

BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Gambaran Umum dan Pembahasan Penelitian Hasil Penerimaan Diri Peserta Didik Kelas VII SMP Negeri 3 Lembang Tahun Ajaran 2017/2018

Gambaran umum penerimaan diri peserta didik kelas VII SMP Negeri 3 Lembang Tahun Ajaran 2017/2018 berkisar pada kategori Menerima dan Menolak, dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 4.1
Gambaran Umum Penerimaan Diri Peserta Didik

Variabel	Rentang	Kategori	Frekuensi	Persentase
Penerimaan Diri	$X > 0.85$	Menerima	137 orang	44,1 %
	$X < 0.85$	Menolak	174 orang	55,9 %
Total			311 orang	100%

Pada tabel 4.1, sebanyak 137 peserta didik atau 44,1 % dari 311 peserta didik di kelas VII SMP Negeri 3 Lembang Tahun Ajaran 2017/2018 menunjukkan penerimaan diri peserta didik cenderung menerima dirinya, sehingga peserta didik pada kategori menerima telah mencapai penerimaan diri dengan menghargai karakter positif yang ada pada dirinya serta menerima peristiwa negatif dengan tetap bangga menerimanya.

Sebanyak 174 peserta didik atau 55,9 % dari 311 peserta didik sebagian besar menolak diri, sehingga peserta didik pada kategori menolak diri kurang mencapai penerimaan diri dengan menghargai

karakter positif yang ada pada dirinya serta menolak peristiwa negatif dengan tetap bangga menerimanya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas peserta didik kurang menguasai aspek-aspek dalam penerimaan diri, diantaranya aspek-aspek menghargai karakter positif yang ada pada dirinya serta, meyakini peristiwa negatif dengan tetap bangga menerimanya. Menolak merupakan tidak dapat menerima diri tanpa syarat dan menerima merupakan mampu menerima diri tanpa syarat. Penerimaan diri yang dialami peserta didik kelas VII SMP Negeri 3 Lembang sebagian besar menolak artinya peserta didik tidak dapat menyesuaikan dan menerima dirinya tanpa syarat hal ini sesuai dengan penelitian Heriyadi 2013 menunjukkan penerimaan diri peserta didik kelas VIII SMP Negeri 1 Bantarbolang Kabupaten Pematang Jaya Tahun Ajaran 2012/2013 memiliki kategori menolak dengan persentase 48% . Artinya kondisi penerimaan diri peserta didik dengan kategori lebih dari setengah peserta didik menolak diri bukan terjadi pada SMP Negeri 1 Bantarbolang tetapi terjadi juga di SMP Negeri 3 Lembang.

Penerimaan diri merupakan tugas perkembangan yang harus dilalui oleh remaja SMP sesuai dengan pendapat Hurlock menyatakan bahwa usia remaja Sekolah Menengah Pertama (SMP) merupakan kategori masa remaja awal. Adapun salah satu masa perkembangan yang harus dilalui oleh remaja tingkat SMP adalah menerima diri (Hurlock 1994, hlm. 205) Artinya, remaja SMP seharusnya dapat menerima diri. Sedangkan hasil penelitian menolak diri, remaja yang menolak diri

Nita Angnia Dewi, 2017

HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN KEBAHAGIAAN PESERTA DIDIK

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu |
perpustakaan.upi.edu

karena tidak mampu menerima kondisi dan tidak percaya dengan kemampuan diri serta tidak diterima oleh orang lain. Hurlock (1980, hlm. 216-217) memaparkan pengelompokan sifat *sindroma alienasi* membuat orang lain tidak menyukai dan menolak karena penampilan diri yang kurang menarik, sikap menjauhkan diri yang mementingkan diri sendiri, terkenal sebagai orang yang tidak sportif, pengendalian emosi, ketenangan, kepercayaan diri, sifat kepribadian yang mengganggu orang lain seperti mementingkan diri sendiri, keras kepala, gelisah, dan mudah marah.

Seseorang dalam rentang kehidupan akan selalu berhadapan dengan berbagai masalah, hanya saja masalah yang dialami tiap orang berbeda baik dalam tingkat kesulitannya, serta pemecahan masalahnya, maka orang yang mampu menerima diri akan cenderung menerima keadaanya tanpa perasaan malu (Handayani., dkk., 1998 hlm 47). Berbeda halnya dengan peserta didik yang menolak dirinya, artinya tidak percaya akan kemampuan diri, tidak bangga dengan diri sendiri dan merasa malu dengan kondisi atau penampilannya, hal ini sesuai dengan pendapat Rakhmat, (2001) bahwa penerimaan diri yang positif atau tinggi banyak dipengaruhi oleh rasa bangga terhadap kelebihan yang dimiliki, sedangkan penerimaan diri yang negatif atau rendah terjadi karena memikirkan kekurangan yang ada dalam dirinya tanpa memikirkan kelebihannya. Penerimaan diri memegang peranan penting dalam menemukan dan mengarahkan seluruh perilaku, maka sedapat mungkin individu harus mempunyai penerimaan diri yang positif (Renaldhi, 2014, hlm. 5).

Nita Angnia Dewi, 2017

HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN KEBAHAGIAAN PESERTA DIDIK

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu |
perpustakaan.upi.edu

Pemahaman atau penerimaan tentang diri sendiri menjadi hal penting yang dapat mempengaruhi individu dalam menerima dirinya secara utuh atau tanpa syarat. Pemahaman tentang diri ini sangat berkaitan dengan kemampuan individu mengenali kelemahan dan kelebihan dirinya, sehingga ia dapat memanfaatkan kelebihanannya secara optimal dan tidak terpuruk oleh kelemahan yang dimiliki. Sehingga individu mempersepsi positif dirinya dengan segala hal yang diperoleh dirinya. Hal ini sejalan dengan pendapat Hurlock (1993) bahwa faktor yang memengaruhi penerimaan diri individu adalah harapan yang realistis yaitu pikiran yang realistis terhadap kenyataan yang dihadapi. Ambisi yang dimiliki individu sesuai dengan kemampuan diri yang dimiliki, tidak merasa rendah diri ataupun terlalu mengagungkan diri. Berbeda halnya jika individu cenderung menolak diri karena keinginannya tidak sesuai dengan harapan yang ia inginkan merupakan kelemahan diri yang tidak dapat menerima kenyataan yang dihadapi. Kemudian faktor lingkungan, yaitu adanya hambatan-hambatan yang berarti dalam kehidupan individu. Hambatan tersebut merupakan hambatan yang bersumber dari lingkungan tempat individu berkembang. Sebagai contoh, adanya *labeling* dari orang-orang terdekat individu seperti orang tua, guru dan teman-teman sebaya individu serta orang-orang yang berpengaruh bagi kehidupan individu.

Pola asuh di masa kecil yang baik juga menjadi faktor yang dapat mempengaruhi penerimaan diri individu. Hal ini disebabkan karena pola asuh di masa kecil akan membekas pada ingatan individu sehingga dapat mempengaruhi perilaku individu di masa depan termasuk penerimaan diri individu. Kemudian tentunya konsep diri yang stabil menjadi faktor

Nita Angnia Dewi, 2017

HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN KEBAHAGIAAN PESERTA DIDIK

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu |
perpustakaan.upi.edu

penerimaan diri positif seseorang. Individu yang memiliki konsep diri yang stabil atau tinggi dapat dipastikan ia juga memiliki penerimaan diri yang positif. Individu yang mempunyai konsep diri yang stabil akan melihat dirinya dari waktu ke waktu secara konstan dan tidak akan berubah-ubah. Hal ini karena penerimaan diri sangat berkaitan dengan konsep diri positif. Tetapi jika individu menolak untuk menerima dirinya, artinya konsep diri yang dimilikinya rendah.

Individu yang cenderung menolak diri juga dapat disebabkan adanya faktor perlakuan orang tua terhadap anaknya sehingga anak tersebut kurang perhatian, sehingga dampak yang ditimbulkan adalah merasa tidak percaya diri dan merasa sering ditolak. Faktor kurangnya perhatian orangtua berdasarkan informasi dari peserta didik yang menolak dirinya. Sesuai dengan penelitian Elis dan Bernard (2013) yang menunjukkan hasil tingkat penerimaan diri menolak pada peserta didik disebabkan karena tingkat *self depreciation* dan tingkat *childhood disorder* tinggi. Dapat dikatakan pengalaman masa kecil dan perlakuan orangtua yang kurang memberikan perhatian menjadikan peserta didik tidak dapat mengevaluasi diri serta berdampak pada pembentukan karakter merasa ditolak dan terisolasi. Berbeda halnya dengan peserta didik yang menerima, mendapatkan perlakuan yang baik, dukungan dan kasih sayang orangtua yang penuh. Sikap yang dimiliki peserta didik bagi orangtua menjadi sebuah fungsi dari berapa banyak peserta didik memanasifasikan kasih sayang dan penerimaan diri. Peserta didik yang benar-benar memanasifasikan kasih sayang akan belajar memandang diri sendiri dengan menerima penguatan negatif seperti penolakan dan isolasi.

Peserta didik dengan tingkatan menerima diri dibentengi dengan

Nita Angnia Dewi, 2017
HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN KEBAHAGIAAN PESERTA DIDIK

kepercayaan dari orangtua, seperti berani mendekati pertemuan sosial dan mengharapkan keberhasilan. Peserta didik yang mempunyai perasaan harga diri rendah, melalui pengalaman kehidupan yang diinterpretasi sebelumnya untuk mengantisipasi kegagalan dan penolakan (Burns, 1993 hlm. 295-296).

Adapun peserta didik yang menolak tidak ditemani maupun dihindari oleh temannya di sekolah, tetapi lebih memilih menarik diri dari pergaulan. Ketika teman mendekatinya, pemikiran peserta didik yang menolak yaitu tidak percaya dan berfikir temannya hanya memanfaatkan. Faktor yang berpengaruh terhadap penerimaan diri kategori menolak yaitu sikap menerima diri dan penerimaan orang lain. Hurlock menyatakan bahwa sikap menerima orang lain dipengaruhi sikap menerima diri yang timbul dari penyesuaian pribadi maupun penyesuaian sosial yang baik (Hurlock, 2004 hlm. 19-20). Fey menyatakan peserta didik yang dapat menerima diri sendiri tetapi menolak orang lain kemungkinan memiliki sikap tidak peka terhadap status sosial kelompok yang sebenarnya cenderung merendahkan orang lain dan ditolak karena mengancam rasa aman orang lain. Peserta didik yang mudah menyesuaikan diri adalah peserta didik dengan sikap penerimaan terhadap diri dan orang lain tinggi (Burns 1993, hlm. 294). Dapat disimpulkan penerimaan diri dan penerimaan orang lain tergantung dari penyesuaian sosial pribadinya.

Kilicci (1999), menyebutkan bahwa ketika individu menilai, memahami dan memandang dirinya secara nyata sama dengan mereka idealkan maka individu akan dengan mudah menerima dirinya. Sebaliknya, jika individu timbul kesenjangan yang besar antara diri ideal

Nita Angnia Dewi, 2017

HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN KEBAHAGIAAN PESERTA DIDIK

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu |
perpustakaan.upi.edu

dengan pengalaman nyata yaitu akan timbul permasalahan psikologis. Ketidakmampuan individu dalam mengelola kesenjangan diri menunjukkan rendahnya penerimaan diri. Penerimaan diri adalah sikap sehat yang membantu individu dalam mengevaluasi keefisienan dan ketidakefisienan sisi diri serta ketepatan cara pandang realita (dalam Wiryo, 2012, hlm. 109). Selain itu, meskipun cenderung lebih dari setengahnya menolak, masih ada peserta didik yang mampu menerima dirinya tanpa syarat karena penerimaan diri tidak hanya menerima kelebihan dan kekurangan diri, di dalamnya juga termasuk kepercayaan terhadap kemampuan diri sendiri, tidak malu, menganggap sejajar dengan yang lain sehingga memiliki kemampuan mengendalikan diri hal ini sesuai dengan pendapat Shereer.

Shereer (Cronbach, 1963, hlm. 562) berpendapat bahwa individu yang memiliki keyakinan terhadap kapasitas diri untuk mengatasi lingkungan, adalah individu yang menganggap dirinya sejajar dengan orang lain, menganggap diri sendiri wajar serta memiliki ekspektasi bahwa orang lain akan menerimanya, tidak malu atau sadar diri, bertanggung jawab atas setiap perilakunya, berpendirian, menerima kritik dan pujian secara objektif, menerima kelebihan dan kekurangan yang dimiliki serta tidak menyalahkan diri sendiri atau mengingkari perasaan-perasaan yang muncul. Kemampuan individu dalam menemukan cara-cara untuk memenuhi dan menuntaskan tugas-tugas perkembangannya merupakan syarat pokok bagi perkembangan tiap individu. Perilaku yang ditampilkan individu dalam kehidupan sehari-hari dapat menjadi salah satu cara untuk mengetahui bagaimana penerimaan diri individu yang dialami tersebut. Individu yang memiliki penerimaan diri yang positif

Nita Angnia Dewi, 2017

HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN KEBAHAGIAAN PESERTA DIDIK

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu |
perpustakaan.upi.edu

melakukan respon positif terhadap dirinya sendiri, sehingga pengaruh yang muncul dari lingkungan dapat diterima dengan positif juga sebagai pendukung individu untuk berperilaku dan bersosialisasi dengan lingkungan.

4.2 Gambaran Umum Kebahagiaan Peserta Didik Kelas VII SMP Negeri 3 Lembang Tahun Ajaran 2017/2018

Berikut merupakan hasil mengenai gambaran umum kebahagiaan pada peserta didik kelas VII SMP Negeri 3 Lembang Tahun Ajaran 2017/2018 berkisar pada kategori Bahagia dan Tidak Bahagia, dapat dilihat dari tabel berikut.

Tabel 4.2
Gambaran Umum Kebahagiaan Peserta Didik

Variabel	Rentang	Kategori	Frekuensi	Persentase
Kebahagiaan	$X > 1.20$	Bahagia	156 orang	50,1 %
	$X < 1.20$	Tidak Bahagia	155 orang	49,9 %
Total			311 orang	100%

Gambaran umum kebahagiaan peserta didik di bagi ke dalam dua kategori bahagia dan tidak bahagia. Secara umum, peserta didik Kelas VII SMP Negeri 3 Lembang hampir bahagia dengan persentase 50,1 % atau 156 peserta didik. Sebagiannya 49,9 % atau 155 peserta didik cenderung tidak bahagia.

Tidak bahagia yang dirasakan karena kurang mengendalikan emosi positif, kurangnya hubungan sosial dan kurang merasakan kebermaknaan hidup.

Nita Angnia Dewi, 2017

HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN KEBAHAGIAAN PESERTA DIDIK

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu |
perpustakaan.upi.edu

Kebahagiaan yang dirasakan merupakan hasil dari potensi yang dimiliki sehingga merasakan kesenangan dalam hidupnya. Hal ini menunjukkan bahwa peserta didik merasakan kesenangan yang berasal dari keseluruhan hidup atau merasa bahagia dengan hidupnya. Dalam menentukan tingkat kecenderungan kebahagiaan peserta didik terdapat lima aspek yang digunakan untuk alat ukurnya menurut Seligman (Hassanzadeh dan Mahdinejad, 2012 hlm. 56) yaitu emosi positif, keterlibatan, hubungan sosial yang positif, kebermaknaan hidup dan prestasi. Kebahagiaan yang dialami peserta didik akan selalu berdasarkan pengalaman yang ia miliki seperti halnya Dasgupta (2001 hlm. 36) memaparkan bahwa kebahagiaan yaitu keadaan yang dipengaruhi oleh semua hal, baik itu hal positif atau negatif, baik rasional maupun irasional karena kebahagiaan adalah perasaan yang dinikmati oleh individu yang mengalaminya meskipun apa yang dialami individu tersebut dilihat orang lain sebagai hal negatif. Kebahagiaan ini mengklaim bahwa cara kita membuat pilihan adalah untuk memperkirakan berapa banyak kebahagiaan yang terjadi, dan kita mengambil jalan untuk memaksimalkan kebahagiaan di masa depan. Psikologi positif yang dikenalkan *Seligman* ditunjukkan untuk mengurangi penderitaan, menghilangkan kondisi-kondisi yang merusak kehidupan. Psikologi positif membuat orang lebih bahagia, bahwa hidup terus mengalir dan bergerak, mengajarkan rasa terimakasih, prestasi, makna hidup, cinta dll (Seligman, 2013 hlm. 29-30).

Kebahagiaan merupakan perasaan positif yang dirasakan individu mengenai kesenangan yang ia rasakan pada kehidupan sekarang atau harapan optimis yang dirasakan individu tentang masa depannya dengan

Nita Angnia Dewi, 2017

HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN KEBAHAGIAAN PESERTA DIDIK

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu |
perpustakaan.upi.edu

menerima kekurangan dan melengkapinya dengan kelebihan. Hal ini berdasarkan pendapat Ratna dan Nurhidayat bahwa kebahagiaan merupakan pemahaman umum mengenai seberapa senang individu akan kehidupannya sendiri atau secara formal merupakan tingkat dimana individu menilai keseluruhan hidupnya secara positif. Oleh karena itu kebahagiaan adalah perasaan positif yang berasal dari keseluruhan hidup manusia yang ditandai dengan adanya kesenangan yang dirasakan oleh seorang individu ketika melakukan hal yang disenangi dalam hidupnya dan menjadi keinginannya (Ratna & Nurhidayah, t.t, hlm. 418-419).

Adapun dampak kebahagiaan menurut Seligman (Karina, 2012 hlm. 23-25) sebagai berikut.

1. Menemukan makna yang positif, individu yang bahagia akan berkesempatan untuk menemukan hal baik dan menekankan pada makna yang dikatakan baik seperti : harapan, rasa kagum dan syukur. Bahagia akan membuat orang berfikir positif dengan meningkatkan harapan, bersyukur dan mengembangkan rencana atau tujuan masa mendatang dalam hidupnya.
2. Terbuka (*be open*) yaitu kebahagiaan memiliki keterkaitan dengan sikap terbuka, merupakan penyelidikan dan fokus lainnya. Pemikiran terbuka akan menimbulkan berfikir kemungkinan dan optimis. Agar dapat memunculkan keterbukaan, sebaiknya individu cermat dalam mengamati setiap apa yang dialaminya secara lebih rinci, fokus pada apa yang terjadi dengan cara meningkatkan kesadaran terhadap pengalaman yang dihadapi, serta terbuka untuk mengalami semua hal.
3. Berbuat Baik (*do good*) adalah kebahagiaan akan menampilkan perspektif positif dengan menunjukkan perilaku positif dalam

Nita Angnia Dewi, 2017

HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN KEBAHAGIAAN PESERTA DIDIK

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

berinteraksi sosial, karena beberapa hasil studi melaporkan bahwa orang yang bahagia akan terlihat lebih baik hati pada orang lain dibanding dengan orang yang tidak bahagia. Perspektif positif sebagai contohnya adalah bersikap ramah, berbagi kabar baik, dan menyelesaikan masalah dengan cara yang baik.

4. Bersosialisasi (*be social*) yaitu individu yang bahagia akan lebih banyak menghabiskan waktunya dengan keluarga, teman, pasangan dan kelompoknya. Kemudian individu yang bahagia juga akan menunjukkan sikap *extrovert*, akur dengan orang banyak, dan tidak memiliki gangguan mental lainnya sehingga orang yang bahagia akan lebih mudah bergaul dan sering berinteraksi dengan orang lain sebagai strateginya untuk meningkatkan emosi positif.

4.3 Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Kebahagiaan

Tabel 4.3
Kontingensi Penerimaan Diri dengan Kebahagiaan

Kebahagiaan * Penerimaan Diri Crosstabulation				
Count				
		Penerimaan Diri		Total
		Menerima	Menolak	
Kebahagiaan	Bahagia	75	81	156
	Tidak Bahagia	62	93	155
Total		137	174	311

Berdasarkan tabel kontingensi di atas, diketahui bahwa jumlah keseluruhan dari 311 orang. Peserta didik yang mampu menerima diri sebanyak 137 orang, dengan kategori 75 orang cenderung bahagia dan 62

Nita Angnia Dewi, 2017

HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN KEBAHAGIAAN PESERTA DIDIK

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu |
perpustakaan.upi.edu

orang cenderung tidak bahagia. Sedangkan peserta didik yang menolak diri sebanyak 174 orang, dengan kategori 81 orang cenderung bahagia dan 93 orang cenderung tidak bahagia.

Tabel 4.4
Hasil Uji Korelasi

Correlations

PD			Kebahagiaan	
Spearman's rho	PD	Correlation Coefficient	1.000	.064
		Sig. (1-tailed)	.	.131
		N	311	311
	Kebahagiaan	Correlation Coefficient	.064	1.000
		Sig. (1-tailed)	.131	
		N	311	311

Hasil perhitungan menunjukkan nilai korelasi antara penerimaan diri dengan kebahagiaan peserta didik (r_{xy}) sebesar 0,064 berada pada kategori kuat pada arah positif, signifikan pada $p= 0,131$ dengan $N=311$. Berdasarkan perhitungan terdapat korelasi yang signifikan antara variable penerimaan diri dengan kebahagiaan peserta didik. Semakin tinggi tingkat penerimaan diri peserta didik, maka semakin tinggi kebahagiaanya. Sebaliknya, semakin rendah penerimaan diri peserta didik, maka semakin rendah pula kebahagiaanya. Semakin peserta didik mampu menerima dirinya tanpa syarat, maka semakin tinggi tingkat bahagiannya. Adapun sebaliknya, semakin peserta didik tidak mampu menerima dirinya tanpa syarat, maka semakin rendah rasa bahagiannya.

Nita Angnia Dewi, 2017

HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN KEBAHAGIAAN PESERTA DIDIK

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu |
perpustakaan.upi.edu

Hasil penelitian menunjukkan nilai korelasi antara penerimaan diri dengan kebahagiaan peserta didik berada pada arah positif. Artinya, terdapat hubungan antara penerimaa diri dengan kebahagiaan peserta didik. Penerimaan diri merupakan seseorang yang mampu menerima dirinya tanpa syarat, baik kekurangan diri maupun kelebihan diri. Serta melengkapi kekurangan diri dengan kelebihan diri yang dimiliki, jika individu mempunyai penerimaan diri yang positif akan menumbuhkan rasa nyaman dan bahagia. Searah dengan pendapat Lukman (2008) bahwa kebahagiaan juga dipengaruhi oleh pola berfikir seseorang. Kematangan emosi juga dapat memengaruhi bagaimana kebahagiaan seseorang terhadap pemaknaan dari kebahagiaan. Kebahagiaan juga melihat dari sisi pandang seseorang terhadap realitas yang ada. Cara berfikir positif serta syukur adalah bagian dari pemahaman realitas kebahagiaan (dalam Herbyanti, 2009, hlm.63).

Chaplin (2005) berpendapat bahwa faktor-faktor yang memengaruhi penerimaan diri adalah konsep diri yang stabil dan kondisi emosi yang menyenangkan dengan menunjukkan tidak adanya tekanan emosi sehingga memungkinkan individu untuk memilih yang terbaik dan sesuai dengan dirinya selain itu individu juga memiliki sikap yang positif dan menyenangkan yang akan mengarahkan pada pembentukan sikap individu untuk mudah menerima diri karena tidak adanya penolakan. Artinya jika individu memiliki konsep diri yang tinggi maka memperoleh penerimaan diri yang baik, ketika penerimaan diri baik akan merasakan nyaman dan menyenangkan dalam hidupnya.

Nita Angnia Dewi, 2017

HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN KEBAHAGIAAN PESERTA DIDIK

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu |
perpustakaan.upi.edu

Shaver dan Feedman (dalam Hurlock, 2004, hlm. 20) memaparkan bahwa kebahagiaan bergantung pada sikap menerima keadaan diri, orang lain, mempertahankan keseimbangan, antara harapan dan prestasi. Satu hal yang penting dalam menerima orang lain juga memengaruhi penerimaan diri sendiri, prestasi, dan kasih sayang. Cinta dan kasih sayangpun perlu ditanamkan. Keadilan merupakan faktor yang harus dimiliki peserta didik agar bersikap adil terhadap sesama. Jika kesederhanaan, spriritual (religius) tumbuh dalam diri siswa akan cenderung lebih mudah dalam menerima dirinya. Individu yang sehat, memiliki situasi kehidupan yang bahagia. Kebahagiaan didukung oleh faktor *achievement* (pencapaian prestasi), *acceptance* (penerimaan dari orang lain), serta *affection* (perasaan dicintai dan disayangi orang lain). Peserta didik juga perlu mempunyai sifat ketulusan dan kejujuran sebagai pondasinya. Kemurahan hati juga diperlukan ketika mereka hidup dalam lingkungan bermasyarakat. Ketika siswa hidup dalam lingkungan bermasyarakat diperlukan pengendalian diri.

Diener (dalam Khoshnam, et al., 2013 hlm. 331) menyampaikan kebahagiaan individu dihasilkan dari dua kategori faktor, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal memengaruhi kebahagiaan yang dalam bagi setiap individu. Faktor internal yang di maksud adalah setiap individu memiliki atau merasakan kebahagiaan, ketika ia berfikir merasakan dan meyakini bahwa yang ia lakukan akan membuat dirinya senang, puas dan bertahan pada suatu keadaan yang baik. Individu yang bahagia akan mampu menumbuhkan kebahagiaan sendiri ketika ia menciptakan kepuasan sendiri dengan cara berfikir positif, karena dengan

Nita Angnia Dewi, 2017

HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN KEBAHAGIAAN PESERTA DIDIK

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu |
perpustakaan.upi.edu

memiliki pemikiran positif itu salah satu cara yang akan menghantarkan individu agar memiliki kebahagiaan.

Kebahagiaan merupakan pemahaman umum mengenai seberapa senang seseorang akan kehidupannya sendiri atau secara formal merupakan tingkat dimana seseorang menilai keseluruhan hidupnya secara positif. Oleh karena itu kebahagiaan adalah perasaan positif yang berasal dari keseluruhan hidup manusia yang ditandai dengan adanya kesenangan yang dirasakan oleh seorang individu ketika melakukan hal yang disenangi dalam hidupnya (Ratna & Nurhidayah, t.t, hlm. 418-419).

Kebahagiaan akan dimengerti orang lain, karena didasarkan pada konsep-konsep relevan seperti perasaan positif adalah dapat menikmati sesuatu. Jika individu menunjukkan perasaan positifnya, maka dapat diketahui bahwa individu tersebut sedang bahagia. Tidak semua orang dapat menjelaskan kebahagiaan mereka dengan cara khusus seperti menunjukkan perasaan internal yang hangat, ketenangan internal, pengalaman yang menyenangkan dan kurangnya masalah dapat tercipta dari pengalaman individu Carr (dalam Hassanzadeh dan Mahdinojad, 2012 hlm. 55).

4.4 Keterbatasan Penelitian

Berdasarkan hasil pengolahan data terdapat keterbatasan dalam penelitian sebagai berikut.

1. Penelitian tidak berfokus kepada aspek-aspek lain yang dapat memengaruhi penerimaan diri dan kebahagiaan.
2. Penelitian hanya berfokus pada satu sekolah.

Nita Angnia Dewi, 2017

HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN KEBAHAGIAAN PESERTA DIDIK

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu |
perpustakaan.upi.edu