

**HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN PENYESUAIAN
DIRI PADA REMAJA DIFABEL**

**NASKAH PUBLIKASI
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Dalam Mencapai Derajat Sarjana S-1**



Disusun Oleh:

RENALDHI ARDHIAN PUTRA

F 100 090 063

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2014

**HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN PENYESUAIAN
DIRI PADA REMAJA DIFABEL**

Naskah Publikasi

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Mencapai Derajat Sarjana

(S-1) Psikologi

Diajukan Oleh :

Renaldhi Ardhian Putra

F 100 090 063

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2014

HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN PENYESUAIAN
DIRI PADA REMAJA DIFABEL

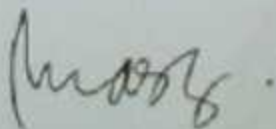
Disusun oleh:

Renaldi Ardhian Putra

F 100 090 063

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Dewan Penguji oleh:

Pembimbing Utama



Usmi Karyani, S.Psi, M.Si, Psi

Tanggal, 8 November 2014

HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN PENYESUAIAN
DIRI PADA REMAJA DIFABEL

Diajukan oleh:

Renaldhi Ardhian Putra

F 100 090 063

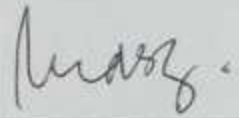
Telah di pertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 15 November 2014

dan dinyatakan telah memenuhi syarat


Penguji Utama

Usmi Karvani, S.Psi, M.Si



Penguji Pendamping I

Dra. Wiwien Dinar Pratisti., M.Si



Penguji Pendamping II

Dr. Lisnawati Ruhaena, M.Si



Surakarta

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Fakultas Psikologi

Dekan,



(Kaunik, M.Si., Ph.D)

HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA REMAJA DIFABEL

Renaldhi Ardhian Putra
Usmi Karyani
Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta
renaldhiap@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara penerimaan diri dengan penyesuaian diri pada remaja difabel. Hipotesis yang diajukan oleh peneliti yaitu ada hubungan positif antara penerimaan diri dengan penyesuaian diri pada remaja difabel. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan jumlah responden sebanyak 32 orang. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala penerimaan diri yang berjumlah 56 aitem dan skala penyesuaian diri berjumlah 34 aitem. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi *product moment*. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh koefisien korelasi (r) sebesar 0,983 ; $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga hipotesis yang diajukan diterima. Artinya bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara penerimaan diri dengan penyesuaian diri. Sumbangan efektif penerimaan diri pada penyesuaian diri sebesar 96,7% koefisien determinan (r^2) sebesar 0,967 dalam mempengaruhi penyesuaian diri remaja difabel, sedangkan sisanya 3,3% dipengaruhi oleh variabel lain di luar penerimaan diri.

Kata Kunci: Penerimaan Diri, Penyesuaian Diri, Remaja Difabel

PENDAHULUAN

Remaja berasal dari kata *adolescence* yang memiliki arti tumbuh untuk mencapai kematangan, baik mental, emosional, sosial, dan fisik. Masa remaja ditandai dengan adanya perkembangan yang pesat pada individu dari segi fisik, psikis dan sosialnya. Perubahan banyak terjadi pada masa remaja, baik secara fisik maupun psikologis, seiring dengan tugas-tugas perkembangan yang harus dipenuhi oleh remaja (Hurlock, 2008).

Remaja secara umum mengalami pertumbuhan fisik yang sangat pesat. Masa perubahan fisik tersebut

berlangsung antara usia 11 hingga 22 tahun. Reaksi remaja terhadap perkembangan fisik dipengaruhi oleh lingkungan dan kepribadiannya, serta interpretasi terhadap lingkungan (Monks, 2010).

Masa remaja ditandai dengan terjadinya perubahan fisik yang disebabkan oleh mulai aktifnya kelenjar reproduksi dan hormon yang penting bagi pertumbuhan. Pertumbuhan fisik tersebut memiliki dampak pada perkembangan psikologis dan sosial remaja. Perubahan perkembangan psikologis tampak pada keadaan emosional

remaja yang mudah tersinggung, penuh dengan gejolak, dan tidak stabil.

Perkembangan sosial dapat diketahui dengan mulai tertariknya remaja pada aktifitas yang melibatkan orang-orang di luar lingkungan keluarga, terutama teman sebaya. (Gunarsa, 2006).

Remaja pada umumnya memiliki harapan, cita-cita, dan keinginan yang ingin diraih. Harapan tersebut akan hilang apabila remaja menghadapi masalah atau cobaan yang dapat membuat hidupnya berubah dari kondisi awal kehidupan sebelumnya, seperti kecelakaan atau faktor eksternal lainnya. Kecelakaan atau faktor eksternal tersebut dapat mempengaruhi kondisi fisik yang semula sempurna, kemudian memiliki kondisi fisik yang kurang sempurna. Remaja yang sebelumnya mempunyai fisik normal akan menghadapi berbagai permasalahan yang menyangkut kondisi kecacatan tubuh yang baru diperolehnya.

Kehidupan manusia termasuk remaja tidak pernah lepas dari berbagai permasalahan. Salah satu permasalahan yang timbul dalam kehidupan manusia diantaranya berkaitan dengan kelainan bentuk tubuh atau biasa disebut dengan kecacatan. Kecacatan diartikan sebagai hilang atau terganggunya fungsi fisik atau kondisi abnormal, fungsi struktur anatomi, psikologi, maupun fisiologi seseorang (Murhardjani, 2009). Individu difabel yang mengalami kecacatan secara fisik disebut juga dengan difabel daksa. Kecacatan telah menyebabkan seorang difabel daksa mengalami keterbatasan atau gangguan terhadap fungsi sosialnya sehingga mempengaruhi keleluasaan aktivitas fisik, kepercayaan, dan harga diri dalam berhubungan

dengan orang lain ataupun dengan lingkungan. Kondisi tersebut menyebabkan terbatasnya kesempatan bersosialisasi, bersekolah, bekerja dan dapat menimbulkan perlakuan diskriminatif dari mereka yang tidak cacat.

Penampilan fisik mempunyai peranan yang penting dalam hubungan sosial. Penelitian yang dilakukan oleh Harter menghasilkan gagasan bahwa penampilan fisik merupakan suatu kontributor yang sangat berpengaruh pada rasa percaya diri individu khususnya remaja. Harter dalam penelitiannya mengemukakan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara penerimaan diri terhadap penampilan fisik dan harga diri secara umum yang tidak hanya di masa remaja namun juga sepanjang hidup, dari masa anak awal hingga usia dewasa pertengahan (Santrock, 2008). Seperti yang terungkap pada wawancara dengan subjek R, difabel yang hanya memiliki satu tangan, mengungkapkan bahwa:

“Saya sering merasa cemas, khawatir pada kemampuan saya dalam mengatasi permasalahan yang muncul dalam diri saya maupun dengan orang lain. Terkadang saya juga merasa iri pada teman-teman saya yang memiliki fisik normal, karena mereka dapat melakukan kegiatannya dengan mudah tanpa bantuan orang lain. Kekurangan ini yang menyebabkan saya dipandang sebelah mata oleh masyarakat di sekitar saya.”

Somantri (2006) mengatakan bahwa individu difabel daksa cenderung memiliki berbagai kesulitan, antara lain kurang mampu menyesuaikan diri dengan positif sehingga muncul perasaan

mudah menyerah, merasa tidak mampu, menarik diri dari pergaulan.

Penyesuaian diri merupakan kemampuan individu meleburkan diri dalam lingkungan yang dihadapinya (Walgito, 2003), definisi lain menurut Schneiders (2008) individu dikatakan tidak mampu menyesuaikan diri apabila perasaan sedih, rasa kecewa, atau rasa putus asa berkembang dan mempengaruhi fungsi-fungsi fisiologi serta psikologinya. Individu menjadi tidak mampu menggunakan pikiran dan sikap dengan baik, sehingga tidak mampu mengatasi tekanan-tekanan yang muncul dengan cara yang baik.

Wawancara dengan Psikolog di Balai Besar Rehabilitasi Sosial Bina Daksa Prof. Dr. Soeharso Surakarta, menunjukkan bahwa terdapat beberapa masalah yang ditimbulkan karena hambatan penyesuaian diri misalnya: merasa dikucilkan dalam pergaulan, tidak aktif dalam kegiatan, kurang inisiatif, prestasi belajar menurun, mengalami kejenuhan, kurang percaya diri dengan bentuk tubuh, tidak dapat berbicara dalam diskusi, malu dengan lawan jenis, tidak ada orang yang memperhatikan, sering merasa minder, tidak bahagia, serta tidak memiliki teman akrab. Kondisi tersebut secara tidak langsung menunjukkan bahwa individu tersebut kurang bisa menerima keadaan cacat tubuh yang dialami.

Menurut Schneiders (2008) individu dikatakan tidak mampu menyesuaikan diri apabila perasaan sedih, rasa kecewa, atau rasa putus asa berkembang dan mempengaruhi fungsi-fungsi fisiologi serta psikologinya, sehingga menjadi tidak mampu menggunakan pikiran dan

sikap dengan baik, serta tidak mampu mengatasi tekanan-tekanan yang muncul dengan cara yang baik. Selanjutnya menurut Gunarsa (2006), individu dengan penyesuaian diri yang rendah cenderung menarik diri dari lingkungan, sulit bergaul dengan orang-orang disekitarnya, memiliki sedikit teman, serta merasa rendah diri. Fenomena difabel yang memiliki penyesuaian diri rendah terjadi pada kasus bencana gempa bumi di Yogyakarta dan Jawa Tengah pada tahun 2006 lalu, sebagian dari korban selamat banyak yang kemudian menjadi difabel. Namun demikian, keberadaan mereka pasca terjadinya bencana kurang mendapatkan perhatian, baik lembaga internasional maupun pemerintahan sendiri. Kondisi para difabel pasca bencana cukup parah baik secara sosial maupun psikologis. Banyak dari mereka yang kemudian mengalami trauma berat dan tidak dapat menerima diri akibat dari kenyataan bahwa kondisi tubuh mereka tidak selengkap seperti dulu. Korban gempa bumi yang menjadi difabel mengalami permasalahan dalam penyesuaian diri dalam kondisi fisik, psikologis dan sosial pasca gempa bumi. Perubahan fisik yang terjadi selain menimbulkan trauma psikologis juga menimbulkan permasalahan sosial bagi mereka seringkali kondisi tersebut memunculkan konflik batin bagi korban yang bersangkutan untuk bisa menerima kenyataan bahwa kondisi fisik mereka sudah tidak seperti dulu (Totok, dalam Difabel News 2010).

Menurut Schneiders (2008) individu dengan penyesuaian diri yang tinggi memiliki ciri-ciri antara lain: mampu

beradaptasi, mampu berusaha mempertahankan diri secara fisik, mampu menguasai dorongan emosi, perilakunya menjadi terkendali dan terarah, motivasi tinggi dan sikapnya berdasarkan realitas. Fenomena difabel daksa dengan penyesuaian diri yang baik terjadi pada Joned. Joned adalah seseorang yang menderita polio yang menyebabkan kedua kakinya mengecil dan layuh. Selama kurang lebih dua tahun, Joned lulus dari BBRSD Prof. Dr. Soeharso Surakarta dan kembali kota asalnya dengan membawa keterampilan menjahit. Joned memulai usaha konveksi dan mulai menjahit di rumah. Usaha Joned semakin berkembang dengan menerima jasa menjahit pakaian pria dan wanita, vermak, serta menerima pesanan berskala besar dari perusahaan *garment* di daerah Karanganyar. Semakin berkembangnya usaha Joned, kemudian Joned mulai menerima beberapa karyawan yaitu teman-temannya dengan sesama penyandang cacat. Penyandang cacat yang menjadi karyawan Joned tidak hanya mendapatkan pekerjaan serta gaji, namun mereka juga mendapat pembinaan. Pada tahun 2006 Joned menjadi nominator penerima penghargaan *Danamon Award* dan berhasil menjadi juara ke 3 dengan menyisihkan 50 orang pengusaha lainnya, atas loyalitas serta kepeduliannya terhadap penyandang cacat (Muhardjani, 2009).

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa remaja difabel fisik cenderung kurang mampu untuk menerima kondisinya sehingga mengalami kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan

sosialnya. Namun disisi lain terdapat remaja difabel fisik yang mampu menerima kondisi fisiknya serta dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya, sehingga mampu berkembang lebih baik dibandingkan dengan remaja difabel fisik yang tidak mampu menyesuaikan dirinya. Sehingga dapat dirumuskan permasalahan dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara penerimaan diri dengan penyesuaian diri pada remaja difabel?”. Mengacu pada rumusan masalah tersebut penulis tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “Hubungan antara Penerimaan Diri dengan Penyesuaian Diri pada Remaja Difabel”.

Menurut Patil (2014) penyesuaian diri adalah suatu proses untuk memenuhi kebutuhan internal dan eksternal individu yang melibatkan respon-respon mental dan tingkah laku yang mendorong seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap lingkungan. Lazarus (dalam Gunarsa, 2006) lebih spesifik mengartikan penyesuaian diri sebagai usaha individu dalam memenuhi tuntutan lingkungan fisik dan sosialnya, jika individu tidak mampu memenuhi maka akan menimbulkan perasaan tidak tenang dan menimbulkan gangguan keseimbangan, sebaliknya jika individu berhasil menyesuaikan diri sesuai dengan tuntutan lingkungan psikologis maka akan menimbulkan perasaan puas, superior dan menumbuhkan rasa percaya diri.

Secara singkat Santrock (2008) menyatakan bahwa penerimaan diri sebagai salah satu kesadaran untuk menerima diri sendiri dengan apa adanya. Penerimaan ini bukan berarti

seorang individu menerima begitu saja kondisi dirinya tanpa berusaha mengembangkan diri dengan lebih baik. Individu yang menerima diri berarti individu tersebut telah mengenali apa dan bagaimana dirinya serta mempunyai motivasi untuk mengembangkan diri ke arah yang lebih baik lagi untuk menjalani kehidupan (Ridha, 2012).

World Health Organization (dalam Arifin, 2008) menyatakan bahwa difabel (differently able people atau individu yang berkelainan) adalah setiap orang yang mempunyai kelainan fisik dan atau mental, yang dapat mengganggu atau merupakan rintangan dan hambatan baginya dalam melakukan berbagai aktivitas. Konsep kecacatan (disability) telah mengalami pergeseran dan perubahan makna.

Penerimaan diri yang positif banyak dipengaruhi oleh rasa bangga terhadap kelebihan-kelebihan yang dimiliki, sedangkan penerimaan diri negatif terjadi jika hanya memikirkan kekurangan-kekurangan yang ada dalam dirinya tanpa memikirkan kelebihan yang dimilikinya. Penerimaan diri memegang peranan penting dalam menemukan dan mengarahkan seluruh perilaku, maka sedapat mungkin individu harus mempunyai penerimaan diri yang positif (Rakhmat, 2001). Salah satu faktor keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan ditentukan oleh kesanggupan individu dalam menerima keadaan dirinya sendiri. Seorang individu dengan penerimaan diri yang baik akan menangkalkan emosi yang muncul karena dapat menerima diri dengan apa adanya. Remaja difabel fisik yang memiliki penerimaan diri yang

rendah cenderung merasa tidak puas dengan diri sendiri, yang disebabkan oleh munculnya pikiran-pikiran negatif terhadap kondisi fisik yang dimiliki remaja difabel pada saat ini, kemudian akan memunculkan perasaan minder terhadap kondisi fisik orang lain yang normal. Sebaliknya remaja difabel fisik yang mempunyai penerimaan diri yang tinggi akan lebih mudah memahami realitas yang ada pada dirinya, yang disebabkan oleh remaja difabel fisik dapat menerima kekurangan dan kelebihan serta mampu memahami dan kemudian mengembangkannya. Remaja difabel fisik yang mampu menerima dirinya dapat membuka diri dan berusaha menjalin hubungan sosial, sebab dengan penerimaan dirinya atas kelebihan serta kekurangannya remaja difabel fisik memiliki kemampuan serta kemauan untuk menjalin hubungan sosial dengan lingkungannya serta menjalin hubungan antar pribadi. Remaja difabel fisik yang memiliki penerimaan diri yang baik akan memiliki keaktifan yang akan mendorong remaja difabel fisik untuk mudah bergaul dengan orang lain maupun dengan lingkungannya, serta aktif dan memiliki keberanian untuk mengemukakan pendapat sehingga penyesuaian diri pada individu tersebut akan menjadi tinggi.

Tujuan dari penelitian ini adalah: 1) Mengetahui hubungan antara penerimaan diri dengan penyesuaian diri pada remaja difabel, 2) Mengetahui seberapa besar sumbangan efektif penerimaan diri terhadap penyesuaian diri remaja difabel, 3) Mengetahui tingkat penerimaan diri pada remaja

difabel, 4) Mengetahui tingkat penyesuaian diri remaja difabel.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan menggunakan skala sebagai alat ukur. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja difabel di Balai Badan Rehabilitasi Sosial Bina Daksa Prof. Dr. Soeharso Surakarta dengan sampel subjek sebanyak 32 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling* dengan karakteristik: a) Difabel dengan kekurangan pada kondisi fisik (tuna daksa), b) Difabel dengan kekurangan kondisi fisik yang disebabkan karena perolehan, c) Remaja difabel tunadaksa berusia 11-22 tahun. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik analisis korelasi *product moment*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui distribusi sebaran data penelitian variabel penerimaan diri dan penyesuaian diri mengikuti sebaran distribusi normal atau tidak normal. Berdasarkan hasil uji normalitas pada variabel penerimaan diri diperoleh nilai Kolmogorov-Smirnov $Z = 0,890$; signifikansi (p) = 0,407 ($p > 0,05$) dan hasil uji normalitas pada variabel penyesuaian diri diperoleh nilai Kolmogorov-Smirnov $Z = 0,888$; signifikansi (p) = 0,410 ($p > 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebaran data variabel penerimaan diri dan variabel penyesuaian diri memenuhi distribusi normal, sehingga dapat

dikatakan bahwa subjek dapat mewakili populasinya.

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah variabel penerimaan diri dengan variabel penyesuaian diri memiliki korelasi yang searah (linier) atau tidak. Berdasarkan hasil uji linieritas diperoleh nilai F linierity = 2914,961; signifikansi (p) = 0,000 ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa variabel penerimaan diri memiliki hubungan yang linier (searah) dengan variabel penyesuaian diri.

Berdasarkan hasil analisis *product moment* dari Carl Pearson dengan menggunakan program SPSS 19 *for windows* dapat diketahui nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,983 dan signifikansi (p) sebesar 0,000 ($p < 0,01$) yang berarti bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara penerimaan diri dengan penyesuaian diri. Hasil penelitian ini sesuai dengan hipotesis yang diajukan oleh peneliti, yaitu adanya hubungan positif yang signifikan menjelaskan bahwa semakin tinggi penerimaan diri maka semakin tinggi pula penyesuaian diri, sebaliknya semakin rendah penerimaan diri maka semakin rendah pula penyesuaian diri. Penerimaan diri dan penyesuaian diri pada penelitian ini termasuk dalam kategori yang tinggi. Hal ini dapat diartikan bahwa penerimaan diri mempengaruhi penyesuaian diri remaja difabel daksa.

Remaja difabel daksa yang memiliki penerimaan diri tinggi akan memiliki penyesuaian diri yang tinggi pula. Hal ini disebabkan oleh remaja difabel daksa yang mempunyai penerimaan diri yang tinggi akan lebih mudah memahami

realitas yang ada pada dirinya, yang disebabkan oleh remaja difabel daksa dapat menerima kekurangan dan kelebihan serta mampu memahami dan kemudian mengembangkannya. Remaja difabel daksa yang mampu menerima dirinya dapat membuka diri dan berusaha menjalin hubungan sosial, sebab dengan penerimaan dirinya atas kelebihan serta kekurangannya remaja difabel daksa memiliki kemampuan serta kemauan untuk menjalin hubungan sosial dengan lingkungannya serta menjalin hubungan antar pribadi. Karakteristik remaja difabel daksa yang menerima dirinya dengan baik akan menerima kodrat orang lain dan diri sendiri, sebab dengan penerimaan diri yang baik remaja difabel memiliki kemampuan untuk menerima bahwa kondisi dirinya berbeda dengan orang lain. Remaja difabel daksa yang memiliki penerimaan diri yang baik akan memiliki keaktifan yang akan mendorong remaja difabel daksa untuk mudah bergaul dengan orang lain maupun dengan lingkungannya, serta aktif dan memiliki keberanian untuk mengemukakan pendapat sehingga penyesuaian diri pada individu tersebut akan menjadi tinggi.

Pemaparan hubungan antara penerimaan diri dengan penyesuaian diri di atas sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Calhoun dan Acocella (dalam Carson, 2006) bahwa penerimaan diri merupakan aset pribadi yang sangat berharga, oleh karena itu penerimaan diri akan membantu dalam hal penyesuaian diri sehingga seimbang dan terintegritas.

Senada dengan Calhoun dan Acocella, Darajat (2006) menyatakan

bahwa salah satu faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri adalah penerimaan diri. Penerimaan diri sebagai kesadaran untuk menerima diri sendiri dengan apa adanya. Diperkuat oleh pendapat Sari (2002) yang mengatakan bahwa faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah penerimaan diri, yaitu individu yang memiliki penerimaan diri yang tinggi akan memiliki tingkat kesadaran yang tinggi pula dalam memandang dan memahami keadaan dirinya, sehingga akan menimbulkan perasaan, memiliki kepercayaan serta rasa aman di dalam diri jika seseorang dapat diterima dalam lingkungannya. Hal ini menjelaskan apabila remaja difabel daksa dapat menerima kenyataan-kenyataan yang dirasakan pada setiap keadaan, maka remaja difabel daksa tersebut dapat memberikan kesempatan pada diri sendiri untuk menyadari sepenuhnya serta menyadari pilihan dan tindakan yang diambil, sehingga remaja difabel daksa tidak terhambat atau tidak merasa kesulitan dalam hal penyesuaian diri.

Sumbangan efektif (SE) variabel penerimaan diri dengan penyesuaian diri pada remaja difabel daksa sebesar 96,7%, ditunjukkan oleh koefisien determinan (r^2) sebesar 0,967. Masih terdapat 3,3% faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri selain penerimaan diri, diantaranya adalah kebiasaan, keterampilan, pengenalan diri, dan kelincahan (Darajat, 2006). Hal tersebut didukung oleh pernyataan yang diungkapkan oleh Sari (2000) yang menyatakan bahwa faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah penerimaan diri, yaitu individu yang

memiliki penerimaan diri yang tinggi akan memiliki tingkat kesadaran yang tinggi pula dalam memandang dan memahami keadaan dirinya, sehingga akan menimbulkan perasaan, memiliki kepercayaan serta rasa aman di dalam diri jika seseorang dapat diterima dalam lingkungannya. Penerimaan diri memberikan sumbangan yang sangat besar terhadap penyesuaian diri. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerimaan diri dengan segala aspek yang terkandung di dalamnya memang memberikan kontribusi untuk penyesuaian diri pada remaja difabel daksa, meskipun penyesuaian diri remaja difabel daksa tidak hanya dipengaruhi oleh variabel tersebut. Penerimaan diri memberikan kontribusi positif terhadap penyesuaian diri, yang artinya semakin tinggi penerimaan diri maka akan semakin tinggi pula penyesuaian diri, sebaliknya semakin rendah penerimaan diri maka akan semakin rendah pula penyesuaian diri. Sehingga hal tersebut mencerminkan bahwa memiliki penerimaan diri yang tinggi menjadi salah satu hal yang dapat memunculkan perilaku penyesuaian diri yang tinggi pada remaja difabel daksa. Tingginya penerimaan diri remaja difabel daksa di BBRSD “Prof. Dr. Soeharso” Surakarta terbentuk dengan adanya berbagai kegiatan untuk meningkatkan penerimaan diri pada remaja difabel daksa, yang diantaranya adalah rehabilitasi medik, rehabilitasi sosial psikologis, rehabilitasi vokasional, dan rehabilitasi pendidikan.

Hasil analisis variabel penerimaan diri diketahui bahwa memiliki rerata empirik (RE) sebesar 133,75 dan rerata

hipotetik (RH) sebesar 115, yang berarti variabel penerimaan diri termasuk dalam kategori tinggi. Berdasarkan kategorisasi variabel penerimaan diri diketahui bahwa terdapat 1 orang (3,125%) remaja difabel berkategori sangat rendah penerimaan dirinya, 2 orang (6,25%) remaja difabel berkategori rendah penerimaan dirinya, 7 orang (21,875%) remaja difabel berkategori sedang penerimaan dirinya, 18 orang (56,25%) remaja difabel berkategori tinggi penerimaan dirinya, serta terdapat 4 orang (12,5%) remaja difabel berkategori sangat tinggi penerimaan dirinya. Pemaparan di atas menunjukkan bahwa prosentase dari jumlah terbanyak berada pada posisi tinggi. Hal tersebut dapat diartikan bahwa remaja difabel dapat memenuhi aspek-aspek penerimaan diri, seperti yang dikemukakan oleh Sheerer (dalam Sambu, 2011) yaitu perasaan sederajat, percaya kemampuan sendiri, bertanggungjawab, berorientasi keluar, berpendirian, menyadari keterbatasan, dan menerima sifat kemanusiaan. Perasaan sederajat adalah individu menganggap bahwa dirinya berharga sebagai manusia yang sederajat dengan orang lain. Percaya terhadap kemampuan diri adalah individu yang memiliki kemampuan untuk menghadapi kehidupan terlihat dari sikap individu yang percaya diri, mengembangkan sikap baiknya dan menghindari sikap buruknya, serta puas menjadi diri sendiri. Bertanggungjawab adalah individu yang mampu bertanggungjawab terhadap perilakunya. Orientasi keluar diri adalah individu yang senang dan tidak malu untuk mengaktualisasikan

dirinya. Berpendirian adalah individu yang memiliki prinsip sendiri daripada bersikap conform terhadap tekanan sosial. Menyadari keterbatasan adalah individu tidak menyalahkan diri sendiri terhadap keterbatasan yang dimilikinya dan tidak mengingkari kelebihanannya. Menerima sifat kemanusiaan adalah individu dapat mengenali perasaan marah, takut, dan cemas tanpa menganggapnya sebagai sesuatu yang harus ditutupi. Terpenuhinya aspek-aspek penerimaan diri maka akan menyebabkan penyesuaian diri yang tinggi pada remaja difabel.

Hasil analisis variabel penyesuaian diri diketahui bahwa memiliki rerata empirik (RE) sebesar 92,97 dan rerata hipotetik (RH) sebesar 80, yang berarti variabel penyesuaian diri termasuk dalam kategori tinggi. Berdasarkan kategorisasi variabel penyesuaian diri diketahui bahwa terdapat 1 orang (3,125%) remaja difabel berkategori sangat rendah penyesuaian dirinya, 1 orang (3,125%) remaja difabel berkategori rendah penyesuaian dirinya, 8 orang (25%) remaja difabel berkategori sedang penyesuaian dirinya, 18 orang (56,25%) remaja difabel berkategori tinggi penyesuaian dirinya, serta terdapat 4 orang (12,5%) remaja difabel berkategori sangat tinggi penyesuaian dirinya. Pemaparan di atas menunjukkan bahwa prosentase dari jumlah terbanyak berada pada posisi tinggi. Hal tersebut dapat diartikan bahwa remaja difabel dapat memenuhi aspek-aspek penyesuaian diri, seperti yang dikemukakan oleh Schneiders (2008), yaitu keharmonisan diri pribadi, keharmonisan dengan lingkungan, serta

kemampuan mengatasi ketegangan, konflik dan frustrasi. Keharmonisan diri pribadi adalah kemampuan individu untuk menerima keadaan dirinya. Keharmonisan dengan lingkungan adalah kemampuan individu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Kemampuan mengatasi ketegangan, konflik dan frustrasi adalah kemampuan individu untuk memenuhi kebutuhan dirinya tanpa terganggu oleh emosinya.

Berdasarkan hasil di atas dapat diketahui bahwa variabel penerimaan diri dan variabel penyesuaian diri termasuk dalam kategori tinggi. Hal ini berarti bahwa remaja difabel daksa memiliki keharmonisan terhadap diri pribadi, yang disebabkan karena remaja difabel mampu menyadari keterbatasannya serta mampu memahami kelebihanannya, sehingga menganggap bahwa dirinya berharga sebagai manusia yang sederajat dengan orang lain, percaya terhadap diri sendiri dan memiliki pendirian. Remaja difabel memiliki keharmonisan dengan lingkungan karena remaja difabel memiliki orientasi keluar diri daripada ke dalam diri, sehingga remaja difabel mampu mengaktualisasikan dirinya tanpa merasa terhambat dengan kondisi fisiknya. Remaja difabel mampu mengatasi ketegangan, konflik, dan frustrasi, sehingga remaja difabel mampu menerima sifat-sifat kemanusiaan yang berbeda-beda pada setiap orang, serta mampu bertanggungjawab terhadap perilakunya.

Berdasarkan uraian di atas dapat diambil kesimpulan ada hubungan yang sangat signifikan antara penerimaan diri

dengan penyesuaian diri. Namun penelitian ini memiliki keterbatasan, antara lain jumlah sampel yang terbatas dalam satu tempat saja yakni di Balai Besar Rehabilitasi Sosial Bina Daksa (BBRSBD) Prof. Dr. Soeharso Surakarta, sehingga hasil kesimpulan tidak dapat digeneralisasikan pada tempat lain dengan subjek penelitian yang berbeda tanpa melakukan penelitian terlebih dahulu. Kemudian penelitian ini tidak melihat perbedaan usia remaja difabel daksa saat dilakukan penelitian dan usia saat memperoleh kedifabelannya, sehingga hasil penelitian ini kurang dapat digunakan untuk membedakan tingkat penerimaan diri dan penyesuaian diri berdasarkan usia. Selain itu dikhawatirkan adanya bias pada hasil penelitian ini disebabkan karena perlakuan yang tidak sama pada tiap subjek. Perlakuan yang tidak sama tersebut dilakukan karena terdapat beberapa subjek yang kurang dapat membaca dengan baik.

KESIMPULAN

Setelah dilakukan penelitian tentang hubungan penerimaan diri dengan penyesuaian diri, dapat disimpulkan bahwa: Terdapat hubungan positif yang signifikan antara penerimaan diri dengan penyesuaian diri pada remaja difabel. Hal ini berarti semakin tinggi penerimaan diri maka semakin tinggi penyesuaian diri, sebaliknya semakin rendah penerimaan diri maka semakin rendah pula penyesuaian diri. Sumbangan efektif (SE) variabel penerimaan diri dengan penyesuaian diri pada remaja difabel sebesar 96,7%, ditunjukkan oleh koefisien determinan

(r^2) sebesar 0,967. Hal tersebut memiliki arti bahwa masih terdapat 3,3% faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri selain penerimaan diri. Penerimaan diri pada remaja difabel tergolong tinggi, hal ini dikarenakan dari hasil penelitian didapatkan bahwa jumlah persentase terbanyak dari penerimaan diri masuk dalam kategori tinggi. Penyesuaian diri pada remaja difabel tergolong tinggi, hal ini dikarenakan dari hasil penelitian didapatkan bahwa jumlah persentase terbanyak dari penyesuaian diri masuk dalam kategori tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, S. (2008). Metode kebijakan mitigasi bencana alam bagi difabel (studi kasus di Kabupaten Bantul, Yogyakarta). *Jurnal Fenomena*, 6 (1). ISSN: 1693-4296.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan skala psikologi. Edisi I*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Carson, S.H., Ellen J.L. (2006). Mindfulness and self-acceptance. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 24(1).
- Darajat, Z. (2006). *Kesehatan mental*. Jakarta: CV. Haji Masagung.
- Desmita. (2010). *Psikologi perkembangan peserta didik*. Bandung: Rosdakarya.
- Difabel News. (2010). *Membangun motivasi dan penerimaan diri terhadap difabel*. Edisi VII Th X Maret 2010. Yogyakarta: Sapda.
- Gunarsa, S.D. (2006). *Psikologi sosial I*. Bandung: Eresco.
- Hadi, S. (2000). *Metodelogi research*. Yogyakarta: Yayasan Penelitian

- Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Hirzati, U. (2013). *Hubungan antara kemandirian dengan penyesuaian diri pada Remaja. Skripsi.* (Tidak diterbitkan). Surakarta: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Hurlock, E.B..(2008). *Psikologi perkembangan sepanjang rentang kehidupan.* Edisi kelima, Jakarta: Erlangga.
- Kumalasari, F. & Latifah, N.A. (2012). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1 (1).
- Monks, F. J. Knoer, A.M.P dan Haditono, S.R. (2010). *Psikologi Perkembangan.* Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Murhardjani, M.P. dan Fitri K. (2009). Joned, sosok yang tidak pernah putus asa dan pantang menyerah, dalam <http://www.rc-solo.depsos.go.id/statis-7-profil-kelayan-mandiri.html>.
- Patil, S.K. (2014). Adjustment problems during adolescence. *The international journal of humanities & social studies*, 2 (4).
- Rakhmat, J. (2001). *Psikologi komunikasi.* Bandung: PT. Derharja Rosdakarya.
- Ridha, M. (2012). Hubungan antara body image dengan penerimaan diri pada mahasiswa aceh di yogyakarta. *Jurnal empathy*. 1(1).
- Rohmah, F.A (2004). Pengaruh pelatihan harga diri terhadap penyesuaian diri pada remaja. *Indonesian psychological journal*, 1 (1), 53-56.
- Sambu, S. (2011). Hubungan antara penerimaan diri dengan interaksi sosial pada remaja. *Skripsi.* (Tidak diterbitkan). Surakarta: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Santrock, J. W. (2008). *Live span development.* Edisi Kelima Jilid 2 (terjemahan Chusaeri dan Damanik). Jakarta: Erlangga.
- Sari, E.P. (2002). Penerimaan diri pada lanjut usia ditinjau dari kematangan emosi. *Jurnal psikologi*, (2), 73-88.
- Sarwono, S.W dan Meinarno E. (2009). *Psikologi sosial.* Jakarta: Salemba Humanika.
- Satyaningtyas, R., Sri, M.A. Penerimaan diri dan kebermaknaan hidup penyandang cacat fisik. *Skripsi.* (Tidak diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
- Schneiders, A.A. (2008). *Personal adjustment and mental health.* New York: Holtt. Renchart and Winston Inc.
- Siregar, S. (2013). *Metode penelitian kuantitatif dilengkapi dengan perbandingan perhitungan manual & SPSS.* Jakarta: Prenada Media Group
- Skowron, E.A. (2004). Differentiation of self, personal adjustment, problem solving and ethnic group belonging among persons of color. *Journal of counseling & development.* Vol. 82.
- Somantri. (2006). *Psikologi anak luar biasa.* Jakarta: PT. Refika Aditama.
- Sugiyono. (2012). *Metode penelitian kombinasi (mixed methods).* Bandung: Alfabeta.

- Walgito, B. (2003). *Pengantar psikologi umum*. Yogyakarta: Yayasan Penerbitan Fakultas Psikologi UGM.
- Widiastuti, A.A. (2012). Permasalahan penyesuaian diri dan strategi *coping* (kasus tiga remaja bermasalah di balai rehabilitasi sosial). *Jurnal widya sari*, 14 (2).