

HUBUNGAN ANTARA KETERBUKAAN DIRI DAN HARGA DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI REMAJA PONDOK PESANTREN PERSIS PUTRI BANGIL PASURUAN

Mahardi Setia Barata

Psikologi, FIP, Unesa, baratamahardi@gmail.com

Umi Anugerah Izzati

Psikologi, FIP, Unesa,umi_izzati@yahoo.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara keterbukaan diri dengan penyesuaian diri remaja, mengetahui hubungan antara harga diri dengan penyesuaian remaja, mengetahui hubungan antara keterbukaan diri dan harga diri dengan penyesuaian diri remaja Pondok Pesantren Persis Putri Bangil, Pasuruan. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *random sampling*. Penelitian ini menggunakan subjek sebanyak 90 santri Pondok Pesantren Persis Putri Bangil, Pasuruan sebagai sampel penelitian. Metode penelitian ini menggunakan model korelasi. Metode pengumpulan data menggunakan skala *Likert* keterbukaan diri, harga diri dan penyesuaian diri. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji analisis regresi linear berganda. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keterbukaan diri memiliki hubungan yang signifikan dengan penyesuaian diri dengan arah hubungan yang positif yang dapat dilihat dari nilai signifikansi sebesar 0,002, maka hipotesis yang pertama diterima; Harga diri memiliki hubungan yang signifikan dengan penyesuaian diri dengan arah hubungan yang positif yang dapat dilihat dari nilai signifikannya sebesar 0,004, maka hipotesis yang kedua diterima; Nilai R_{square} sebesar 0.190, artinya sebesar 19,0% variasi pada penyesuaian diri dipengaruhi oleh keterbukaan diri dan harga diri, sisanya sebesar 81,0% disebabkan oleh variabel lain yang tidak diukur dalam penelitian ini. Hubungan antara keterbukaan diri dan harga diri dengan penyesuaian diri diketahui memiliki hubungan yang signifikan dengan nilai signifikansi sebesar 0,000, maka hipotesis yang ketiga juga diterima. Dapat disimpulkan dari penelitian ini bahwa keterbukaan diri dan harga diri memiliki pengaruh yang sedikit terhadap keberhasilan individu dalam melakukan penyesuaian diri, khususnya para santri Pondok Pesantren Persis Putri Bangil Pasuruan.

Kata Kunci: keterbukaan diri, harga diri, penyesuaian diri, santri putri, pondok pesantren

Abstract

The purpose of this study was to examine the correlation between self disclosure and self adjustment; self esteem and self adjustment; and both self disclosure and self esteem to self adjustment among female students living in Pondok Pesantren Persis Putri Bangil, Pasuruan. Ninety students have participated in this study chosen using a random sampling technique. The method of this study was correlation design. Data collected using Likert self disclosure, self esteem and self adjustment scales and analysed using multiple linear regression. The result of this study shows that self disclosure has significant correlation with self adjustment, with positive direction, which can be seen from the level of significance of 0,002, so the first hypothesis of this research is accepted. Self esteem has significant correlation with self adjustment in positive direction which can be seen from the level of significance of 0,004, so the second hypothesis is also accepted. The R_{square} value is 0,190, which means that the 19,0% of variation in self adjustment is influenced by self disclosure and self esteem, and the rest 81,0% is caused by another variable which is not measured in this research. In addition, the correlation between self disclosure and self esteem to self adjustment is significant in the significance value of 0,000, so the third hypothesis is also accepted. It can be concluded from this study that self disclosure and self esteem has a low contribution to self adjustment, especially for female students living in Pondok Pesantren Persis Putri Bangil, Pasuruan.

Key words: self disclosure, self esteem, self adjustment, female students, pondok pesantren

PENDAHULUAN

Remaja merupakan masa transisi atau peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang ditandai dengan adanya perubahan aspek fisik, psikis dan psikososial. Remaja juga memiliki tugas-tugas perkembangan remaja yang harus dilakukan, seperti menerima kondisi jasmaniah, peran seks, menjadi *independen* secara emosional dan menjalin hubungan baik dengan teman sebaya.

Pesantren yaitu suatu tempat pendidikan dan pengajaran yang menekankan pelajaran agama Islam dan didukung asrama sebagai tempat tinggal santri yang bersifat permanen (Qomar dalam Ziemek, 2006).

Di pesantren Persis, santri yang belajar disana adalah santri yang menempuh jenjang pendidikan SMP sampai dengan SMA. Santri-santri disini adalah remaja-remaja yang sedang mengalami berbagai macam perubahan dimana mereka berada pada masa transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa, yaitu suatu masa kehidupan ketika individu tidak dipandang sebagai anak-anak atau orang dewasa.

Para santri yang belajar di pondok pesantren Persis di Bangil-Pasuruan berasal dari berbagai daerah di Indonesia, seperti Jawa Timur, Jawa Barat, Bali, Sulawesi, NTT dan NTB. Berdasarkan perbedaan latar belakang tersebut, agar hubungan antar individu terjalin secara harmonis dengan lingkungan sosialnya, individu dituntut mampu menyesuaikan diri.

Penyesuaian diri merupakan salah satu persyaratan penting bagi terciptanya kesehatan mental remaja. Banyak remaja yang menderita dan tidak mampu mencapai kebahagiaan dalam hidupnya karena ketidakmampuannya dalam menyesuaikan diri (Mu'tadin, dalam Gunarsa, 2003).

Penyesuaian diri dipengaruhi oleh faktor-faktor lain seperti *sense of humor*, emosi yang matang dan harga diri yang baik. Schneiders (dalam Ali & Asrori, 2005) menyebutkan bahwa kondisi psikologis merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri.

Menurut Lumsden (dalam Gainau, 2002) keterbukaan diridapat membantu seseorang berkomunikasi dengan orang lain, meningkatkan kepercayaan diri serta hubungan menjadi lebih akrab.

Remaja yang berasal dari berbagai daerah dengan latar belakang budaya yang bermacam-macam tersebut mengalami masalah penyesuaian diri ketika berada di lingkungan pesantren. Masalah penyesuaian diri yang paling sering dilakukan menurut pengasuh pondok pesantren adalah tidur di dalam kelas ketika proses pembelajaran sedang berlangsung. Ada juga yang mengenakan pakaian ketat ketika sedang belajar di

kelas, padahal itu sudah masuk dalam daftar larangan yang harus dipatuhi oleh para santri, yang berbunyi dilarang memakai pakaian ketat ketika proses KBM sedang berlangsung. Bahkan masih ada santri yang hanya mampu untuk berinteraksi dengan kelompoknya saja, dalam hal ini yang berasal dari daerah yang sama.

Harga diriditinjau dari kondisinya dibedakan dalam dua kondisi yaitu kuat (*strong*) dan lemah (*weak*). Orang yang mempunyai harga diri yang kuat akan mampu membina relasi yang lebih baik dan sehat dengan orang lain, bersikap sopan dan menjadikan dirinya menjadi orang yang berhasil.

Remaja bahkan seringkali menghukum dirinya sendiri atas ketidakmampuannya dan terlarut dalam penyesalan. Penghargaan diri yang rendah juga akan memicu seseorang untuk melakukan dua sikap ekstrim yang merugikan, yaitu sikap pasif dan agresif. Sikap pasif yaitu sikap yang tidak tegas dalam melakukan berbagai tindakan akibat adanya rasa takut membuat orang lain tersinggung, merasa diperintah atau digurui yang membuat diri menjadi benci dan merasa dikucilkan.

Kegagalan remaja dalam melakukan penyesuaian diri akan menimbulkan bahaya seperti tidak bertanggung jawab dan mengabaikan pelajaran, sikap sangat agresif dan sangat yakin pada diri sendiri, perasaan tidak aman, merasa ingin pulang jika berada jauh dari lingkungan yang tidak dikenal, dan perasaan menyerah. Bahaya yang lain adalah terlalu banyak berkhayal untuk mengimbangi ketidakpuasannya, mundur ke tingkat perilaku yang sebelumnya, dan menggunakan mekanisme pertahanan seperti rasionalisasi, proyeksi, berkhayal, dan pemindahan (Hurlock, 1997).

Penelitian ini mengambil setting penelitian di pondok pesantren putri Persis Bangil Pasuruan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara keterbukaan diri dan harga diri dengan penyesuaian diri remaja yang tinggal di pondok pesantren putri Persis Bangil Pasuruan.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana hubungan antara keterbukaan diri dan harga diri dengan penyesuaian diri remaja santri pondok pesantren Persis Putri Bangil Pasuruan.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan korelasi ganda untuk melihat ada tidaknya hubungan antara keterbukaan diri dan harga diri dengan penyesuaian diri remaja santri pondok pesantren persis putri bangil pasuruan. Teknik yang digunakan untuk menganalisa

data dalam penelitian ini adalah teknik korelasi ganda.

Populasi dalam penelitian ini adalah santri pondok pesantren persis putri bangil pasuruan yang berjumlah 90 orang. Metode yang digunakan untuk menentukan sampel pada penelitian ini adalah metode sampel jenuh yaitu teknik pengambilan sampel yang mengambil secara keseluruhan populasi penelitian.

Alat ukur yang dipergunakan berupa kuesioner keterbukaan diri, kuesioner harga diri dan kuesioner penyesuaian diri dengan jenis skala *Likert* 4 poin (1-4). Butir-butir kuesioner keterbukaan diri disusun berdasarkan faktor-faktor keterbukaan diri yang terdiri dari 30 aitem. Kuesioner harga diri disusun menggunakan faktor-faktor harga diri yang terdiri dari 30 aitem dan Kuesioner penyesuaian diri disusun menggunakan faktor-faktor penyesuaian diri yang terdiri dari 30 aitem.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian mengenai hubungan antara keterbukaan diri dan harga diri dengan penyesuaian diri remaja pondok pesantren Persis Putri Bangil Pasuruan. Analisis data yang akan digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini adalah uji korelasi ganda. Hasil pengolahan data disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 1 Hasil Analisis Korelasi Ganda

<i>Correlations</i>				
		Harga_diri	Keterbukaan_diri	Penyesuaian_diri
Harga_diri	Pearson Correlation	1	.652	.590*
	Sig. (2-tailed)		.000	.000
	N	90	90	90
Keterbukaan_diri	Pearson Correlation	.652	1	.330
	Sig. (2-tailed)	.000		.002
	N	90	90	90
Penyesuaian_diri	Pearson Correlation	.590*	.330	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.002	
	N	90	90	90

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Tabel 2 Hasil Analisis Regresi Berganda
Model Summary

Hubungan Antar Variabel	R	R Square
Harga Diri Dan Keterbukaan Diri Dengan Penyesuaian Diri	.436 ^a	.190

Hasil korelasi antara keterbukaan diri dengan penyesuaian diri adalah sebesar 0.652 dengan $p=0.002$ ($p<0.05$), artinya terdapat hubungan yang signifikan

antara keterbukaan diri dengan penyesuaian diri. Hasil korelasi antara harga diri dengan penyesuaian diri adalah sebesar 0.590 dengan $p=0.000$ ($p>0.05$), artinya terdapat hubungan yang signifikan antara harga diri dengan penyesuaian diri. Kesimpulannya terdapat hubungan yang signifikan antara keterbukaan diri dan harga diri dengan penyesuaian diri secara bersama-sama. Hasil perhitungan di atas menunjukkan bahwa korelasi ganda tersebut signifikan maka dapat dilanjutkan dengan regresi ganda.

Berdasarkan uji analisis data dengan menggunakan korelasi ganda dapat diketahui ada hubungan yang signifikan antara keterbukaan diri dengan penyesuaian diri dengan nilai signifikansi sebesar 0.002. Jika taraf signifikansi <0.05 maka hipotesis diterima, artinya hipotesis pertama yang berbunyi "terdapat hubungan yang signifikan antara keterbukaan diri dengan penyesuaian diri" dalam penelitian ini diterima. Selanjutnya hubungan antara harga diri dengan penyesuaian diri memiliki signifikansi sebesar 0.000, sehingga hipotesis kedua yang berbunyi "terdapat hubungan yang signifikan antara harga diri dengan penyesuaian diri" dalam penelitian diterima.

Menurut Brenk (1995) keterampilan sosial yang didalamnya juga terdapat faktor keterbukaan diri mampu membuat remaja memecahkan konflik interpersonal yang berkaitan dengan kemampuan menyesuaikan diri dengan dirinya sendiri dan lingkungan sosialnya.

Menurut Brehm (1996) penerimaan kelompok teman sebaya berkaitan dengan penerimaan sosial yang merupakan kemampuan penerimaan seorang anak sehingga anak dihormati oleh anggota kelompok lainnya sebagai partner sosial yang berguna. Kemampuan ini meliputi kemampuan anak untuk menerima orang lain.

Jourard (dalam Lobardo, 1979) menyatakan bahwa keterbukaan diri merupakan faktor utama dalam proses pembentukan kesehatan mental yang positif dan penyalur dalam kaitannya berhubungan dengan orang lain.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara variabel harga diri dan penyesuaian diri ditunjukkan dengan skor korelasi $r=0.590$ dengan $p=0.000$ ($p<0.05$). Hasil ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Baumeister (dalam Retnowati, 2002). Individu yang memiliki harga diri yang tinggi dapat beradaptasi secara positif terhadap kejadian-kejadian negatif dalam hidupnya dan memiliki motivasi untuk bangkit kembali setelah menerima kegagalan jika dibandingkan dengan individu yang memiliki harga diri rendah.

Penelitian yang dilakukan oleh Setyowati, 1984; Aziez, 1994(dalam Retnowati, 2002) di Indonesia, beberapa penelitian tentang harga diri remaja menunjukkan bahwa harga diri berkaitan dengan keberhasilan penyesuaian diri, tingkat konformitas dan permasalahan yang dihadapi remaja. Remaja yang memiliki harga diri tinggi akan lebih berhasil di dalam melakukan penyesuaian diri dibandingkan remaja yang memiliki harga diri rendah (dalam Retnowati, 2002).

Penelitian Dumont dan Provost, 1999 (dalam Retnowati, 2002) terhadap subyek remaja juga menunjukkan bahwa harga diri muncul sebagai faktor pelindung yang paling utama terhadap masalah remaja yang berkaitan dengan penyesuaian diri dibandingkan dengan faktor-faktor lain seperti dukungan sosial, strategi koping dan aktivitas sosial.

Menurut Suadirman (1995) masalah wajar yang berhubungan dengan teman sebaya dan peranannya sebagai pria dan wanita pada remaja salah satunya adalah mempunyai pikiran agar bisa diterima, populer dan menunjukkan kemampuan-kemampuannya dalam kelompoknya. Penerimaan kelompok terhadapnya dapat membuat remaja merasa diakui, dihargai dan selanjutnya mengembangkan kepercayaan dirinya untuk berperilaku dan berinteraksi dengan lingkungan sosialnya, sebaliknya juga remaja yang ditolak akan cenderung menarik diri dan membatasinya melakukan penyesuaian diri dan sosial dalam lingkup yang lebih luas.

Hal tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Harry Stack Sullivan menjelaskan jika individu diterima dan dihargai oleh orang lain karena keadaan dirinya maka seseorang tersebut akan cenderung bersikap menghormati dan menerima dirinya sendiri sehingga akan lebih mudah dapat diterima dan menyesuaikan diri dengan kelompoknya (dalam Rakhmat, 2004).

Menurut Cozby (dalam Carpenter, 1979) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara keterbukaan diri dengan penyesuaian diri pada individu. Dalam penelitian ini menyatakan bahwa faktor keberanian untuk menyampaikan pendapat merupakan hal yang berkaitan secara signifikan sehingga memunculkan rasa kebanggaan akan diri.

Desmita (2006) individu yang meningkatkan harga diri akan menjadi orang yang disukai oleh sejumlah besar teman sebaya membuat remaja merasaditerima, diakui, senang,bangga dan berpikiran positif tentang dirinya.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di pondok pesantren Persis Bangil, Pasuruan, diperoleh bahwa keterbukaan diri dan harga diri memiliki hubungan yang signifikan dan positif dengan penyesuaian diri. Hal ini dapat dilihat dari nilai signifikansi sebesar 0,000 ($<0,05$) yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara keterbukaan diri dengan penyesuaian diri.

Berdasarkan uji analisis data yang telah dilakukan dengan analisis regresi linier berganda diketahui bahwa harga diri berhubungan secara signifikan dan positif dengan variabel penyesuaian diri. Hal tersebut dapat dilihat dari nilai p signifikansi sebesar 0,000 ($<0,05$).

Hubungan antara keterbukaan diri dan penyesuaian diri berhubungan secara signifikan dan positif. Hal tersebut dapat dilihat dari nilai p signifikansi sebesar 0,002 ($<0,05$).

Nilai signifikansi sebesar 0,000 ($<0,05$) yang berarti bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel *dependen* dengan variabel *independen*. Artinya, variabel keterbukaan diri dengan harga diri secara bersama-sama memiliki hubungan dengan variabel penyesuaian diri.

Pada pengolahan data, diketahui nilai R_{square} sebesar 0,190. Nilai tersebut menunjukkan bahwa sumbangan atau kontribusi yang diberikan variabel keterbukaan diri dan harga diri kepada penyesuaian diri ialah sebesar 0,190. Artinya, 19,0 % variasi pada penyesuaian diri dipengaruhi oleh variabel keterbukaan diri dan harga diri dan sisanya sebesar 81,0 % disebabkan oleh variabel lain yang tidak diukur oleh peneliti.

Saran

Saran yang dapat diberikan berdasarkan hasil kesimpulan yang diperoleh dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi Pondok Pesantren

Pihak pesantren khususnya guru BK pondok pesantren putri persis Bangil Pasuruan diharapkan selalu memberikan stimulasi yang dapat merangsang santri untuk terus mengembangkan kemampuan penyesuaian diri yang dimiliki dengan memberikan pengarahan mengenai cara beradaptasi dengan lingkungan sekitar agar tercapai harmonisasi antara diri dengan lingkungan, seperti adanya sosialisasi maupun pendekatan secara personal dengan santri.

Hubungan Antara Keterbukaan Diri Dan Harga Diri Dengan Penyesuaian Diri Remaja Pondok Pesantren Persis Putri Bangil Pasuruan

2. Bagi Penelitian Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggali lebih dalam mengenai berbagai permasalahan yang terjadi di lingkungan Pondok Pesantren Persis Putri Bangil Pasuruan, baik secara kuantitatif maupun kualitatif, karena peneliti hanya menekankan pada salah satu permasalahan saja dan kurang mendalam. Selain itu variabel atau variasi lain yang menjadi penyebab bagi terbentuknya penyesuaian diri santri yang tinggal di pondok pesantren (81,0%) belum terungkap sepenuhnya dalam penelitian ini, misalnya teman sebaya, asal daerah, pola asuh orang tua santri Pondok Pesantren Persis Putri Bangil, Pasuruan, dan dengan adanya variasi penelitian diharapkan dapat menambah khasanah pengetahuan di bidang psikologi, khususnya perkembangan remaja Pondok Pesantren Persis Putri Bangil, Pasuruan.

DAFTAR PUSTAKA

Ali, M. & Asrori, M. (2005). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Bumi Aksara.

Branden, N.(1999). *Kiat Jitu Meningkatkan Harga Diri*. Jakarta: Pustaka Delapratasa.

_____ (2005) *Kekuatan Harga Diri (The Power Of Self Esteem)*. Batam: Interaksara.

Brehm, S. S & Kassir, S.M. (1996). *Social Psychology*. (3rd edition). Boston: Houghton Mifflin Company.

Brenk.(1995). *Child Development*, New York: Holt Rinehart and Winston.

Carpenter, J. C. (1979). *Three Aspects of Self-Disclosure as They Relate to Quality of Adjustment*. *Journal of Personality Adjustment*.

Crider, A. B. (1983). *Psychology*. Glenview: Scott Foresman & Co.

Desmita. (2006). *Psikologi Perkembangan*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya.

Gainau, B. Maryam. (2008). *Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Siswa Dalam Perspektif Budaya Dan Implikasinya Bagi Konseling*. *Jurnal Online*. (http://www.gunadarma.ac.id/library/articles/graduate/psychology/2010/Artikel_10505199.pdf). Sekolah Tinggi Agama Kristen Protestan Negeri (STAKPN) Papua. (diakses tanggal 26 Juni 2012).

Gunarsa &Gunarsa. (2003). *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*. Jakarta: Gunung Mulia.

Hurlock, Elisabeth. B. (1997). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.

Lobardo. (1979). *Self-Disclosure: Theory, Research and Therapy*. ISBN 0-306- 426.

Rakhmat, Jalaludin. (2004). *Psikologi Komunikasi*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

Retnowati, S. (2002). *Perfeksionisme, Harga Diri, dan Kecenderungan Depresi pada Remaja Akhir*. *Jurnal Psikologi*, No.1.

Suadirman.(1995). *Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada.

Ziemek, Manfred. (2006). *Pesantren Dalam Perubahan Sosial*. Jakarta.