, pengetahuan, cara belajar, keadaan fisik, dan lingkungan (Fauziyyah et al., 2021). Peserta didik harus beradaptasi dengan sistem pembelajaran online, hal ini yang didorong oleh pendidik. Disisi lain peserta didik mengalami banyak kekuatiran yang menimbulkan masalah stress muncul. Proses penyesuaian individu berkaitan erat dengan perasaan stress serta mempengaruhi cara individu untuk menghadapi perasaan-perasaan negatif yang muncul dalam menghadapi tantangan (Zaini, 2019).

Masalah Stress dapat dilihat dari tingkah laku peserta didik, yaitu tidak menghadiri jam sekolah atau tidak menghadiri jam pelajaran tertentu, cemas menghadapi tes, melakukan kecurangan dalam mengerjakan tugas, tidak menghiraukan materi, tidak menguasai kompetensi, merasa tidak tenang ketika belajar, takut berkomunikasi dengan guru, sulit fokus ketika belajar, keinginan untuk berganti jam pelajaran, takut pada materi yang sulit, tidak suka ketika ada penambahan jam pelajaran, timbul rasa kuatir pada pelajaran tertentu, kepanikan ketika mengerjakan tugas yang banyak atau sulit.(Nurmalasari et al., 2016) Masalah stress dapat dilihat juga dari emosi dan perasaan yang muncul dalam diri peserta didik, hal ini ditandai dengan keadaan mudah marah, murung, ketakutan, panik, ceroboh, banyak mengeluh, mudah menangis, merasa tidak mampu, merasa tidak dipedulikan, sering terlalu kritis terhadap diri sendiri dan orang lain, tidak aktif, mudah terbawa perasaan (Kurnia Rahmawati, 2015).

Berdasarkan penelitian sejumlah 86,7% mengatakan jam pelajaran sudah cukup, tidak membebani peserta didik, dan tugas yang diberikan guru dapat dilaksanakan dengan baik, sedangkan 13,3% merasa jam pelajaran terlalu banyak,

dan tugas dari guru sangat membebani. Dari data ini didapatkan bahwa penetapan jam pelajaran dan tugas yang disediakan sekolah dapat diterima oleh mayoritas peserta didik, karena hanya dua peserta didik yang merasa bahwa jam pelajaran dan tugas terlalu banyak.

Cara peserta didik melakukan belajar di rumah adalah dengan mengerjakan tugas dari guru (66,7%), menggunakan buku pelajaran (40%), berinteraksi dengan guru secara online (46,7%), menggunakan aplikasi belajar daring seperti, Rumah Belajar, Ruang Guru, Zenius, dll (13,3%), Membuat proyek (26,7%), dan belajar dari sumber belajar digital (*e-book, Youtube, Google, dll*) (20%). Data ini menjelaskan bahwa walaupun pembelajaran dilakukan di rumah namun metode mengajar yang dilakukan masih bervariasi dan tidak monoton atau tidak sebatas hanya memberikan materi dan tugas saja, selain itu guru juga memberi akses lebih untuk berinteraksi secara online dengan peserta didik.

Interaksi guru dengan peserta didik berjalan dengan baik dirasakan oleh 80% peserta didik sedangkan 20% lainnya mengalami kesulitan ketika berinteraksi dengan guru. Interaksi guru dengan peserta didik dilakukan melalui menggunakan kelas online dari guru (*Google Calsroom, kelas maya rumah belajar, quipper school*) (40%), menggunakan media sosial (*WhatsApp, Line, Facebook, dll*) (33,3%), menggunakan video conference dari Guru (*Zoom, Google Meet, Skype, WhatsApp Video Call, dll*) (66,7%), dan menggunakan telpon/ SMS (20%). Dari sini juga dapat ditemukan bahwa interaksi yang dilakukan antar peserta didik dan guru masih dapat berjalan pada mayoritas peserta didik namun walaupun demikian masih ada tiga peserta didik yang mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan guru

Selanjutnya 46,7% peserta didik mudah menjadi marah karena hal sepele ketika belajar di rumah, sedangkan 53,3% lainnya tidak mengalami hal yang serupa. 46,7% peserta didik cenderung bereaksi berlebihan terhadap situasi buruk selama belajar di rumah dan 53,3% lainnya tidak mengalami hal yang serupa. 20% peserta didik merasa sulit untuk merasa santai selama belajar di rumah dan 80% lainnya merasa mudah untuk bersantai selama belajar di rumah. 53,3% peserta didik mudah merasa kesal selama belajar di rumah sedangkan 46,7% lainnya tidak merasakan hal yang serupa. 46,7% peserta didik merasa tidak sabaran ketika mengalami penundaan selama belajar di rumah sedangkan 53,3% lainnya tidak mengalami hal yang serupa. 33,3% peserta didik merasa mudah tersinggung selama belajar di rumah sedangkan

66,7% lainnya tidak mengalami hal yang serupa. 20% peserta didik merasa sulit untuk beristirahat selama belajar di rumah sedangkan 80% lainnya tidak merasakan hal yang serupa. 40% peserta didik merasa mudah sekali gelisah selama belajar di rumah sedangkan 60% lainnya tidak merasakan hal yang serupa. 33,3% peserta didik merasa cemas selama belajar di rumah sedangkan 66,7% lainnya tidak merasakan hal yang serupa. Dari data yang didapatkan dapat disimpulkan bahwa lebih dari setengah partisipan mengalami masalah stress selama belajar di rumah. Masalah stress yang dialami peserta didik bukan didasarkan pada waktu belajar dan tugas yang banyak karena data mencatatkan bahwa mayoritas peserta didik masih dapat beristirahat, dan bersantai selama melakukan pembelajaran dari rumah namun masalah stress yang dialami oleh peserta didik disebabkan karena peserta didik belum dapat membiasakan diri dengan sistem pembelajaran online. Hal ini dibuktikan dengan timbulnya emosi negatif pada diri peserta didik, yaitu mudah marah, bereaksi berlebihan, mudah tersinggung, tidak sabaran, mudah gelisah, dan mudah cemas selama melaksanakan sistem pembelajaran *online*.

Motivasi adalah upaya untuk mempersiapkan diri sendiri supaya memiliki keinginan untuk mengerjakan suatu hal, walaupun pekerjaan tersebut tidak disukai (Winata, 2021). Motivasi merupakan syarat mutlak bagi seseorang untuk belajar, karena motivasi memegang pengaruh 46,4% kepada peserta didik dalam proses belajar (Urbayatun, 2018, p. 11).

Motivasi belajar dapat dilihat ketika timbul reaksi pada peserta didik, reaksi tersebut berupa tingkah laku yang dapat dilihat. Tekun mengerjakan tugas adalah indikator untuk melihat motivasi belajar peserta didik, karena dengan tekun mengerjakan tugas dapat dilihat bahwa seorang individu memiliki keinginan yang besar untuk menyelesaikan tugasnya, serta konsisten untuk menyelesaikan tugasnya. Di Indonesia umum bagi peserta didik untuk memiliki pekerjaan Rumah yang harus dikerjakan. Guru bertanggung jawab untuk memperhatikan ketekunan dan ketepatan tugas-tugas yang telah diselesaikan oleh peserta didik (Saeful Rahmat, 2018, pp. 145– 146).

Ulet menghadapi kesulitan menandakan bahwa peserta didik pantang menyerah ketika berhadapan dengan suatu hal yang sulit. Kesulitan yang dimaksudkan dapat berupa materi pembelajaran, maupun tugas-tugas sekolah. Sebagai makhluk sosial, peserta didik memiliki caranya masing-masing dalam

menunjukkan minat terhadap masalah. Peserta didik yang memiliki motivasi akan turut serta membantu guru dalam menyelesaikan masalah-masalah dalam belajar. sikap inilah yang dapat dilihat oleh guru dalam menilai motivasi belajar peserta didik (Gunawan zebua, 2020, pp. 48–49).

Peserta didik yang lebih senang ketika mengerjakan sesuatu sendiri menandakan sikap kemandirian. Sikap mandiri sangat dibutuhkan selama melakukan pembelajaran online, ditambah jika orang tua tidak dapat menemani peserta didik selama pembelajaran berlangsung. kemandirian akan membuat peserta didik mampu untuk mewujudkan hasil belajar yang maksimal, ditambah peserta didik yang kemandirian akan lebih mudah untuk mengerjakan tugas-tugas yang ada. Bosan mengerjakan tugas tidak selalu menandakan adanya hal negatif pada peserta didik, karena mudah merasa bosan ketika tugas-tugas yang diberikan bersifat mekanis dan berjalan berulang-ulang menandakan adanya motivasi pada peserta didik (Iqbal harissudin, 2019, pp. 43–44).

Sejumlah 86,7% peserta didik merasa bahwa hal-hal yang dipelajari selama belajar online berguna bagi dirinya sedangkan 13,3% lainnya merasa bahwa apa yang dipelajari selama belajar online tidak berguna bagi dirinya. 53,3% peserta didik merasa kurang tertarik untuk belajar selama belajar di rumah dan 46,7% lainnya tertarik untuk belajar selama belajar di rumah. 86,7% peserta didik merasa harus bekerja keras untuk mendapat nilai yang bagus selama belajar di rumah sedangkan 13,3% lainnya tidak merasa harus bekerja keras untuk mendapat nilai yang bagus selama belajar di rumah. 46,7% peserta didik merasa materi pembelajaran yang disampaikan terlalu sulit selama belajar di rumah, sedangkan 53,3% lainnya tidak merasakan hal yang serupa. 80% peserta didik merasa pembelajaran di rumah memberikan banyak manfaat bagi dirinya, sedangkan 20% lainnya merasa bahwa pembelajaran di rumah tidak memberikan banyak manfaat bagi dirinya. 86,7% peserta didik mencoba untuk menentukan standar nilai yang sempurna sedangkan 13,3% lainnya tidak mencoba untuk menentukan standar nilai yang sempurna. 66,7% peserta didik merasa bahwa isi pelajaran sesuai dengan harapan selama belajar di rumah sedangkan 33,3% lainnya merasa bahwa isi pelajaran tidak sesuai dengan harapan selama belajar di rumah. 40% peserta didik merasa bahwa guru sangat mempengaruhi kualitas belajar sehingga peserta didik merasa ingin sekali belajar selama belajar di rumah sedangkan 60% lainnya merasa bahwa guru tidak

mempengaruhi kualitas belajar sehingga peserta didik tidak merasa ingin belajar selama belajar di rumah. 86,7% peserta didik merasa ingin tahu isi dari pelajaran selama belajar di rumah sedangkan 13,3% lainnya tidak merasa ingin tahu isi dari pelajaran selama belajar di rumah. 86,7% peserta didik merasa bahwa tugas yang diberikan cukup mendukung selama belajar di rumah sedangkan 13,3% lainnya merasa bahwa tugas yang diberikan tidak cukup mendukung selama belajar di rumah.

Data diatas menunjukkan bahwa peserta didik sadar dan membutuhkan materi pelajaran karena berguna bagi dirinya namun disamping itu lebih dari setengah partisipan kurang tertarik untuk belajar selama belajar di rumah, artinya peserta didik sadar bahwa materi yang disampaikan guru adalah penting namun motivasi untuk mau memahami materi belajar selama belajar di rumah sangat rendah hal ini dikarenakan peserta didik merasa bahwa materi yang didapatkan tidak sesuai dengan harapan, dan guru tidak mempengaruhi kualitas belajar peserta didik.

Pembahasan

Masalah konsentrasi belajar yang terjadi kepada peserta didik selama melakukan belajar dirumah telah disadari oleh pihak sekolah. Sekolah menyadari bahwa peserta didik mendapatkan kesulitan dalam hal alat komunikasi, jaringan internet, kondisi lingkungan belajar dirumah, yang mengakibatkan sulitnya fokus selama belajar di rumah. Untuk peserta didik yang memiliki kendala dalam alat komunikasi sekolah memberikan bentuk penanganan dengan meminjamkan alat komunikasi berupa Smartphone supaya peserta didik dapat melakukan proses belajar dirumah, sedangkan untuk jaringan internet setiap peserta didik sudah mendapatkan bantuan dari pemerintah berupa paket internet untuk pelajar, namun sekolah mendapatkan info bahwa tidak semua peserta didik mendapatkan jaringan yang baik, dikarenakan kondisi lokasi yang memang sulit mendapatkan sinyal internet yang baik. Dalam menangani hal ini sekolah juga memberikan bentuk upaya berupa pemberian paket internet khusus dengan mencoba berbagai provider yang cocok, dan dalam kasus yang terjadi pada peserta didik memang semua provider tidak ada yang cocok, maka sekolah mengundang peserta didik secara khusus untuk melakukan pembelajaran secara tatap muka tentunya dengan catatan bahwa peserta didik sedang berada dalam keadaan yang sehat.

Selanjutnya untuk mengatasi masalah konsentrasi belajar karena kondisi lingkungan belajar sekolah dalam hal ini guru-guru dibekali dengan teknik khusus untuk menarik kembali fokus peserta didik ketika peserta didik dilihat sudah hilang fokus dalam proses belajar di rumah. Teknik ini dilakukan dengan memberikan satu pertanyaan kepada peserta didik yang diketahui hilang fokus, namun pertanyaan yang diberikan merupakan pertanyaan yang pasti dapat dijawab oleh peserta didik tersebut. Hal ini digunakan agar peserta didik tidak mengalami stress karena pertanyaan yang tidak bisa ia jawab tetapi justru memberikan bentuk pengalihan fokus kembali kepada guru, selain itu juga guru memberikan akses yang lebih terbuka kepada peserta didik supaya dapat bertanya kapanpun selama belajar di rumah dalam mengatasi tidak adanya pembimbingan yang maksimal selama belajar di rumah.

Sekolah membuat sebuah bentuk penanganan dengan memberikan undangan bagi peserta didik yang kesulitan dalam memberikan kesempatan yang lebih baik untuk peserta didik dalam menerima seluruh materi pelajaran, walaupun di satu sisi sekolah tetap membatasi dengan aturan-aturan yang ada untuk mencegah adanya peserta didik yang sedang sakit untuk datang ke sekolah untuk melakukan sistem pembelajaran tatap muka.

Masalah Stress yang dialami peserta didik selama belajar di rumah juga telah disadari oleh sekolah. Untuk mengatasi permasalahan ini sekolah mengupayakan diadakan program konseling pribadi kepada peserta didik yang mengalami masalah stress. Program konseling ini diberikan kepada guru wali kelas atau guru agama, dengan alasan agar lebih mudah untuk melakukan komunikasi, karena peserta didik sudah mengenal guru tersebut, namun walaupun demikian pihak sekolah mengatakan bahwa program ini belum berjalan dengan maksimal. Sampai penelitian ini diadakan pihak sekolah masih mengatur dan menyusun program ini agar berjalan dengan maksimal.

Masalah motivasi belajar yang dialami oleh peserta didik juga telah disadari oleh pihak sekolah. Sekolah dalam hal ini mengambil upaya untuk melakukan pendekatan yang lebih kepada setiap peserta didik, dengan lebih memahami kondisi setiap peserta didik, memaksimalkan komunikasi dengan peserta didik untuk membantu peserta didik yang tertinggal pelajaran, atau kesulitan dalam mengerjakan tugas sekolah, pendekatan dengan cara ini bertujuan untuk menarik keinginan peserta didik untuk mau lebih memahami isi materi dan juga lebih memberikan waktu kepada

peserta didik dalam mengerti isi materi, karena dengan ini peserta didik akan merasa diterima, dibantu dan dibimbing walaupun secara online.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan: *Pertama*, terdapat dampak terhadap psikologis peserta didik akibat sistem pembelajaran online di Sekolah Kristen Kanaan Semarang, yaitu masalah konsentrasi belajar ditandai dengan sulitnya fokus ketika melaksanakan pembelajaran di rumah akibat alat komunikasi yang kurang memadai, jaringan internet yang tidak memadai, kondisi lingkungan belajar yang kurang memadai selama belajar di rumah, masalah stress, ditandai dengan munculnya emosi negatif pada diri peserta didik yakni mudah marah, mudah gelisah, mudah tersinggung., Dikarenakan kemampuan adaptasi yang buruk dalam menghadapi sistem pembelajaran online dan masalah motivasi belajar ditandai dengan kurangnya keinginan untuk belajar selama belajar di rumah, dikarenakan guru yang tidak memotivasi peserta didik, materi yang tidak sesuai harapan peserta didik. *Kedua*, terdapat bentuk penanganan yang dilakukan oleh sekolah dalam menangani masalah psikologis akibat sistem pembelajaran online. Bentuk penanganan yang dilakukan sekolah untuk mengatasi masalah konsentrasi belajar adalah, meminjamkan alat komunikasi, menyediakan kuota internet untuk peserta didik, memberikan teknik khusus dengan memberi pertanyaan yang dapat dijawab oleh peserta didik untuk menarik kembali fokus peserta didik dan dengan memberikan akses komunikasi yang lebih untuk peserta didik. Bentuk penanganan untuk masalah stress adalah dengan konseling pribadi yang dilakukan oleh guru walikelas atau guru agama kepada peserta didik yang mengalami stress. Bentuk penanganan untuk menangani masalah motivasi belajar adalah dengan melakukan pendekatan kepada setiap peserta didik dengan cara lebih memahami peserta didik, melakukan komunikasi yang baik kepada setiap peserta didik.

Saran

Pada Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah dibuat, maka peneliti memberikan saran kepada Sekolah Kristen Kanaan, sebagai berikut : 1) Bagi guru, hendaknya dapat meningkatkan kemampuan mengajar dengan belajar menggunakan metode-metode yang cocok untuk digunakan dalam sistem

pembelajaran online, atau menggunakan berbagai macam variasi mengajar kreatif untuk menarik motivasi belajar peserta didik. 2) Bagi guru kristen, diharapkan kepada guru kristen untuk dapat mengikuti pelatihan-pelatihan konseling pribadi untuk dapat menangani masalah-masalah emosi pada peserta didik seperti stress. 3) Bagi sekolah. diharapkan lebih meningkatkan bentuk penanganan dalam mengatasi masalah stress peserta didik, diharapkan kepada sekolah juga dapat meminta bantuan tim kerohanian sekolah yaitu pendeta sekolah atau orang yang lebih berkopeten untuk memberikan pelatihan kepada guru walikelas dan guru agama supaya dengan ini guru memiliki kesiapan untuk melakukan konseling pribadi kepada peserta didik-peserta didik yang mengalami stress selama belajar di rumah. 4) Bagi peneliti lain. diharapkan dapat meneruskan dan mengembangkan penelitian ini supaya ditemukan penanganan yang lebih baik dalam mengatasi permasalahan yang ada.

DAFTAR RUJUKAN

- Baharuddin. (2010). *Pendidikan & Psikologi perkembangan*. AR-RUZZ Media.
- Belawati, T. (2019). *Pembelajaran Online*. Universitas terbuka.
- Cahya Setiani, A., Setyowani, N., & Kurniawan, K. (2014). Meningkatkan konsentrasi belajar melalui layanan bimbingan kelompok. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 3(1), 40. <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/ijgc.v3i1.3751>
- Fauziyyah, Ri., Citra Awinda, R., & Besral. (2021). Dampak pembelajaran jarak jauh terhadap singkat Stres dan kecemasan mahasiswa selama pandemi COVID-19. *Jurnal Bikfokes*, 1(2), 118–119. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.51181/bikfokes.v1i2.4656>
- Gunarsa, S. D., & Gunarsa, Y. S. D. (2008). Psikologi perkembangan anak dan remaja. In S. R. B. G. Mulia (Ed.), *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. PT BPK Gunung Mulia.
- Gunawan zebua, T. (2020). *Studi litelatur problem based learning untuk masalah motivasi bagi siswa dalam belajar matematika*. Guepedia.
- Hakim, R. T. Y. Al, & dkk. (2021). Pembelajaran online di tengah masa Covid-19 (Tantangan yang mendewasakan). *UAD Press*.
- Hartaik, Y. (2014). Implementasi pendidikan karakter di kantin kejujuran. Gunung Samudera.

- Hartini, N., & Dian Ariana, A. (n.d.). *Psikologi Konseling (Perkembangan dan Penerapan Konseling dalam Psikologi)*. Airlangga University Press.
- Iqbal harissudin, M. (2019). *Secuil esensi berfikir kreatif & motivasi belajar siswa*. PT. Panca Terra Firma.
- Isnawati, R. (2020). *Cara kreatif dalam proses belajar (konsentrasi belajar pada anak gejala gangguan pemusatan perhatian (ADD))*. Jakad Media Publishing.
- Kkbi.kemendikbud. (2021). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. <https://kbbi.web.id/trauma#fitur>
- Kurnia Rahmawati, W. (2015). Keefektifan peer support untuk meningkatkan self discipline Siswa SMP. *Jurnal Konseling Indonesia*, 2(1), 15–21.
- Lidi, Y. (2021). *Merdeka belajar dalam praktek pengajaran*. Yayasan Lembaga Gumun Indonesia (YLGU).
- Mudjiran. (2021). *Psikologi Pendidikan : Penerapan prinsip prinsip psikologi dalam pelajaran*. Kencana.
- Muna, M. S., & Larasati, S. P. D. (2021). Dinamika pembelajaran online di era Covid-19 terhadap perkembangan kreativitas anak. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(4), 2392.
- Musradinur. (2016). Stress dan cara mengatasinya dalam perspektif psikologi. *Jurnal Edukasi*, 2(2), 7. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.22373/je.v2i2.815>
- Mustadi, A., & Dkk. (2020). *Landasan Pendidikan Sekolah Dasar*. UNY Press.
- Nurmalasari, Y., Riska Yustiana, Y., & Ilfiandra. (2016). Efektifitas restrukturisasi kognitif dalam menangani satres akademik siswa. *Jurnal Penelitian Bimbingan Konseling*, 1(1), 82. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30870/jpbk.v1i1.1897>
- Parnawi, A. (2021). *Psikologi Perkembangan*. Deepublish Publisher.
- Prabandini Mulyana, O., Anugerah Izzati, U., & Rahmasari, D. (2013). Penerapan relaksasi atensi untuk meningkatkan konsentrasi belajar pada siswa SMK. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 3(2), 106. <https://doi.org/https://doi.org/10.26740/jptt.v3n2.p103-112>
- Pujilestari, Y. (2020). Dampak positif pembelajaran online dalam sistem pendidikan indonesia pasca pandemi Covid-19, 4(1), 49–56. <http://journal.uinjkt.ac.id/index.php/adalah/article/view/15394/7199> Saeful
- Rahmat, P. (2018). *Psikologi pendidikan*. PT. Bumi Aksara.
- Sumakul, Y., & Ruata, S. (2020). Kesejahteraan psikologis dalam masa pandemi

Covid-19. *Jurnal Psikologi Human Light*, 1(1), 1–7.

<https://doi.org/https://doi.org/10.51667/jph.v1i1.302>

- Sumiwi., Rachmani Endang, A. (2019). Gembala sidang yang baik menurut Yohanes 10:1-18. *Jurnal Teologi Dan Kepemimpinan Kristen*, 4(2), 74–93.
- Surya, H. (2007). *Percaya diri itu penting (peran orang tua dalam menumbuhkan percaya diri anak)*. PT. Elex Media Komputindo.
- Surya, H. (2009). *Menjadi manusia pembelajar*. PT Elex Media Komputindo.
- Surya, H. (2011). *Strategi jitu mencapai kesuksesan belajar*. PT Elex Media Komputindo.
- Taufik, A. (2019). Perspektif tentang perkembangan sistem pembelajaran jarak jauh di Kabupaten Kutai Kartanegara Kalimantan Timur. *Jurnal Pendidikan: Riset Dan Konseptual*, 3(2), 89.
- Zaini, M. (2019). *Asuhan Keperawatan Jiwa (Masalah psikososial di pelayanan klinis dan komunitas)*. Deepublish Publisher.

**PENERAPAN NILAI QONA'AH UNTUK MEMBANGUN PENERIMAAN
DIRI ANAK REMAJA YANG TINGGAL DI PANTI
ASUHAN YA FATIMAH TAYU PATI**

Sumi'ah¹, Komari²

Universitas Islam Negeri Walisongo
qomari70@yahoo.com

Abstract

The application of qona'ah values is one of the efforts that can be carried out by the Ya Fatimah Tayu Pati Orphanage so that foster children can properly socialize, adapt to the environment in which they live, carry out routines well, and enjoy life, they must be able to apply these values qona'ah value in order to have a good attitude of self-acceptance from within oneself. This study aims to understand how to describe the application of qona'ah values and the self-acceptance of adolescents living in the Ya Fatimah Orphanage. This research is a type of field research. The subjects of this qualitative research were teenagers living in the Ya Fatimah Tayu Pati Orphanage. This research use descriptive qualitative approach. Observations, interviews, and documentation were used to obtain field data by researchers. The results of the study show that the application of qona'ah values to build self-acceptance among adolescents living in the Ya Fatimah Tayu Pati Orphanage includes, namely, accepting what is available willingly, asking God for additional additions that are appropriate and trying, accepting patiently on God's provisions, relying on God, not attracted by human deception. Teenagers who live in the Ya Fatimah Orphanage have good self-acceptance, namely, willingness to open up or express our various thoughts, feelings and reactions to others, psychological health, acceptance of others.

Keywords: application of qona'ah values, foster children, self-acceptance.

Abstrak

Penerapan nilai qona'ah ialah salah satu ikhtiar yang dapat dilakukan oleh Panti Asuhan Ya Fatimah Tayu Pati agar anak asuh dapat dengan baik bersosialisasi, beradaptasi dengan lingkungan di mana mereka tinggal, menjalankan rutinitas dengan baik, serta menikmati hidupnya, mereka harus mampu menerapkan nilai-nilai qona'ah agar memiliki sikap penerimaan diri (*self acceptance*) yang baik dari dalam dirinya sendiri. Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana gambaran penerapan nilai qona'ah dan gambaran penerimaan diri anak remaja yang tinggal di Panti Asuhan Ya Fatimah. Penelitian ini merupakan jenis penelitian lapangan (*field research*). Subjek penelitian kualitatif ini ialah anak remaja yang tinggal di Panti Asuhan Ya Fatimah Tayu Pati. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Observasi, wawancara, dan dokumentasi digunakan untuk memperoleh data lapangan oleh peneliti. Hasil penelitian menunjukkan bahwasannya penerapan nilai-nilai qona'ah untuk membangun penerimaan diri di kalangan remaja yang tinggal di Panti Asuhan Ya Fatimah Tayu Pati antara lain yakni, menerima dengan rela apa yang ada, memohon kepada Tuhan tambahan yang pantas dan berusaha, menerima dengan sabar akan ketentuan Tuhan, Bertawakal kepada Tuhan, Tidak tertarik oleh tipu daya manusia. Anak remaja yang tinggal di Panti asuhan Ya Fatimah memiliki penerimaan diri yang baik antara lain yakni, Kerelaan untuk membuka atau mengungkapkan aneka pikiran, perasaan, dan reaksi kita terhadap orang lain, kesehatan psikologis, penerimaan terhadap orang lain.

Kata Kunci: *penerapan nilai qona'ah, anak asuh, penerimaan diri.*

PENDAHULUAN

Tempat dimana anak yatim, piatu, dan yatim piatu diasuh ialah panti asuhan. Ialah tanggung jawab panti asuhan untuk menyediakan layanan kesejahteraan sosial kepada anak terlantar dan kurang beruntung melalui mensponsori dan membantu anak-anak terlantar. Selain mengasuh anak asuh, panti asuhan menyampaikan pendidikan agama untuk anak-anak terlantar sehingga mereka dapat mengembangkan akhlak mulia dan kemandirian.

Dalam undang-undang perlindungan anak. Pasal 2 ayat 1 Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 4 Tahun 1979 (Khoiriyah, 2018) menyatakan bahwasannya anak tanpa orang tua berhak untuk mendapatkan pengasuhan dari negara atau orang atau organisasi. Menurut undang-undang, setiap anak berhak mendapatkan perawatan, kesejahteraan, dan pengawasan untuk alasan kasih sayang, meliputi di dalam rumahnya maupun dalam perawatan istimewa, sehingga ia dapat tumbuh berkembang secara normal. Panti asuhan menampung anak-anak mulai dari bayi hingga remaja hingga dewasa. Individu yang tinggal dipanti asuhan memiliki berbagai masalah sosial.

Menurut Kementerian Sosial (Funaidi, 2021) terdapat 5.540 panti asuhan di Indonesia yang terdaftar di Kementerian Sosial. Panti asuhan mengasuh 315.000 anak, sedangkan Kementerian Sosial melaporkan jumlah panti asuhan secara keseluruhan di Indonesia mencapai 5.824, dengan 1.615 panti asuhan terakreditasi. Berdirinya Panti asuhan selain memberikan penghidupan yang layak secara ekonomi dan sekolah untuk anak-anak terlantar dan kurang beruntung. Selain itu, panti asuhan berusaha untuk mendorong perkembangan mental dengan menyediakan lingkungan yang mendukung. Lingkungan yang mendukung membuat Anak asuh dapat menerima keadaan dirinya.

Menurut Hurlock, masa remaja ialah masa transisi dimana seseorang meninggalkan masa kanak-kanak yang rapuh dan tergantung tetapi belum mencapai usia yang substansial dan penuh akan tanggung jawab, meliputi diri sendiri maupun kepada orang lain. Semakin berkembang suatu masyarakat, remaja harus menyesuaikan diri dengan masyarakat yang lebih besar dan harapannya. Menurut

John W. Santrock, masa remaja ialah tahapan perkembangan sementara yang terjadi antara masa kanak-kanak dan kedewasaan, ditandai dengan munculnya perubahan meliputi; biologis, kognitif, dan sosial-emosional.

Berbagai masalah mulai muncul ketika menginjak usia remaja. misalnya kenakalan remaja. Untuk mencapai keberhasilan pada usia perkembangan selanjutnya, remaja harus melaksanakan kegiatan-kegiatan tertentu. Perkembangan identitas remaja biasanya dipengaruhi oleh dukungan sosial dan kasih sayang orang tua, tetapi dalam hal ini tidak terjadi pada semua remaja. Beberapa remaja ditempatkan di panti asuhan untuk pendidikan dan perawatan karena mereka tidak menerima cinta, koneksi, atau perhatian dari orang tua mereka. Penghuni panti asuhan rentan terhadap persepsi diri yang negatif, depresi, PTSD, dan kekerasan yang ekstrim.

Penelitian Hartini (Hartini, 2001) mengungkapkan bahwasannya remaja yang tinggal dipanti asuhan menunjukkan ciri-ciri kepribadian yang inferior, menjauhkan diri, apatis, mudah menyerah, takut serta cemas. Remaja yang tinggal di panti asuhan menghadapi masalah penyesuaian sosial, hal ini menunjukkan adanya kebutuhan psikologis untuk beradaptasi dengan proses atau aturan lingkungan. Menurut Oktavia (Haryanti dan Pamela, 2016), terdapat banyak anak remaja yang tinggal dipanti asuhan mempunyai persepsi diri kurang baik dan kemungkinan besar mengalami masalah perkembangan dan emosional.

Stereotip terkait remaja yang hidup dan tinggal dalam panti asuhan adalah sumber stres bagi mereka, karena membuat mereka mengalami diskriminasi dan kecemburuan karena kurangnya sumber daya keuangan dan prospek masa depan. Suasana yang cenderung negatif pada remaja panti asuhan, seperti kejadian peristiwa buruk dan mengerikan atau penolakan mengarah pada masalah psikologis. Anak remaja yang tinggal dipanti asuhan rentan terhadap perilaku negatif, mempunyai harga diri yang tidak tinggi, rentan secara fisik dan mental. Karena paparan stereotip dan kejadian buruk. Anak remaja yang tinggal dipanti asuhan menunjukkan penerimaan diri yang rendah, penilaian yang buruk tentang diri mereka sendiri dan keadaan mereka, dan sentimen iri.

Remaja yang tinggal dipanti asuhan tidak mempunyai kasih sayang, motivasi, dandukungan moral dari orang tua, serta tidak lagi memiliki orang tua kandung yang dapat menjadi panutan yang positif. Mereka tidak merasakan bagaimana rasanya diantar jemput saat sekolah oleh orangtua mereka, tidak merasakan liburan bersama-sama dengan keluarga pada saat libur sekolah. Agar dapat beradaptasi dan bersosialisasi dengan baik di panti asuhan, remaja yang tinggal di panti asuhan harus menerima kondisi dirinya sendiri.

Hidup di panti asuhan sulit dilakukan remaja. Hal ini berlaku bagi para remaja di Panti Asuhan Ya Fatimah, sebab anak asuh disana tidak mendapatkan kasih sayang dari orang tua kandung atau saudara kandungnya. Remaja yang tinggal di panti asuhan tidak mempunyai akses ke fasilitas pribadi yang sama seperti rekan-rekan mereka yang tinggal dengan orang tua kandung. Sumbangan orang lain yang murah hati, memberi remaja Panti Asuhan Ya Fatimah pakaian yang pantas. Para remaja di Panti Asuhan Ya Fatimah memiliki aktivitas monoton yang harus dilakukan setiap hari, dimulai dengan sholat subuh di pagi hari dan diakhiri dengan tidur di malam hari. Pada siang hari, banyak anak-anak di Panti Asuhan Ya Fatimah bersekolah di sekolah umum untuk belajar ilmu pengetahuan, sedangkan pada siang hari mereka mengikuti sholat dhuhur berjamaah. Pada waktu sore, anak asuh akan mengikuti kegiatan membaca kitab yang dibimbing oleh Ustadz di Panti Asuhan Ya Fatimah.

Witri Ronica (Ronica dan Nurhasanah, 2021) melaksanakan penelitian di Panti Asuhan Budi Luhur Kabupaten Aceh Tengah. Menurut temuan penelitian, anak-anak panti asuhan kurang menyadari kelemahan dan kelebihan mereka dalam hal mengatur emosi, berinteraksi dengan orang lain dalam menanggapi kritik atau saran, dan beradaptasi dengan lingkungan mereka. Hal ini ditunjukkan dengan kenyataan bahwasannya mereka merasa ditinggalkan, marah, jengkel, tidak diinginkan, dan tidak diperhatikan oleh orang tua mereka, karena mereka hanyalah individu tanpa orang tua lengkap yang tinggal di panti asuhan. Anak asuh tidak dapat mengendalikan emosi, amarah mereka ketika teman lain mengatakan sesuatu yang tidak memenuhi standar mereka, mereka mengungkapkan ketidaksenangan mereka dengan menatap sinis pada teman-teman mereka. Namun, mereka mampu beradaptasi karena mereka dapat mengkritik teman-teman yang arogan, mendominasi, dan pilih-pilih. Hubungan

dengan pengasuh ialah normal meskipun pengasuh itu cerewet, lalai, tidak peduli, dan pilih-pilih.

Menurut Jersild (Prasetyono, 2008), penerimaan diri ialah kesediaan untuk menerima situasi fisik, psikologis, sosial, dan pencapaian diri seseorang, termasuk kemampuan dan kekurangannya. Menurut Supratiknya (Chaidir, 2018) Aspek penerimaan diri meliputi kerelaan untuk membuka atau mengungkapkan aneka pikiran, perasaan, dan reaksi kita terhadap orang lain, kesehatan psikologis, dan penerimaan orang lain. Menurut Hurlock (Selvi, 2017) ada faktor-faktor yang mempengaruhi penerimaan diri, antara lain adanya pemahaman tentang diri sendiri, adanya hal-hal yang realistis, tidak adanya hambatan dalam lingkungan, sikap-sikap anggota masyarakat yang menyenangkan, tidak adanya gangguan emosional yang berat, pengaruh keberhasilan yang dialami baik secara kualitatif dan kuantitatif dari kesuksesan yang dialami, identifikasi dengan orang lain yang memiliki penyesuaian diri yang baik, adanya perspektif diri yang luas, pola asuh dimasa kecil yang baik, dan konsep diri yang stabil. Menurut Hurlock (Heriyadi, 2013) Fungsi penerimaan diri dibedakan menjadi dua bagian: pertama, penyesuaian diri, dan kedua, penyesuaian sosial.

Individu harus mengamalkan penerimaan diri agar tercipta kedamaian dalam kehidupan sehari-hari, karena Tuhan menciptakan manusia tanpa cacat. Untuk mengatasi kekurangan seseorang, perlu untuk menerima semua kualitas, kekurangan, dan kekuatannya secara sama. Menurut Kubler Ross, penerimaan terjadi ketika seorang individu dapat menghadapi kenyataan dan bukannya menyerah. Penerimaan diri sangat penting karena memfasilitasi integrasi remaja ke dalam komunitas yang lebih besar. Namun, tampaknya tidak mungkin untuk mencapai penerimaan diri yang baik.

Ada banyak manusia menghadapi kesusahan menerima kekurangan diri sendiri, dan beberapa dari individu ini tidak dapat mencapai penerimaan yang optimal. Menurut Powell, kegagalan individu untuk tampil baik, memiliki keberanian dan membuat keputusan dengan percaya diri bukan karena kurangnya kelebihan yang dapat mereka tunjukkan, melainkan karena kurangnya rasa percaya diri pada kemampuan menjadi salah satu penyebab utamanya.

Kemampuan individu atau remaja untuk menerima kondisi dirinya sendiri merupakan salah satu aspek yang menentukan kemampuannya dalam melaksanakan pembiasaan diri dengan lingkungannya. Penerimaan diri ini dibutuhkan untuk kelangsungan hidup umat manusia. Lalai akan upaya dalam memahami penerimaan diri sama dengan mencoba menghancurkan generasi anak-anak yang sehat secara kognitif dan stabil secara emosional.

Observasi dan wawancara mengungkapkan bahwasannya remaja yang tinggal di Panti Asuhan Ya Fatimah Tayu seringkali merasa minder dengan teman sebayanya yang hidup dalam lingkungan rumah yang harmonis dan penuh kasih sayang dengan orang tua kandungnya. Selain itu, penghuni panti asuhan menghadiri sekolah umum yang sama dengan rekan-rekan mereka yang tinggal di keluarga. Kemunduran ini berdampak buruk pada penerimaan diri remaja di Panti Asuhan Ya Fatimah Tayu Pati. Sebaliknya, jika remaja memiliki penerimaan diri yang positif, perkembangannya tidak terhambat, dan ia dapat beradaptasi dan bersosialisasi seperti anak-anak yang tinggal bersama orang tua kandungnya. Hal tersebut ditunjukkan melalui wawancara antara peneliti dan salah satu anak asuh Panti Asuhan Ya Fatimah.

“Aku kalau kumpul dengan teman agak minder mbak, aku merasa mereka kalau pengen sesuatu pasti diturutin orangtua mereka, pengen baju baru dibeliin, kalau aku boro-boro. Aku aja jarang kenal dengan teman sekolah ku. Aku malas berangkat sekolah. Makanya mereka juga gak kenal aku. Aku kalau disekolah jarang punya teman malah gak punya teman dekat”(20 Juni 2022)

Observasi dan wawancara menunjukkan bahwasannya mayoritasremajayang tinggal di Panti Asuhan Ya Fatimah berada disana karena orangtua tidak mampu untuk mencukupi kebutuhan dan mengasuh. Dalam hal ini mengakibatkan penolakan para remaja yang berada di Lembaga Ya Fatimah Tayu, dan tidak semua dari mereka dapat menerima kenyataan bahwasannya mereka hidup di panti asuhan dengan hak dan kewajiban yang harus mereka patuhi. Tidak setiap remaja mampu melihat alasan di balik tindakan yang dilakukan oleh orang tuanya dan akibatnya meninggalkan mereka di panti asuhan karena mereka merasa keberadaan mereka telah diabaikan. Saat orang tuanya menitipkan mereka ke Panti Asuhan Ya Fatimah, para remaja penghuni panti asuhan tersebut merasa terasing. Hal ini ditunjukkan oleh percakapan antara peneliti dan salah satu anak asuh Panti Asuhan Ya Fatimah.

“Aku gak tau sebab Bu Dhe ku kirim aku kesini, aku pengen ikut mereka. Kalau orangtua ku udah pasti gak mau tinggal denganku. Menanyakan kabarku aja gak pernah. Mereka sudah gak mau lagi tau keadaan ku. Paling Bu Dhe yang masih tanya kabar tentang ku. Aku udah gak betah tinggal disini pengen ikut Bu Dhe tapi mereka nyuruh aku tinggal disini” (24 Juni 2022)

Keengganan remaja untuk menerima situasi dan kondisi mereka saat ini menyebabkan berbagai masalah, termasuk ketidakpatuhan terhadap peraturan yang dipaksakan untuk mereka ikuti, kinerja akademik yang buruk, dan ekspresi emosional yang tidak terkendali. Karena kesenjangan materi dan non-materi yang sangat besar antara kedua kelompok, remaja di Panti Asuhan Ya Fatimah biasanya iri dengan teman-teman mereka yang tidak tinggal di panti asuhan. Saat bersosialisasi dengan remaja lain di luar Panti Asuhan Ya Fatimah, penghuni panti asuhan merasa tidak mempunyai kepercayaan diri. Berdasarkan observasi dan wawancara yang telah diadakan peneliti dengan pengasuh, diketahui bahwasannya remaja yang hidup di Panti Asuhan Ya Fatimah sering kali perlu diingatkan dan ditegur oleh pengasuh dalam memenuhi tanggung jawabnya, seperti shalat, mandi, piket membersihkan asrama, membaca Al-Qur'an, dan menyelesaikan tugas sekolah mereka. Hasil percakapan dengan pengasuh di Panti Asuhan Ya Fatimah yang dilakukan peneliti menunjukkan hal tersebut.

“Anak-anak disini ya begitu mbak masih sering minta dioyak i, kalau sholat aja masih perlu diingatkan. Pagi-pagi habis sholat subuh, saya suruh mandi aja masih aja ada yang tidur lagi. Sekolah kalau gak diingatkan sekolah, ada salah satu anak yang bolos gak mau sekolah. Kalau piket masih perlu disuruh gak mau ngerjain piket sendiri. Entar kalau ditanya kenapa gak piket, alasannya lupa” (25 Juni 2022)

Anak remaja di panti asuhan harus dapat menerima diri sendiri agar mampu beradaptasi dan menyesuaikan diri dengan lingkungan panti asuhan. Remaja-remaja yang dapat menerima bahwasannya dirinya ialah anak asuh yang tinggal di panti asuhan ialah mereka yang memeluk kehendak Tuhan dengan keikhlasan. Dalam perspektif Islam, penerimaan diri adalah bagian dari kajian qona'ah yang memiliki arti menerima dan merasa cukup atas rizki yang diberikan Allah SWT kepada hambanya. Menurut Barmawi, Qona'ah merupakan landasan untuk menghadapi kehidupan, membangkitkan energi kerja untuk mencari nafkah, dan mengembangkan

keseriusan dalam hidup, sehingga seseorang berusaha dan meyakini takdir yang dihasilkan. Menurut Moh. Saifulloh AlAzis Qona'ah ialah sikap ridha dengan sedikitnya pemberian Allah. Qona'ah ialah perasaan puas individu dengan apa yang sudah dimilikinya. Menurut Al-Faruq terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi qona'ah

(Andriani, 2019) yaitu kekuatan iman, keyakinan akan ketentuan rizki, mentadaburi ayat Al-qur'an, memiliki pengetahuan tentang rizki, cara pandang yang luas tentang konsep kefakiran dan kekayaan. Aspek qona'ah antara lain menerima apa adanya, meminta kepada Allah tambahan yang pantas, dan berusaha, menerima dengan sabar akan ketentuan Tuhan, bertawakal kepada Allah, dan tidak tertarik oleh tipu daya manusia. Terdapat fungsi qona'ah terbagi menjadi dua yaitu sebagai penyeimbang hidup dan sebagai penggerak hidup.

Qona'ah dapat diamalkan oleh siapa saja yang meyakini bahwasannya semua peristiwa dalam hidupnya ialah kehendak Allah, meskipun qona'ah berarti menerima, bukan berarti bahwasannya seseorang menyerah dan menyerah begitu saja. Individu yang berusaha untuk menerapkan qona'ah akan berusaha sebaik mungkin, dan hasil dari upaya mereka akan diserahkan kepada Allah. Anak remaja yang berusaha menerapkan nilai qona'ah pada dirinya akan tetap berusaha untuk menerima dirinya secara total, baik dalam hal menerima kekurangan maupun kelebihanannya.

METODE PENELITIAN

Peneliti menggunakan jenis penelitian lapangan (*field research*) untuk penelitian ini, sebab untuk menyusun hasil penelitian ini diperlukannya data-data yang didapat dari lapangan. Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Menurut Sugiono, penelitian kualitatif ialah penelitian yang menempatkan peneliti sebagai instrument kunci. Penggabungan dan analisis data yang bersifat induktif digunakan untuk menjalankan teknik pengumpulan data. Menurut Kirk dan Miller (dalam Lexy J. Meleong, 2007), penelitian kualitatif ialah teknik yang melibatkan pengamatan langsung terhadap individu dan berinteraksi dengan mereka untuk mengumpulkan data yang sedang diselidiki.

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Pendekatan penelitian deskriptif kualitatif adalah mengumpulkan data dalam bentuk kata-kata,

gambar dan bukan angka. Data-data ini bisa didapatkan dari wawancara, catatan lapangan, gambar, dokumentasi pribadi, dan memo.

Tujuan dari penelitian ini ialah mendeskripsikan penerapan nilai qona'ah di Panti asuhan Ya Fatimah dan self acceptance anak remaja yang tinggal di Panti Asuhan Ya Fatimah Tayu Pati secara runtut dan sistematis dengan memberikan data yang berisi informasi mengenai fakta yang akurat. Tempat penelitian ialah lokasi penelitian yang digunakan untuk mendapatkan data-data yang dibutuhkan. Lokasi penelitian ini tepatnya berada di panti asuhan ya Fatimah tayu pati.

Sumber data dalam penelitian ada 2 yaitu data primer dan sekunder, untuk data primer informasi didapatkan melalui serangkaian tindakan. Informasi ini dikumpulkan melalui wawancara dengan narasumber yang menjadi subjek penelitian, khususnya DP, IMR, LAV, dan RAN. Lebih lanjut, sumber data kedua yaitu sumber data sekunder Informasi dikumpulkan melalui sumber sekunder, termasuk observasi dokumen dan percakapan dengan Pengasuh Panti Asuhan Ya Fatimah Tayu.

Dalam penelitian ini teknik pengumpulan data yang digunakan adalah metode observasi yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data melalui pengamatan lapangan penerapan nilai qona'ah di panti asuhan ya Fatimah, dan penerimaan diri anak remaja yang tinggal di panti asuhan ya Fatimah. Lebih lanjut, metode pengumpulan data yang kedua adalah wawancara ialah metode pengumpulan data untuk memperoleh informasi yang diselidiki secara langsung dari sumber data melalui pembicaraan atau dialog, tujuan mengumpulkan data yang dibutuhkan oleh peneliti. Pada penelitian in, peneliti mewawancarai anak remaja yang tinggal di Panti asuhan ya fatimah yaitu DP, IMR, LAV, RAN, dan pengasuh panti asuhan ya fatimah. Wawancara akan dilakukan dengan memberikan beberapa pertanyaan kepada Narasumber.

Teknik pengumpulan data selanjutnya adalah metode dokumentasi dilakukan oleh peneliti untuk mengumpulkan data mengenai lokasi penelitian, letak geografis, dan gambaran umum tentang penerapan nilai qona'ah di Panti asuhan ya Fatimah dan penerimaan diri anak remaja yang tinggal di panti asuhan ya Fatimah.

Dalam penelitian ini uji keabsahan data menggunakan metode triangulasi dengan pengecekan data dari triangulasi sumber, triangulasi teknik, dan juga

triangulasi waktu. Untuk teknik analisis data digunakan reduksi data, penyajian data dan verifikasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Panti Asuhan Ya Fatimah berusaha dengan baik dalam hal membimbing dan mendidik anak asuhnya agar mempunyai akhlak yang mulia, beriman, dan bermanfaat bagi masyarakat sekitarnya dan Bangsa, serta mempunyai masa depan yang bersinar di masa depan. Berikut rutinitas dan kegiatan Anak remaja yang tinggal di Panti asuhan Ya Fatimah Tayu wajib dilaksanakan yaitu kegiatan mengaji Al-

Qur'an, kegiatan shalat berjama'ah, kegiatan Maulid Nabi, kegiatan Manaqiban, kegiatan Yasin Tahlil, kegiatan Istighosah, kegiatan pembacaan kitab Taklim Muta'allim, kegiatan pembiasaan penjatahan dari segi makanan, kegiatan pembiasaan penjatahan dari segi fasilitas, kegiatan pembiasaan penjatahan uang saku Anak asuh, dan kegiatan menabung.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, diketahui bahwasannya Anak remaja yang tinggal di Panti asuhan Ya Fatimah Tayu memiliki Qona'ah yang baik, memiliki penerimaan diri yang baik, dapat dilihat berdasarkan indikator dari aspek-aspek penerimaan diri yang dipaparkan Supratiknya. Dari hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwasannya Anak remaja yang tinggal di Panti asuhan Ya Fatimah Tayu Pati dapat menerapkan nilai qona'ah dalam hidupnya, dan semakin baik qona'ahnya maka akan semakin baik penerimaan diri anak remaja yang tinggal di Panti asuhan Ya Fatimah tersebut.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan Anak remaja yang tinggal di Panti asuhan Ya Fatimah Tayu memiliki Qona'ah yang baik. Qona'ah yang baik dapat dilihat berdasarkan indikator dari aspek-aspek qona'ah yang dipaparkan oleh Hamka, yakni pertama anak remaja yang tinggal di Panti asuhan dapat menerima dengan rela apa yang ada. Sesuatu yang telah dianugerahkan dari Allah harus dapat diterima dengan senang hati dan tidak mudah menggerutu. Hal ini dapat dilihat dari mereka dapat menyesuaikan diri di lingkungan Panti asuhan dan dapat menerima kondisi mereka menjadi Anak asuh yang tinggal di Panti asuhan, mereka merasa nyaman dan senang

dengan kegiatan rutin yang mereka ikuti di Panti asuhan Ya Fatimah seperti rutin menjalankan kegiatan mengaji Al-Qur'an, shalat berjama'ah, Maulid Nabi, Manaqiban, yasin tahlil, istighosah yang telah diatur oleh Panti asuhan, mereka terbiasa menjalankan kegiatan tersebut.

Kedua, Anak remaja yang tinggal di Panti asuhan memohon kepada Tuhan tambahan yang pantas dan berusaha. Allah menghargai bagaimana hambanya bersyukur, serta Allah pasti akan memberikan balasan atas rasa syukur yang telah dilakukan hambanya. Hal tersebut dapat dilihat dari mereka bersyukur mendapatkan makanan dan fasilitas yang mereka dapat dari Panti asuhan, mereka juga merasa cukup dengan makanan dan fasilitas yang telah disediakan oleh Panti asuhan Ya Fatimah dan mereka juga tidak lupa untuk memohon kepada Allah tambahan yang pantas.

Ketiga, Anak remaja yang tinggal di Panti asuhan menerima dengan sabar akan ketentuan Tuhan. Dengan bersikap sabar dimaksudkan agar tetap kuat untuk menerima takdir yang telah Allah berikan. Hal tersebut dapat dilihat dari mereka bersikap sabar dengan kondisi yang mereka alami saat ini dan mereka tetap kuat menjalani kehidupan. Hal tersebut juga dapat dilihat dari mereka merasa cukup dengan uang saku yang mereka dapatkan dari Panti asuhan Ya Fatimah.

Keempat, Anak remaja yang tinggal di Panti asuhan Ya Fatimah bersikap tawakal kepada Tuhan. Mereka percaya bahwasannya segala sesuatu di dunia Allah yang mengatur baik rizki maupun kematian. Mereka hanya dapat berserah diri atau bertawakal kepada Tuhan karena mereka percaya bahwasannya semua ketentuan telah diatur oleh Allah. Hal tersebut dapat mereka ketahui dari pembacaan kitab yang diajarkan oleh Panti asuhan dalam kegiatan Pembacaan kitab yang dijadwal untuk Anak Panti.

Kelima, Anak remaja yang tinggal di Panti asuhan Ya Fatimah tidak tertarik oleh tipu daya manusia. Mereka mengungkapkan bahwasannya mereka terbiasa hidup dalam kesederhanaan, dengan begitu mereka tidak mudah tertarik dengan tipu daya manusia yang menjerumuskan manusia kepada kemaksiatan atau kesesatan demi kesenangan yang sementara. Anak remaja yang tinggal di Panti asuhan tidak menganggap bahwasannya kekayaan hanya berbentuk materi. Hidup dalam kesederhanaan di Panti membuat mereka lebih menghargai apa yang mereka

dapatkan dan tidak mengejar kesenangan dunia yang bersifat sementara dan membawa kemaksiatan. Hal tersebut dapat dilihat dari anak remaja yang tinggal di Panti asuhan dapat mengikuti kegiatan menabung.

Anak remaja yang tinggal di Panti asuhan Ya Fatimah Tayu Pati dapat menerapkan nilai qona'ah dalam hidupnya, dan semakin baik qona'ahnya maka akan semakin baik penerimaan diri anak remaja yang tinggal di Panti asuhan Ya Fatimah tersebut, didukung dari hasil observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti kepada subjek DP, IMR, LAV, dan RAN. Hasil tersebut juga didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Fitnaeni Fajar Wulan Sari (2017) mengenai Qona'ah sebagai basis spiritual penerimaan diri orang tua terhadap anak penderita leukimia. Dalam penelitian didapatkan hasil bahwasannya orang tua yang berusaha menerapkan qona'ah dalam menghadapi kondisi anaknya yang menderita leukimia dengan tahapan dan proses yang dilalui sudah bisa menerima kondisi anaknya yang menderita leukimia dengan baik.

Penerapan qona'ah penting untuk diterapkan dalam penerimaan diri orang tua terhadap kondisi anaknya yang menderita leukimia. Berdasarkan hasil penelitian, peneliti menyimpulkan bahwa Anak remaja yang tinggal di Panti asuhan Ya Fatimah Tayu Pati dapat menerapkan nilai qona'ah dalam kehidupannya dengan baik, dapat dibuktikan dengan Nilai qona'ah baik yang mereka miliki sehingga mereka memiliki penerimaan diri yang baik. Namun akan lebih baik lagi apabila penerapannilai qona'ah ditambah dengan inovasi-inovasi baru dalam proses penerapan nilai qona'ah agar dapat lebih menarik dan bermanfaat bagi diri sendiri dan orang lain.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Setelah peneliti melakukan penelitian serta menganalisa data yang telah didapatkan, dimulai dari yang bersifat teoritis ataupun lapangan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwasannya penerapan nilai qona'ah yang dapat digunakan untuk membangun penerimaan diri anak remaja yang tinggal di Panti asuhan Ya Fatimah Tayu Pati, yakni menerima dengan rela apa yang ada, memohon kepada tuhan tambahan yang pantas atau berusaha, menerima dengan sabar ketentuan Tuhan, bertawakal kepada Tuhan, tidak tertarik oleh tipu daya manusia.

Gambaran penerapan nilai qona'ah untuk membangun penerimaan diri anak remaja yang tinggal di Panti asuhan Ya Fatimah Tayu Pati antara lain yakni menerima dengan rela apa yang ada, memohon kepada Tuhan tambahan yang pantas, dan berusaha, bertawakal kepada Tuhan, tidak tertarik oleh tipu daya manusia.

Lebih lanjut gambaran penerimaan diri anak remaja yang tinggal di Panti asuhan Ya Fatimah Tayu Pati antara lain adalah Kerelaan untuk membuka atau mengungkapkan aneka pikiran, perasaan, dan reaksi kita terhadap orang lain. Dari subjek DP, IMR, LAV, dan RAN mempunyai penilaian terhadap diri sendiri yang menganggap dirinya berharga, respon baik yang dimilikinya terhadap kritikan orang lain yang dapat diterimanya secara objektif, dan menerima kelemahan dan kelebihan yang ada dalam dirinya merupakan cerminan dari salah satu aspek qona'ah yaitu menerima dengan rela apa yang ada.

Lalu kesehatan psikologis. Dari subjek DP, IMR, LAV, dan RAN mampu menyukai keadaan dirinya saat ini menjadi anak asuh di Panti asuhan Ya Fatimah dengan baik, mampu menikmati kehidupannya di Panti asuhan dengan segala aturan yang ditetapkan, mampu menerima kondisinya dengan sabar tinggal di Panti asuhan Ya Fatimah merupakan cerminan dari salah satu aspek qona'ah yaitu menerima dengan sabar ketentuan Tuhan.

Dan terakhir penerimaan terhadap orang lain. Dari subjek DP, IMR, LAV, dan RAN tidak memiliki anggapan bahwasannya dirinya tidak sama dengan orang lain yang tidak tinggal di Panti asuhan, dan tidak menganggap orang lain menolak keberadaannya merupakan cerminan dari salah satu aspek qona'ah yaitu menerima dengan rela apa yang ada.

Saran

Penulis menyampaikan beberapa saran nantinya menjadi manfaat bagi khalayak umum dan khususnya bagi diri penulis sendiri, yakin penerapan nilai qona'ah dapat dilakukan oleh semua orang. Karena penerapan nilai qona'ah dalam kehidupan memiliki banyak manfaat, salah satunya berkaitan dengan penerimaan diri. Individu yang menerapkan nilai qona'ah dalam kehidupannya dapat menerima diri sendiri secara penuh.

Anak remaja yang tinggal di Panti asuhan Ya Fatimah Tayu Pati harus dapat istiqomah dan tekun dalam menjalankan penerapan nilai qona'ah yang telah ditetapkan oleh Panti asuhan Ya Fatimah Tayu Pati. Panti asuhan dapat menciptakan inovasi-inovasi baru yang dapat ditambahkan dalam proses penerapan nilai qona'ah agar dapat lebih menarik dan memberikan kegunaan bagi diri sendiri dan orang lainnya.

DAFTAR RUJUKAN

- Ali, Mohammad & Mohammad Asrori. (2009). *Psikologi Remaja: perkembangan peserta didik*. Jakarta: Bumi aksara.
- Alin, Riwayati. (2010). Hubungan kebermaknaan hidup dengan penerimaan diri pada orang tua yang memasuki masa lansia. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang.
- Al-Qusyairy, 'Abd Al-Karim Ibn Hawazin. (1994). Risalah sufi al-qusyayri terj. *Ahsin Muhammad. Bandung: Pustaka*.
- Andriani, Yolla Riska. (2019). Hubungan antara qona'ah dengan kesejahteraan psikologi pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. *Skripsi*. Universitas Islam Riau: Pekanbaru.
- Carpenter, Kathie. (2014). *Using orphanage space to combat envy and stigma children, Youth and Environments*, 24(1), 124-137.
- Chaidir, Nurul Fadhillah. 2018. Proses penerimaan diri remaja akibat perceraian orang tua. *Skripsi*. Universitas Medan Area: Medan.
- Funaidi, Patrick. (2021). Penerimaan diri pada remaja panti asuhan Puteri Aisyiyah Medan. *Psyche 165 Journal*. 14 (1), 17.
- Hamka. (2015). *Tafsir Al azhar jilid 2 & 5*, Jakarta: Gema Insani.
- Hartini, Nurul. (2001). Karakteristik kebutuhan psikologi pada anak panti asuhan. *Insan Media Psikologi*, 3(2), 109-118.
- Haryanti, Dwi dan Elza Mega Pamela. (2016). Perkembangan mental emosional remaja di panti asuhan. *Jurnal Keperawatan*, 4(2), 97-104.
- Hurlock, Elizabeth B. (1973). *Adolescent development, (4 th ed), (Internal Student Edition)*. Tokyo: Mc Graw-Hill Kogaksuha.
- Hurlock, Elizabeth B. (1994). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, Elizabeth B. (1997). *Perkembangan Anak Jilid I*. Jakarta: Erlangga.
- Karyadiputra, Erfan dkk. (2019). Pengembangan kreativitas anak asuh berbasis TI dalam menanamkan nilai wirausaha pada asrama putera Panti Asuhan Yatim Piatu Dan Dhu'afa Yayasan Al-Ashr Banjarmasin. *Jurnal Al-Ikhlas*. 4(2), 186.

- Khoiriyah, Harista Umamil. (2018). Hubungan penerimaan diri dengan kebahagiaan pada remaja panti asuhan Nurul Abdyadh Malang. *Skripsi*. Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri Maulanan Malik Ibrahim: Malang.
- Prasetyono. (2008). *Serba- Serbi Anak Autis*. Yogyakarta: Diva Press.
- Ronica, Witri dan Nurhasanah. (2021). Gambaran penerimaan diri anak panti asuhan dan faktor yang mempengaruhinya. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 4(1), 69.