

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Sejarah Singkat Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin

Pada tahun 1999 awal didirikannya panti asuhan Nor Hidayah atas keinginan Bapak H. Juhansyah. Dan tahun 2002 diteruskan oleh istrinya yakni Ibu Kaspiah hingga kini. Pembangunan ini berlokasi di daerah Sungai Andai RT. 10 Kelurahan Sungai Andai Banjarmasin. Pendirian panti asuhan Nor Hidayat itu sendiri bertujuan sebagai tempat penampung anak yatim, piatu, yatim piatu ataupun anak tidak mampu.

Pendirian panti asuhan ini memiliki latar belakang yaitu bermula terjadinya krisis moneter sewaktu Bapak Suharto lengser tahun 1997, sewaktu itu jalan Sungai Andai terisolir, artinya jika sewaktu itu jalan Sungai Andai belum dibuat, namun penduduk Sungai Andai sewaktu itu menggunakan transportasi jukung (kapal) bila bepergian kemana-mana. Memandang kondisi seperti itu munculnya inisiatif oleh Bapak Juansyah untuk melakukan pembelian tanah sebagai tempat lokasi TK Al-Qur'an, dimana kebetulan anak-anak disana masih banyak yang belum disekolahkan. Dan waktu itu terdapat warga yang meninggal dunia dan ada anak yang ditinggalkan, memandang keadaan yang semacam itu Bapak Juansyah merasa prihatin kepada anak itu, maka beliau berinisiatif untuk mengasuh anak tersebut. Lalu ada teman Bapak

Juansyah yang memberikan saran untuk mendirikan yayasan saja dan saran tersebut diterima baik oleh Bapak Juansyah. Dimana tempat yayasan tersebut ditujukan sebagai tempat penampung bagi anak-anak yang ditinggal orang tuannya seperti anak terlantar, yatim, piatu, ataupun yatim piatu. Sehingga dari cerita-cerita tersebut awal mula didirikannya TK Al-qur'an dan beralih ke yayasan panti asuhan Nor Hidayah Kelurahan Sungai Andai Banjarmasin.

2. Visi dan Misi Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin

Visi Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin adalah *terwujudnya kemandirian anak dalam membangun kesejahteraan sosial*. Dengan misi sebagai berikut:

- a. Meningkatkan SDM anak.
- b. Meningkatkan kemandirian anak
- c. Meningkatkan pelayanan anak
- d. Meningkatkan kesehatan anak

3. Tujuan Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin

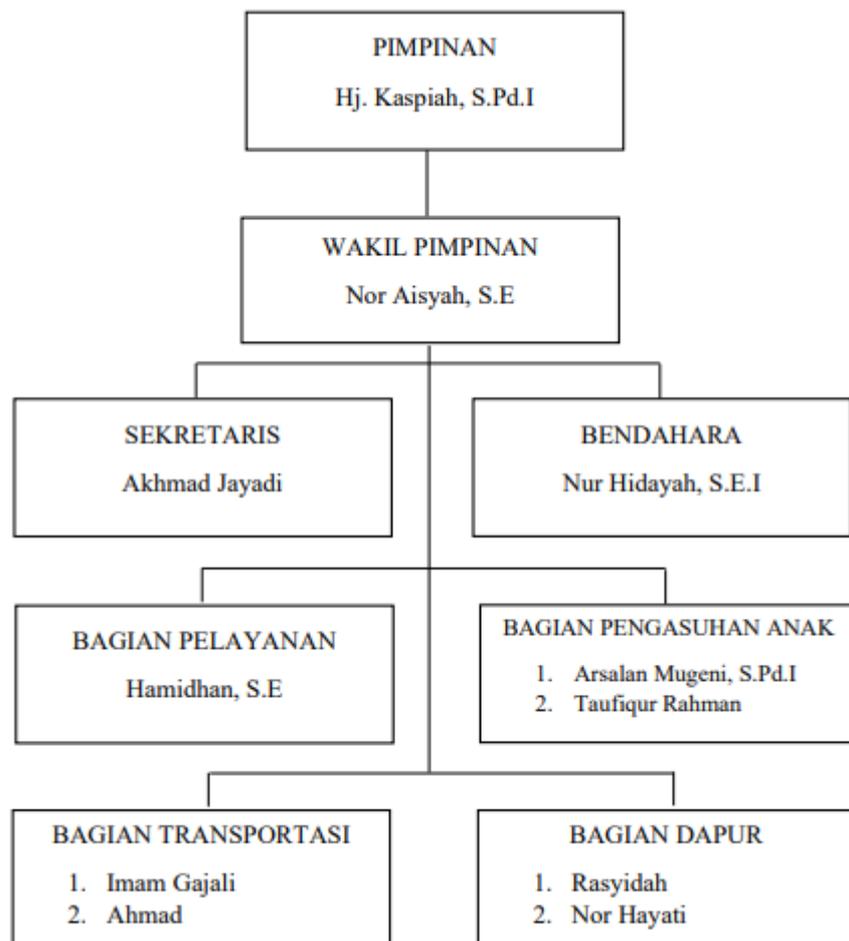
- a. Memberi pelayanan kesejahteraan sosial ke anak-anak terlantar, yatim piatu, dan miskin melalui pemberian bantuan dan bimbingan ke arah pertumbuhan pribadi secara wajar sesuai akan ajaran Islam.
- b. Memberikan fasilitas anak dalam menelusuri, memilah, dan menetapkan arah hidupnya secara tepat sebagai bekal masa

depannya selaku manusia yang bermatabat, berguna bagi keluarga, diri pribadi, dan masyarakat ke depannya.

- c. Sebagai pencegahan putusan sekolah dan pengambilalihan fungsi orang tua asuh sampai diperolehnya kesempatan di masa mendatang.

4. Struktur Organisasi Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin

GAMBAR 4.1 STRUKTUR ORGANISASI PANTI ASUHAN NOR HIDAYAH BANJARMASIN



B. Hasil Uji Instrumen

Dalam penelitian ini, peneliti tidak menjalankan uji coba instrumen. Hal tersebut dikarenakan instrumen variabel *self disclosure* dan instrumen variabel *subjective well-being* yang diterapkan peneliti adalah instrumen yang telah disusun dan diterapkan pada penelitian terdahulu yang telah dianggap reliabel dan valid. Mengacu pada norma penelitian, peneliti telah diberikan izin dari peneliti terdahulu terkait implementasi instrumen penelitian tersebut.

Skala yang dipakai dalam pengukuran aspek *Self Disclosure* yaitu skala yang dibuat oleh Tata Aulia Indarti dalam penelitiannya yang berjudul “Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Pengungkapan Diri Pada Remaja Panti Asuhan Di Gunungpati, Kota Semarang” pada tahun 2020. Skala ini berisi 28 aitem dengan indeks validitas 0,343 – 0,673 dan indeks reliabilitas sebesar 0,886.⁷³ Skala tersebut disusun berdasarkan lima aspek *Self Disclosure* yakni keluasan, kedalaman, keintensifan, waktu, motivasi, dan ketepatan yang dikemukakan oleh Altman dan Taylor. Kemudian skala yang dipakai dalam pengukuran aspek *subjective well-being* yaitu skala yang disusun oleh Zulfiyah Khasanah dalam penelitiannya yang berjudul “Hubungan Antara Hardiness Dengan Subjective Well Being Pada Remaja Panti Asuhan” pada tahun 2020. Skala ini berisi 25 aitem dengan indeks validitas 0,333 – 0,793 dan indeks reliabilitas sebesar 0,949.

⁷³ Aulia Indarti, “Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Pengungkapan Diri Pada Remaja Panti Asuhan Di Gunungpati, Kota Semarang.”

Skala tersebut disusun berdasarkan aspek *subjective well-being* yang diungkapkan oleh Diener, meliputi aspek afektif dan kognitif. Adapun blueprint skala telah termuat pada bab III.

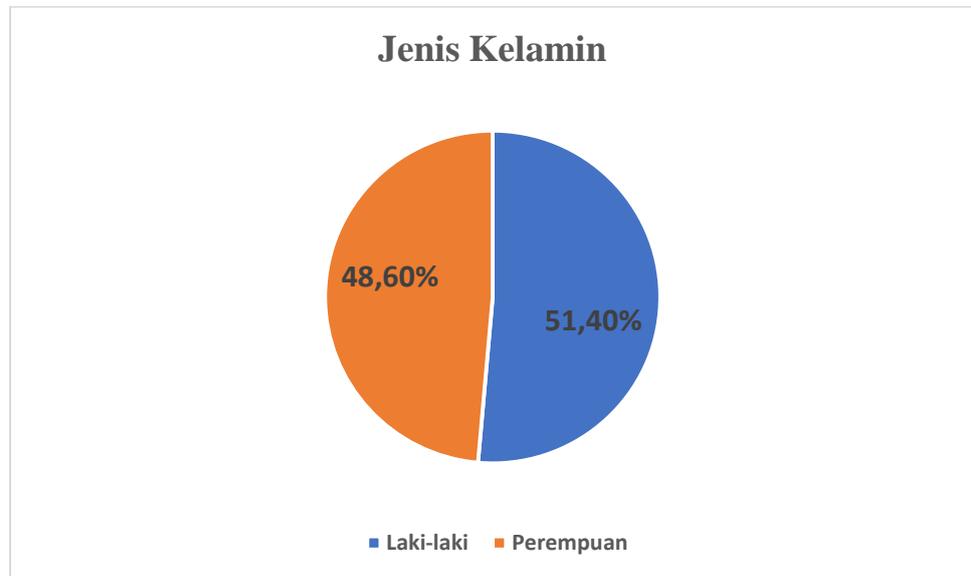
C. Hasil Analisis Data dan Interpretasi

1. Gambaran Responden

Subjek penelitian yang dituju peneliti adalah remaja di panti asuhan Nor Hidayah Banjarmasin yang berusia antara 12-22 tahun. Disini peneliti memanfaatkan data primer seperti kuesioner yang disebarluaskan langsung ke subjek penelitian. Jumlah item pernyataan untuk skala *self disclosure* berjumlah 28 item dan skala *subjective well-being* berjumlah 25 item. Jumlah sampel penelitian ini mencakup 37 orang remaja di panti asuhan. Adapun deskripsi umum yang dijabarkan pada penelitian ini menurut jenis kelamin dan usia.

TABEL 4.1 GAMBARAN RESPONDEN BERDASARKAN JENIS KELAMIN

		Jenis Kelamin			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	19	51.4	51.4	51.4
	Perempuan	18	48.6	48.6	100.0
	Total	37	100.0	100.0	100.0

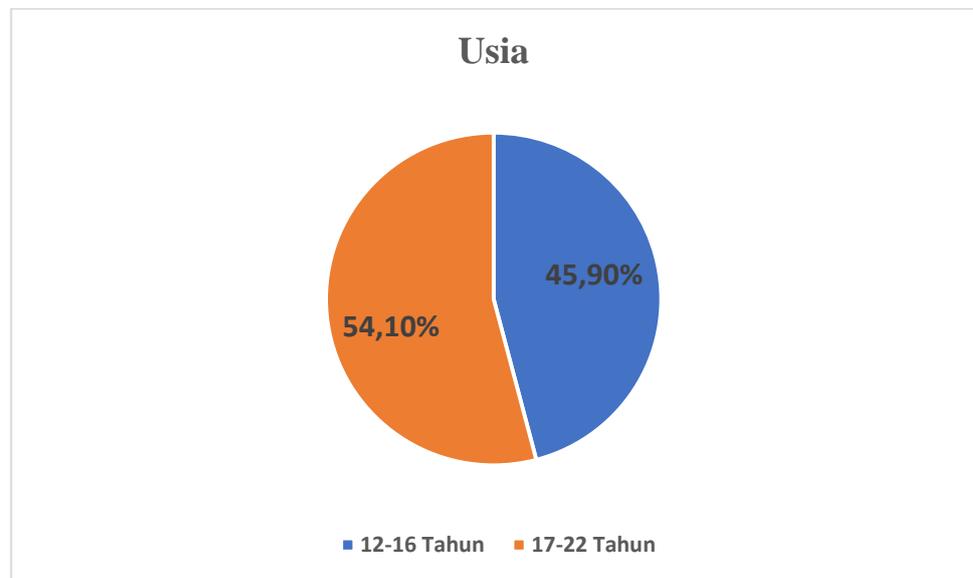


GAMBAR 4.2 DIAGRAM RESPONDEN BERDASARKAN JENIS KELAMIN

Mengacu tabel 4.4 dan diagram 4.2 menunjukkan jumlah responden yang lebih banyak yaitu lelaki berjumlah 19 orang (51,4%) dan untuk responden perempuan berjumlah 18 orang (48,6%).

TABEL 4.2 GAMBARAN RESPONDEN BERDASARKAN USIA

		Usia			Cumulative
		Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
Valid	12-16	17	45.9	45.9	45.9
	17-22	20	54.1	54.1	100.0
Total		37	100.0	100.0	100.0



GAMBAR 4.3 DIAGRAM RESPONDEN BERDASARKAN USIA

Mengacu tabel 4.5 dan diagram 4.3 di atas diperlihatkan terdapat 17 orang (45,9%) remaja berusia 12-17 tahun dan sebanyak 20 orang (54,1%) remaja berusia 18-22 tahun.

2. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas termasuk uji asumsi yang dilaksanakan pada suatu penelitian yang bertujuan untuk mengetahui apakah data yang akan diuji (data empirik) yang didapat di lapangan sesuai distribusi teoritik atau memiliki kenormalan distribusi, sehingga dapat dilanjutkan ke proses selanjutnya. Uji normalitas pada kajian ini mempergunakan teknik *Kolmogorov-smirnov* dimana yang dipakai ialah nilai sig. (*Asymp Sig. 2-tailed*). Dengan dasar keputusan bila

nilai sig. $>0,05$ sehingga data penelitian dinyatakan memiliki distribusi normal, sementara bila nilai sig. $<0,05$ sehingga dianggap tidak memiliki distribusi normal.⁷⁴

Uji normalitas dilaksanakan menggunakan aplikasi *IBM SPSS Statistics 25.0 For Windows* dan diperoleh hasil pengujian sebagai berikut:

TABEL 4.3 UJI NORMALITAS SKALA *SELF DISCLOSURE* DAN *SUBJECTIVE WELL-BEING*

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		Unstandardized Residual
N		37
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	7.02557638
Most Extreme Differences	Absolute	.073
	Positive	.067
	Negative	-.073
Test Statistic		.073
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

Mengacu tabel 4.6 diperlihatkan nilai signifikan pada variabel *self disclosure* dimana *subjective well-being* senilai 0,200. Bila diketahui dari dasar pengambilan keputusannya maka nilai signifikansi $0,200 > 0,05$, dengan demikian kesimpulannya bahwa data memiliki distribusi normal.

⁷⁴ Akbar Nasrum, *Uji Normalitas Untuk Penelitian* (Bali: Jayapangus Press, 2018), 1 & 38.

b. Uji Linieritas

Uji linearitas adalah uji yang fungsinya untuk memahami sebaran data yang didapat apakah telah berdistribusi linear ataukah tidak. Pada pengujian linearitas, dasar mengambil putusan yang dipergunakan yakni diketahui dari nilai *Deviation from linearity* jika melebihi 0,05 sehingga dihasilkan data terdapat hubungan yang linear, sementara sebaliknya bila dibawah dari 0,05 sehingga data yang diperoleh tidak terdapat hubungan linear.⁷⁵

TABEL 4.4 UJI LINIERITAS SKALA SELF DISCLOSURE DAN SUBJECTIVE WELL-BEING

			ANOVA Table				
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Subjective Well-Being * Self Disclosure	Between Groups	(Combined) Linearity	1771.234	19	93.223	1.515	.197
		Linearity	1040.654	1	1040.654	16.908	.001
		Deviation from Linearity	730.581	18	40.588	.659	.805
Within Groups			1046.333	17	61.549		
Total			2817.568	36			

Mengacu tabel 4.7 diatas, dalam kolom *Deviation from linearity* menunjukkan nilai 0,805. Jika dilihat dari dasar penentuan keputusan, nilai *Deviation from linearity* $0,805 > 0,05$. Sehingga didapatkan kesimpulan bhwa data penelitian memiliki distribusi linear.

⁷⁵ Edi Riadi, *Statistika Penelitian (Analisis Manual Dan IBM SPSS)* (Yogyakarta: CV Andi Offset, 2016), 191.

3. Analisis Deskriptif Data Hasil Penelitian

Analisis deskriptif penelitian ini tujuannya guna menggambarkan data yang telah dikumpul peneliti. Analisis deskriptif ini akan memberikan hasil nilai standar deviasi dan mean yang kemudian dapat diketahui frekuensi penyebaran datanya.⁷⁶

TABEL 4.5 UJI DESKRIPTIF DATA PENELITIAN

	N	Min	Max	Mean	Range	Std. Deviation
Self Disclosure	37	28	112	70	84	18,66
Subjective Well-Being	37	25	100	62,5	75	16,66
Valid N	37					

Skala *self disclosure* memiliki 4 pilihan jawaban yang terdiri dari skor 1, 2, 3, 4 dengan jumlah item sebanyak 28 pernyataan. Skor minimal untuk skala ini yaitu 28 (1×28), skor maksimal yaitu 112 (4×28), nilai mean $(x_{\min} + x_{\max})/2$ yaitu 70, nilai range yaitu 84 ($x_{\max} - x_{\min}$) dan standar deviasi adalah 18,66 ($x_{\max}/6$). Adapun skala *subjective well-being* juga memiliki 4 pilihan jawaban yang terdiri dari skor 1, 2, 3, dan 4 dengan jumlah item 25 pernyataan. Skor minimal

⁷⁶ Riadi, 191.

untuk skala ini yaitu 25 (1 x 25), skor maksimal yaitu 100 (4 x 25), nilai mean $(x_{\min} + x_{\max})/2$ yaitu 62,5, nilai range yaitu 75 ($x_{\max} - x_{\min}$) dan standar deviasinya 16,66 ($x_{\max}/6$).

Selanjutnya untuk mengetahui perhitungan kategorisasi tingkatan masing-masing variabel penelitian, peneliti menggunakan rumus perhitungannya sebagai berikut:

Sangat Rendah : $X \leq (M - 1SD)$

Rendah : $(M - 1SD) < X \leq M$

Tinggi : $M < X \leq (M + 1SD)$

Sangat Tinggi : $X > (M + 1SD)$

Keterangan

X : Skor Subjek

Mean : Nilai rata-rata

SD : Standar Deviasi

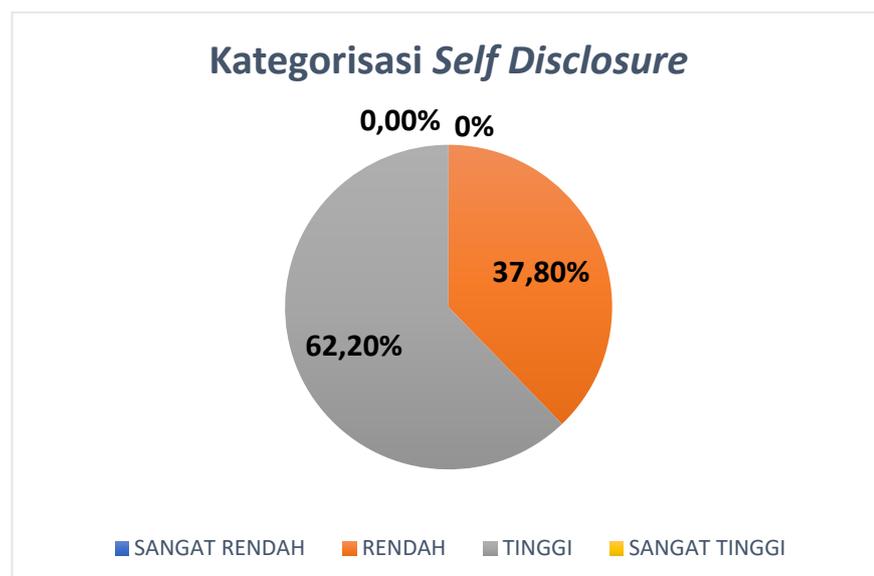
a. Analisis Deskriptif Kategori Data (*Self Disclosure*)

Berdasarkan uji statistik deskriptif pada tabel 4.8 dengan nilai mean sebesar 70 dan standar deviasi 18,66, nilai tersebut kemudian dimasukkan ke dalam rumus perhitungan kategori variabel sehingga mendapatkan hasil pada tabel berikut:

TABEL 4.6 KATEGORISASI SKALA *SELF DISCLOSURE*

Kategori	Rentang Nilai	F	%
Sangat Rendah	$X \leq 51,34$	0	0%
Rendah	$51,34 < X \leq 70$	14	37,8%
Tinggi	$70 < X \leq 88,66$	23	62,2%
Sangat Tinggi	$X > 88,66$	0	0%

Berdasarkan tabel 4.9 dapat diketahui tingkat *self disclosure* atau pengungkapan diri pada remaja di panti asuhan Nor Hidayah Banjarmasin dengan kategori sangat rendah tidak ada, kategori rendah sebanyak 14 orang, kategori tinggi sebanyak 23 orang, dan kategori sangat tinggi tidak ada.



GAMBAR 4.4 DIAGRAM KATEGORISASI SKALA *SELF DISCLOSURE*

Berdasarkan diagram 4.4 diketahui bahwa untuk kategori *self disclosure*, subjek terbanyak berada pada kategori tinggi yaitu sebanyak 23 orang dengan persentase 62,2%, diikuti dengan 14 orang untuk kategori rendah dengan persentase 37,8%. Sedangkan untuk kategori sangat rendah dan sangat tinggi tidak ada satupun.

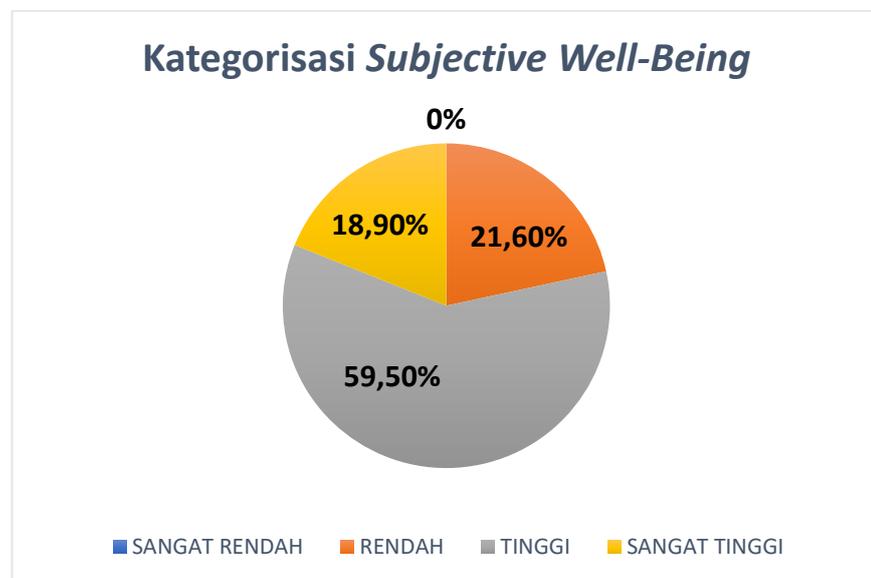
b. Analisis Deskriptif Kategori Data (*Subjective Well-Being*)

Berdasarkan uji statistik deskriptif pada tabel 4.8 dengan nilai mean sebesar 62,5 dan standar deviasi 16,66, nilai tersebut kemudian dimasukkan ke dalam rumus perhitungan kategori variabel sehingga mendapatkan hasil pada tabel berikut:

TABEL 4.7 KATEGORISASI SKALA *SUBJECTIVE WELL-BEING*

Kategori	Rentang Nilai	F	%
Sangat Rendah	$X \leq 45,84$	0	0%
Rendah	$45,84 < X \leq 62,5$	8	21,6%
Tinggi	$62,5 < X \leq 79,16$	22	59,5%
Sangat Tinggi	$X > 79,16$	7	18,9%

Berdasarkan tabel 4.10 dapat diketahui tingkat *Subjective Well-Being* atau kesejahteraan subjektif pada remaja di panti asuhan Nor Hidayah Banjarmasin dengan kategori sangat rendah tidak ada, kategori rendah sebanyak 8 orang, kategori tinggi sebanyak 22 orang, dan kategori sangat tinggi 7 orang.



**GAMBAR 4.5 DIAGRAM KATEGORISASI SKALA
*SUBJECTIVE WELL-BEING***

Berdasarkan diagram 4.5 diketahui bahwa untuk kategori *subjective well-being*, subjek terbanyak berada pada kategori tinggi yaitu sebanyak 22 orang dengan persentase 59,5%, diikuti dengan 8 orang untuk kategori rendah dengan persentase 21,6%, kemudian sebanyak 7 orang untuk kategori sangat tinggi dengan persentase 18,9%. Sedangkan untuk kategori sangat rendah tidak ada satupun.

4. Uji T-Test

Uji T/uji t-test merupakan salah satu uji statistik yang bertujuan untuk membandingkan atau mengetahui perbedaan rata-rata antar dua kelompok tertentu.⁷⁷ Dalam hal ini peneliti melakukan uji t-test berdasarkan klasifikasi jenis kelamin dan usia responden. Peneliti ingin melihat perbedaan rata-rata yang dihasilkan responden berdasarkan klasifikasi tersebut. Berikut adalah hasil pengujiannya:

a. Analisis Rata-rata *Self Disclosure* berdasarkan Jenis Kelamin

TABEL 4.8 ANALISIS DATA *SELF DISCLOSURE* BERDASARKAN JENIS KELAMIN

Nilai Rata-rata Jenis Kelamin

	Jenis_kelamin	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Hasil Self	Laki-laki	19	70.00	5.022	1.152
Disclosure	Perempuan	18	75.06	4.709	1.110

Berdasarkan tabel 4.11 analisis berdasarkan jenis kelamin, diketahui responden kategori laki-laki sebanyak 19 orang memiliki skor rata-rata 70 dan responden kategori perempuan berjumlah 18 orang memiliki skor rata-rata 75,06. Berdasarkan data tersebut menunjukkan bahwa ditinjau jenis kelamin remaja di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin, nilai rata-rata remaja perempuan lebih tinggi dari laki-laki. Hal ini secara statistik menunjukkan bahwa remaja perempuan di panti asuhan cenderung lebih mampu melakukan pengungkapan diri.

⁷⁷ Hindayati Mustafidah, Adi Imantoyo, and Suwarsito, "Pengembangan Aplikasi Uji-t Satu Sampel Berbasis Web," *Juita: Jurnal Informatika*, No. 2, Vol. 8 (2020): 245.

b. Analisis Rata-rata *Self Disclosure* berdasarkan Usia

TABEL 4.9 ANALISIS DATA *SELF DISCLOSURE* BERDASARKAN USIA

Nilai Rata-rata Usia					
	Usia	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Hasil Self	12-16	17	71.29	5.903	1.432
Disclosure	17-22	20	73.45	4.957	1.109

Selanjutnya jika dilihat pada tabel 4.12 analisis berdasarkan usia, diketahui responden kategori usia 12-16 tahun sebanyak 13 orang memiliki skor rata-rata 71,29 dan responden kategori usia 17-22 tahun berjumlah 24 orang memiliki skor rata-rata 73,45. Berdasarkan data tersebut menunjukkan bahwa berdasarkan kelompok usia remaja di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin, nilai rata-rata remaja usia 17-22 tahun lebih tinggi dari remaja usia 12-16 tahun. Hal ini secara statistik menunjukkan bahwa remaja kelompok usia 17-22 tahun cenderung lebih mampu melakukan pengungkapan diri terhadap sesama teman di panti asuhan.

c. Analisis Rata-rata *Subjective Well-Being* berdasarkan Jenis Kelamin

TABEL 4.10 ANALISIS DATA *SUBJECTIVE WELL-BEING* BERDASARKAN JENIS KELAMIN

Nilai Rata-rata Jenis Kelamin					
	Jenis_kelamin	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Hasil Subjective Well Being	Laki-laki	19	70.16	9.299	2.133
	Perempuan	18	71.67	8.541	2.013

Kemudian berdasarkan tabel 4.13 analisis berdasarkan jenis kelamin, diketahui responden kategori laki-laki sebanyak 19 orang memiliki skor rata-rata 70,16 dan responden kategori perempuan berjumlah 18 orang memiliki skor rata-rata 71,67. Berdasarkan data tersebut menunjukkan bahwa berdasarkan jenis kelamin remaja di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin, nilai rata-rata remaja perempuan lebih tinggi dari laki-laki. Hal ini secara statistik menunjukkan bahwa remaja perempuan di panti asuhan cenderung lebih mampu merasakan kesejahteraan subjektif dalam hidupnya. Namun perbedaan skor tersebut tidak terlalu signifikan.

d. Analisis Rata-rata *Subjective Well-Being* berdasarkan Usia

TABEL 4.11 ANALISIS DATA *SUBJECTIVE WELL-BEING* BERDASARKAN USIA

Nilai Rata-rata Usia					
	Usia	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Hasil Subjective Well Being	12-16	17	70.59	9.361	2.270
	17-22	20	71.15	8.622	1.928

Selanjutnya jika dilihat pada tabel 4.14 analisis berdasarkan usia, diketahui responden kategori usia 12-16 tahun sebanyak 13 orang memiliki skor rata-rata 70,59 dan responden kategori usia 17-22 tahun berjumlah 24 orang memiliki skor rata-rata 71,15. Berdasarkan data tersebut menunjukkan bahwa berdasarkan kelompok usia remaja di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin, nilai rata-rata remaja usia 17-22 tahun lebih tinggi dari remaja usia 12-16 tahun. Hal ini secara

statistik menunjukkan bahwa remaja kelompok usia 17-22 tahun di panti asuhan cenderung lebih mampu merasakan kesejahteraan subjektif dalam hidupnya. Namun perbedaan skor tersebut tidak terlalu signifikan.

5. Uji Hipotesis

Adapun pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji regresi linear sederhana untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh yang signifikan antar kedua variabel. Hipotesis yang akan diuji ialah hipotesis alternatif yakni adanya pengaruh *self disclosure* terhadap *subjective well-being* remaja di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin.

Uji hipotesis dilakukan dengan *IBM SPSS Statistics 25.0 For Windows* dan didapatkan hasil pengujian sebagai berikut:

TABEL 4.12 HASIL UJI REGRESI LINEAR SEDERHANA VARIABEL *SELF DISCLOSURE* DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING*

ANOVA ^a					
Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	1040.654	1	1040.654	20.498	.000 ^b
Residual	1776.914	35	50.769		
Total	2817.568	36			

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.608 ^a	.369	.351	7.125

Berdasarkan hasil uji hipotesis di atas, dapat dilihat nilai signifikansi yang dihasilkan sebesar 0,000. Hal tersebut menunjukkan bahwa H_a diterima karena $0,000 < 0,05$. Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh antara *self disclosure* terhadap *subjective well-being* remaja di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin. Hal ini mengacu pada dasar pengambilan keputusan jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka H_a diterima, sedangkan jika nilai signifikansi $> 0,05$ maka H_0 diterima, yang dikemukakan oleh Sugiyono.⁷⁸

Kemudian nilai R Square yang dihasilkan dalam uji hipotesis ini sebesar 0,369. Hal ini menjelaskan bahwa besarnya nilai pengaruh variabel bebas (*self disclosure*) terhadap variabel terikat (*subjective well-being*) yaitu 36,9%. Adapun 63,1% lainnya dipengaruhi oleh variabel lain.

6. Perhitungan Sumbangan Efektif

Untuk menghitung sumbangan efektif dari setiap aspek, maka dapat menggunakan cara membagi skor total pada tiap aspek dengan skor total keseluruhan variabel.⁷⁹ Berikut adalah hasil perhitungan sumbangan efektif untuk kedua variabel:

⁷⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*, 65.

⁷⁹ Kurnia Nuzuliya, "Pengaruh Optimisme Terhadap Resiliensi Akademik Siswa Selama Masa Pandemi Covid-19 Di SMAN 1 Trenggalek" (Skripsi, Malang, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2021), 51–52.

a. Sumbangan Efektif Aspek *Self Disclosure*

Pada variabel *self disclosure*, terdapat 4 aspek di dalamnya yaitu ketepatan, motivasi, waktu, keintensifan, serta kedalaman dan keluasan.

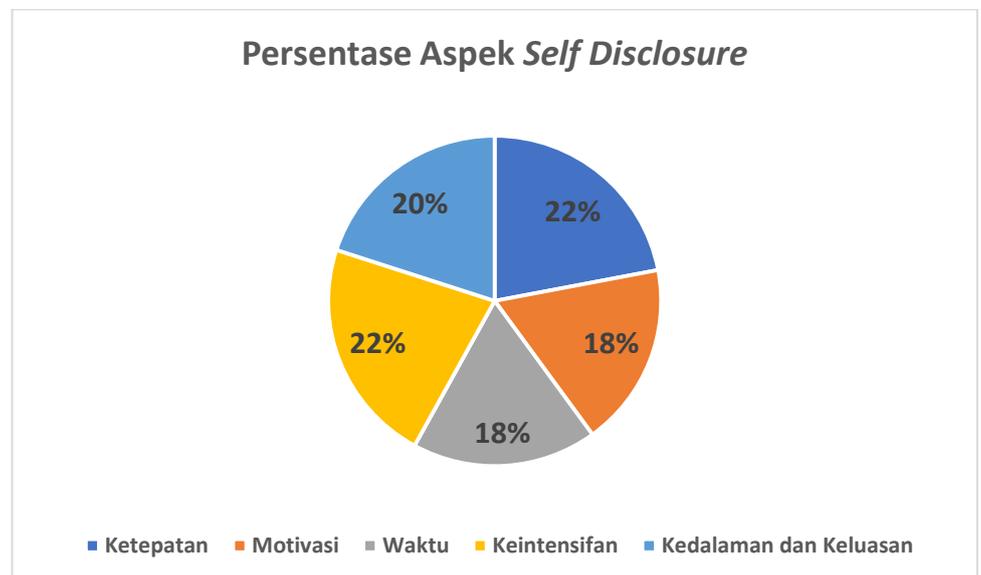
$$\text{Ketepatan} : \frac{596}{2681} \times 100\% = 22\%$$

$$\text{Motivasi} : \frac{492}{2681} \times 100\% = 18\%$$

$$\text{Waktu} : \frac{487}{2681} \times 100\% = 18\%$$

$$\text{Keintensifan} : \frac{580}{2681} \times 100\% = 22\%$$

$$\text{Kedalaman dan Keluasan} : \frac{526}{2681} \times 100\% = 20\%$$



GAMBAR 4.6 DIAGRAM SUMBANGAN EFEKTIF ASPEK *SELF DISCLOSURE*

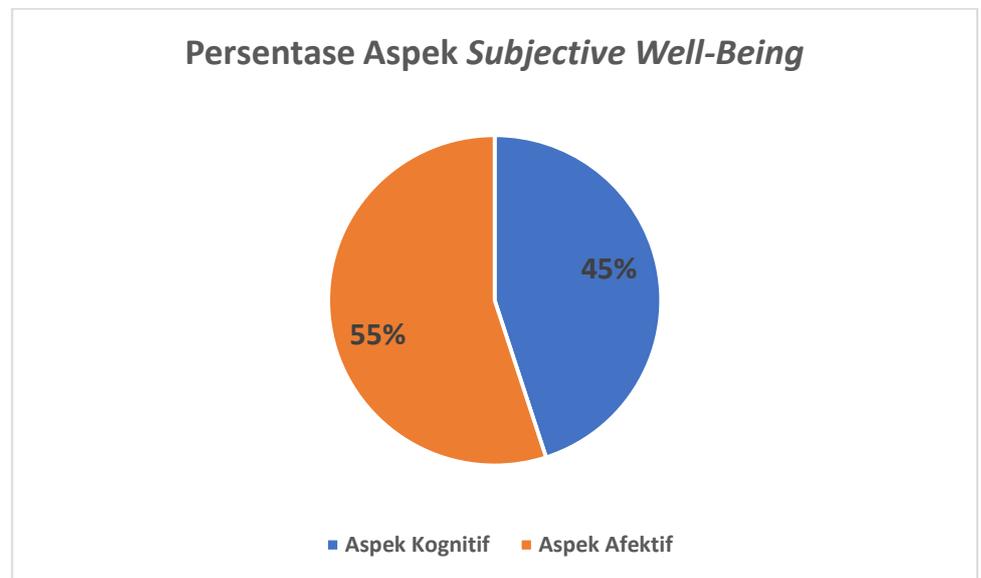
Berdasarkan hasil perhitungan di atas, diketahui aspek ketepatan memiliki nilai sebesar 22%, aspek motivasi 18%, aspek waktu 18%, aspek keintensifan 22%, serta aspek kedalaman dan keluasan sebesar 20%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa aspek yang paling berpengaruh besar pada pengungkapan diri remaja adalah aspek ketepatan dan keintensifan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa aspek ketepatan dan keintensifan merupakan aspek yang paling berpengaruh besar pada pengungkapan diri mereka kepada sesama teman di panti asuhan. Remaja panti asuhan secara umum mengungkapkan informasi dengan jujur tentang diri dan memperhatikan pengungkapan diri tersebut diutarakan kepada teman-teman yang memiliki kedekatan dengan mereka.

b. Sumbangan Efektif Aspek *Subjective Well-Being*

Pada variabel *subjective well-being* terdapat 2 aspek utama yaitu aspek kognitif dan aspek afektif.

$$\text{Aspek Kognitif} \quad : \frac{1185}{2623} \times 100\% = 45\%$$

$$\text{Aspek Afektif} \quad : \frac{1438}{2623} \times 100\% = 55\%$$



GAMBAR 4.7 DIAGRAM SUMBANGAN EFEKTIF ASPEK *SUBJECTIVE WELL-BEING*

Berdasarkan hasil perhitungan di atas, diketahui aspek kognitif memiliki nilai sebesar 45% dan aspek afektif bernilai 55%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa aspek yang paling berpengaruh besar pada kebahagiaan subjektif yang dirasakan remaja di panti asuhan adalah aspek afektif. Itu artinya remaja di panti asuhan cenderung sering merasakan suasana hati dan emosi positif seperti gembira, antusias, bangga, bersemangat, penuh tekad, dll daripada merasakan suasana hati dan emosi negatif yang tidak menyenangkan seperti sedih, kecewa, gelisah, dan lain sebagainya.

D. Pembahasan

Masa remaja termasuk periode yang begitu penting dalam perjalanan hidup seseorang. Dimulai sekitar usia awal 12 sampai 20-an atau dengan kata lain adalah masa peralihan dari anak-anak ke arah pendewasaan.⁸⁰ Perubahan untuk tubuh, pikiran, emosi, dan lingkungan sosial seseorang menjadi ciri masa remaja. Untuk mencirikan masa remaja sebagai periode kacau yang disertai dengan konflik dan perubahan suasana hati, Stanley Hall menciptakan ungkapan "badai dan stres" untuk hal tersebut.⁸¹

Begitu pentingnya periode ini sehingga mereka membutuhkan dukungan jangka panjang dari individu dewasa yang menyayanginya, harus berkomunikasi dengan empatik dan tulus, serta memberikan keteladanan.⁸² Namun mirisnya tidak semuanya remaja mempunyai figur orang tua yang bisa mendampingi dan memberikan pengarahan dalam masa tumbuh kembangnya. Ini yang terjadi pada remaja di panti asuhan. Disebabkan kehilangan orangtua kandung karena kematian ataupun juga mereka yang harus tinggalnya di panti asuhan karena orangtuanya tidak mampu membiayai kehidupan anak terutama dalam hal pendidikan.

Bertempat tinggal di panti asuhan menjadi jalan terakhir bagi mereka untuk mendapatkan kehidupan dan pendidikan yang lebih layak. Hal ini berdasarkan pada Peraturan Menteri Sosial Republik Indonesia No. 184

⁸⁰ Yudrik Jahja, *Psikologi Perkembangan* (Jakarta: Kencana, 2011), 220.

⁸¹ Santrock, *LIFE-SPAN DEVELOPMENT*, 402.

⁸² Mustafa and Hadiyati, "Hubungan Antara Self Disclosure Dengan Resiliensi Pada Remaja Di Panti Asuhan Darussalam," 193.

Tahun 2011 terkait Lembaga Kesejahteraan Sosial pada Bab II Pasal 2 tentang Tujuan, dan Ruang Lingkup menyebutkan bahwa: *“Tujuan pendirian LKS sebagai wujud peran masyarakat dalam penyelenggaraan kesejahteraan sosial”*. Namun di balik itu tentu saja ada berbagai keterbatasan yang dimiliki panti asuhan sehingga mereka harus menghadapi berbagai tantangan di dalamnya. Berdasarkan penelitian Silfia Rahmah, dkk pada tahun 2014 di antara tantangan anak yang tinggal di panti asuhan adalah beradaptasi diri dengan pengasuh dan teman sebaya, dimana mungkin saja terjadi masalah dalam hubungan sosial seperti sulitnya memahami perbedaan sampai penolakan yang menyebabkan kekecewaan. Di samping itu pola asuh pengasuh otoriter yang kurang bisa memahami anak asuh juga turut serta menjadi permasalahan relasi sehingga tidak dapat berkomunikasi dengan leluasa.⁸³

Di penelitian lain juga disebutkan bahwasanya anak-anak di panti asuhan pada umumnya tidak menerima kasih sayang dan perhatian secara optimal. Hal ini karena terbatasnya jumlah pengasuh yang ada. Sehingga tidak dapat secara maksimal menggantikan peran orangtua.⁸⁴ Selain itu pada penelitian Dwi Haryanti, dkk pada tahun 2016 juga mengulas tentang tumbuh kembang emotional remaja di panti asuhan, dimana hasilnya menunjukkan bahwa sebesar 70% dari 100% remaja yang tinggalnya di panti asuhan menunjukkan tumbuh kembang mental emosional yang kurang

⁸³ Rahmah, Ilyas, and Nurfarhanah, “Masalah-Masalah Yang Dialami Anak Panti Asuhan Dalam Penyesuaian Diri Dengan Lingkungan,” 107.

⁸⁴ Arieska and Rienaldi, “Hubungan Antara Hardiness Dengan Optimisme Pada Remaja Penghuni Panti Asuhan Kota Bukit Tinggi Padang,” 2.

baik. Masalah mental emosional tersebut terbagi atas dua macam, yakni internalisasi dan eksternalisasi. Karakteristik permasalahan mental emosional internalisasi berupa kesulitan membina hubungan dengan teman sebaya (perundungan, terisolasi, menolak), perilaku menarik diri, pemikiran pesimistis, khawatir berlebih, cemas, bingung, dan temperamen. Sementara karakteristik permasalahan mental emosional eksternalisasi berupa biasanya muncul perilaku agresi, perilaku bertentangan (tidak suka diatur, tidak suka ditegur/diberikan saran), hiperaktif, gangguan perhatian, tidak mempunya menyelesaikan masalah, dan temperamen sulit.⁸⁵ Sehingga dibutuhkan sebuah tindakan penanggulangan masalah untuk mereka agar dapat secara mandiri mengelola emosi dan bahagia tinggal di panti asuhan.

Bertempat tinggal di panti asuhan berarti tinggalnya bersama dengan individu lain yang jumlahnya tidak sedikit. Tentu ada berbagai latar belakang individu yang mewarnai mereka. Karenanya perlu bagi mereka untuk mengembangkan hubungan sosial agar bisa nyaman dengan satu sama lain. Hal ini sesuai seperti pendapat Dinner & Ryan, dimana Koneksi sosial adalah salah satu elemen yang mempengaruhi kepuasan pribadi dan mengurangi ketegangan. Dia menambahkan bahwa orang mungkin merasa nyaman di lingkungan sosial mereka jika mereka memiliki interaksi yang kuat, jujur, dan terbuka kepada individu lain. Hal tersebut sejalan dengan hasil riset dari Seligman & Dinner, menemukan bahwa orang dengan tingkat

⁸⁵ Haryanti, Pamela, and Susanti, "Perkembangan Mental Emosional Remaja Di Panti Asuhan," 101.

kebahagiaan yang tinggi memiliki ikatan sosial yang positif dengan individu di sekelilingnya.⁸⁶

Dalam membina hubungan sosial, remaja sendiri diharuskan mempunyai kecakapan mengutarakan ungkapan diri pribadinya agar dapat merasakan perasaan bahagia, aman, dan nyaman. *Self disclosure* (pengungkapan diri) adalah aspek krusial dalam berinteraksi sosial, sebab tujuan berinteraksi agar mendapat berbagai informasi tentang perasaan pribadi individu lain. Orang merasa nyaman, santai, dan dapat mengurangi stres mereka ketika mereka mengkomunikasikan fakta atau emosi kepada orang lain, seperti kemarahan, kekecewaan, atau perasaan senang.⁸⁷

Peneliti mendapatkan hasil tingkat *self disclosure* untuk menjawab rumusan masalah yang pertama, dan dari 37 orang remaja di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin, bahwa tingkat *self disclosure* dengan kategori tinggi adalah kategori yang paling dominan yaitu sebanyak 62,2%, kategori rendah sebanyak 37,8%, sementara dikategorikan sangat tinggi dan sangat rendah tidak terdapat pada penelitian ini. Hal tersebut artinya remaja di panti asuhan dominan memiliki kemampuan pengungkapan diri kepada sesama teman di panti asuhan. Mereka mempunyai kesadaran dan kecakapan yang tinggi untuk membagi informasi tentang diri terkait pikiran maupun perasaan kepada teman sebayanya agar dapat menjalin relasi yang baik dan nyaman tinggal di panti asuhan.

⁸⁶ Putri, "Hubungan Antara Self Disclosure Dengan Happiness Pada Mahasiswa Perantauan," 3.

⁸⁷ Mustafa, "Hubungan Antara Self Disclosure Dengan Resiliensi Pada Remaja Di Panti Asuhan Darussalam," 9.

Nursyah dan Anna pada tahun 2019 juga menjelaskan dalam penelitiannya yang berjudul “Hubungan Keterbukaan Diri (*Self Disclosure*) dengan Kepuasan Pernikahan pada Istri di Kelurahan Mangga Medan”, bahwasanya individu merasa nyaman dan puas hidup bersama pasangannya jika mampu mengutarakan perasaan dan pikirannya secara langsung ke pasangannya.⁸⁸

Dalam mengambil data, peneliti juga mencoba menelusuri perbedaan skor rata-rata *self disclosure* dalam kategori jenis kelamin dan usia. Data statistik yang didapat untuk remaja di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin memperlihatkan bahwa skor rata-rata pengungkapan diri remaja laki-laki sebesar 70 dan remaja perempuan sebesar 75,06. Dari hasil tersebut memperlihatkan bahwasanya nilai rata-rata remaja perempuan lebih tinggi dibanding remaja laki-laki, yang bisa disimpulkan bahwa remaja perempuan di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin lebih mampu melakukan pengungkapan diri dibanding remaja lelaki. Hal tersebut selaras akan penelitian dari Wan Chalidaziah berjudul “Sasaran dan Topik Pembahasan *Self Disclosure* Mahasiswa” yang menemukan minimnya *self disclosure* mahasiswa lelaki kepada individu lain. Ini dikarenakan kecenderungan laki-laki tidak mau mengungkapkan informasi terkait dirinya ke individu lain terlebih informasi negatif. Mayoritas lelaki melihat bahwa terlalu banyak mengungkap diri pribadi dinilai kelemahannya. Selain

⁸⁸ Nursyah Fitri Harahap and Anna Wati Dewi Purba, “Hubungan Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Dengan Kepuasan Pernikahan Pada Istri Di Kelurahan Mangga Medan,” *Jurnal Diversita*, No. 1, Vol. 5 (2019): 48.

minimnya tingkat *self disclosure* mahasiswa laki-laki juga dilator belakang budaya tuntutan pada anak lelaki agar dapat menangani sendiri permasalahannya.⁸⁹

Selanjutnya jika dilihat dari kategori usia menunjukkan hasil untuk kelompok usia remaja di Pantii Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin, nilai rata-rata remaja usia 12-16 tahun adalah 71,29 dan remaja usia 17-22 tahun adalah 73,45. Hal ini secara statistik menunjukkan bahwa remaja kelompok usia 17-22 tahun di pantii asuhan cenderung lebih mampu melakukan pengungkapan diri terhadap sesama teman di pantii asuhan daripada remaja rentang usianya 12-16 tahun. Hal tersebut karena pada umumnya pengungkapan diri seseorang meningkat ketika usia 17-50 tahun.⁹⁰

Pada penelitian ini memanfaatkan aspek *self disclosure* yang diungkapkan oleh Altman dan Taylor. Aspek pertama yaitu ketepatan, yaitu berkaitan dengan kejujuran atau kebenaran informasi yang disampaikan individu terkait dengan dirinya, aspek kedua yaitu motivasi, yaitu berkaitan dengan faktor pendorong baik yang bersumber dari dalam ataupun luar diri yang membuat individu mau pengungkapan dirinya pada orang lain, faktor ketiga adalah waktu, yaitu berkaitan pada penempatan situasi yang tepat untuk memungkinkan seseorang mengungkapkan diri, faktor keempat adalah keintensifan, yaitu berkaitan dengan tingkat kedekatan dan lamanya hubungan seseorang dengan orang lain, aspek terakhir yaitu kedalaman dan

⁸⁹ Wan Chalidaziah, "Sasaran Dan Topik Pembahasan Self Disclosure Mahasiswa," *Enlighten: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, No. 2, Vol. 2 (2019): 117.

⁹⁰ Ifdil and Ardi, "Konsep Dasar Self Disclosure Dan Pentingnya Bagi Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling," 114–15.

keluasan, berkaitan dengan seberapa dalam informasi yang dibagikan dan keluasan berkaitan dengan kepada siapa pengungkapan diri dilakukan.

Dalam penelitian ini peneliti ingin melihat aspek mana yang paling mempengaruhi remaja di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin memiliki tingkatan *self disclosure* sangat tinggi, tinggi, rendah dan sangat rendah.. Berdasarkan data statistik diketahui sumbangan efektif pada aspek ketepatan sebesar 22%, motivasi 18%, waktu 18%, keintensifan 22%, dan aspek kedalaman dan keluasan sebesar 20%. Maka disimpulkan bahwasanya aspek ketepatan dan keintensifan adalah aspek yang sangat berpengaruh besar pada pengungkapan diri remaja di panti asuhan. Terkait aspek ketepatan artinya remaja di panti asuhan secara umum mengungkapkan informasi dengan jujur tentang diri. Informasi yang diungkapkan dilandasi dengan kejujuran sesuai dengan apa yang terjadi tanpa dibuat-buat atau dilebih-lebihkan. Seorang individu yang mengungkapkan informasi yang sesuai dan jujur akan menciptakan reaksi positif bagi pendengarnya, sedangkan jika dalam mengungkapkan diri seseorang tidak jujur maka ia akan menanggung resikonya.

Mengenai aspek keintensifan, artinya remaja di panti asuhan cukup memperhatikan pengungkapan diri tersebut diutarakan kepada teman-teman yang memiliki kedekatan dengan mereka. Ketika remaja telah mengenal dan mempunyai kedekatan hubungan dengan lawan bicara, maka ia akan lebih terbuka. Semakin remaja di panti asuhan dekat dengan teman sebayanya,

maka akan semakin intensif ia mengungkapkan diri. Hal ini sebagaimana sebagaimana di dalam Q.S an-Nisa’/4: 58.

وَإِذَا أَهْلِيهَا إِلَى الْأَمَانَاتِ تُؤَدُّوا أَنْ يَأْمُرَكُمْ اللَّهُ إِنَّ
 ظُكُمُ يَعِ نِعَمًا اللَّهُ إِنَّ ۖ بِالْعَدْلِ تَحْكُمُوا أَنْ النَّاسِ بَيْنَ حَكْمَتُمْ
 بَصِيرًا سَمِيعًا كَانَ اللَّهُ إِنَّ ۖ بِهِ

Artinya:

“Sesungguhnya Allah menyuruh kamu menyampaikan amanat kepada yang berhak menerimanya, dan (menyuruh kamu) apabila menetapkan hukum di antara manusia supaya kamu menetapkan dengan adil. Sesungguhnya Allah memberi pengajaran yang sebaik-baiknya kepadamu. Sesungguhnya Allah adalah Maha Mendengar lagi Maha Melihat.” (Q.S.an-Nisa: 58)

Makna ayat tersebut dapat diartikan bahwa ketika seseorang memilih untuk mengungkapkan diri atau menceritakan kepada orang lain informasi yang perlu mereka bagikan, mereka pasti akan mengalami dari pengungkapan diri perasaan diabaikan, penolakan, hilangnya kontrol diri, serta dikhianati merupakan sebagian dari dampaknya. Orang sering berpikir atau bahkan secara langsung meminta informasi tentang diri mereka yang dibagikan dirahasiakan. Namun, mungkin saja orang tersebut berkhianat.⁹¹ Maka dari itu dalam melakukan *self disclosure* setidaknya seseorang harus memiliki keyakinan dan rasa percaya yang kuat pada lawan bicaranya. Rasa percaya ini akan sejalan dengan seberapa dekat hubungan seseorang dengan orang lain, sehingga pengungkapan diri yang dilakukan juga lebih intensif.

⁹¹ Yulia Ningsih, “Hubungan Keterbukaan Diri Dengan Kepuasan Pernikahan Pada Istri Di Kecamatan Singosari Malang,” 29–31.

Terkait anak yang tinggalnya di panti asuhan, terdapat salah satu temuan menarik juga yang diteliti oleh Dinisman dkk pada tahun 2017 dengan judul “*Family Structure and Family Relationship From The Child Well-Being Perspective: Findings from Comparative Analysis*”, dimana terdapat perbedaan hasil antara 3 pengaturan tempat tinggal anak (*living arrangement*). Hasilnya menunjukkan bahwa anak yang tinggal dengan kedua orangtua mempunyai tingkatan *subjective well-being* tinggi dibandingkan yang tinggal dengan orangtua tunggal atau terpisah dari orangtua. Bahkan ditemukan kesimpulan juga bahwa anak yang tinggal terpisah dari orangtua merasa kurang puas dengan kehidupan yang mereka jalani dengan orang lain tersebut.⁹²

Subjective well-being adalah istilah yang mempunyai hubungan erat dengan perasaan bahagia. Bukhari dan Khanam mengungkapkan bahwa kebahagiaan merupakan sebagian dalam *subjective well-being*, dimana ini adalah istilah yang berarti persepsi yang bersifat subjektif dari hidup seseorang secara keseluruhan. *Subjective well-being* memfokuskan untuk penilaian individu akan hidupnya sendiri. Penilaian ini ada dua komponen yakni afektif dan kognitif. Tingginya tingkat *subjective well-being* ditunjukkan oleh adanya evaluasi kognitif, yakni seperti kepuasan hidup yang tinggi, dan evaluasi afektif seperti afek positif yang tinggi, dan afek negatif yang rendah. *Subjective well-being* adalah keluasan konsep

⁹² Dinisman et al., “Family Structure and Family Relationship from the Child Well-Being Perspective: Findings from Comparative Analysis,” 22.

terkait bentuk evaluasi hidup atau pengalaman emosional seseorang, dimana ini sebagai gabungan dari kepuasan hidup yang tinggi, afek positif yang tinggi, dan afek negatif yang rendah. Individu yang mempunyai tingginya tingkat *subjective well-being* mampu mengendalikan emosi dan dapat menyelesaikan permasalahannya secara baik. Kebalikannya bila seseorang dengan tingkatan *subjective well-being* rendah cenderung merasa hidupnya tidak bahagia, berpikiran negatif, dan penuh perasaan maka dapat memunculkan kemarahan, kecemasan, bahkan hingga mengalami depresi.⁹³

Beranjak dari sekian banyak permasalahan psikologis yang rentan terjadi pada remaja yang tinggalnya di panti asuhan, sehingga salah satu dampaknya ialah ketidakbahagiaan yang mereka rasakan. Sehingga peneliti tertarik meneliti tingkat *subjective well-being* kepada remaja di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin untuk menjawab perumusan masalah yang kedua. Peneliti mendapatkan hasil tingkat *subjective well-being* untuk menjawab perumusan masalah yang kedua, dan dari 37 orang remaja di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin, bahwa tingkat *subjective well-being* dengan kategori tinggi adalah kategori yang paling dominan yaitu sebanyak 59,5%, dikategorikan rendah sejumlah 21,6%, kemudian dikategorikan sangat tinggi sejumlah 18,9% sedangkan kategori sangat rendah tidak terdapat pada hasil penelitian ini. Hal ini mengindikasikan bahwasanya remaja di panti asuhan cenderung memperlihatkan

⁹³ Dewi and Nasywa, *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Subjective Well-Being*, Vol. 1:54–55.

kesejahteraan subjektif yang tinggi, yang berarti mereka mengevaluasi secara umum menyeluruh aspek hidupnya memuaskan dan kerap kali merasakan perasaan-perasaan positif daripada negatif. Jika dibandingkan dengan hasil riset dari Dinisman dkk pada periode 2017 berjudul “*Family Structure and Family Relationship From The Child Well-Being Perspective: Findings from Comparative Analysis*”, dimana ditemukan hasil bahwa anak yang tinggal terpisah dari orangtua merasa kurang puas dengan kehidupan yang mereka jalani dengan orang lain.⁹⁴ Namun subjek yang dimaksudkan pada penelitian ini yaitu anak yang tinggal dengan keluarga tapi tanpa orangtua. Sehingga memungkinkan ada beberapa faktor yang dapat menyebabkan ketidakpuasan hidup pada dirinya yang tidak sejalan dengan pengalaman anak yang tinggal di panti asuhan.

Di sisi lain, pada penelitian Christy Angela Indra Gunawan terkait “Kebahagiaan Remaja di Panti Asuhan”, diungkapkan bahwa pada umumnya secara subjektif remaja di panti asuhan merasakan kebahagiaan, meskipun konsep kebahagiaannya mungkin berbeda dengan remaja lain pada umumnya. Kebahagiaan yang mereka rasakan berkaitan dengan hubungan sosial yang baik, hidup yang tanpa masalah, kemampuan beradaptasi, kemampuan untuk melanjutkan sekolah, dan juga optimisme terhadap masa depan juga menjadi faktor kebahagiaan remaja di panti asuhan.⁹⁵

⁹⁴ Dinisman et al., “Family Structure and Family Relationship from the Child Well-Being Perspective: Findings from Comparative Analysis,” 22.

⁹⁵ Christy Angela Indra Gunawan, “Kebahagiaan Remaja Di Panti Asuhan,” *Jurnal Mind Set*, No. 2, Vol. 11 (2020): 80.

Dalam mengambil data, peneliti pula menemukan perbedaan skor rata-rata *subjective well-being* pada kategori jenis kelamin dan usia. Hal tersebut terbukti dari data statistik yang diperoleh pada remaja di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin, bahwa hasil analisis data *subjective well-being* berdasarkan jenis kelamin skor rata-rata laki-laki senilai 70,16 dan remaja perempuan senilai 71,67. Dari hasil ini ditunjukkan bahwasanya nilai rata-rata remaja perempuan lebih tinggi dari remaja laki-laki, yang bisa disimpulkan bahwa remaja perempuan di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin lebih mampu merasakan kesejahteraan subjektif dibanding remaja lelaki. Akan tetapi perbedaan hasil ini tidak terlalu signifikan. Hal ini sejalan seperti yang diutarakan Diener, bahwa tidak ada perbedaan besar antara *subjective well-being* pria dan wanita secara umum. Hanya saja, wanita mengalami emosi negatif dan positif dengan intensitas yang lebih besar.⁹⁶

Selanjutnya jika dilihat dari kategori usia menunjukkan hasil untuk kelompok usia remaja di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin, nilai rata-rata remaja usia 12-16 tahun sebesar 70,59 dan remaja usia 17-22 tahun adalah 71,15. Hal ini secara statistik menunjukkan bahwa remaja kelompok usia 17-22 tahun di panti asuhan cenderung lebih mampu merasakan kesejahteraan subjektif daripada remaja rentang usia 12-16 tahun. Namun perbedaan hasil tidak terlalu signifikan. Ini sejalan dengan teori yang

⁹⁶ Rubiatin, "Subjective Well Being Pada Mentor Anak Juara (Studi Kasus Di Rumah Zakat Kota Kediri)," 23.

mengungkapkan bahwa kepuasan hidup tidak menurun seiring dengan bertambahnya usia, akan tetapi secara kontras afek ataupun *mood* menyenangkan mengalami penurunan sejalan dengan bertambahnya usia. Penurunan yang tidak terjadi secara signifikan dalam kehidupan hidup selama rentang hidup dikarenakan seseorang dapat menyesuaikan hidupnya dengan keadaannya. Selain itu individu juga bisa menyesuaikan tujuan hidup yang dimiliki dengan usianya.⁹⁷

Dalam penelitian ini peneliti juga menelusuri hasil data persentase terkait aspek mana yang paling mempengaruhi remaja di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin memiliki tingkat *subjective well-being* sangat tinggi, tinggi, rendah dan sangat rendah. Data statistik memperlihatkan sumbangan efektif pada aspek kognitif sebesar 45% dan aspek afektif sebesar 55%. Maka didapatkan kesimpulan bahwa aspek afektif merupakan aspek yang paling mempengaruhi besar pada kesejahteraan subjektif remaja di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin. Itu artinya remaja di panti asuhan cenderung sering merasakan suasana hati dan emosi positif seperti gembira, antusias, bangga, bersemangat, penuh tekad, dll daripada merasakan suasana hati dan emosi negatif yang tidak menyenangkan seperti sedih, kecewa, gelisah, dan lain sebagainya.

Berdasarkan permasalahan di atas, peneliti juga melakukan uji hipotesis untuk menjawab rumusan permasalahan yang ketiga yakni untuk memahami pengaruhnya *self disclosure* terhadap *subjective well-being* pada

⁹⁷ Rubiatin, 23.

remaja di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin. Dari uji hipotesis menggunakan uji regresi linear sederhana didapati nilai signifikansi yang dihasilkan senilai 0,000. Hal tersebut memperlihatkan bahwa ada penerimaan H_a dikarenakan $0,000 < 0,05$, dengan arah hubungan kedua variabel adalah positif. Maka hipotesis pada kajian ini diterima dengan kesimpulan bahwa ada pengaruh antara *self disclosure* terhadap *subjective well-being* remaja di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin. Hal tersebut didasarkan pada dasar pengambilan putusan yang diungkapkan oleh Sugiyono, bahwa bila nilai $\text{sig.} < 0,05$ sehingga ada penerimaan H_a , sementara bila nilai $\text{sig.} > 0,05$ sehingga ada penerimaan H_0 .⁹⁸

Kemudian hasil nilai R Square pada pengujian hipotesis ini senilai 0,369. Hal tersebut menerangkan bahwa besarnya nilai pengaruh variabel independen (*self disclosure*) terhadap variabel dependen (*subjective well-being*) yaitu 36,9%. Terdapat juga 63,1% lainnya mendapat pengaruh dari variabel lainnya. Hal tersebut searah akan penelitian dari Mahendra Pratamajati pada tahun 2019 berjudul “Hubungan antara Keterbukaan Diri dengan Kualitas Hidup Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana”, dimana hasil penelitiannya menunjukkan hasil statistik menunjukkan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) artinya ada hubungan antara kedua variabel dimana persentase sebesar 23,42% sumbangan dari keterbukaan diri terhadap kualitas hidup.⁹⁹ Sejalan dengan yang dimuat

⁹⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*, 65.

⁹⁹ Mahendra Pratamajati, “Hubungan Antara Keterbukaan Diri Dengan Kualitas Hidup Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana” (Skripsi, Salatiga, Universitas Kristen Satya Wacana, 2019).

dalam penelitian Maryam B. Gainau yang berjudul “Keterbukaan Diri (*Self Disclosure*) dalam Perspektif Budaya dan Implikasinya bagi Konseling”, dimana dikatakan bahwa seseorang yang mampu dalam mengungkapkan diri (*self disclosure*) akan bisa menyesuaikan diri dengan tepat (*adaptive*), terbuka, percaya terhadap orang lain, lebih mampu bersikap positif, dapat diandalkan, lebih berkompeten, dan lebih percaya diri. Kebalikannya mereka yang sulit saat mengungkapkan diri akan sulit beradaptasi diri, tertutup, merasa rendah diri, cemas, muncul perasaan takut, dan tidak percaya diri.¹⁰⁰ Hal tersebut juga searah akan hasil riset dari Sutri Yani, dkk, dengan judul “*Penerapan Terapi Self Disclosure pada Remaja yang Mengalami Stres*”. Hasilnya menunjukkan bahwa terdapat pengaruhnya *self disclosure* pada remaja yang menderita stres. Hal tersebut bisa diketahui dari rata-rata tingkat stres sebelum dilakukannya terapi *self disclosure* nilai rata-rata tingkat stres (24,31) dan sesudah dilakukannya terapi *self disclosure* nilai rata-rata tingkat stres (16,34).¹⁰¹

Berdasarkan pemaparan di atas, disimpulkan bahwa pengungkapan diri (*self disclosure*) berdampak positif bagi kehidupan seseorang. Bila dilakukan dengan tepat maka ia akan meningkatkan kepuasan hidup dan suasana hati positif. Hal tersebut terjadi karena dengan mengungkapkan diri maka seseorang akan lebih meningkat kesadaran dirinya, mudah menyesuaikan diri, menjalin hubungan baik dengan sesama, jadi lebih

¹⁰⁰ Gainau, “KETERBUKAAN DIRI (SELF DISCLOSURE) SISWA DALAM PERSPEKTIF BUDAYA DAN IMPLIKASINYA BAGI KONSELING,” 3.

¹⁰¹ Yani, Nilawati, and Rismayani, “Penerapan Terapi Self-Disclosure Pada Remaja Yang Mengalami Stres,” 14.

dimengerti, dan mampu bersikap lebih positif, sehingga akan memunculkan penilaian dan penghayatan yang lebih baik tentang kehidupannya. Dengan begitu individu akan terhindarkan dari berbagai permasalahan psikologis seperti cemas sampai stres sehingga dapat mencapai kebahagiaan.

1. Temuan Penelitian

- a. Analisis data statistik *self disclosure* yang didapat pada remaja di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin berdasarkan jenis kelamin, menunjukkan bahwa skor mean remaja laki-laki sejumlah 70 dan remaja perempuan sejumlah 75,06. Selanjutnya data statistik *self disclosure* berdasarkan kategori usia responden kategori usia 12-16 tahun sebanyak 13 orang memiliki skor rata-rata 71,29 dan responden kategori usia 17-22 tahun berjumlah 24 orang memiliki skor rata-rata 73,45.
- b. Analisis data statistik *subjective well-being* yang didapat pada remaja di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin berdasar jenis kelamin, diketahui responden kategori lelaki berjumlah 19 orang memiliki skor mean 70,16 dan responden kategori perempuan berjumlah 18 orang memiliki skor rata-rata 71,67. Selanjutnya data statistik *subjective well-being* berdasarkan kategori usia responden kategori usia 12-16 tahun sebanyak 13 orang memiliki skor rata-rata 70,59 dan responden kategori usia 17-22 tahun berjumlah 24 orang memiliki skor rata-rata 71,15.

- c. Berdasarkan data statistik *self disclosure* diketahui sumbangan efektif pada aspek ketepatan sebesar 22%, motivasi 18%, waktu 18%, keintensifan 22%, serta aspek kedalaman dan keluasan sebesar 20%. Maka disimpulkan bahwa aspek ketepatan dan keintensifan adalah aspek yang sangat berpengaruh besar pada pengungkapan diri remaja di panti asuhan. Mereka secara umum mengungkapkan informasi dengan jujur tentang diri dan memperhatikan pengungkapan diri tersebut diutarakan kepada teman-teman yang memiliki kedekatan dengan mereka.
- d. Data statistik *subjective well-being* menunjukkan sumbangan efektif pada aspek kognitif sebesar 45% dan aspek afektif sebesar 55%. Maka didapatkan kesimpulan bahwa aspek afektif merupakan aspek yang paling mempengaruhi besar pada kesejahteraan subjektif remaja di Panti Asuhan Nor Hidayah Banjarmasin. Itu artinya remaja di panti asuhan cenderung sering merasakan suasana hati dan emosi positif seperti gembira, antusias, bangga, bersemangat, penuh tekad, dll daripada merasakan suasana hati dan emosi negatif yang tidak menyenangkan seperti sedih, kecewa, gelisah, dan lain sebagainya.
- e. Dari hasil observasi serta perbincangan ringan yang beberapa kali peneliti lakukan di panti asuhan, tergambar bahwa kondisi disana menunjukkan adanya keakraban antar anak panti asuhan baik itu anak asuh yang lama maupun yang baru, interaksi mereka dengan

pengasuh juga terlihat akrab, selain itu mereka cukup terbuka dengan orang baru yang datang ke panti asuhan. Mereka leluasa menceritakan hal-hal yang peneliti tanyakan terkait kehidupan di panti asuhan. Di antara informasi yang peneliti dapat melalui interaksi bersama anak di panti asuhan yaitu adanya penerimaan diri dan penerimaan lingkungan yang mereka alami, selain itu dukungan sosial dari teman, keluarga, maupun pengasuh juga turut menambah kebahagiaan mereka tinggal di panti asuhan.

2. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini telah dijalankan sesuai prosedur ilmiah akan tetapi masih mempunyai beberapa keterbatasan, di antaranya:

- a. Pada proses pembagian kuesioner secara langsung tidak semua anak di panti asuhan dapat berhadir, sehingga beberapa subjek harus mengisi melalui *google form* dan tidak dapat diamati.
- b. Penelitian hanya menguji perbedaan rata-rata dari kategori jenis kelamin dan usia saja. Tanpa mengkaji terkait lamanya tinggal di panti asuhan, yang mungkin saja berkaitan dengan pengungkapan diri.
- c. Terbatasnya jumlah sampel sehingga belum dapat mewakili keseluruhan populasi remaja yang tinggalnya di panti asuhan.
- d. Penelitian ini hanya mengungkap data secara kuantitatif dan belum sampai menelusuri secara kualitatif faktor-faktor lainnya.