

# HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN KONSEP DIRI DENGAN PENERIMAAN DIRI MAHASISWA *GAPYEAR* DI SURAKARTA

Annisa Sakana Hibatulloh<sup>2</sup> Rini Lestari<sup>2</sup>

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta

## Abstrak

Individu yang telah tamat SMA harapannya mampu menempuh pendidikan di perguruan tinggi, namun adakalanya kondisi membuat individu tersebut menunda atau berhenti (*gap year*) dari pendidikan formal selama  $\pm$  1- 2 tahun. Kondisi ini memberikan pengaruh pada penerimaan diri mahasiswa *gapyear* dipengaruhi oleh beberapa hal seperti dukungan sosial dan konsep diri. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara dukungan sosial dan konsep diri dengan penerimaan diri mahasiswa *gapyear* di Surakarta. Metode yang digunakan ialah kuantitatif korelasional yang melibatkan 169 mahasiswa *gapyear*. Penelitian ini menggunakan skala penerimaan diri, skala dukungan sosial dan skala konsep diri. Teknik *non random sampling* menggunakan teknik *snowball sampling* dengan kriteria mahasiswa aktif di Surakarta yang pernah mengalami *gapyear* (jeda tahun) satu sampai dua tahun sebelum berkuliah. Analisis data yang digunakan berupa analisis regresi berganda dan ditemukan hasil bahwa terdapat hubungan sangat signifikan dukungan sosial dan konsep diri dengan penerimaan diri mahasiswa *gapyear* di Surakarta, ( $F = 106,071$ ;  $p = 0,000$ ;  $p < 0,01$ ). Kemudian ditemukan hasil bahwa terdapat hubungan positif sangat signifikan antara variabel dukungan sosial dengan penerimaan diri ( $r = 0,452$ ;  $p = 0,000$ ;  $p < 0,01$ ), terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara konsep diri dengan penerimaan diri mahasiswa *gapyear* ( $r = 0,736$ ,  $p = 0,000$ ;  $p < 0,01$ ). Sumbangan efektif pada variabel dukungan sosial dan konsep diri dengan variabel penerimaan diri menunjukkan presentase sebesar 56,1 % dengan presentase dukungan sosial berperan sebesar 7,1 % dan konsep diri sebesar 49% dan 43,9 % dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti pada penelitian ini.

**Kata kunci :** dukungan sosial, konsep diri, penerimaan diri

## Abstract

Individuals who have graduated from high school are expected to be able to pursue higher education, but sometimes conditions make these individuals delay or stop (*gap year*) from formal education for  $\pm$  1-2 years. This condition has an influence on self-acceptance of gap year students influenced by several things such as social support and self-concept. This study aims to examine the relationship between social support and self-concept with self-acceptance of gap year students in Surakarta. The method used is correlational quantitative involving 169 gap year students. This study uses self-acceptance scale, social support scale and self-concept scale. The non-random sampling technique uses the snowball sampling technique with the criteria of active students in Surakarta who have taken one to two years gap year before entering college. The data analysis used was multiple regression analysis and it was found that there was a very significant relationship between social support and self-concept with self-acceptance of gap year students in Surakarta, ( $F = 106.071$ ;  $p = 0.000$ ;  $p < 0.01$ ). Then it was found that there was a very significant positive relationship between social support and self-acceptance ( $r = 0.452$ ;  $p = 0.000$ ;  $p < 0.01$ ), there was a very significant positive relationship between self-concept and gap year student self-acceptance ( $r = 0.736$ ,  $p = 0.000$ ;  $p < 0.01$ ). Effective contribution to social support and self-concept variables with

self-acceptance variables showing a percentage of 56.1% with the percentage of social support playing a role of 7.1% and self-concept of 49% and 43.9% influenced by other factors not examined in the study This.

**Keywords:** social support, self-concept, self-acceptance.

## 1. PENDAHULUAN

Mahasiswa adalah individu yang menempuh pendidikan dalam salah satu perguruan tinggi sebagai bekal untuk masa depan kelak (Ratnasari & Pribadi, 2019). Ada kondisi dimana mahasiswa harus menunda satu tahun atau lebih untuk rehat dari pendidikan formal dikarenakan beberapa faktor diantaranya karena sedang bekerja, belum menemukan jurusan atau kampus yang tepat, kurang stabilnya perekonomian keluarga, sedang ingin melakukan peningkatan ketrampilan dan mengikuti keputusan orang tua (Pertiwi, 2022). Pengambilan keputusan untuk *gapyear* (jeda tahun) mungkin sudah banyak dikenal di masyarakat luas. Namun pengambilan keputusan *gap year* (jeda tahun) juga memberikan dampak negatif seperti mendapatkan pandangan negatif masyarakat yang berfikir bahwa keputusan *gap year* (jeda tahun) menjadi hambatan untuk sukses karena adanya kesenjangan diantara teman seangkatannya, dan menurunnya motivasi akademik untuk melanjutkan pendidikan (Martin, 2010). Tekanan yang muncul dari dampak negatif tersebut memberikan pengaruh terhadap kondisi baik fisik maupun psikologis mahasiswa. Mahasiswa yang mengambil *gap year* (jeda tahun) diprediksi memiliki hasil akademik yang kurang adaptif karena kurang yakin akan kemampuannya, memiliki pikiran negatif, kurangnya kepercayaan diri dan merasa tidak puas dengan dirinya. (Martin, 2010). Seharusnya setiap individu memiliki penerimaan diri yang tinggi agar untuk mengembangkan kemampuannya secara optimal, mampu menerima kritikan ataupun saran juga tidak merasa rendah dari orang lain, namun kenyataan penerimaan diri mahasiswa *gap year* rendah (Nitisari, 2021).

Seerti pada studi Kokhaki, et al., (2018) yang mengeksplorasi pengalaman 5 dari 7 siswa Amerika Serikat memilih untuk mengambil *gap year* (jeda tahun). Individu ini merasa memiliki area yang abu-abu karena tidak yakin dengan kemampuan dan keadaan selama *gap year* (jeda tahun) membuat mereka merasa minder untuk melanjutkan jenjang pendidikan. Pada hasil penelitian Coder et al., (2018) dari hasil wawancara didapatkan bahwa mahasiswa yang mengambil *gap year* (jeda tahun) tidak mendapatkan dukungan menyebabkan perasaan penerimaan diri akan kondisi saat itu rendah karena merasa menjadi beban untuk keluarga. Kemudian pada hasil penelitian Hamid et al., (2019) mengungkapkan bahwa individu merasa sulit untuk kembali dan takut tidak lulus tepat waktu karena mengambil *gap year* (jeda tahun), dimana perasaan takut ini membuat mereka kurang bisa menerima diri mereka saat itu. Dari fenomena tersebut dapat diketahui hasil presentase penerimaan diri mahasiswa *gapyear* (jeda tahun) masih tergolong rendah.

Penerimaan diri pada seseorang merupakan suatu kondisi penting yang harus dimiliki, karena ketika penerimaan diri rendah akan menyebabkan individu memiliki kepercayaan diri yang sama rendah, membuat individu tidak mampu menerima kritikan dari orang lain, tidak bangga dengan dirinya sendiri karena selalu merasa kurang. Menyebabkan individu tidak percaya pada dirinya untuk mampu menyelesaikan suatu pekerjaan dengan baik (Fitroh, 2022). Sebaliknya, ketika individu berada pada posisi penerimaan diri yang tinggi individu akan merasa aman dan nyaman ketika menyambut orang lain, menyimpan ketertarikan terhadap orang lain, percaya akan kemampuan diri sendiri, dan mampu menerima kekurangan untuk dijadikan sebagai batu loncatan untuk menjadi lebih baik dikemudian harinya. Seperti dalam hasil penelitian (Wiwit, 2015) kemampuan penerimaan diri dapat menurunkan inferioritas sehingga individu menerima keadaan diri secara realistis. Penerimaan diri terbentuk saat individu mampu menempuh kenyataan daripada hanya menyerah pada keadaan.

Penerimaan diri adalah penilaian individu terhadap dirinya dan keyakinan untuk menjadi lebih baik dan tidak menyerah dalam menghadapi tantangan hidup, bertanggung jawab, mampu menerima kritik dan saran secara objektif, tidak menyalahkan diri atas perasaannya terhadap orang lain, menganggap diri sejajar orang lain, tidak merasa ditolak, dan tidak malu serta merasa rendah diri (Berger, 2003). Aspek- aspek dari penerimaan diri menurut (Berger, 2003) yaitu: a. individu tidak mengandalkan diri pada tekanan eksternal melainkan berdasarkan standar-standar internal sebagai panduan dalam berperilaku, b. Memiliki keyakinan diri dalam menjalani hidup, c. Bertanggung jawab dan menerima konsekuensi atas perilakunya, d. Menerima pujian dan kritikan secara objektif, e. Individu tidak berusaha untuk menolak dan menerima perasaan yang dirasakan, keterbatasan dan kemampuan yang dimiliki, f. Individu yang merasa berharga dan sederajat dengan orang lain, g. individu tidak merasa bahwa orang lain akan menolaknya, h. individu tidak menganggap dirinya berbeda dengan orang lain dan i. individu tidak merasa malu terhadap orang lain.

Faktor- faktor yang mempengaruhi penerimaan diri yaitu : a. Dukungan Sosial adalah interaksi manusia dimana terjadinya pertukaran sosioemosional, materi dan sumber daya. b. Lingkungan sosial adalah tempat yang didalamnya terdapat hubungan antar sesama manusia, baik individu atau kelompok, serta interaksi antar manusia dengan kelompok dalam proses kehidupan bermasyarakat. c. Konsep Diri adalah suatu persepsi atas dirinya sendiri yang ditandai oleh kebenaran yang nyata, sesuai fakta, dan kejujuran. Interpretasi diri dengan penerimaan diri memiliki hubungan yang baik dan positif, d. Pola asuh orang tua : cara, gaya atau metode orang tua dalam memperlakukan, mendidik, membimbing melalui proses interaksi sehingga anak dapat tumbuh dan berkembang sesuai dengan standar perilaku yang berlaku di lingkungan sosial dan masyarakat (Berger, 2003).

Dukungan sosial sebagai dorongan perasaan dihargai, pemberian perasaan nyaman, perhatian, dan bantuan dari orang lain atau kelompok kepada seseorang (Sarafino & Smith, 2014). Aspek-aspek dari dukungan sosial dari (Sarafino & Smith, 2014) yaitu: a. Dukungan Emosional atau dukungan penghargaan. adalah dukungan yang diberikan dalam bentuk rasa empati, kepedulian, perhatian dan persetujuan pada pendapat individu sehingga individu merasa dipedulikan, diperhatikan dan dicintai sehingga individu dapat dengan lebih baik dalam mengatasi permasalahan yang dihadapi. b. Dukungan materi atau instrumental ini adalah dukungan dengan bentuk materi seperti pemberian barang, pinjaman uang atau barang, makanan serta pelayanan. Dukungan instrumental sangat dibutuhkan khususnya dalam menangani masalah dengan lebih mudah dan cepat. c. Dukungan Informasional adalah dukungan yang diberikan dalam bentuk informasi, saran atau umpan balik tentang situasi, suasana dan kondisi individu. Informasi yang diberikan bisa dalam beberapa jenis tergantung dengan kebutuhan individu untuk menetahui dan mengatasi masalah dengan lebih mudah. d. Dukungan Persahabatan atau jaringan sosial, merupakan sebuah dukungan yang diberikan oleh orang lain kepada individu. Dimana bentuk dorongan berupa perasaan menerima diri sendiri dalam sebuah keanggotaan yang memiliki minat, ketertarikan, serta aktivitas sosial yang serupa.

Faktor- faktor dari dukungan sosial menurut (Sarafino & Smith, 2014) yaitu a. Penerima dukungan, Individu tidak mungkin menerima dukungan sosial kecuali mereka baik hati, tidak pernah membantu orang lain, dan memberi tahu orang bahwa mereka membutuhkan bantuan. b. Penyedia dukungan, Individu penyedia dorongan yang memiliki sesuatu yang dibutuhkan orang lain, mengalami stress sehingga tidak berpikir tentang orang lain, atau tidak menyadari atas kebutuhan orang lain. c. Faktor komposisi dan struktur jaringan sosial. Frekuensi hubungan seberapa sering seseorang bertemu dengan individu lain di lingkungan sekitarnya serta berapa banyak jumlah seseorang dapat berhubungan dengan seorang lainnya.

Konsep diri adalah persepsi atau pandangan keseluruhan atas seseorang tentang dirinya sendiri (Human et al., 2003). . Ada tiga aspek konsep diri yang dibahas dalam Human et al., (2003), yaitu: a) Interpretasi diri adalah gambaran seseorang tentang dirinya apa adanya dan sesuai fakta seperti tipe tubuh, status, kemampuan dan peran. b) Dalam lingkungan sosial itu sendiri, ialah bagian dari diri yang dapat dilihat oleh orang lain. c). Diri ideal adalah citra individu yang diinginkan individu untuk dirinya sendiri. Menurut Human et al.,(2003) ada lima faktor sumber pembentukan konsep diri seseorang, yaitu: citra diri, bahasa, harga diri yang terlihat berbeda dari orang lain, interaksi dengan orang lain, melihat individu dan seperti apa individu dalam masyarakat yang berbeda, kemampuan berkomunikasi dengan orang lain. Selama mengambil *gap year* (jeda tahun) mahasiswa mengalami berbagai macam kondisi kehidupan yang berbeda dan beranekaragam dimana untuk melaluinya mahasiswa perlu memiliki konsep diri dan mendapatkan dukungan sosial

dari lingkungan sekitar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sharing, diskusi, dan saling memberi informasi / wawasan membantu individu dalam pengetahuan tentang diri dan menggapai kondisi penerimaan diri yang baik karena tidak merasa sendirian dalam menghadapi permasalahannya (Dhia, 2019). Data ini diperkuat dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Ratnasari & Pribadi, 2019) menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial makanya semakin tinggi pula penerimaan diri mahasiswa. (Hafni, 2020) juga melakukan penelitian dengan hasil yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri bahwa dukungan sosial memberikan kontribusi terhadap penerimaan diri sebesar 76,3 %. Tidak hanya dukungan sosial namun untuk melalui masa *gap year* (jeda tahun) mahasiswa perlu memiliki konsep diri yang stabil agar mampu memahami dan menerima kondisi yang ada (Berger, 2003). Konsep diri yang baik pada mahasiswa *gapyear* (jeda tahun) akan membentuk penerimaan diri yang baik pada mahasiswa (Ira Widia Utari, 2020). Konsep diri dikatakan baik saat mahasiswa *gap year* (jeda tahun) sebagai individu mengetahui mengenai nilai dirinya sehingga ia mengetahui apa yang harus dilakukan untuk menemukan tujuan yang dapat dicapai dengan segala usaha dan kemampuannya. Hal – Hal tersebut sangat diperlukan dalam pembentukan penerimaan diri untuk memanfaatkan, mengekspresikan ketrampilan dan kemampuan yang dimiliki secara optimal. Hal tersebut sesuai dengan penelitian (Putusan et al., 2021) hasil penelitian mengungkapkan bahwa konsep diri mampu menerangkan penerimaan diri sebanyak 15%. Dalam penelitian (Tunnisa, 2019) Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara konsep diri dengan penerimaan diri sebesar 80,3%. Dan dalam penelitian (Astiza et al., 2022) didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara konsep diri dengan penerimaan diri mahasiswa.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji hubungan dukungan sosial dan konsep diri dengan penerimaan diri mahasiswa *gap year* di Surakarta. Berdasarkan uraian di atas hipotesis mayor dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara dukungan sosial dan konsep diri dengan penerimaan diri mahasiswa *gap year* di Surakarta. Dengan hipotesis minor ada hubungan positif antara dukungan sosial dan penerimaan diri mahasiswa *gap year* di Surakarta dan ada hubungan positif antara konsep diri dengan penerimaan diri mahasiswa *gap year* di Surakarta.

## 2. METODE

Metode penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Dengan subjek dalam penelitian ini ialah mahasiswa aktif di Surakarta dan yang pernah mengambil *gap year* (jeda tahun) sebelum menempuh kuliah berjumlah 169 orang. Dengan teknik *snowball sampling* sebagai teknik dalam pengumpulan data.

Variabel independen dalam penelitian ini dukungan sosial dan konsep diri dengan variabel dependen penerimaan diri. Alat ukur yang digunakan berupa skala yang disusun berdasarkan skala

penerimaan diri berdasarkan teori Berger (2003), skala dukungan sosial berdasarkan teori Sarafino & Smith (2014) dan skala konsep diri berdasarkan teori Human et al., (2003). Skala dukungan sosial dengan jumlah aitem 25 yang terdiri dari 17 item *favorable* dan 9 item *unfavourable*. Dengan Validitas skala dukungan sosial sebesar 0,666 - 0,833 dan reliabilitas sebesar 0,876. Adapun blueprint skala dukungan sosial terdapat dalam tabel 1 :

Tabel 1. *Blue print* Dukungan Sosial

Aspek	Jumlah	Jumlah Item	
		FAVORABLE	UNFAVORABLE
Dukungan Emosional	9	1, 2, 3, 5, 7	4, 6, 24, 25
Dukungan Instrumental	5	10, 11, 12, 13, 14	-
Dukungan Informasi	8	16, 17, 18, 20, 21	15, 19, 22
Dukungan Persahabatan/Jaringan Sosial	3	8, 9	23
Total	25	18	7

Skala Konsep diri dengan jumlah aitem 21 yang terdiri dari 11 item *favorable* dan 10 item *unfavourable*. Dengan Validitas skala konsep diri sebesar 0,666 – 0,833 dan reliabilitas sebesar 0,828. Adapun *blue print* skala konsep diri terdapat dalam tabel 2 :

Tabel 2. *Blue print* Konsep Diri

Aspek	Jumlah	Jumlah Item	
		FAVORABLE	UNFAVORABLE
Kondisi yang disadari	8	1, 3, 5, 7	8, 10, 13, 15
Diri secara sosial/ menurut orang lain	7	2, 4, 6	9, 11, 12, 14
Diri yang ideal	6	16, 18, 19, 221	17, 20
Total	21	11	10

Skala penerimaan diri dengan jumlah aitm 16 yang terdiri dari 16 item yang terdiri dari 12 item *favorable* dan 5 item *unfavourable*. Dengan validitas skala penerimaan diri sebesar 0,666 – 0,833 dan reliabilitas sebesar 0,814. Adapun *blue print* skala penerimaan diri terdapat dalam tabel 3:

Tabel 3. *Blue print* Penerimaan Diri

Aspek	Jumlah	Jumlah Item	
		FAVORABLE	UNFAVORABLE
Tidak membandingkan diri dengan orang lain	3	1, 5	11
Percaya kemampuan diri	3	13, 15	9
Bertanggung jawab	4	3, 4, 10	2
Menyadari kekurangan dan kelebihan	4	7, 8, 16	14
Mampu menerima kritikan dan saran	2	6, 12	-
Total	16	12	4

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini ialah analisis regresi berganda (*multiple regression*) untuk menguji hubungan antara variabel independen dukungan sosial (X1 ) dan konsep diri (X2 ) terhadap variable dependen penerimaan diri (Y).

Untuk menguji regresi linier berganda peneliti terlebih dahulu melakukan uji asumsi klasik yang terdiri dari uji normalitas, uji linieritas, uji multikolonieritas, uji heterokedastisitas.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Responden dalam penelitian ini merupakan mahasiswa aktif yang sebelumnya pernah mengambil jeda tahun (*gap year*) dan terdiri dari beberapa Perguruan Tinggi di Surakarta. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 169 orang dengan rata-rata usia 20 – 25 tahun, namun ada yang berusia 19 tahun serta 26 tahun dan lebih didominasi subjek berjenis kelamin perempuan, berkuliah di beberapa universitas di Surakarta seperti Universitas Muhammadiyah Surakarta, Universitas Negeri Surakarta, UIN Raden Mas Said, Uniba, ISI Surakarta, Poltekkes dan beberapa universitas lainnya. Subjek dalam penelitian ini berasal dari angkatan 2018 hingga angkatan 2022, dengan jumlah terbanyak berasal dari angkatan 2019. Dapat tersebut dapat dilihat dari tabel 4.

Tabel 4. Data Demografis

Kreteria	Sub Kriteria	Frekuensi	Persen %
<b>Usia</b>	<19	4	2,4 %
	20-25	163	96,4 %
	26>	2	1,2 %
<b>Jenis Kelamin</b>	Laki-laki	50	29,6 %
	Perempuan	119	70,4 %
<b>Universitas</b>	UMS	112	66,3 %
	UNS	15	8,9 %
	UIN RMS	11	6,5 %
	UNISRI	5	3 %
	UNIBA	2	1,2 %
	UNIVET BANTARA	3	1,8 %
	UDB	4	2,4 %
	UNSA	2	1,2 %
	STIE SURAKARTA	4	2,4 %
	POLTEKKES KEMENKES SURAKARTA	5	3 %
	UNU	1	0,6 %
	POLTEKKES AKBARA SURAKARTA	1	0,6 %
	UTP	2	1,2 %
	ISI SURAKARTA	2	1,2 %
	<b>Angkatan</b>	2018	7
2019		73	43,2 %
2020		54	32 %
2021		21	12,4 %
2022		14	8,3 %

Hasil uji asumsi yaitu uji normalitas, sebaran dari variable dependen ( tergantung ) yaitu penerimaan diri diperoleh nilai residual Kolmogorov- Smirnov menunjukkan bahwa variable

dukungan sosial mempunyai signifikansi 0,05 ( $0,01 < p \leq 0,05$ ), konsep diri mempunyai signifikansi 0,200 ( $p > 0,05$ ) dan penerimaan diri mempunyai signifikansi 0,200 ( $p > 0,05$ ) yang berarti variable dukungan sosial, konsep diri dan penerimaan diri mempunyai sebaran data yang normal.

Tabel 5. Uji Normalitas

No	Variabel	N	Kolmogorov-Smirnov	Asym Sig. (2-tailed)	Distribusi Data
1.	Dukungan Sosial	115	0,061	0,050	Normal
2.	Konsep Diri	115	0,059	0,200	Normal
3.	Penerimaan Diri	115	0,085	0,200	Normal

Uji Linieritas dalam penelitian ini menunjukkan bahwa linieritas antara dukungan sosial, dengan penerimaan diri mahasiswa *gap year* (jeda tahun) didapatkan nilai F hitung 46,483 dan Signifikansi pada *Linearity* sebesar  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ) kemudian melihat nilai sig. pada *Deviation for Linearity* sebesar  $p = 0,106$  ( $p > 0,05$ ) sehingga variable tersebut dapat dikatakan memiliki hubungan yang linier. Sedangkan hasil uji linieritas dari variabel konsep diri dengan penerimaan diri mahasiswa *gap year* didapatkan nilai F hitung 200,830 dan Signifikansi 0,000 ( $p < 0,01$ ) kemudian melihat pada *Deviation for Linearity* sebesar  $p = 0,347$  ( $p > 0,05$ ) sehingga variabel tersebut dapat dikatakan memiliki hubungan linier.

Tabel 6. Uji Linieritas

No	Variabel	Linieritas		Keterangan
		F	Sig.	
1.	Penerimaan Diri dengan Dukungan Sosial	46,483	0,000	Linier
2.	Penerimaan Diri dengan Konsep Diri	200,830	0,000	Linier

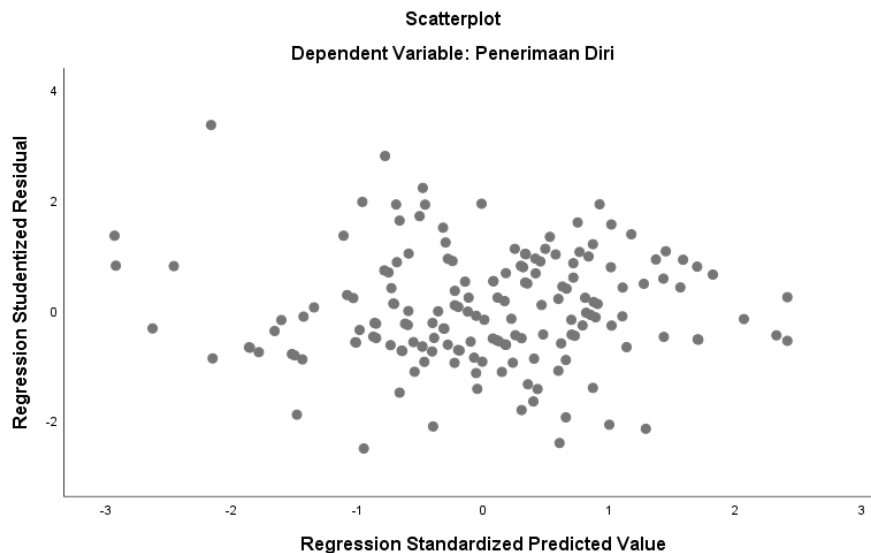
Uji Multikolinieritas digunakan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan dan korelasi antara variabel independent. Data dinyatakan multikolinieritas apabila adanya kesamaan antara data satu dengan data yang lain. Multikolinieritas dilakukan dengan uji regresi linear dalam SPSS dengan melihat hasil nilai tolerance dan lawan *Variance Inflation Factor* (VIF). Batas umum dipakai untuk menunjukkan adanya multikolinieritas dengan melihat nilai tolerance  $> 0,10$  atau nilai VIF  $< 10,00$ . Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat gejala multikolinieritas yang terjadi ditunjukkan dengan hasil VIF masing-masing variabel independen lebih kecil dari 10 dan nilai tolerance lebih besar dari 0,1.

Tabel 7. Uji Multikolonieritas

Variabel	Tolerance	VIF	Keterangan
Dukungan sosial	0.688	1.453	Tidak terjadi multikolinieritas
Konsep diri	0.615	1.626	Tidak terjadi multikolinieritas



Uji heteroskedastisitas juga dapat dilihat melalui grafik *scatterplot*. Apabila data menyebar maka dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas atau disebut homoskedastisitas begitupun sebaliknya apabila plot terlihat berkumpul pada titik tertentu maka terjadi heterokedastisitas. Berdasarkan hasil uji heteroskedastisitas menunjukkan bahwa uji heteroskedastisitas menggunakan *scatterplot* dapat diketahui bahwa kedua variabel independen yaitu dukungan sosial dan konsep diri tidak ada masalah heteroskedastisitas pada model regresi.



Gambar 1. Grafik Scatterplot

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi linier berganda. Analisis regresi linier berganda digunakan untuk mengetahui adanya hubungan antara dua atau lebih variabel independen (bebas) dengan variabel dependen (terikat). Untuk dapat mengetahui hipotesis mayor dapat dilihat dalam tabel ANOVA, hasil nilai  $F = 106,071$ ;  $p = 0,000$  ( $\text{sig} < 0,01$ ), dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara variabel bebas yaitu dukungan sosial dan konsep diri dengan variabel terikat yaitu penerimaan diri mahasiswa *gap year* di Surakarta sehingga hipotesis mayor diterima.

Tabel 8. Uji Hipotesis Mayor

R	R Square	F	Sig
0,749	0,561	106,071	0,000

Sumbangan efektif digunakan untuk mengetahui seberapa besar hubungan dari kedua variabel bebas yaitu dukungan sosial dan konsep diri terhadap variabel terikat yaitu penerimaan diri, nilai R Square = 56,1% kemudian sumbangan lain sebesar 43,9% berasal dari variabel lain yang tidak diuji dalam penelitian ini. Pengaruh variabel dukungan sosial sebesar 7,1%, dan pengaruh variabel konsep diri sebesar 49%. Dari data dapat dilihat bahwa variabel konsep diri memberikan pengaruh lebih besar dalam penelitian ini.

Hasil uji hipotesis minor ditunjukkan pada tabel *correlations*, dengan nilai koefisien korelasi variabel dukungan sosial dengan penerimaan diri mahasiswa *gap year* sebesar  $r = 0,452$ ;  $p = 0,000$  ( $\text{sig} < 0,01$ ), dapat diartikan terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dan penerimaan diri mahasiswa *gap year* sehingga hipotesis minor pertama diterima. Dimana artinya semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi penerimaan diri yang dimiliki oleh mahasiswa *gap year* di Surakarta. Selanjutnya hasil nilai koefisien korelasi konsep diri dengan penerimaan diri mahasiswa *gap year* sebesar  $r = 0,736$ ;  $p = 0,000$  ( $\text{sig} < 0,01$ ), dapat diartikan terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara konsep diri dengan penerimaan diri mahasiswa *gap year* di Surakarta sehingga hipotesis minor kedua diterima. Dimana artinya semakin tinggi konsep diri aka semakin tinggi pula penerimaan diri yang dimiliki oleh mahasiswa *gap year* di Surakarta.

Tabel 9. Uji Hipotesis Minor

Variabel	Koefisien Korelasi (r)	Sig.
Dukungan Sosial	0,452	0,000
Konsep Diri	0,736	0,000

Berdasarkan tabel 9 kategorisasi didapatkan  $RE > RH$ , dengan hasil RE sebesar 79,73 dan RH sebesar 72, yang berarti bahwa variabel dukungan sosial berada pada kategori sedang. Dari tabel 11 dapat dijelaskan bahwa tidak terdapat mahasiswa yang memiliki dukungan sosial sangat rendah. Dukungan sosial yang masuk dalam kategori rendah sebesar 5% (8 orang), kemudian yang masuk dalam kategori sedang sebesar 50% (84 orang), untuk kategori tinggi sebesar 43% (73 orang), sedangkan yang masuk dalam kategori sangat tinggi sebesar 2% (4 orang).

Tabel 10. Kategorisasi Dukungan Sosial

Skor Interval	Kategorisasi	RH	RE	Frekuensi	Presentase
$X \leq 48$	Sangat rendah			0	0%
$48 < X \leq 64$	rendah			8	5%
$64 < X \leq 80$	sedang	72	79.73	84	50%
$80 < X \leq 96$	tinggi			73	43%
$96 < X$	sangat tinggi			4	2%

Dari data dapat diketahui bahwa mahasiswa berada dalam kategori sedang, yang artinya mahasiswa *gap year* sudah memiliki dukungan sosial dari keluarga, teman maupun lingkungan sosial namun belum terpenuhi secara optimal. Meski begitu masih terdapat mahasiswa *gap year* yang memiliki dukungan sosial dalam kategori rendah. Hal ini perlu diperhatikan oleh keluarga, teman dan lingkungan masyarakat bahwa masih sangat diperlukan dalam pemberian dukungan sosial baik dalam bentuk empati, informasi, dan materi, sedangkan dukungan sosial mahasiswa *gap year* yang sudah tinggi dapat ditingkatkan kembali agar dukungan sosial menjadi lebih optimal.

Tabel 11.8 Kategorisasi Konsep Diri

Skor Interval	Kategorisasi	RH	RE	Frekuensi	Presentase
$X \leq 46$	Sangat Rendah			2	1%
$46 < X \leq 61$	Rendah			37	22%
$61 < X \leq 77$	Sedang	69	66.13	115	68%
$77 < X \leq 92$	Tinggi			15	9%
$92 < X$	Sangat Tinggi			0	0%

Berdasarkan tabel 11 kategorisasi didapatkan  $RE < RH$ , dengan hasil RE sebesar 66,13 dan RH sebesar 69, yang berarti bahwa variabel konsep diri berada pada kategori sedang. Dari tabel 12 dapat dijelaskan bahwa tidak terdapat mahasiswa *gap year* dengan konsep diri yang masuk dalam kategori sangat tinggi. Mahasiswa *gap year* dengan konsep diri yang masuk dalam kategori rendah sebesar 1% (2 orang), sedangkan yang masuk dalam kategori rendah sebesar 22% (37 orang), kemudian untuk kategori sedang sebesar 68% (115 orang). Dan untuk kategori tinggi sebesar 9% (15 orang).

Dari data tersebut dapat dilihat bahwa mahasiswa *gap year* sudah mampu mengenal dirinya dengan baik namun nampaknya terdapat pula konsep diri mahasiswa *gap year* dalam kategori sangat rendah dan rendah. Hal ini perlu diperhatikan oleh mahasiswa *gap year* bahwa masih perlu meningkatkan konsep diri yang ada dalam dirinya dengan mulai mencoba menerima segala hal mengenai dirinya, sedangkan untuk mahasiswa *gap year* yang sudah memiliki konsep diri tinggi agar mempertahankan konsep dirinya yang positif.

Tabel 92. Kategorisasi Penerimaan Diri

Skor Interval	Kategorisasi	RH	RE	Frekuensi	Presentase
$X \leq 36$	Sangat Rendah			0	0%
$36 < X \leq 48$	Rendah			43	25%
$48 < X \leq 60$	Sedang	54	52.66	110	65%
$60 < X \leq 72$	Tinggi			16	9%
$72 < X$	Sangat Tinggi			0	0%

Berdasarkan tabel 12 kategorisasi didapatkan  $RE < RH$ , dengan hasil RE sebesar 52,66 dan RH sebesar 54, yang berarti bahwa variabel penerimaan diri berada pada kategori sedang. Dari tabel 13 dapat dijelaskan bahwa tidak terdapat mahasiswa *gap year* dengan penerimaan diri yang masuk dalam kategori sangat rendah dan sangat tinggi. Mahasiswa *gap year* dengan penerimaan diri yang masuk dalam kategori rendah sebesar 25% (43 orang), sedangkan yang masuk dalam kategori sedang sebesar 65% (110 orang) dan untuk kategori tinggi sebesar 9% (16 orang).

Dari data diketahui bahwa mahasiswa *gap year* memiliki penerimaan diri dalam kategori sedang yang maknanya mayoritas mahasiswa *gap year* sudah mampu menerima keadaan dirinya baik dari kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki. Namun nampaknya terdapat mahasiswa

*gapyear* dengan penerimaan diri dalam kategori rendah. Hal ini perlu diperhatikan oleh mahasiswa *gapyear* untuk tidak membandingkan diri dengan orang lain, merasa bahwa kita semua sejajar agar mampu meningkatkan penerimaan diri dalam dirinya, sedangkan untuk mahasiswa *gapyear* yang sudah memiliki penerimaan diri tinggi agar mempertahankan penerimaan diri dengan mengoptimalkan kemampuan yang dimiliki.

Dari uraian di atas mengungkapkan bahwa penerimaan diri yang baik dapat tercapai dengan pengaruh dari faktor internal dan eksternal, seseorang dengan konsep diri yang baik akan memberikan kontribusi besar dalam menumbuhkan penerimaan diri, begitu pula dengan dukungan sosial, jika keluarga, teman, saudara dan lingkungan memberikan dukungan secara optimal maka individu tersebut mampu memiliki penerimaan diri yang baik. Dari data penelitian dukungan sosial ada yang berada pada kategori rendah, namun rata-rata mahasiswa memiliki dukungan sosial dalam kategori sedang hal ini masih perlu ditingkatkan kembali dengan bantuan keluarga, teman, dan lingkungan sosial. dan juga terdapat mahasiswa yang memiliki konsep diri dengan kategori sangat rendah, namun rata-rata mahasiswa memiliki konsep diri dalam kategori sedang, mahasiswa masih perlu untuk mengenali lebih dirinya, menerima apa dan bagaimana lingkungan memandang dirinya untuk menjadi pribadi yang lebih baik kedepannya.

#### **4. PENUTUP**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis mayor dan hipotesis minor dalam penelitian ini diterima. Ada hubungan antara dukungan sosial dan konsep diri dengan penerimaan diri mahasiswa *gapyear* di Surakarta, dan ada hubungan positif sangat signifikan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri mahasiswa *gapyear* di Surakarta serta ada hubungan positif sangat signifikan antara konsep diri dengan penerimaan diri mahasiswa *gapyear* di Surakarta. Sumbangan efektif dari variable dukungan sosial dan konsep diri dengan variabel penerimaan diri sebesar 56,1 % dengan rincian sumbangan dari dukungan sosial sebesar 7,1% dan konsep diri sebesar 49% dan 43,9% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini, sehingga dapat disimpulkan bahwa konsep diri memberikan sumbangan yang lebih besar terhadap penerimaan diri.

Tingkat penerimaan diri mahasiswa *gapyear* dalam penelitian ini tergolong sedang, sehingga dukungan sosial dan konsep diri ditingkatkan, dukungan sosial dapat ditingkatkan dengan melakukan kegiatan secara bersama-sama dan saling berbagi minat satu sama lain, memberikan motivasi dan feedback yang membangun. Kemudian konsep diri dapat ditingkatkan dengan mulai mencoba melakukan evaluasi diri dan berperilaku sebagaimana yang sesuai dengan standar diri sendiri. Maka ketika dukungan sosial dan konsep diri meningkat secara bersamaan penerimaan diri akan meningkat pula. Bagi peneliti selanjutnya dapat menggunakan variable *predictor* (bebas) lain

sebagai faktor pembentuk penerimaan diri seperti lingkungan sosial dan pola asuh orang tua dalam penelitian yang akan dilakukan selanjutnya yang akan memberikan peranan untuk meningkatkan penerimaan diri dengan menggunakan metode lain yang lebih akurat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Astiza, L., Sumarna, N., & Herik, E. (2022). Konsep Diri Dengan Penerimaan Diri Pada Mahasiswa. *Jurnal Sublimapsi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Halu Oleo*, 3(2), 162–172.
- Berger, E. M. (2003). The relation between expressed acceptance of the self and expressed acceptance of others. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 4(1), 778–772. <https://doi.org/10.24815/s-jpu.v2i1.13271>
- Coder, E., Hall, E., & Parks, R. (2018). Evolution of a Gap Semester Program: An Experiential Challenge. *Aacrao*, 93. <https://www.aacrao.org/research-publications/quarterly-journals/college-university-journal/article/c-u-vol.-93-no.-4-fall-2018/evolution-of-a-gap-semester-program-an-experiential-challenge>
- Dhia, Z. A. (2019). Pengaruh Pemaafan dan Dukungan Sosial terhadap Penerimaan Diri Wanita Tuna Susila di Balai Rehabilitasi Sosial Watunas Mulya Jay a. In *Skripsi Program Studi Psikologi*. Universitas Negeri Jakarta.
- Fitroh, D. Z. (2022). *Hubungan Antara Body Image Dengan Penerimaan Diri (Self Acceptance) Pada Korban Body Shaming*. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.
- Hafni, M. (2020). Effectiveness of social support with adolescent's self-acceptance in post-divorce parents. *INSPIRA: Indonesian Journal of Psychological Research*, 1(2), 38–42. <https://doi.org/10.32505/inspira.v1i2.2838>
- Hamid, S. A., Shokory, S. M., & Awang, M. (2019). Students' Knowledge and Attitudes about the Gap Year Programme: A Study at a Public University in Malaysia. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 9(2), 826–838. <https://doi.org/10.6007/ijarbss/v9-i2/5619>
- Human, U., Boston, I., Paul, C., Rhonda, G., Herbert, W., Teori, R. B. K. D., Kelekatan, A. F. G., & Allyn, B. (2003). *Baron, R. A & Byrne, D. (1994). Social Psychology: Jurnal Psikologi. No. 1, hal 9 – 17. 2, 66–70.*
- Ira Widia Utari. (2020). Hubungan Konsep Diri Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Di Sma Angkasa 1 Lanud Soewondo Medan Tahun 2020. *Gastronomía Ecuatoriana y Turismo Local.*, 1(69), 5–24.
- Kokhaki, Sarmadnia, Gha, M., and A., VDMA, Fähling, J., Industry, M., Nielsch, W., Abbildung, D., Turtle, P., Lanza, G. et al., Messe, H., Cases, U., Ar-anwendungen, P., Reality, A., Werkzeug, M., App, D., Vsm, S. I. M., Technologie-Initiative SmartFactory KL e.V., BSI, B. F. S. in der I., Group, S. S., Heller, J., ... Europäische Kommission. (2018). Covariance Structure Analysis of Health-Related Indices for the Elderly at Home, Focusing on Subjective Feelings of Health. *Bitkom Research*, 63(2), 1–3.
- Martin, A. J. (2010). Should Students Have a Gap Year? Motivation and Performance Factors Relevant to Time Out After Completing School. *Journal of Educational Psychology*, 102(3), 561–576. <https://doi.org/10.1037/a0019321>
- Pertiwi, I. R. (2022). Yogyakarta Gap Year Program: Solusi Kebangkitan Lembaga Kursus Bahasa Inggris di Yogyakarta Pasca Pandemi Covid-19. *Prosiding National Seminar on Accounting*,

*Finance, and Economics (NSAFE)*, 2(1), 277–285.

- Putusan, P., Rutan, D. I., & Surakarta, K. I. (2021). Hubungan Konsep Diri Dengan Penerimaan Diri Narapidana Pasca Putusan Di Rutan Kelas 1 Surakarta. *REFORMASI*, 11, 180–192. <https://doi.org/10.33366/rfr.v>
- Ratnasari, D., & Pribadi, H. (2019). Hubungan Antara Dukungan Sosial Terhadap Penerimaan Diri Siswa Kelas Viii Smp Negeri 3 Tarakan. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Borneo*, 1(2), 14–18. <https://doi.org/10.35334/jbkb.v1i2.1159>
- Sarafino, E. P. and, & Smith, T. W. (2014). HEALTH PSYCHOLOGY Biopsychosocial Interactions. In *Lightning Source Inc* (7th ed, Vol. 4, Issue 1). New Jersey : John Wiley & Sons.
- Tunnisa, F. (2019). Hubungan Konsep Diri Dengan Penerimaan Diri Pada Remaja Disabilitas Di Yayasan Bukesra Ulee Kareng Banda Aceh. *Universitas Islam Negeri Ar-Raniry*. [https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/9951/1/skripsi\\_full.pdf](https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/9951/1/skripsi_full.pdf)

