

HUBUNGAN ANTARA *SELF AWARENESS*, *HOPE* DENGAN *SELF ACCEPTANCE* PADA MAHASISWA

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Strata
Satu (S1) Psikologi (S.Psi)



Shania Febriana Khairunnisa

J71217146

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA**

2021

PERSYARATAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul “Hubungan Antara *Self Awarness, Hope* Dengan *Self Acceptance* Pada Mahasiswa” merupakan karya hasil penelitian yang diajukan dalam rangka untuk memenuhi tugas akhir perkuliahan guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Ampel Surabaya. Karya ini murni berdasarkan pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain yang sama persis dengan karya ini, kecuali yang secara tertulis digunakan sebagai acuan dalam penelitian ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 12 Januari 2021



Shania Febriana Khairunnisa

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi

Hubungan Antara *Self Awarness, Hope* Dengan *Self Acceptance* Pada Mahasiswa

Oleh :

Shania Febriana Khairunnisa

Nim (J71217146)

Telah disetujui dan diajukan dalam Sidang Ujian Skripsi

Surabaya, Desember 2021

Dosen Pembimbing



Hj. Tatik Mukhosyaroh, S.Psi., M.Si

NIP : 197605112009122002

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Hubungan Antara *Self Awareness, Hope* Dengan *Self Acceptance* Pada Mahasiswa

Yang disusun oleh :

Shania Febriana Khairunnisa

J71217148

Telah dipertahankan didepan Tim Penguji Pada Tanggal

Pada Tanggal, 12 Januari 2022

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan



Dr. Dr. Hj. Siti Nur Asiyah, M. Ag

NIP 197209271996032002

Susunan Tim Penguji

Penguji 1/

Hj. Tatik Mukhoyyaroh, S.Psi., M.Si

NIP : 197605112009122002

Penguji 2/

Prof. Dr. Moh. Sholeh, M.Pd

NIP 195912091990021001

Penguji 3

Dr. Dr. Hj. Siti Nur Asiyah, M. Ag

NIP 197209271996032002

Penguji 4

Dr. Nailatin Fauziyah, S.Psi, M.Si, M.Psi, Psi

HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN**

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : SHANIA FEBRIANA KHAIRUNNISA
NIM : J71217146
Fakultas/Jurusan : PSIKOLOGI DAN KESEHATAN / PSIKOLOGI
E-mail address : shaniafebrianaa@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Sekripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

HUBUNGAN ANTARA *SELF AWARENESS*, *HOPE* DENGAN *SELF ACCEPTANCE*

PADA MAHASISWA

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 18 Januari 2022

Penulis

(*Shania Febriana Khairunnisa*)

INTISARI

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adakah Hubungan Antara *Self Awareness, Hope* Dengan *Self Acceptance* Pada Mahasiswa. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan metode penelitian korelasional. Teknik pengambilan sampel yaitu *sampling kuota*. dengan sampel yang berjumlah 269 dari total mahasiswa di Surabaya. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner melalui google form dengan bantuan SPSS versi 23.0 serta analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi linier berganda dengan hasil sebesar 0.319(<0.05) untuk variabel *self awareness* dan 0,475 (<0.05) untuk variabel *hope*. Analisis hasil kelayakan model antara *self awareness* dan *hope* dengan *self acceptance* dengan hasil sebesar 172,451. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *self awareness* dengan *self acceptance* pada mahasiswa dan terdapat hubungan positif antara *hope* dengan *self acceptance* pada mahasiswa. Sehingga hipotesis yang diajukan pada penelitian ini dinyatakan diterima, artinya mahasiswa yang memiliki *self awareness* dan *hope* yang tinggi, maka akan membuatnya mempunyai *self acceptance* yang tinggi.

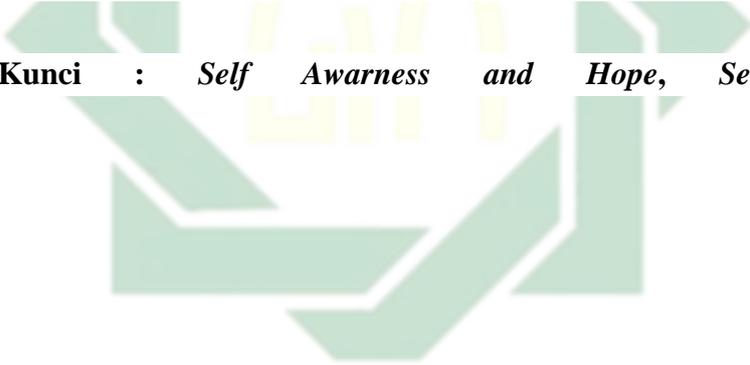
Kata Kunci : *Self Awareness dan Hope, Self-Acceptance.*

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine whether there is a relationship between self-awareness, hope and self-acceptance in students. The method used in this study is a quantitative method with a correlational research method. The sampling technique is quota sampling. with a sample of 269 of the total students in Surabaya. Data collection techniques using a questionnaire through Google from with the help of SPSS version 23.0 and data analysis in this study using multiple linear regression analysis with results of 0.319 (<0.05) for the self awareness variable and 0.475 (<0.05) for the hope variable. Analysis of the results of the feasibility of the model between self-awareness and hope with self-acceptance with the results of 172.451. The results showed that there was a positive relationship between self-awareness and self-acceptance in students and there was a positive relationship between hope and self-acceptance in students. So that the hypothesis proposed in this study is accepted, meaning that students who have high self-awareness and hope will make them have high self-acceptance.

Kata Kunci : *Self Awareness and Hope, Self-Acceptance.*



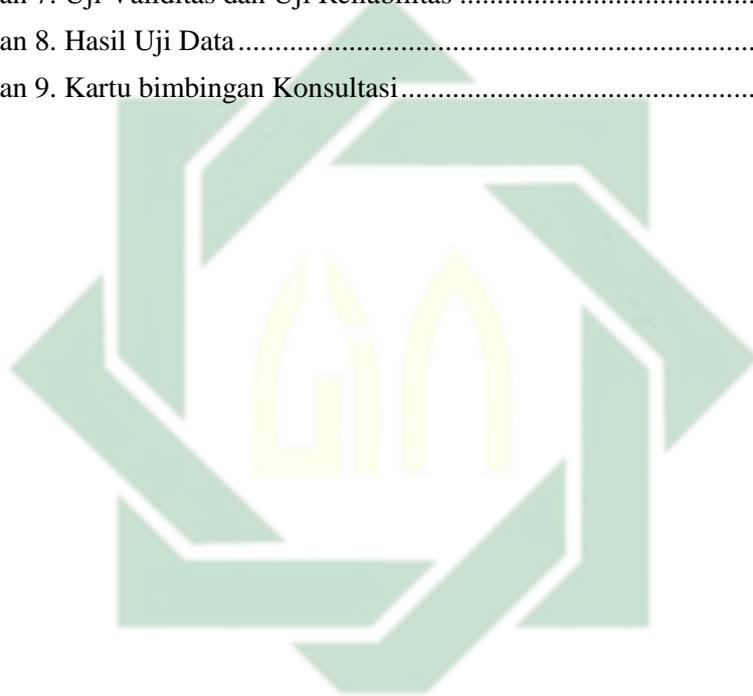
UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI

| | |
|---|-----|
| HUBUNGAN ANTARA <i>SELF AWARENESS</i> , <i>HOPE</i> DENGAN <i>SELF ACCEPTANCE</i> PADA MAHASISWA | i |
| PERSYARATAN KEASLIAN PENELITIAN | ii |
| HALAMAN PERSETUJUAN..... | iii |
| HALAMAN PENGESAHAN..... | iv |
| HALAMAN PERSEMBAHAN | v |
| HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI..... | vi |
| KATA PENGANTAR | vii |
| INTISARI | x |
| ABSTRACT..... | xi |
| DAFTAR ISI..... | 12 |
| DAFTAR TABEL..... | 15 |
| DAFTAR GAMBAR..... | 16 |
| LAMPIRAN..... | 17 |
| BAB I..... | 18 |
| PENDAHULUAN | 18 |
| A. Latar Belakang Masalah..... | 18 |
| B. Rumusan Masalah | 22 |
| C. Keaslian Penelitian..... | 22 |
| D. Tujuan Penelitian | 25 |
| E. Manfaat Penelitian | 25 |
| 1. Manfaat Teoritis | 25 |
| 2. Manfaat Praktis | 25 |
| F. Sistematika Pembahasan | 26 |
| BAB II..... | 27 |
| KAJIAN PUSTAKA..... | 27 |
| A. <i>Self Acceptance</i> | 27 |
| 1. Definisi <i>Self Acceptance</i> | 27 |
| 2. Aspek-aspek <i>Self Acceptance</i> | 30 |
| 3. Karakteristik <i>Self Acceptance</i> | 30 |
| 4. Faktor yang Mempengaruhi <i>Self Acceptance</i> | 31 |
| 5. Dampak <i>Self Acceptance</i> | 34 |
| B. <i>Self Awareness</i> | 35 |
| 1. Definisi <i>Self Awareness</i> | 35 |

| | |
|---|-----|
| 2. Aspek- aspek <i>Self Awareness</i> | 36 |
| C. <i>Hope</i> | 37 |
| 1. Definisi <i>Hope</i> | 37 |
| 2. Aspek- aspek <i>Hope</i> | 38 |
| D. Mahasiswa..... | 38 |
| D. Hubungan Antara <i>Self Awareness, Hope</i> Dengan <i>Self Acceptance</i> Pada Mahasiswa.... | 39 |
| E. Kerangka Teoritik..... | 42 |
| F. Hipotesis | 45 |
| BAB III | 46 |
| METODE PENELITIAN..... | 46 |
| A. Rancangan Penelitian | 46 |
| B. Identifikasi Variabel..... | 47 |
| C. Definisi Operasional Variabel Penelitian..... | 47 |
| 1. <i>Self Awareness</i> | 47 |
| 2. <i>Hope</i> | 47 |
| 3. <i>Self Acceptance</i> | 48 |
| B. Populasi, Teknik Sampling dan Sampel..... | 48 |
| 1. Populasi | 48 |
| 2. Teknik Sampling | 49 |
| 3. Sampel..... | 49 |
| C. Instrumen Penelitian..... | 50 |
| 1. Instrumen Penelitian Variabel <i>Self Awareness</i> (X1)..... | 62 |
| 2. Instrumen Penelitian Variabel <i>Hope</i> (X2)..... | 66 |
| 3. Instrumen Penelitian Variabel <i>Self Acceptance</i> (Y)..... | 70 |
| D. Analisis Data | 75 |
| 1. Uji Prasyarat | 76 |
| 2. Uji Hipotesis..... | 80 |
| BAB V | 94 |
| KESIMPULAN DAN SARAN..... | 94 |
| A. Saran..... | 95 |
| 1. Bagi Tenaga Pendidikan..... | 95 |
| 2. Bagi subjek penelitian | 95 |
| 3. Bagi Peneliti Selanjutnya | 95 |
| DAFTAR PUSTAKA | 96 |
| LAMPIRAN..... | 100 |

| | |
|---|-----|
| Lampiran 1 Surat Keterangan | 101 |
| Lampiran 2 Expert Judgment | 102 |
| Lampiran 3 Kuisisioner | 105 |
| | 105 |
| Lampiran 4 Dokumentasi..... | 118 |
| Lampiran 5 Bukti Informed Consent Subjek Penelitian | 121 |
| Lampiran 6. Tabulasi Data..... | 124 |
| Lampiran 7. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas | 161 |
| Lampiran 8. Hasil Uji Data..... | 171 |
| Lampiran 9. Kartu bimbingan Konsultasi..... | 233 |



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 1. Blueprint Skala Self Awareness | 63 |
| Tabel 2. Hasil Uji Validitas skala Self Awareness | 64 |
| Tabel 4. Hasil Uji Reliabilitas Skala Self Awareness | 66 |
| Tabel 5. Blueprint Skala Hope | 67 |
| Tabel 6. Hasil Uji Validitas Skala Hope | 68 |
| Tabel 7. Blueprint Skala Hope Setelah Uji Validitas | 69 |
| Tabel 8. Kategorisasi Nilai Reliabilitas Skala Hope | 70 |
| Tabel 9. Uji Reliabilitas Hope | 70 |
| Tabel 10. Blueprint Skala Self acceptance | 71 |
| Tabel 11. Hasil Uji Validitas Skala Self Acceptance | 72 |
| Tabel 12. Kategorisasi Nilai Reliabilitas Skala Self Acceptance | 75 |
| Tabel 13. Uji Reliabilitas Skala Self Acceptance | 75 |
| Tabel 14. Uji Normalitas Variabel | 76 |
| Tabel 15. Uji Linearitas Pengaruh | 77 |
| Tabel 16. Uji Multikolinearitas | 78 |
| Tabel 17. Deskripsi Berdasarkan Usia Subjek | 51 |
| Tabel 18. Deskripsi Berdasarkan Jenis Kelamin Subjek | 53 |
| Tabel 18. Deskripsi Berdasarkan Jenis Kelamin Subjek | 54 |
| Tabel 19. Deskripsi Berdasarkan Tahun Angkatan Subjek | 55 |
| Tabel 20 Deskriptif Statistik Data | 57 |
| Tabel 21. Hasil Mean Hipotetik | 58 |
| Tabel 22. Deskripsi Statistik Tiap Variabel | 58 |
| Tabel 23. Rumus Pernamaan | 59 |
| Tabel 24. Deskriptif Kategorisasi Skor Subjek Skala Self Acceptance | 60 |
| Tabel 25. Deskriptif Kategorisasi Skor Subjek Skala Self Awareness | 61 |
| Tabel 26. Deskriptif Kategorisasi Skor Subjek Skala Hope | 62 |
| Tabel 27. Hasil Uji Hipotesis (regresi linier berganda) | 85 |
| Tabel 28. Hasil Uji T (Uji Parsial) | 86 |
| Tabel 29. Hasil Uji F (Kelayakan Model) | 87 |
| Tabel 30. Uji R² (Koefisien Determinasi) Pengaruh Variabel Prediktor Terhadap Self Acceptance | 87 |

DAFTAR GAMBAR

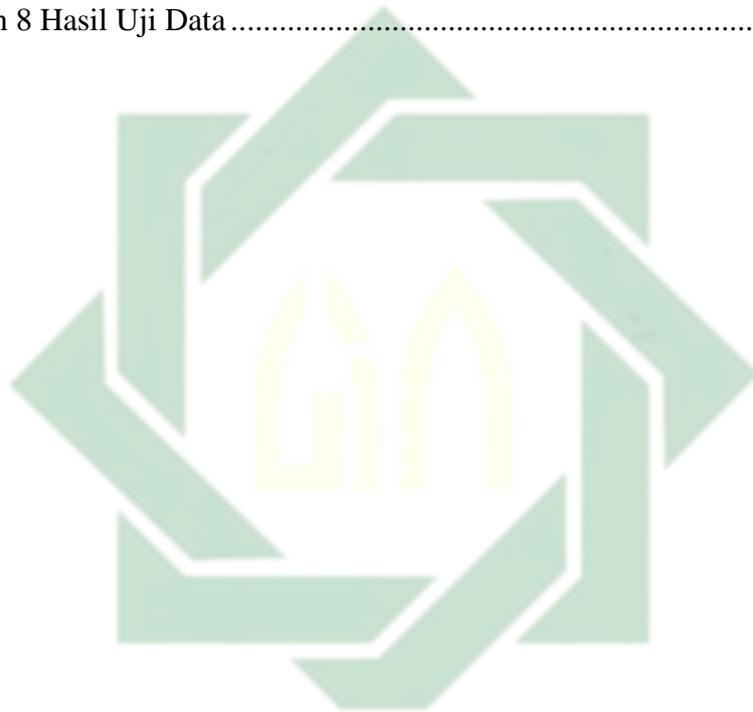
| | |
|---|-----------|
| Gambar 1 Kerangka teoritik penelitian..... | 44 |
| Gambar 2 Grafik Scatterplot..... | 80 |



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

LAMPIRAN

| | |
|---|-----|
| Lampiran 1 Surat Keterangan | 101 |
| Lampiran 2 Expert Judgment | 102 |
| Lampiran 3 Kuisisioner | 105 |
| Lampiran 4 Dokumentasi | 118 |
| Lampiran 5 Bukti Informed Consent Subjek Penelitian | 121 |
| Lampiran 6 Tabulasi Data | 124 |
| Lampiran 7 Uji Validitas dan Uji Reliabilitas | 161 |
| Lampiran 8 Hasil Uji Data | 171 |



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendewasaan ialah fase yang akan dirasakan seluruh individu termasuk mahasiswa. Pada fase ini seringkali membuat individu merasa bingung akan jati dirinya, membandingkan diri dengan pencapaian orang lain, serta selalu memikirkan tentang gambaran tentang diri sendiri. Diperparah dengan kecemasan kaum muda tentang masa depan yang belum pasti (dilansir Kompas.id). Hal ini juga tidak luput dirasakan oleh mahasiswa yang ada di Surabaya. Mengingat pula bahwa kota Surabaya merupakan salah satu kota besar yang ada di Indonesia dengan tingkat mahasiswa urutan kedua terbanyak di Indonesia (dilansir Kompas.id).

Mahasiswa ialah individu yang terdaftar dan sedang dalam pendidikan di perguruan tinggi seperti Pendidikan akademi, Teknik, universitas, Lembaga penelitian dan universitas (Hartaji, 2012). Menurut Kamus Bahasa Indonesia definisi mahasiswa yaitu individu yang sedang belajar di perguruan tinggi (Kamus Bahasa Indonesia Online, kbbi.web.id). Monks (2002) memaparkan pengertian mahasiswa ialah individu yang terdaftar dan mengenyam Pendidikan perguruan tinggi, rentan usia 17-22 tahun atau bisa disebut dengan remaja akhir.

Menurut Hurlock (2006) berpendapat bahwa individu dengan umur rentang umur 20 sampai 30 tahun merupakan masa individu tersebut mengalami banyak keraguan atau kebingungan dalam diri termasuk pada

upaya buat menerima diri sendiri. Penerimaan diri sangat penting karena berguna dalam mencegah individu dalam stress tanpa akhir (Ratnasari & Pribadi, 2019).

Self acceptance dalam islam merupakan bagian dari kajian *qonaah*. Arti *qanaah* ialah merasa ridha dan cukup dengan pembagian rizki yang Allah Ta'ala berikan. Sifat *qana'ah* adalah salah satu ciri yang menunjukkan kesempurnaan iman, karena sifat ini menunjukkan keridhaan orang yang memilikinya terhadap segala ketentuan dan takdir Allah, termasuk dalam hal pembagian rizki (<http://muslim.or.id>, 2022). Rasulullah shallallahu alaihi wa sallam bersabda, "Akan merasakan kemanisan (kesempurnaan) iman, orang yang ridha kepada Allah Ta'ala sebagai Rabb-nya dan islam sebagai agamanya serta (nabi) Muhammad shallallahu alaihi wa sallam sebagai rasulnya" (HR. Muslim no. 34) Arti "ridha kepada Allah sebagai Rabb" adalah ridha kepada segala perintah dan larangan-Nya, kepada ketentuan dan pilihan-Nya, serta kepada apa yang diberikan dan yang tidak diberikan-Nya.

Selain itu individu yang menerima diri dengan baik akan mengetahui potensi diri serta untuk menggunakannya (Khoiriyah & Rosdiana, 2019). Selain itu menurut Hartati (2013) individu yang menerima dirinya dengan balik mampu melakukan perubahan perubahan hidup untuk menjadi lebih baik. Hal ini menunjukan penerimaan diri bermanfaat dalam mahasiswa untuk mencapai cita citanya.

Namun, upaya penerimaan diri pada mahasiswa tidak mudah, mengingat rentang umur mahasiswa kisaran 18 sampai 22 tahun. Pada umur tersebut merupakan tahap pengalihan dari remaja akhir peralihan ke tahap dewasa awal, bisa dibilang dengan *youth*. Pada masa ini, individu memulai untuk menjelajahi keseluruhan diri dan memulai mendefinisikan konsep dirinya (Santrock, 2007). Namun *self acceptance* pada individu bukan merupakan hal yang otomatis namun harus di usahakan oleh individu tersebut (Germer, 2009). Maka diperlukan adanya penguat Hurlock (2006) menjelaskan bahwa adanya pemahaman diri yang baik serta harapan yang realistis merupakan faktor dari terbentuknya dari *self acceptance*.

Menurut Ryff & Singerb (1996) *self acceptance* merupakan suatu keadaan seseorang mempunyai sikap positif perihal dirinya, menerima semua kelemahan dan kekuatan dalam diri, serta positif dengan kehidupan yang dijalannya. Selain itu menurut (Hurlock, 2006) *self acceptance* merupakan kecakapan dan hal yang diinginkan individu untuk hidup dengan seluruh karakteristik dirinya. Bernard (2013) mengemukakan *self acceptance* pada individu membantu individu tersebut untuk menyelesaikan beragam masalah kesehatan mental yang muncul seiring masa perkembangannya.

Dalam proses mengeksplorasi pencarian identitas diri pada mahasiswa diperlukan adanya kesadaran untuk memahami diri. Kesadaran diri atau *self awareness* kondisi individu dapat memahami diri sendiri dengan sangat tepat (Farisyza, 2013). Selain itu menurut Goleman(1996) berpendapat *self*

awareness merupakan kondisi individu mampu memahami dan menyadari emosi yang tengah menghinggapinya akibat masalah yang dihadapi. *Self awareness* merupakan keadaan sadar dan cara individu melihat dirinya dengan jujur, nyata serta apa adanya. *Self acceptance* dan *self awareness* merupakan aspek aspek yang tidak mungkin dilepas masing masing. Individu yang mempunyai *self awareness* yang bagus akan mempunyai *self acceptance* yang baik, dan juga arti kebalikannya (Hurlock, 2006). Maka dari itu *self awareness* diperlukan dalam *self acceptance* pada mahasiswa.

Menurut Frankl (Bernard, 2013) mengemukakan bahwa dengan menerima diri sepenuhnya dapat memudahkan individu untuk mencapai keinginannya. Hal ini berguna dalam kehidupan mahasiswa guna mencapai keinginan dalam meraih kesuksesan. Namun, keadaan individu untuk menerima diri sepenuhnya tidak akan muncul dengan otomatis namun mutlak diusahakan serta dikembangkan bagi masing masing individu (Germer, 2009).

Berdasarkan Hurlock (2006) *self acceptance* akan lebih mudah jika harapan yang dimiliki merupakan hal yang realistis sehingga memiliki kesempatan untuk mencapainya. Harapan pada masing masing individu disesuaikan dengan pemahaman serta kemampuan individu itu sendiri. Menurut Snyder (2002) *Hope* atau harapan adalah seluruh kemampuan dimiliki individu untuk menghasilkan jalan untuk meraih tujuan. Adanya harapan pada individu mampu memberikan jalan yang jelas untuk

mencapai tujuannya selain itu dapat meningkatkan rasa percaya diri, serta mampu mengelola stres secara efektif (Snyder & Lopez, 2002).

Selain itu (Hurlock, 2006) mengemukakan kepuasan diri merupakan dasar dalam penerimaan diri. Hal ini sangat berguna bagi mahasiswa untuk lebih menata hidup dan menerima dirinya dalam menghadapi tantangan kehidupan dalam meraih kesuksesan. Oleh sebab itu, berdasarkan latar belakang masalah yang sudah peneliti paparkan, peneliti menaruh perhatian untuk meneliti hubungan antara *self awareness*, *hope* dengan *self acceptance* pada mahasiswa.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah sebelumnya yang sudah peneliti jelaskan maka rumusan masalah peneliti ajuka sebagai berikut:

1. Adakah hubungan antara *self awareness* dengan *self acceptance* pada mahasiswa?
2. Adakah hubungan antara *hope* dengan *self acceptance* pada mahasiswa ?
3. Adakah hubungan antara *self awareness*, *hope* dengan *self acceptance* pada mahasiswa ?

C. Keaslian Penelitian

Penelitian sebelumnya mengenai penerimaan diri sudah banyak dilakukan dengan beragam subjek seperti penerimaan diri pada orangtua dengan *autism*, penerimaan diri pada siswa maupun penerimaan diri pada penderita kanker payudara. Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Rahmawati (2017) perihal

pengaruh religiusitas pada penerimaan diri bagi orang tua dengan anak menderita autisme dengan hasil penelitian menunjukkan semakin tinggi religiusitas semakin tinggi penerimaan diri orang tua autisme. Lalu penelitian mengenai hubungan di antara dukungan sosial dengan penerimaan diri oleh orang yang mengalami asma penelitian yang dilakukan Utami (2013) yang menunjukkan adanya hubungan yang positif antara dukungan sosial keluarga dan penerimaan diri individu.

Berikutnya penelitian tentang hubungan dukungan sosial dengan penerimaan diri lansia oleh Marni & Yuniawati, (2015) dengan hasil sumbangan dukungan sosial sebesar 36,5% (R Square) menunjukkan adanya hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan penerimaan diri yang signifikan. Lalu penelitian tentang hubungan ketidakpuasan tubuh dengan penerimaan diri pada perempuan dewasa awal oleh Khoiriyah & Rosdiana (2019) diketahui adanya hubungan positif dengan nilai koefisien korelasi sebesar $0,226 > r$ tabel $0,202$ antara ketidakpuasan tubuh dengan penerimaan diri pada perempuan dewasa.

Berikutnya penelitian tentang pengaruh terapi pemaafan untuk meningkatkan penerimaan diri penderita kanker payudara menunjukkan terapi pemaafan berpengaruh meningkatkan penerimaan diri wanita penderita kanker payudara, oleh (Rahmandani & Subandi, 2010). Berikutnya penelitian tentang peran *self acceptance* terhadap *heterosexim* pada mahasiswa LGBQ oleh Woodford (2014) dengan hasil mahasiswa LGBQ yang memiliki *self acceptance* lebih tidak terpengaruh dengan adanya

diskriminasi homoseksualitas dari mahasiswa lain. Penelitian berikutnya tentang hubungan antara *body image* dengan penerimaan diri pada mahasiswa Aceh di Yogyakarta dengan hasil koefisien korelasi (r) = 0,318, (p) = 0,013. Sumbangan efektif Body Image dengan Penerimaan sebesar 10,11 %. Sehingga menunjukkan adanya hubungan positif antara *body image* dengan penerimaan diri pada mahasiswa (Ridha, 2012). Berikutnya penelitian tentang pengaruh menggunakan *cognitive behavioral therapy* terhadap *self acceptance* pada dewasa awal yatim piatu oleh Pramono & Astuti, (2017) diketahui terdapat pengaruh sebesar 68,8% *CBT therapy* untuk meningkatkan *self acceptance* pada dewasa awal yatim piatu.

Selanjutnya penelitian tentang peran rasa kesadaran terhadap penerimaan diri pada remaja dengan orang tua bercerai oleh Listiyandini (2018) diketahui rasa kesadaran berperan terhadap penerimaan diri pada remaja. Berikutnya penelitian tentang hubungan dukungan sosial terhadap penerimaan diri siswa diketahui semakin tinggi dukungan sosial semakin tinggi penerimaan diri siswa, oleh (Hartati et al., 2013). Lalu penelitian tentang hubungan penerimaan diri dengan harga diri pada remaja pasca perceraian orang tua diketahui semakin tinggi penerimaan diri semakin tinggi penerimaan diri remaja dengan orang tua pasca bercerai (Wangge & Hartanti, 2013).

Penelitian *self acceptance* sudah banyak dilakukan dengan berbagai macam subjek serta variabel terkait. Namun penelitian hubungan *self awareness*, *hope* dan *self acceptance* pada mahasiswa belum dilakukan

sebelumnya dan penerimaan diri hal penting dalam individu untuk menerima dirinya sehingga mampu menghadapi rintangan kehidupan serta meraih cita-cita atau tujuan yang sesuai dengan kelebihan dan kekurangan individu.

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan diatas, adapun tujuan dari proposal penelitian ini, meliputi :

1. Untuk mengetahui hubungan antara *Self awareness* dengan *Self-acceptance* pada mahasiswa
2. Untuk mengetahui hubungan antara *Hope* dengan *Self-acceptance* pada mahasiswa
3. Untuk mengetahui hubungan antara *Self awareness* dan *Hope* dengan *Self-acceptance* pada mahasiswa

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini mempunyai kebermanfaatan secara teoritis dan praktis sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini semoga mampu memperlihatkan pandangan serta referensi pada peneliti berikutnya, dan mampu memperkaya pengetahuan karya ilmiah lapangan dibidang psikologi positif

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian diharapkan mampu membantu para mahasiswa untuk lebih mudah menerima diri sendiri engan segala kelemahan dan kelebihan yang dimiliki dirinya sehingga sangat berguna bagi individu tersebut untuk menentukan jalan dalam menggapai cita-cita atau meraih kesuksesan.

F. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan pada penelitian skripsi ini berisi perihal penjelasan BAB I hingga BAB V yang ada di dalam penelitian ini berikut penjelasan dari tiap bab . BAB I berisi penjelasan rangkuman penelitian yang memuat fenomena penelitian, hasil penelitian terdahulu yang merupakan keaslian penelitian serta sistematika pembahasan penelitian.

Pada BAB II berisi kajian Pustaka berupa penjelasan teori peneliti tentang tentang perihal teori-teori *self acceptance*, *self awareness* dan *hope* yang didalamnya memuat pengertian tiap variable, aspek-aspek variabel dan juga factor factor yang memengaruhi variabel selain itu pada bab ini memuat korelasi varibael yang diteliti dan juga hipotesis yang muncul pada penelitian.

Pada BAB III berisi metode penelitian dari rancangan penelitian, identifikasi variabel berserta definisi operasional variabel penelitian yang digunakan, selain itu pada bab ini juga menjelaskan populasi penelitian, Teknik sampling yang digunakan dan juga sampel penelitian.

Lalu di BAB IV menjelaskan tentang pembahasan penelitian setelah turun lapangann menejelaskan dari persiapan pelaksanaan penelitian, fenomena hasil dari penelitian, deskripsi data penelitian, serta hasil pengujian hipotesis. Pada hasil pengujian hipotesis berisi nilai hasil uji sesuai dengan hipotesis peneliti yang dilengkapi dengan analisa peneliti yang dikaitkan dengan teori teori yang ada beserta penelitian terdahulu yang relevan. Pada BAB V berisi tentang kesimpulan dari penelitian ini.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. *Self Acceptance*

1. Definisi *Self Acceptance*

Berdasarkan Hurlock (2006) Penerimaan diri ialah taraf kemampuan serta keinginan individu untuk hayati menggunakan segala karakteristik dirinya. berdasarkan Santrock (2007) menyebutkan bahwa penerimaan diri ialah tindakan pencerahan diri, dimana *self acceptance* tidak berarti menerima begitu saja kondisi mereka tanpa mengembangkan diri buat lebih mengikuti keadaan menggunakan kebutuhan lingkungan mereka. berdasarkan definisi-definisi yang sudah dijabarkan, bisa disimpulkan bahwa Penerimaan diri adalah keadaan sadar diri sendiri buat menerima syarat diri apa adanya dan selalu terbuka dengan setiap pengalaman dan menerima setiap masukan berasal orang lain, tidak bermasalah dengan dirinya sendiri, dan tidak mempunyai beban perasaan terhadap diri sendiri sehingga individu lebih praktis buat beradaptasi menggunakan lingkungannya, berbagi kemampuannya maupun mencapai nya.cita-cita nya.

Self acceptance dalam islam merupakan bagian dari kajian *qonaah*. Arti *qanaaah* ialah merasa ridha dan cukup dengan pembagian rizki yang Allah Ta'ala berikan. Sifat *qana'ah* adalah salah satu ciri yang menunjukkan kesempurnaan iman, karena sifat ini menunjukkan keridhaan orang yang

sebagai Allah lebih besar daripada yang besar sebagaimana perkataan Allah lebih mulia. Pendapat ini artinya Allah SWT bagi seorang hamba adalah lebih besar dari segala sesuatu. Tidak ada yang lebih besar dan lebih agung daripada Dia.

Menurut Chaplin (2011) berkata bahwa *self acceptance* yaitu perilaku seorang intinya merasa puas menggunakan diri sendiri, kualitas-kualitas dan bakat-talenta, pengetahuan akan keterbatasan yg ada pada diri sendiri. Supratiknya (1995) berpendapat bahwa yg dimaksud menggunakan *self acceptance* yaitu memiliki penghargaan yang tinggi terhadap diri sendiri dan tidak memandang rendah diri. Sedangkan Calhoun dan Acocella (1990) mengemukakan *self acceptance* berkaitan dengan konsep diri yang positif, dimana menggunakan konsep diri positif individu akan bisa menerima serta memahami kenyataan yg tidak selaras menggunakan dirinya. Self acceptance merupakan sebuah perilaku positif terhadap diri sendiri dan dapat mendapatkan keadaan diri sendiri secara tenang, mempunyai pencerahan di diri sendiri dan bisa menghargai diri serta orang lain, menerima keadaan emosionalnya tanpa mengganggu orang lain.

Sesuai penjelasan beberapa tokoh pada atas bisa disimpulkan bahwa *self acceptance* artinya perilaku seseorang mampu menerima, memahami, menghormati semua yang dimiliki baik kekurangan juga kelebihan pada diri serta bersikap positif untuk menjalani kehidupan tanpa menghambat orang lain.

2. Aspek-aspek *Self Acceptance*

Self Acceptance pada seseorang dapat terlihat dari beberapa hal yang dijelaskan oleh Hurlock (2006) sebagai berikut :

- a. Bangga dan merasa puas terhadap kelebihan dan kelemahan yang dimiliki.
- b. Tidak menolak adanya kritikan dari orang lain tentang kelemahan diri
- c. Tidak menggantungkan diri terhadap orang lain atau menjadi orang yang mandiri
- d. Merasa berarti dengan diri sendiri atau menghargai diri sendiri untuk mampu mengerjakan sesuatu hal yang dikehendaki

3. Karakteristik *Self Acceptance*

Self Acceptance di seseorang dapat terlihat berasal beberapa hal. berdasarkan (Hurlock, 2006) aspek pada penerimaan diri menjadi berikut :

- a. Merasa bangga dan puas atas kelebihan dan kelemahan yang dimiliki oleh diri sendiri
- b. tidak sedih saat mendapat kritikan dari orang lain mengenai kekurangan diri
- c. Mandiri tidak menggantungkan diri kepada orang lain.
- d. Merasa dirinya berarti atau menghargai diri sendiri sehingga mampu untuk mengerjakan sesuatu yang diinginkan

4.Faktor yang Mempengaruhi *Self Acceptance*

Hurlock (2006) memaparkan berikut faktor apa saja yang memengaruhi penerimaan diri pada individu sebagai berikut :

a. Pemahaman Diri atau Wawasan Diri (*Self Understanding*)

Pemahaman diri (*self understanding*) ialah bagaimana individu untuk memahami mengakui serta sadar tentang dirinya sendiri secara apa adanya jujur dan nyata. Seseorang yang memiliki pemahaman diri yang baik akan memiliki kesempatan untuk menemukan jati dirinya.

b. Harapan yang Realistis (*Realistic Expectations*)

Faktor yang memengaruhi penerimaan diri antara lain adanya harapan yang realistis atau harapan yang individu bisa mencapainya. Harapan ini disesuaikan dengan pemahaman dan kemampuan tiap tiap individu. Harapan yang tercapai akan memberikan kepuasan pada diri individu yang nantinya merupakan dasar dari penerimaan diri. Individu yang memiliki harapan sendiri dan menentukan sendiri lalu mencapainya sendiri tanpa ada arahan dan paksaan akan mendekati individu pada versi diri terbaik yang individu bisa raih berdasarkan kemampuan dan keinginan individu.

c. Tidak Adanya Hambatan dalam Lingkungan (*Absence of Environmenta; Obstacles*)

Individu yang memiliki harapan realistik, lalu berusaha untuk mendapatkannya karena dirasa sudah sesuai dengan kemampuannya yang nantinya menuju dengan penerimaan diri. Namun, bila ada hambatan dari lingkungan untuk individu

menggapai harapannya hal ini akan mempersulit individu untuk meraih harapannya sendiri dan membuat individu lebih sulit untuk bisa menerima diri.

d. Sikap Dari Masyarakat yang Menyenangkan (*Favorable Sosial Attitudes*)

Masyarakat yang menyenangkan dalam arti menunjukkan sikap ramah tidak berpretensi jelek, menghargai individu akan membuat individu lebih diterima dilingkunga hal ini akan membuat individu nyaman dan lebih cepat untuk menerima dirinya. Atau dalam arti lain individu yang mampu mendapat sikap menyenangkan dari masyarakat mudah untuk menerima diri. Sikap masyarakat yang menyenangkan bergantung pada kesesuaian individu dengan norma masyarakat yang berlaku.

e. Tidak Adanya Tekanan Emosional yang Berat (*Absence of Severe Emotional Stress*)

Individu yang tidak memiliki tekanan emosi yang berat akan membuat individu bisa melakukan yang ia inginkan lebih baik termasuk dalam mengenalkan diri kepada individu lain ataupun lingkungan skitar,. Individu yang Bahagia, relax dan senang akan berperan positif pada lingkungan masyarakat yang akan memunculkan sikap masyarakat yang menyenangkan.

f. Keberhasilan (*Preponderance Successes*)

Keberhasilan dari harapan yang ditentukan oleh individu akan meyakinkan individu bahwa rencana yang dia inginkan lalu tercapai dan berhasil menunjukkan hal positif membuat individu terseut yakin bahwa hal yang dia lakukan merupakan hal yang benar, akan membuat individu terhindar dari tekanan emosional yang

akhirnya akan membuat individu menerima dirinya dengan segala kelebihan dan kekurangannya

g. Identifikasi Penyesuaian Diri yang Baik dengan Orang Lain
(*Identification with Well-adjusted People*)

Individu yang mampu untuk mengenali bagaimana cara untuk menyesuaikan diri yang baik dengan individu lain akan membuat individu diterima dengan orang lain yang akhirnya memunculkan sikap positif pada diri sendiri serta memunculkan penerimaan diri.

h. Perspektif Diri (*Self Perspective*)

Individu yang tahu bagaimana melihat diri sendiri dan orang lain akan meningkatkan perspektif diri, dengan perspektif diri yang luas dapat meningkatkan penerimaan diri pada individu.

i. Pola Asuh yang Baik Dimasa Kecil (*Good Childhood Training*)

Pola asuh yang baik pada masa kecil individu oleh orang tua baik dirumah maupun ditempat Pendidikan individu akan memberikan konsep diri yang baik sehingga individu memiliki kepribadian yang sehat mampu menghargai diri sendiri dan memiliki control diri yang baik.

Bernard (2013) menjelaskan bebarapa faktor-faktor *self acceptance* yaitu:

1. Diri yang positif

Mencerminkan pencerahan diri yang positif terkait di saat individu dihadapkan dengan peristiwa negatif/ yg tidak dibutuhkan.

2. Evaluasi diri yang negatif

Mencerminkan nilai diri secara awam dan pentingnya pendapat orang lain sebagai dasar buat memilih evaluasi orang lain.

5. Dampak *Self Acceptance*

Akibat dari penyesuaian diri pada individu menurut Hurlock (2006) dijelaskan sebagai berikut :

a. Dalam penyesuaian diri

Individu yang berhasil menyesuaikan diri akan merasa Bahagia dengan keadaan dirinya dengan segala kelemahan dan kelebihan yang dimiliki selain itu individu yang berhasil menyesuaikan diri tidak ingin menjadi orang atau individu lain. Dampak lain individu yang mampu menyesuaikan diri akan memiliki kepercayaan merasa hidupnya lebih berharga.

b. Dalam penyesuaian sosial

Individu yang berhasil menerima dirinya akan membuatnya untuk bisa berkomunikasi dengan individu lain, bisa saling menghormati dan menghargai perbedaan yang ada di individu lain. Dalam arti lain seseorang yang mampu menghormati dan menerima dirinya akan mudah untuk menghormati orang lain juga yang akhirnya diikuti penerimaan oleh lingkungan sosialnya.

B. *Self Awareness*

1. Definisi *Self Awareness*

Steven & Howard (2003) menjelaskan *self awareness* merupakan kemampuan individu untuk memahami perasaan diri dan perasaan orang lain juga merasakannya sehingga berpengaruh terhadap perilaku orang lain. Farisyza (2013) memaparkan kalau kesadaran diri ialah kondisi seseorang dapat mengerti dirinya sendiri dengan sebaik baiknya. Individu yang memiliki kesadaran diri akan paham dengan emosi dan perasaan yang sedang ia rasakan selain itu individu yang mempunyai kesadaran diri akan berpikir dengan baik bila ada informasi tentang dirinya, selain itu individu yang memiliki kesadaran diri juga sadar dengan hal hal yang ada dirinya. Sehingga *Self awareness* (kesadaran diri) ialah pengetahuan dan pemahaman diri tentang seluruh sebab dari perilaku yang individu itu lakukan.

Goleman (2007) memaparkan *self awareness* ialah perhatian yang tanpa putus pada keadaan batin seseorang. Penjelasan lain dari Abraham maslow (2010) dalam teorinya Humanistik mengatakan bahwa *self awareness* adalah merupakan pemahaan untuk memahami diri didalam individdu untuk menemukan jalan untuk menjadi diri sendiri termasuk potensi yang dimiliki oleh individu, gaya yang sesuai bagi individu, jalan yang harus diambil untuk mencapai itu, hal hal perasaan yang dirasakan, nilai serta norma yang dianut dan pengembangan yang diakan diraih oleh individu. Sedangkan menurut Chaplin (2011) mengemukakan bahwa *self awareness* yaitu wawasan kedalam atau wawasan mengenai alasan-alasan dari tingkah laku sendiri dalam kata lain bisa disebut memahami diri. Uno (2006) menjelaskan *self awareness* ialah pondasi utama yang bertujuan memperlihatkan dengan mengenai perilaku individu.

Penjelasan tentang *self awareness* dari tokoh tokoh di yang sudah dipaparkan dapat disimpulkan yaitu suatu kesadaran pada individu bisa memahami perasaan, pikiran dan evaluasi yang terhadap diri, bagaimana menjadi diri sendiri, memahami emosi dan situasi yang dialami oleh seseorang.

2.Aspek- aspek *Self Awareness*

Goleman (1996) mengemukakan *self awareness* memiliki beberapa dimensi,seperti:

1. Kesadaran emosional diri (*emotional self awareness*).

Kesadaran emosional diri ialah menunjukkan sangat utama untuk sadar tentang perasaan yang dialami oleh diri dan bagaimana perasaan berpengaruh terhadap diri. Dalam hal lain kesadaran emosional diri merupakan tombak untuk mengenal kekuatan serta kelemahan yang setiap individu miliki.

2. Penilaian diri yang akurat (*accurate self assessment*).

Individu yang mampu menilai diri seperti mengenali kelemahan dan kekuatan diri, mengetahui cara mengembangkan diri, mengetahui cara untuk mengimbangi kekurangan individu lain dan bekerja sama dengan orang lain merupakan salah satu aspek kesadaran diri.

3. Kepercayaan diri (*self confidence*).

Kepercayaan disini merupakan rasa yakin individu bahwa ia mampu melekaukan dan menyelesaikan hal yang ia mulai sehingga muncul perasaan positif sehingga ia mampu dan percaya diri saat menampilkan berbagai hal.

C. Hope

1. Definisi *Hope*

Snyder (2002) memaparkan harapan merupakan seluruh kemampuan yang dipunyai individu untuk menghasilkan jalan dalam upaya untuk mewujudkan keinginan individu bersamaan dengan motivasi yang dimiliki dalam menggunakan jalan jalan tersebut. Harapan merupakan pikiran negative dan positif yang dipunyai oleh individu. Pramita (2009) *Hope* merupakan hal yang bisa dibangun dan dianut. Sehingga dapat dijadikan sebagai strategi untuk menuju perubahan. Perubahan ini dijalankan dengan tahap per tahap dan dalam kurun waktu tertentu. Perubahan yang positif terwujud jika hasil usaha yang didapat menghasil kehidupan lebih baik

Hope mencakup lebih dari impian sederhana untuk menggapai suatu hasil tertentu, yaitu impian yang tidak lepas dari adanya usaha (Lueck, 2007). Senada dengan Folkman (2010) menjelaskan *hope* merupakan motivasi yang berkualitas dan nada emosional negative dan positif terhadap kemungkinan bahwa yang diharapkan tidak mungkin terjadi. Penjelasan lain dari Othman (2018) *hope* adalah suatu proses persepsi individu dalam memperoleh tujuan yang ingin dicapai, juga berfungsi sebagai motivasi untuk mencapai hasil akhir.

Berdasarkan pemaparan dari beberapa tokoh dapat dipahamiyaitu *hope* merupakan suatu hal yang bisa dilakukan seseorang dalam mencapai suatu hasil yang diinginkan dengan menghasilkan mmotivasi dan dorongan serta pemikiran yang positif mengenai suatu hal.

2. Aspek- aspek *Hope*

Menurut Snyder & Lopez (2002) aspek-aspek Harapan dipaparkan sebagai berikut :

a. *Goal*

Goal ialah titik akhir yang ditetapkan oleh individu dari perilaku. Tujuan merupakan hal yang bernilai sehingga individu berusaha untuk mencapainya. tujuan dari tahapan tindakan mental yang menghasilkan komponen kognitif.

b. *PathwayThinking*

kemampuan seseorang untuk mengembangkan jalan untuk mencapai tujuan yang sudah ia tetapkan

c. *Agency Thinking*

Pemikiran individu bahwa ia mampu untuk menccapai tujuannya dengan cara cara yang sudah dia pikir dan rencanakan, atau persepsi individu untuk menciptakan jalan untuk mencapai tujuan yang berisi tentang cara dan bagaimana menyelesaikan hambatan hambatan yang terjadi dalam proses mencapai tujuan individu.

D. Mahasiswa

Mahasiswa ialah individu yang terdaftar dan sedang dalam pendidikan di perguruan tinggi seperti Pendidikan akademi, Teknik, universitas, Lembaga penelitian dan universitas(Hartaji, 2012). Menurut Kamus Bahasa Indonesia definisi mahasiswa yaitu individu yang sedang belajar di perguruan tinggi (Kamus Bahasa Indonesia Online, kbbi.web.id). Monks (2002) memaparkan

pengertian mahasiswa ialah individu yang terdaftar dan mengenyam Pendidikan perguruan tinggi, rentan usia 17-22 tahun atau bisa disebut dengan remaja akhir.

Menurut Siswoyo (2007) mahasiswa mampu diartikan sebagai individu yang tengah menyelesaikan studi di tingkat perguruan tinggi negeri maupun swasta, atau bisa juga di lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi. Mahasiswa dianggap memiliki tingkat berfikir yang tinggi seperti mampu berfikir kritis bertindak cepat dan tepat.

D. Hubungan Antara *Self Awareness, Hope* Dengan *Self Acceptance* Pada Mahasiswa

Pendewasaan merupakan fase yang akan dirasakan semua individu termasuk mahasiswa. Mahasiswa merupakan individu yang sedang menuntut ilmu di tingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi (Siswoyo, 2007). Pada fase menuju pendewasaan seringkali membuat individu merasa bingung akan jati dirinya, membandingkan diri dengan pencapaian orang lain, serta selalu memikirkan tentang gambaran tentang diri sendiri. Hal ini didukung pendapat Hurlock (2006) individu dengan umur rentang umur 20 sampai 30 tahun merupakan masa individu tersebut mengalami banyak keraguan atau kebingungan dalam diri termasuk dalam upaya untuk menerima diri sendiri. Sedangkan penerimaan diri atau *self acceptance* ini perlu dalam kehidupan mahasiswa untuk meraih cita-cita atau tujuan hidupnya.

Menurut Frankl (Bernard, 2013) mengemukakan bahwa dengan *self acceptance* sepenuhnya dapat memudahkan individu untuk mencapai

keinginannya Selain itu Riyanto dalam Hartati (2013) berpendapat bahwa individu yang menerima dirinya dengan baik mampu melakukan perubahan perubahan hidup untuk menjadi lebih baik. Selain itu menurut Ryff (Kuyumcu & Rohner, 2018) mengemukakan individu yang tinggi akan *self acceptance* akan merasakan kesehatan dan fungsi mental yang baik.

Selain itu Kuyumcu & Rohner (2018) mengatakan individu dengan *self acceptance* yang baik memiliki *self awareness* yang baik pula. Individu yang memiliki *self acceptance* yang baik akan memiliki penilaian yang nyata terhadap bakat dan kelebihan yang dimiliki serta menyadari kekurangan diri sendiri tanpa menyalahkan orang lain sehingga menyebabkan individu mempunyai *self awareness* menjadi tinggi pula, sehingga mahasiswa dengan *self awareness* tinggi mampu mengenali perasaan yang sedang dirasakan, perilaku yang dilakukan dan dampak dari perilaku tersebut pada orang lain. Hal ini sesuai dengan pendapat Hurlock (2006) berpendapat *self acceptance* dan *self awareness* merupakan dua aspek yang tidak dapat dipisahkan. Hasil penelitian Woodford (2014) tentang peran penerimaan diri pada *heterosexim* pada mahasiswa LGBQ di Kampus menunjukkan mahasiswa dengan *self awareness* akan dirinya yang LGBQ tidak terpengaruh dengan *heterosexim* yang diberikan teman kampus terhadapnya. Selain itu hasil penelitian Skinta (2014) tentang penerimaan diri pada penyandang HIV mengemukakan bahwa individu yang menyadari dengan mengakui dirinya memiliki HIV lebih mudah menemukan jalan untuk menerima diri sehingga dapat menjalani hidup lebih baik.

Sama halnya dengan *self awareness* yang dapat memengaruhi *self acceptance* pada individu untuk dapat menjalani hidup lebih baik, *Hope* juga salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *self acceptance* pada individu sehingga mahasiswa mampu menjalani rintangan dalam kehidupannya. Menurut Hurlock (2006) penerimaan diri akan lebih mudah jika harapan yang dimiliki merupakan hal yang realistis sehingga memiliki kesempatan untuk mencapainya. Selain itu menurut Feldman & Kubota (2015) mengemukakan harapan pada individu mampu memberikan jalan yang jelas untuk mencapai tujuannya selain itu dapat meningkatkan rasa percaya diri, serta mampu mengelola stres secara efektif. Ketika individu memiliki *hope* tinggi maka akan memiliki arah dan tujuan, memiliki pandangan terhadap diri sendirisebagai manusia yang memiliki kemampuan mengembangkan potensi untuk mencapai tujuan, sehingga menyebabkan Individu memiliki *self acceptance* tinggi akan mempunyai spontanitas dan tanggung jawab terhadap perilaku yang ada pada diri sendiri, serta mampu menerima kualitas kemanusiaan tanpa menyalahkan diri pada keadaan-keadaan diluar kendali.

Menurut Singgih (2001) ciri-ciri perkembangan remaja akhir (usia 17-22 tahun) dapat diperhatikan dalam tugas perkembangan yaitu menerima keadaan fisiknya, mahasiswa yang memiliki *self acceptance* baik akan mampu menerima keadaan fisiknya dan penampilan fisik sebagaimana adanya. Mahasiswa dengan *self awareness* tinggi mampu menyadari akan penampilan dan struktur fisik yang sudah menetap dan harus diterima apa adanya, *hope* tinggi pada mahasiswa akan mampu memanfaatkan fisiknya dengan mengalih kelebihan yang ada pada diri

sendiri untuk mencapai suatu tujuan. Kemudian memperoleh kebebasan emosional, mahasiswa yang memiliki *self acceptance* baik emosi lebih stabil dan lebih terkendali dari sebelumnya, *self awareness* pada tinggi mahasiswa mampu mengungkap pendapat dan perasaannya dengan sikap yang sesuai dengan lingkungan dan kebebasan emosional, mahasiswa yang mempunyai *hope* tinggi lebih mampu mengontrol emosi agar tidak menyakiti orang lain. Selanjutnya mampu bergaul, mahasiswa yang memiliki *self acceptance* mampu bersosialisasi baik dengan teman sebaya maupun orang lain yang beda tingkat kematangan sosialnya, dengan *self awareness* tinggi mahasiswa mempunyai tingkat kematangan sesuai dengan norma sosial yang ada, mahasiswa dengan *hope* tinggi akan lebih cepat beradaptasi dan bergaul di lingkungan kampus atau lingkungan sekitar tempat tinggal.

Dapat ditarik kesimpulan bahwa *self awareness* dan *hope* mempengaruhi *self acceptance* mahasiswa, semakin tinggi *self awareness* dan semakin tingginya *hope*, memberi nilai positif pada *self acceptance*. Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara *self awareness* dan *hope* dengan *self acceptance* mahasiswa.

E. Kerangka Teoritik

Menurut Hurlock (2006) dua aspek yang tidak dipisahkan ialah pemahaman diri dan penerimaan diri. Yang artinya individu yang memiliki pemahaman diri yang baik akan menghasilkan penerimaan diri yang baik. Namun jika pemahaman diri pada individu tidak baik maka tidak akan terjadi adanya penerimaan diri yang baik. Hal ini didukung hasil penelitian Senra

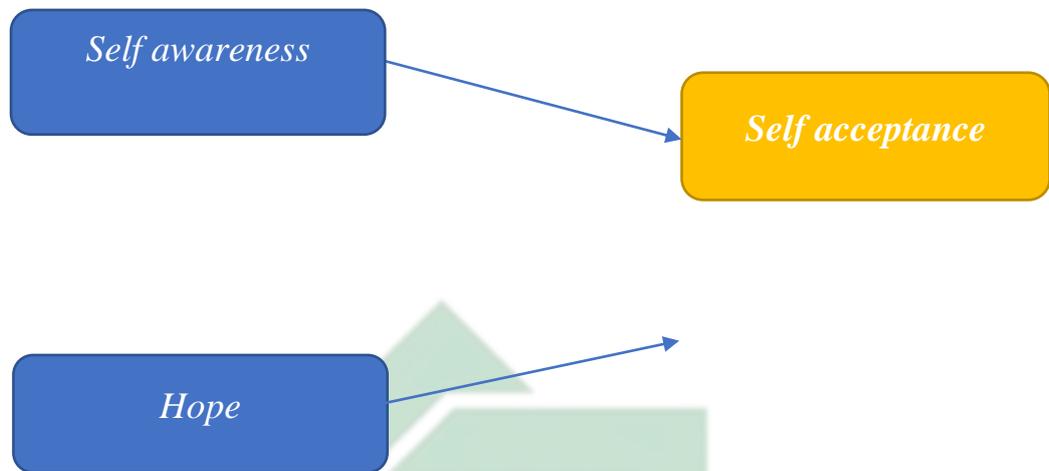
(2011) menunjukkan *self awareness* berpengaruh terhadap *self acceptance*. Selain itu didukung dengan hasil penelitian Sutton (2016) menunjukkan *self awareness* yang tinggi berefek pada *self acceptance* yang tinggi pula.

Menurut Snyder (2000) *Hope* atau harapan merupakan seluruh hal yang diinginkan dari kemampuan yang individu punyai hal ini bersamaan dengan motivasi yang individu punyai untuk menggunakan rencana atau jalan yang harus dilalui dalam meraih harapan tersebut. Menurut Hurlock (2006) penerimaan diri akan lebih mudah jika harapan tentang hal yang realistis maka dari itu individu akan memiliki kesempatan untuk mencapainya.

Harapan yang tinggi pada individu mampu individu memiliki jalan yang jelas, merasa percaya diri dalam kemampuan mereka mengelola stres secara efektif (Snyder, 1999). Didukung dengan hasil penelitian Haase (1992) menyebutkan adanya *hope* berkontribusi pada *self acceptance* pada individu. Selain itu hasil penelitian (Magaletta & Oliver, 1999) menyebutkan *hope* berkontribusi pada kepercayaan diri individu untuk mampu melakukan sesuatu dengan kemampuannya.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self awareness* dan *Hope* dengan *self acceptance* pada mahasiswa , kerangka teoritik pada penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:

Gambar 1 Kerangka teoritik penelitian



Berdasarkan kerangka teoritik diatas, *Self Awareness* adalah keadaan individu untuk mampu sadar dan mengenali perasaan dan perilaku yang ia lakukan.

Hope adalah suatu pemikiran positif maupun negatif yang dimiliki oleh seseorang menghasilkan jalur mencapai tujuan yang diinginkan.

Self acceptance adalah keadaan individu untuk dapat menerima kelebihan dan kekurangan diri, tidak menolak untuk menerima masukan, tidak berkonflik dengan diri, tidak merasakan beban dengan perasaannya. Hal ini bermanfaat agar individu mudah untuk berbaur dengan lingannya serta individu yang memiliki penerimaan diri yang baik mampu mengembangkan kemampuannya untuk mencapai cita citanya

Dari gambar kerangka teoritik tersebut, penelitian ini menjelaskan bahwa *self awareness* berhubungan dengan *self acceptance*, dimana mahasiswa yang memiliki *self awareness* yang tinggi maka mereka akan memiliki *self acceptance* yang tinggi. Selanjutnya *hope* berhubungan dengan *self acceptance*,

dimana mahasiswa yang memiliki *hope* yang tinggi maka akan semakin tinggi *self acceptance* dimilikinya. Sehingga mahasiswa yang memiliki *self awareness* dan *hope* yang tinggi, maka akan membuatnya mempunyai *self acceptance* yang tinggi pula.

F. Hipotesis

Hipotesis pada penelitian ini adalah:

- a. Terdapat hubungan positif antara *self awareness* dengan *self acceptance*
- b. Terdapat hubungan positif antara *hope* dengan *self acceptance*.
- c. Terdapat hubungan positif antara *self awareness* dan *hope* pada *self acceptance* mahasiswa.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Angket penelitian menggunakan kuisioner online menggunakan *Google form* yang disebarakan melalui media sosial *Instagram* dan *tiktok* peneliti, selain itu peneliti juga menyebarkan link kuisioner ke grup mahasiswa via *whatsapp* peneliti. Target populasi paada penelitian ini adalah rekan rekan mahasiswa Surabaya yang bersedia mengisi angket kuisioner dengan suka rela tanpa ada paksaan dari manapun.

Angket penelitian ini terdiri dari tiga skala penelitian yaitu skala *Self acceptance*, *Self awareness* dan *hope* , dengan model skala Likert. Sebelum mengisi item item pernyataan angket penelitian responden harus mengklik “iya,bersedia” pada bagian kesetujuan individu untuk mengisi angket penelitian, baru dilanjut identitas respon dan dilanjut dengan item item pernyataan. Pada kolom identitas responden, subjek diminta mengisi : nama, umur, jenis kelamin, nama universitas/perguruan tinggi/ akademik/ politeknik , nama jurusan dan tahun

Pada tiap skala pilihan jawaban terdiri dari empat pilihan jawaban arternatif, sebagai berikut : “sangat setuju” , “setuju” , “tidak setuju” dan “sangat tidak setuju” dan responden harus memilih salah satu dari jawaban yang telah disediakan tersebut.

B. Identifikasi Variabel

Variabel menurut Arikunto (2008) adalah objek penelitian, atau suatu yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Dalam penelitian ini terhadap tiga variabel yang digunakan, dengan identifikasi variabel sebagai berikut :

- a. Variabel X1 : *Self awareness*
- b. Variabel X2 : *Hope*
- c. Variabel Y : *Self acceptance*

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional dari masing-masing variabel data penelitian ini adalah :

1. *Self Awareness*

self awareness merupakan kemampuan individu dalam memahami diri baik secara tingkah laku maupun emosi yang dirasakan. *Self awareness* dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan skala *self awareness* dengan indikator sebagai berikut : kesadaran emosional diri (*emotional self awareness*), penilaian diri yang akurat (*accurate self assessment*), dan kepercayaan diri (*self confidence*).

2. *Hope*

Hope merupakan kemampuan individu dalam menghasilkan jalur dalam mencapai tujuan yang diinginkan atau kehidupan dirinya yang lebih baik. *Hope* dalam penelitian ini menggunakan skala *hope* dengan indikator sebagai berikut: tujuan (*goal*), jalan pemikiran (*pathwayThinking*) dan persepsi pemikiran (*agency Thinking*).

3. *Self Acceptance*

Self acceptance merupakan kemampuan penerimaan diri individu dalam menerima kondisi dirinya dengan segala kelebihan dan kekurangan yang dimiliki. *Self acceptance* dalam penelitian ini menggunakan skala *Self acceptance* dengan indikator sebagai berikut: sifat percaya diri dan menghargai diri sendiri, kesediaan menerima kritikan dari orang lain, mampu menilai diri dan mengoreksi kelemahan, jujur

B. Populasi, Teknik Sampling dan Sampel

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan populasi, teknik sampling dan sampel sebagai berikut :

1. Populasi

Populasi merupakan seluruh subjek yang memiliki karakteristik dan kualitas yang sudah ditentukan untuk diteliti kemudian disimpulkan. (Wiratna,2014). Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang terdaftar diseluruh perguruan tinggi negeri, perguruan tinggi swasta, institut negeri maupun swasta, serta politeknik yang ada di Surabaya. Jumlah seluruh populasi mahasiswa yang terdaftar di Surabaya menurut jatim.bps.go.id berjumlah 114.958 di perguruan tinggi swasta dan 157.888 di perguruan tinggi negeri. Sehingga total populasi mahasiswa yang ada di Surabaya berjumlah 272.846 mahasiswa. Alasan peneliti memilih populasi mahasiswa yang ada di Surabaya dikarenakan sesuai dengan topik peneliti pilih, Menggunakan kota Surabaya sebagai tempat penelitian karena Surabaya merupakan salah satu kota besar yang ada di Indonesia diharapkan data yang diperoleh menjadi global dan nantinya penelitian ini lebih menarik.

2. Teknik Sampling

Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik sampling non probability sampling lebih tepatnya *sampling kuota*. pada non probability sampling, yaitu setiap unsur dalam populasi memiliki peluang kesempatan yang tidak sama untuk dipilih menjadi sampel. Dalam Teknik *sampling kuota* pengambilan sampel dilakukan terhadap anggota populasi sampai mencapai kuota yang diinginkan (Sugiyono, 2018), dalam penelitian ini jumlah kuota yang diinginkan yaitu 296 responden.

3. Sampel

Sampel ialah Sebagian yang diambil dari populasi yang memiliki sifat yang tidak berbeda dari populasinya (Sugiyono 2018). Sampel pada penelitian ini memiliki karakteristik yang sama dengan populasi yaitu mahasiswa yang ada di Surabaya. Jumlah sampel ditentukan dengan rumus slovin dengan asumsi tingkat kesalahan 5%

Rumus Slovin untuk menentukan sampel adalah sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1+N(e)^2}$$

Keterangan:

n = Ukuran sampel/jumlah responden

N = Ukuran populasi

E = Presentase kelonggaran ketelitian kesalahan pengambilan sampel yang masih bisa ditolerir; e = 0,1

Dengan menggunakan rumus diatas, maka jumlah sampel pada penelitian ini yang akan diperoleh adalah ditemukan jumlah sampel sejumlah 269 sampel, namun

peneliti memperoleh 363 responden yang bersedia mengisi kuesioner penelitian ini. Jadi, jumlah subjek penelitian ini berjumlah 363 responden. Hajar (1996) mengemukakan secara statistika jika ukuran sampel semakin banyak maka hasil akan semakin bagus. Dengan sampel yang besar, mean dan standar deviasi yang diperoleh mempunyai probabilitas yang tinggi untuk menyerupai mean dan standar deviasi populasi. Hal ini karena jumlah sampel ada kaitannya dengan pengujian hipotesis statistika.

C. Instrumen Penelitian

Instrumen pada penelitian ini bertujuan untuk mengukur hubungan antara *Self awareness* dan *hope* dengan *self-acceptance* pada mahasiswa menggunakan skala, dengan jenis skala likert.

Skala likert ialah skala psikometrik yang menjelaskan indikator –indikator variabel. Lalu indikator tersebut digunakan sebagai acuan dalam menyusun item – item instrument berupa pernyataan atau pertanyaan (Sugiyono, 2016). Data yang diperoleh dari skala likert ini berbentuk interval, dikarenakan jawaban yang dipilih ditampilkan merupakan data yang mempunyai tingkatan, dengan tiap tingkatan memiliki nilai yang berbeda. \

1. Deskripsi Data Penelitian

a. Deskripsi Subjek

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa, dengan jumlah 363 mahasiswa yang bersedia menjadi responden penelitian, berusia 18 tahun sampai > 22 tahun, jenis kelamin subjek, dan tahun angkatan subjek. Penjelasan lebih detail bisa di lihat dibawah ini:

1. Berdasarkan usia subjek

Berikut ini merupakan gambaran deskripsi subjek penelitian berdasarkan usia responden yang telah mengisi kuesioner penelitian:

Tabel 1. Deskripsi Berdasarkan Usia Subjek

| Variabel | Usia | N | Mean | Std. Deviation |
|------------------------|-----------|-----|-------|----------------|
| <i>Self Acceptance</i> | 18 Tahun | 60 | 83,12 | 7,353 |
| | 19 Tahun | 62 | 83,07 | 7,333 |
| | 20 Tahun | 57 | 83,08 | 7,340 |
| | 21 Tahun | 102 | 83,19 | 7,371 |
| | >22 tahun | 85 | 83,03 | 7,395 |
| <i>Self Awareness</i> | 18 Tahun | 60 | 20,41 | 2,462 |
| | 19 Tahun | 62 | 20,40 | 2,452 |
| | 20 Tahun | 57 | 20,38 | 2,472 |
| | 21 Tahun | 102 | 20,47 | 2,521 |
| | >22 tahun | 85 | 20,42 | 2,512 |
| <i>Hope</i> | 18 Tahun | 60 | 18,35 | 3,204 |
| | 19 Tahun | 62 | 18,31 | 3,206 |
| | 20 Tahun | 57 | 18,47 | 3,224 |
| | 21 Tahun | 102 | 18,00 | 3,118 |
| | >22 tahun | 85 | 18,30 | 3,045 |

Berdasarkan tabel diatas, menunjukkan bahwa secara keseluruhan jumlah subjek dari penelitian ini yaitu berjumlah 363 mahasiswa, data kategori usia responden diperoleh usia 18 tahun berjumlah 60 responden, usia 19 tahun dengan jumlah 62 responden, usia 20 tahun dengan jumlah 57 responden, 21 tahun berjumlah 102 tahun dan > 22 tahun dengan jumlah 85 responden. Pada variabel *self acceptance* nilai tertinggi adalah subjek yang berusia 21

tahun dengan nilai mean 83,19 dan *standart deviation* 7,371. Nilai terendah pada variabel *self acceptance* pada subjek yang berusia 18 tahun dengan diperoleh nilai mean sebesar 83,12 dan *standart deviation* 7,353.

Variabel *self awareness* yang memiliki nilai tertinggi yaitu pada subjek yang berusia 21 tahun dengan *mean* 20,47 dan *standart deviation* 2,521. Nilai terendah pada *self awareness* pada usia 20 tahun dengan *mean* 20,38 dan *standart deviation* 2,472. Sedangkan pada variabel *hope* yang mempunyai nilai tertinggi yaitu pada usia 20 tahun dengan nilai *mean* 18,47 dan *standart deviation* sebesar 3,224. Nilai terendah pada variabel *hope* yang berusia 21 tahun diperoleh nilai *mean* 18,00 dan *standart deviation* 3,118.

Penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa yang memiliki *self acceptance* dan *self awareness* tinggi pada usia 21 tahun, subjek yang mempunyai *self acceptance* pada usia 18 tahun dan *self awareness* rendah pada usia 20 tahun, sedangkan subjek yang memiliki *hope* tinggi pada usia 20 tahun dan yang memiliki *hope* rendah yaitu pada subjek yang berusia 21 tahun.

Menurut Santrock (2011) mahasiswa memiliki arti peserta didik dengan rentang usia 18-22 tahun atau berada pada tahap perkembangan masa dewasa awal. Santrock menambahkan penjelasan bahwa individu pada masa ini berusaha untuk membentuk struktur kehidupannya sendiri. Santrock (2011) menjelaskan bahwa masa dewasa awal merupakan awal dari kemandirian ekonomi dan kemandirian dalam membentuk suatu keputusan. Individu masih mempunyai keinginan untuk mengeksplorasi jalur karir yang

diinginkan dan memiliki sebuah keinginan untuk menjadi individu yang memiliki gaya hidup pribadi.

2. Berdasarkan jenis kelamin subjek

Pengelompokan berdasarkan jenis kelamin subjek dapat diperhatikan pada tabel di bawah ini:

Tabel 2. Deskripsi Berdasarkan Jenis Kelamin Subjek

| Variabel | Jenis Kelamin | N | Mean | Std. Deviation |
|------------------------|---------------|-----|-------|----------------|
| <i>Self Acceptance</i> | Laki-laki | 102 | 84,37 | 7,706 |
| | Perempuan | 261 | 83,63 | 7,439 |
| <i>Self Awareness</i> | Laki-laki | 102 | 20,60 | 2,434 |
| | Perempuan | 261 | 20,59 | 2,450 |
| <i>Hope</i> | Laki-laki | 102 | 18,00 | 3,118 |
| | Perempuan | 261 | 17,69 | 3,093 |

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa pada variabel *self acceptance* subjek laki-laki berjumlah 102 dan subjek perempuan 261 mahasiswa. subjek yang memiliki nilai tertinggi berjenis kelamin laki-laki dengan *mean* 84,37 dan *standart deviation* 7,706. Variabel *self awareness* nilai tertinggi pada jenis kelamin laki-laki dengan nilai *mean* 20,60 dan *standart deviation* sebesar 2,434. Sedangkan pada variabel *hope* nilai tertinggi yang berjenis kelamin laki-laki dengan nilai *mean* 18,00 dan *standart deviation* 3,118.

Disimpulkan bahwa subjek dengan *self acceptance*, *self awareness* dan *hope* tinggi berjenis kelamin laki-laki dengan jumlah subjek 102 mahasiswa. Sedangkan yang memiliki *self acceptance*, *self awareness* dan *hope* rendah

pada jenis kelamin perempuan dengan jumlah subjek 261 mahasiswa.

3. Berdasarkan jenis kelamin subjek

Pengelompokan berdasarkan jenis kelamin subjek dapat diperhatikan pada tabel di bawah ini:

Tabel 3. Deskripsi Berdasarkan Jenis Kelamin Subjek

| Variabel | Jenis Kelamin | N | Mean | Std. Deviation |
|------------------------|---------------|-----|-------|----------------|
| <i>Self Acceptance</i> | Laki-laki | 102 | 84,37 | 7,706 |
| | Perempuan | 261 | 83,63 | 7,439 |
| <i>Self Awareness</i> | Laki-laki | 102 | 20,60 | 2,434 |
| | Perempuan | 261 | 20,59 | 2,450 |
| <i>Hope</i> | Laki-laki | 102 | 18,00 | 3,118 |
| | Perempuan | 261 | 17,69 | 3,093 |

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa pada variabel *self acceptance* subjek laki-laki berjumlah 102 dan subjek perempuan 261 mahasiswa. subjek yang memiliki nilai tertinggi berjenis kelamin laki-laki dengan *mean* 84,37 dan *standart deviation* 7,706. Variabel *self awareness* nilai tertinggi pada jenis kelamin laki-laki dengan nilai *mean* 20,60 dan *standart deviation* sebesar 2,434. Sedangkan pada variabel *hope* nilai tertinggi yang berjenis kelamin laki-laki dengan nilai *mean* 18,00 dan *standart deviation* 3,118.

Disimpulkan bahwa subjek dengan *self acceptance*, *self awareness* dan *hope* tinggi berjenis kelamin laki-laki dengan jumlah subjek 102 mahasiswa. Sedangkan yang memiliki *self acceptance*, *self awareness* dan *hope* rendah

pada jenis kelamin perempuan dengan jumlah subjek 261 mahasiswa.

4. Berdasarkan Tahun Angkatan Subjek

Pengelompokan subjek berdasarkan tahun angkatan subjek yang menjadi responden dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. Deskripsi Berdasarkan Tahun Angkatan Subjek

| Variabel | Tahun Angkatan | N | Mean | Std. Deviation |
|------------------------|----------------|-----|-------|----------------|
| <i>Self Acceptance</i> | 2015 | 5 | 92,20 | 4,604 |
| | 2016 | 12 | 90,92 | 6,626 |
| | 2017 | 88 | 85,00 | 7,496 |
| | 2018 | 63 | 85,72 | 7,891 |
| | 2019 | 43 | 87,58 | 7,744 |
| | 2020 | 50 | 86,95 | 7,609 |
| | 2021 | 102 | 84,19 | 7,707 |
| <i>Self Awareness</i> | 2015 | 5 | 23,80 | 1,924 |
| | 2016 | 12 | 22,58 | 2,712 |
| | 2017 | 88 | 20,74 | 2,470 |
| | 2018 | 63 | 21,07 | 2,645 |
| | 2019 | 43 | 21,64 | 2,576 |
| | 2020 | 50 | 21,44 | 2,637 |
| | 2021 | 102 | 20,60 | 2,457 |
| <i>Hope</i> | 2015 | 5 | 22,00 | 2,000 |
| | 2016 | 12 | 21,00 | 2,763 |
| | 2017 | 88 | 18,31 | 3,011 |
| | 2018 | 63 | 18,38 | 3,184 |
| | 2019 | 43 | 19,22 | 3,163 |
| | 2020 | 50 | 18,88 | 3,187 |
| | 2021 | 102 | 18,02 | 3,175 |

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa subjek yang menjadi responden penelitian ini masuk di kampus dengan tahun angkatan 2015 hanya berjumlah 5 orang, responden dengan tahun angkatan 2016 berjumlah 12 orang, tahun angkatan 2017 berjumlah 88 orang, pada tahun angkatan 2018 berjumlah 63 orang, sedangkan responden dengan tahun angkatan 2019 berjumlah 43 orang, tahun angkatan 2020 dengan jumlah 50 orang, responden dengan tahun angkatan 2021 berjumlah 102 orang. Variabel *self acceptance* yang memiliki nilai tertinggi pada tahun angkatan 2019 dengan nilai *mean* 87,58 dan *standart deviation* 7,744. Yang memiliki *self acceptance* rendah pada tahun angkatan 2015 dengan *mean* 92,20 dan *standart deviation* sebesar 4,604.

Variabel *self awareness* tinggi pada tahun angkatan 2019 dengan nilai *mean* 21,64 dan *standart deviation* sebesar 2,645, yang mempunyai *self awareness* rendah mahasiswa pada tahun angkatan 2015 dengan nilai *mean* 1,924 dan *standart deviation* 1,924. Terakhir pada variabel *hope* mahasiswa yang memiliki nilai tertinggi tahun angkatan 2019 dengan nilai *mean* 19,22 dengan *standart deviation* 3,163 dan nilai yang tertinggi pada variabel *hope* pada tahun angkatan 2015 diperoleh *mean* 22,00 dan *standart deviation* 2,000.

Dapat disimpulkan bahwa responden yang memiliki *self acceptance*, *self awareness*, *hope* tinggi pada mahasiswa tahun angkatan 2019 dengan jumlah responden 43 mahasiswa. Sedangkan responden yang memiliki *self acceptance*, *self awareness* dan *hope* rendah pada mahasiswa tahun angkatan 2015 dengan jumlah responden 5 mahasiswa.

b. Deskriptif Statistik Data

Tabel 5 Deskriptif Statistik Data

| No | Variabel | N | Range | Xmin | Xmax | Mean | Std.. Dev. |
|----|------------------------|-----|-------|------|------|-------|------------|
| 1. | <i>Self Acceptance</i> | 363 | 42 | 65 | 107 | 83.52 | 7.474 |
| 2. | <i>Self Awareness</i> | 363 | 16 | 12 | 28 | 20.50 | 2.495 |
| 3. | <i>Hope</i> | 363 | 16 | 8 | 24 | 17.72 | 3.055 |

Berdasarkan tabel deskriptif statistik data diatas diketahui jumlah subjek dalam penelitian ini 363 mahasiswa. Skala *Self Acceptance* memiliki *range* sebesar 42, dengan skor minimum (Xmin) sebesar 65, skor maksimal (Xmax) sebesar 107, mean (M) sebesar 83.52 serta standar deviasi (SD) sebesar 7.474. Skala *Self Awareness* memiliki *range* sebesar 16, skor minimum (Xmin) sebesar 12, skor maksimal (Xmax) sebesar 28, dengan nilai mean (M) sebesar 20.50, sedangkan standar deviasi (SD) sebesar 2.495. Skala *Hope* memiliki *range* sebesar 16, skor minimum (Xmin) sebesar 8, skor maksimal (Xmax) sebesar 24, dengan nilai mean (M) sebesar 17.72 serta standar deviasi (SD) sebesar 3.055.

1) Deskriptif Data Berdasarkan Tingkat Kecenderungan Rata-rata Tiap Variabel

Muhid (2019) mengungkapkan bahwasannya analisis data berdasarkan pengelompokan pada tingkat kecenderungan rata - rata setiap variabel dengan rumus sebagai berikut :

- a) *Mean hipotetik* < *Mean empiric*, maka tingkat kecenderungan rata – rata variabel dinyatakan tergolong tinggi.
- b) *Mean hipotetik* > *Mean empiric*, maka tingkat kecenderungan rata – rata variabel dinyatakan tergolong rendah.
- c) Rumus *mean* hipotetik

$$\mu = \left[\frac{\sum \text{skor Jawaban} \times \sum \text{aitem}}{2} \right]$$

Tabel 6. Hasil Mean Hipotetik

| Variabel | Jumlah Skor Jawaban | Jumlah Aitem | Mean Hipotetik |
|------------------------|---------------------|--------------|----------------|
| <i>Self Acceptance</i> | 4 | 29 | 58 |
| <i>Self Awareness</i> | 4 | 7 | 14 |
| <i>Hope</i> | 4 | 6 | 12 |

Berdasarkan hasil *mean* hipotetik pada tabel diatas, menunjukkan bahwa *self acceptance* memiliki *mean* hipotetik sebesar 58, sedangkan *self awareness* memiliki *mean* hipotetik sebesar 14, dan *hope* memiliki *mean* hipotetik sebesar 12. Selanjutnya, peneliti dapat menentukan tingkat kecenderungan variabel pada penelitian ini dengan hasil *mean empiric*. Analisis *mean empiric* dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 7. Deskripsi Statistik Tiap Variabel

| Variabel | Mean | Std. Dev | N | Ket |
|------------------------|-------|----------|-----|--------|
| <i>Self Acceptance</i> | 83.52 | 7.475 | 363 | Tinggi |
| <i>Self Awarness</i> | 20.50 | 2.495 | 363 | Tinggi |

| | | | | |
|-------------|-------|-------|-----|--------|
| <i>Hope</i> | 17.72 | 3.055 | 363 | Tinggi |
|-------------|-------|-------|-----|--------|

Tabel diatas menyatakan bahwa (1) pada variabel *self acceptance* subjek berjumlah 363, memiliki *mean* sebesar 83.52 dan standar deviasi sebesar 7.475, karena *mean self acceptance* $58 < 83.52$ artinya rata – rata *self acceptance* pada mahasiswa tergolong tinggi. (2) pada variabel *self awareness* dengan jumlah subjek 363 dengan memiliki mean 20.50 dan standar deviasi sebesar 2.495, karena *mean self awareness* $14 < 20.50$ artinya rata – rata *self awareness* pada mahasiswa tergolong tinggi. (3) pada variabel *hope* subjek jumlah 363 dengan mean 17.72 dan standar deviasi sebesar 3.055, karena *mean self awareness* $12 < 17.50$ artinya rata – rata *hope* pada mahasiswa tergolong tinggi.

Tabel 8. Rumus Pernomaan

| Rumus | Kategori |
|----------------------------|----------|
| $X < M - 1SD$ | Rendah |
| $M - 1SD \leq X < M + 1SD$ | Sedang |
| $M + 1SD \leq X$ | Tinggi |

Keterangan : X = Skor Subjek, M = Mean,
SD = Standar Deviasi

Setelah dilakukan perhitungan berdasarkan rumus diatas, berikut hasil pernormaan untuk ketiga variabel pada penelitian ini.

a) *Self Acceptance*

Self acceptance akan mengkategorisasikan skor subjek dari hasil pengukuran skala, untuk mengetahui skor responden penelitian masuk ke dalam kategori tinggi, sedang atau rendah. Hasil deskriptif dapat dilihat di bawah ini:

Tabel 9. Deskriptif Kategorisasi Skor Subjek Skala *Self Acceptance*

| Rentang Nilai | Kategori | Frekuensi | Persentase (%) |
|----------------------------|-----------------|------------------|-----------------------|
| $100.33 \leq X$ | Tinggi | 5 | 1.4% |
| $71.67 \leq X \leq 100.33$ | Sedang | 341 | 93.9% |
| $X < 71.67$ | Rendah | 17 | 4.7% |
| Total | | 363 | 100% |

Berdasarkan tabel diatas, kategori untuk pernormaan tinggi, sedang atau rendah pada variabel *self acceptance*. Ditemukan hasil bahwa secara keseluruhan subjek penelitian memiliki kategori penilaian sedang, dengan rincian dalam kategori tinggi sebanyak 5 mahasiswa atau 1.4%, kategori sedang sebanyak 341 mahasiswa atau sebesar 93.9%, dan kategori rendah

sebanyak 17 mahasiswa atau 4.7%.

b) *Self Awareness*

Self awareness akan mengkategorisasikan skor subjek dari hasil pengukuran skala, untuk mengetahui skor responden penelitian masuk ke dalam kategori tinggi, sedang atau rendah. Hasil deskriptif dapat dilihat di bawah ini:

Tabel 10. Deskriptif Kategorisasi Skor Subjek Skala *Self Awareness*

| Rentang Nilai | Kategori | Frekuensi | Persentase (%) |
|---------------------------|-----------------|------------------|-----------------------|
| $23.33 \leq X$ | Tinggi | 46 | 12.7% |
| $16.67 \leq X \leq 23.33$ | Sedang | 305 | 84% |
| $X < 16.67$ | Rendah | 12 | 3.3% |
| Total | | 363 | 100% |

Berdasarkan tabel diatas, kategori untuk pernyataan tinggi, sedang atau rendah pada variabel *self awareness*. Ditemukan hasil bahwa secara keseluruhan subjek penelitian memiliki kategori penilaian sedang, dengan rincian dalam kategori tinggi sebanyak 46 mahasiswa atau 12.7%, kategori sedang sebanyak 305 mahasiswa atau sebesar 84%, dan kategori rendah sebanyak 12 mahasiswa atau 3.3%.

c) *Hope*

Hope akan mengkategorisasikan skor subjek dari hasil pengukuran skala,

untuk mengetahui skor responden penelitian masuk ke dalam kategori tinggi, sedang atau rendah. Hasil deskriptif dapat dilihat di bawah ini:

Tabel 11. Deskriptif Kategorisasi Skor Subjek Skala Hope

| Rentang Nilai | Kategori | Frekuensi | Persentase (%) |
|----------------------|-----------------|------------------|-----------------------|
| 18.67 ≤ X | Tinggi | 141 | 38.8% |
| 13.33 ≤ X ≤ 18.67 | Sedang | 187 | 51.5% |
| X < 13.33 | Rendah | 35 | 9.6% |
| Total | | 363 | 100% |

Berdasarkan tabel diatas, kategori untuk penamaan tinggi, sedang atau rendah pada variabel *hope*. Ditemukan hasil bahwa secara keseluruhan subjek penelitian memiliki kategori penilaian sedang, dengan rincian dalam kategori tinggi sebanyak 141 mahasiswa atau 38.8%, kategori sedang sebanyak 187 mahasiswa atau sebesar 51.5%, dan kategori rendah sebanyak 35 mahasiswa atau 9.6%.

1. Instrumen Penelitian Variabel *Self Awareness* (X1)

a. Alat Ukur

Instrumen yang digunakan pada self Awareness menggunakan skala yang disusun dengan berdasarkan aspek-aspek didalam self Awareness, Angket disusun berdasarkan aspek aspek self Awareness menurut Goleman (1996) yaitu

kesadaran emosional diri (*emotional self awareness*), Penilaian diri yang akurat (*accurate self assessment*), dan kepercayaan diri (*self confidence*).

Skala likert digunakan sebagai skala penelitian ini, untuk skala *Self awareness*, menggunakan empat pilihan jawaban. Setiap pernyataan favorable memiliki skor 4 jika responden memilih jawaban sangat setuju, skor 3 untuk responden yang memilih jawaban setuju, skor 2 untuk responden yang memilih jawaban tidak setuju, dan skor 1 bagi responden yang memilih jawaban sangat tidak setuju. Lalu untuk pernyataan unfavorable untuk responden yang memilih jawaban sangat tidak setuju akan diberi skor 4, skor 3 untuk jawaban tidak setuju, skor 2 untuk jawaban setuju, dan skor 1 untuk jawaban sangat setuju. Dengan maksud semakin rendah skor pada skala *self awareness* mengartikan semakin rendah kesadaran diri pada mahasiswa, namun jika skor skor *self awareness* tinggi mengartikan tinggi pula kesadaran diri yang dimiliki mahasiswa. Adapun pernyataan dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 12. Blueprint Skala *Self Awareness*

| Aspek | No. Aitem | | Jumlah |
|---|-----------|-------------|----------|
| | Favorable | Unfavorable | |
| kesadaran emosional diri (<i>emotional self awareness</i>) | 1,3 | 2 | 3 |
| Penilaian diri yang akurat (<i>accurate self assessment</i>) | 4 | 5 | 2 |
| kepercayaan diri (<i>self confidence</i>) | 6 | 7 | 2 |
| Jumlah | 4 | 3 | 7 |

b. **Validitas dan Reliabilitas**

1) **Validitas**

Menurut Azwar (2009) validitas merupakan ketepatan atau kecermatan alat ukur dalam suatu penelitian. Instrument penelitian dapat dikatakan memiliki validitas yang tinggi jika instrument penelitian memberikan hasil ukur sesuai dengan pengukuran penelitian yang dilakukan. Arikunto (2006) mengungkapkan jika r hitung $\geq r$ tabel, instrument dinyatakan valid. Sedangkan, jika r hitung $\leq r$ tabel, instrument dinyatakan tidak valid. Dengan menggunakan taraf signifikansi r tabel $\alpha = 0,10295$. Adapun uji validitas aitem *self awareness* dalam penelitian ini dapat dilihat dalam tabel berikut :

Tabel 13. Hasil Uji Validitas skala *Self Awareness*

| Aitem | <i>Corrected item-total Corellation</i> | Keterangan |
|--------------|--|-------------------|
| AITEM 1 | 0,430 | Valid |
| AITEM 2 | ,466 | Valid |
| AITEM 3 | ,362 | Valid |
| AITEM 4 | ,582 | Valid |
| AITEM 5 | ,512 | Valid |
| AITEM 6 | ,598 | Valid |
| AITEM 7 | ,656 | Valid |

Dari tabel diatas, menunjukkan bahwa hasil uji validitas aitem – aitem pada skala *self awareness*, mendapatkan nilai r tabel ($N-2$) yang diketahui $N = 363 - 2 = 361$, dengan hasil r tabel sebesar 0,10295. Maka apabila ditinjau dari nilai r hitung $\geq r$

tabel, aitem tersebut dinyatakan valid. Item dinyatakan valid jika nilai item $\geq 0,10295$, sehingga dari seluruh aitem berjumlah 7 yang diujikan dan dinyatakan valid semua. Sehingga terdapat 7 aitem *Self awareness* yang diterima. Tidak dilakukan perubahan nomor terhadap butir – butir aitem, butir aitem dikarenakan tidak ada butir yang gugur. Sehingga sebaran skala terbaru *Self awareness* setelah dilakukan uji coba hasilnya tetap memiliki 7 aitem valid, 4 aitem favourable dan 3 aitem unfavourable.

2) Reliabilitas

Menurut Azwar (2009) reliabilitas merupakan sejauh mana hasil dari pengukuran suatu penelitian yang dapat dipercaya. Uji reliabilitas digunakan untuk mengetahui konsistensi dari suatu alat ukur dalam mengungkapkan fenomena yang bersifat individu maupun kelompok dalam kurun waktu yang berbeda – beda. Teknik untuk mengetahui reliabilitas suatu instrument menggunakan teknik koefisien *Cronbach' Alpha* (α) dengan bantuan SPSS. Bila koefisien *Cronbach' Alpha* (α) $\geq 0,5$ dapat di artikan reliabel.

Tabel 3. Kategorisasi Nilai Reliabilitas Skala *Self Awareness*

| Nilai Reliabilitas | Tingkat Reliabilitas |
|--------------------|----------------------|
| 0.00 – 0.20 | Sangat Rendah |
| 0.20 – 0.40 | Rendah |
| 0.40 – 0.60 | Sedang |
| 0.60 – 0.80 | Tinggi |

| | |
|-------------|---------------|
| 0.80 – 1.00 | Sangat Tinggi |
|-------------|---------------|

Berikut ini adalah hasil *Cronbach' Alpha* pada skala *Body Image*, dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 14. Hasil Uji Reliabilitas Skala Self Awareness

| Cronbach's Alpha | Jumlah Aitem |
|------------------|--------------|
| 0,536 | 7 |

Pada tabel diatas menunjukkan *koefisien Cronbach's Alpha* pada skala *self awareness* sebesar $0,536 \geq 0,5$ yang artinya adalah nilai tersebut menunjukkan hasil bahwa skala memiliki reliabilitas yang sedang, dikarenakan tidak kurang dari 0,5.

2. Instrumen Penelitian Variabel *Hope* (X2)

a. Alat Ukur

Hope dalam penelitian ini menggunakan skala *hope* dengan indikator sebagai berikut: tujuan (*goal*), jalan pemikiran (*pathwayThinking*) dan persepsi pemikiran (*agency Thinking*).

Skala likert digunakan sebagai skala penelitian ini, untuk skala *Hope*, menggunakan empat pilihan jawaban. Setiap pernyataan favorable memiliki skor 4 jika responden memilih jawaban sangat setuju, skor 3 untuk responden yang

memilih jawaban setuju, skor 2 untuk responden yang memilih jawaban tidak setuju, dan skor 1 bagi responden yang memilih jawaban sangat tidak setuju. Lalu untuk pernyataan unfavorable untuk responden yang memilih jawaban sangat tidak setuju akan diberi skor 4, skor 3 untuk jawaban tidak setuju, skor 2 untuk jawaban setuju, dan skor 1 untuk jawaban sangat setuju. Dengan maksud semakin rendah skor pada skala *Hope* mengartikan semakin rendah kesadaran diri pada mahasiswa, namun jika skor skor *Hope* tinggi mengartikan tinggi pula kesadaran diri yang dimiliki mahasiswa. Adapun pernyataan dapat dilihat pada tabel berikut :

| Aspek | No. Aitem | | Jumlah |
|--|-----------|-------------|----------|
| | Favorable | Unfavorable | |
| Tujuan (<i>goal</i>) | 8 | 9 | 2 |
| jalan pemikiran (<i>pathwayThinking</i>) | 10 | 11 | 2 |
| persepsi pemikiran (<i>agency Thinking</i>) | 12 | 13 | 2 |
| Jumlah | 3 | 3 | 6 |

Tabel 15. Blueprint Skala *Hope*

b. Validitas dan Reliabilitas

1) Validitas

Menurut Azwar (2009) validitas merupakan ketepatan atau kecermatan alat ukur dalam suatu penelitian. Instrument penelitian dapat dikatakan memiliki validitas yang tinggi jika instrument penelitian memberikan hasil ukur sesuai dengan pengukuran penelitian yang dilakukan. Arikunto (2006) mengungkapkan jika r hitung $\geq r$ tabel, instrument dinyatakan valid. Sedangkan, jika r hitung $\leq r$ tabel, instrument dinyatakan tidak valid. Dengan menggunakan taraf signifikansi r tabel $\alpha = 0,10295$. Adapun uji validitas aitem *Hope* dalam penelitian ini dapat dilihat dalam tabel berikut :

Tabel 16. Hasil Uji Validitas Skala *Hope*

| Aitem | <i>Corrected item-total Corellation</i> | Keterangan |
|-------|---|------------|
| H1 | ,759 | Valid |
| H2 | ,757 | Valid |
| H3 | ,773 | Valid |
| H4 | ,738 | Valid |
| H5 | ,537 | Valid |
| H6 | ,686 | Valid |

Dari tabel diatas, menunjukkan bahwa hasil uji validitas aitem – aitem pada skala *Hope*, mendapatkan nilai r tabel (N-2) yang diketahui $N = 363 - 2 = 361$, dengan hasil r tabel sebesar 0,10295. Maka apabila ditinjau dari nilai r hitung $\leq r$

tabel, aitem tersebut dinyatakan valid. Item dinyatakan valid jika nilai item $\geq 0,10295$, sehingga dari seluruh aitem berjumlah 6 yang diujikan dan dinyatakan valid semua. Dari penjabaran diatas terdapat 6 item *Hope* yang diterima. Berikut sebaran skala terbaru *Hope on* setelah dilakukan uji coba menjadi seperti tabel di bawah ini :

Tabel 17. Blueprint Skala *Hope* Setelah Uji Validitas

| Aspek | No. Aitem | | Jumlah |
|--|-----------|-------------|----------|
| | Favorable | Unfavorable | |
| Tujuan (<i>goal</i>) | 8 | 9 | 2 |
| jalan pemikiran (<i>pathwayThinking</i>) | 10 | 11 | 2 |
| persepsi pemikiran (<i>agency Thinking</i>) | 12 | 13 | 2 |
| Jumlah | 3 | 3 | 6 |

2) Reliabilitas

Menurut Azwar (2009) reliabilitas merupakan sejauh mana hasil dari pengukuran suatu penelitian yang dapat dipercaya. Uji reliabilitas digunakan untuk mengetahui konsistensi dari suatu alat ukur dalam mengungkapkan fenomena yang bersifat individu maupun kelompok dalam kurun waktu yang berbeda – beda. Teknik untuk mengetahui reliabilitas suatu instrument menggunakan teknik koefisien *Cronbach' Alpha* (α) dengan bantuan SPSS. Bila koefisien *Cronbach' Alpha* (α) $\geq 0,5$ dapat di artikan reliabel.

Tabel 18. Kategorisasi Nilai Reliabilitas Skala *Hope*

| Nilai Reliabilitas | Tingkat Reliabilitas |
|--------------------|----------------------|
| 0.00 – 0.20 | Sangat Rendah |
| 0.20 – 0.40 | Rendah |
| 0.40 – 0.60 | Sedang |
| 0.60 – 0.80 | Tinggi |
| 0.80 – 1.00 | Sangat Tinggi |

Berikut ini adalah hasil dari uji reliabilitas skala *Hope* :

Tabel 19. Uji Reliabilitas *Hope*

| Cronbach's Alpha | Jumlah Aitem |
|------------------|--------------|
| 0,801 | 6 |

Pada tabel diatas menunjukkan koefisien *Cronbach's Alpha* pada skala *Social Comparison* sebesar $0,8 \geq 0,5$ yang artinya adalah nilai tersebut menunjukkan hasil bahwa skala memiliki reliabilitas yang tinggi.

3. Instrumen Penelitian Variabel *Self Acceptance* (Y)

a. Alat Ukur

Self Acceptance pada penelitian ini menggunakan aspek-aspek *Self Acceptance* oleh Hurlock (2006) yang terdiri dari 8 aspek.: (1) Percaya diri dan menghargai diri, (2) Menerima Kritik dari orang lain, (3) Mampu menilai diri dan

mengoreksi kelemahan, (4) Jujur terhadap diri sendiri, (5) Nyaman dengan diri sendiri, (6) Memanfaatkan kemampuan dengan efektif, (7) Mandiri dan berpendirian, (8) Bangga menjadi diri sendiri.

Skala likert digunakan sebagai skala penelitian ini, untuk skala *Self Acceptance*, menggunakan empat pilihan jawaban. Setiap pernyataan favorable memiliki skor 4 jika responden memilih jawaban sangat setuju, skor 3 untuk responden yang memilih jawaban setuju, skor 2 untuk responden yang memilih jawaban tidak setuju, dan skor 1 bagi responden yang memilih jawaban sangat tidak setuju. Lalu untuk pernyataan unfavorable untuk responden yang memilih jawaban sangat tidak setuju akan diberi skor 4, skor 3 untuk jawaban tidak setuju, skor 2 untuk jawaban setuju, dan skor 1 untuk jawaban sangat setuju. Dengan maksud semakin rendah skor pada skala *Self Acceptance* mengartikan semakin rendah kesadaran diri pada mahasiswa, namun jika skor skor *Self Acceptance* tinggi mengartikan tinggi pula kesadaran diri yang dimiliki mahasiswa. Adapun pernyataan dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 20. Blueprint Skala *Self acceptance*

| Aspek | No. Aitem | | Jumlah |
|---|------------------|--------------------|--------|
| | <i>Favorable</i> | <i>Unfavorable</i> | |
| Percaya diri dan menghargai | 14,15,16 | 17 | 4 |
| Menerima kritikan dari orang lain | 19,21,23 | 18,20,22 | 6 |
| Mampu menilai diri dan mengoreksi kelemahan | 24,26 | 25,27 | 4 |
| Nyaman dengan diri sendiri | 29,31,33 | 30,32,34 | 6 |
| Memanfaatkan kemampuan dengan efektif | 35,37 | 36 | 3 |

| | | | |
|-----------------------------|-------|----|-----------|
| Mandiri dan berpendirian | 38,40 | 39 | 3 |
| Bangga menjadi diri sendiri | 41 | 42 | 2 |
| Jumlah | | | 28 |

b. Validitas dan Reliabilitas

1) Validitas

Menurut Azwar (2009) validitas merupakan ketepatan atau kecermatan alat ukur dalam suatu penelitian. Instrument penelitian dapat dikatakan memiliki validitas yang tinggi jika instrument penelitian memberikan hasil ukur sesuai dengan pengukuran penelitian yang dilakukan. Arikunto (2006) mengungkapkan jika $r_{hitung} \geq r_{tabel}$, instrument dinyatakan valid. Sedangkan, jika $r_{hitung} < r_{tabel}$, instrument dinyatakan tidak valid. Dengan menggunakan taraf signifikansi $r_{tabel} \alpha = 0,10295$. Adapun uji validitas aitem *Self acceptance* dalam penelitian ini dapat dilihat dalam tabel berikut :

Tabel 21. Hasil Uji Validitas Skala *Self Acceptance*

| Aitem | <i>Corrected item-total Corellation</i> | Keterangan |
|-------|---|------------|
| SA1 | 0,507 | Valid |
| SA2 | 0,616 | Valid |
| SA3 | 0,518 | Valid |
| SA4 | 0,509 | Valid |
| SA5 | 0,474 | Valid |
| SA6 | 0,520 | Valid |

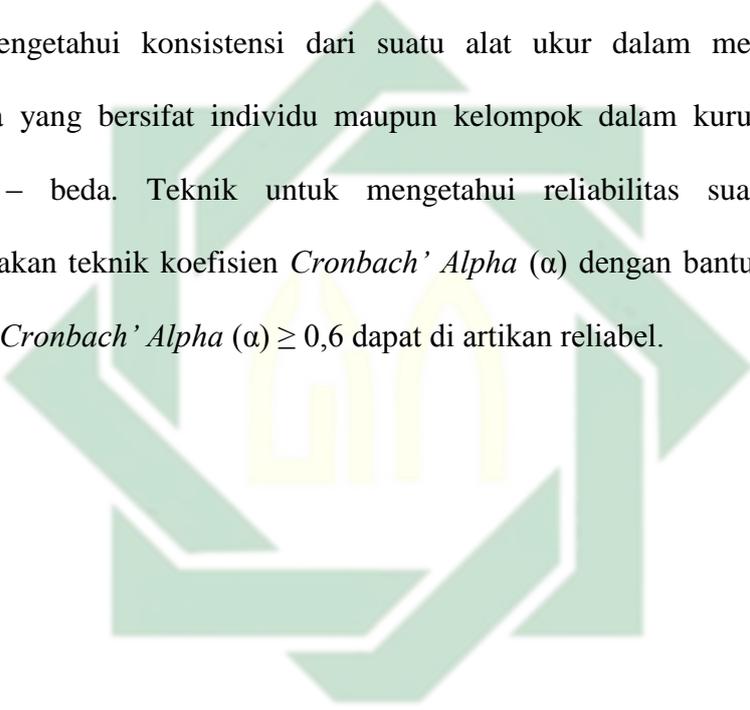
| | | |
|-------|--------|-------------|
| SA7 | 0,61 | Tidak valid |
| SA 8 | -0,383 | Tidak valid |
| SA9 | 0,474 | Valid |
| SA10 | 0,483 | Valid |
| SA11 | 0,649 | Valid |
| SA12 | 0,469 | Valid |
| SA13 | 0,461 | Valid |
| SA14 | 0,124 | Valid |
| SA15 | 0,248 | Valid |
| SA16 | 0,221 | Valid |
| SA17 | 0,263 | Valid |
| SA18 | 0,560 | Valid |
| SA19 | 0,489 | Valid |
| SA20 | 0,549 | Valid |
| SA21 | 0,540 | Valid |
| SA22 | 0,617 | Valid |
| SA23 | 0,4087 | Valid |
| SA24 | 0,576 | Valid |
| SA25 | 0,585 | Valid |
| SA 26 | -0,85 | Tidak valid |
| SA27 | 0,108 | Tidak valid |
| SA28 | 0,000 | Tidak valid |

Dari tabel diatas, menunjukan bahwa hasil uji validitas aitem – aitem pada skala *self acceptance*, mendapatkan nilai r tabel (N-2) yang diketahui N = 363 – 2 = 361, dengan hasil r tabel sebesar 0,1857. Maka apabila ditinjau dari nilai r hitung \geq r tabel, aitem tersebut dinyatakan valid. Item dinyatakan valid jika nilai item \geq 0,10295. Sehingga dari seluruh aitem berjumlah 23 aitem yang diujikan

dinyatakan valid dan 6 aitem yang dinyatakan gugur yaitu pada nomer aitem 7, 8, 26, 27, 28, 29.

2) **Reliabilitas**

Menurut Azwar (2009) reliabilitas merupakan sejauh mana hasil dari pengukuran suatu penelitian yang dapat dipercaya. Uji reliabilitas digunakan untuk mengetahui konsistensi dari suatu alat ukur dalam mengungkapkan fenomena yang bersifat individu maupun kelompok dalam kurun waktu yang berbeda – beda. Teknik untuk mengetahui reliabilitas suatu instrument menggunakan teknik koefisien *Cronbach' Alpha* (α) dengan bantuan SPSS. Bila koefisien *Cronbach' Alpha* (α) $\geq 0,6$ dapat di artikan reliabel.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

Tabel 22. Kategorisasi Nilai Reliabilitas Skala *Self Acceptance*

| Nilai Reliabilitas | Tingkat Reliabilitas |
|--------------------|----------------------|
| 0.00 – 0.20 | Sangat Rendah |
| 0.20 – 0.40 | Rendah |
| 0.40 – 0.60 | Sedang |
| 0.60 – 0.80 | Tinggi |
| 0.80 – 1.00 | Sangat Tinggi |

Berikut ini adalah hasil dari uji reliabilitas skala *self acceptance*:

Tabel 23. Uji Reliabilitas Skala *Self Acceptance*

| Cronbach's Alpha | Jumlah Aitem |
|------------------|--------------|
| 0,847 | 23 |

Pada tabel diatas menunjukkan koefisien Cronbach's Alpha pada skala *self-esteem* sebesar $0,847 > 0,6$ yang artinya adalah nilai tersebut menunjukkan hasil bahwa skala *self acceptance* memiliki reliabilitas yang tinggi, dikarenakan tidak kurang dari 0,6.

D. Analisis Data

Analisis data adalah suatu metode yang digunakan peneliti untuk mengelolah hasil penelitian sehingga didapatkan suatu kesimpulan. Dalam penelitian ini analisis data yang digunakan untuk mengetahui “Hubungan antara *Self Awareness* dan *Hope* dengan *Self Acceptance* Pada Mahasiswa” menggunakan bantuan SPSS

versi 20.0 dengan teknik analisis regresi linier berganda dan uji T berpasangan. Beberapa hal yang harus dipenuhi sebelum melakukan teknik analisis regresi linier berganda dan uji T berpasangan yaitu sebagai berikut :

1. Uji Prasyarat

Uji prasyarat terdiri dari uji normalitas dan linearitas, dimana hasil dari uji ini yang akan menentukan bahwa hasil analisis data dapat dilanjutkan atau tidak.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data penelitian yang diperoleh oleh peneliti berdistribusi normal atau tidak normal. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan cara *Kormogorov Smirnov*. Jika nilai probabilitas $> 0,05$ maka data dinyatakan normal, jika nilai probabilitas $< 0,05$ data tersebut dinyatakan tidak normal (Gunawan, 2006). Dalam melakukan uji normalitas, peneliti menggunakan bantuan SPSS. Data yang diperoleh dari uji tersebut, adalah sebagai berikut :

Tabel 24. Uji Normalitas Variabel

| Variabel | Chi-Square | Asymp.Sig. | Nilai Sig. | Keterangan |
|------------------------|----------------------|------------|------------|------------|
| <i>Self Acceptance</i> | 277,110 ^a | ,000 | 0,05 | Normal |
| <i>Self Awareness</i> | 328,526 ^b | ,000 | 0,05 | Normal |
| <i>Hope</i> | 256,446 ^c | ,000 | 0,05 | Normal |

Berdasarkan hasil pengujian uji normalitas pada tabel diatas, diperoleh harga Chi-Square untuk variabel *self acceptance* = 277,110 dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 > 0,05$, harga Chi-Square *self awareness* = 328,526

dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 > 0,05$, harga Chi-Square *hope* = 256,446 dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 > 0,05$. Maka dapat disimpulkan jika sebaran data untuk variabel *sefl acceptance*, *self awareness*, dan *hope* pada penelitian ini berdistribusi normal berdasarkan teori yang telah ditentukan.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk mengetahui apakah variabel memiliki hubungan linier. Metode pengambilan keputusan yang digunakan untuk hasil uji linieritas yaitu jika signifikansi pada *liniarity* > 0.05 maka hubungan antar variabel dinyatakan tidak linier, namun jika signifikansi pada *linearity* < 0.05 maka hubungan antar variabel dinyatakan linier (Priyanto, 2010).

Uji linieritas dalam penelitian ini menggunakan tabel ANOVA dengan bantuan SPSS dilihat nilai *sig.linearity* & *sig. Deviation from linearity*. Berikut hasil uji linearitas pengaruh dalam penelitian ini :

Tabel 25. Uji Linearitas Pengaruh

| Variabel | F | Sig. | Ket |
|---|-------|-------|--------|
| <i>Self Awareness – Self Acceptance</i> | 2,763 | 0,001 | Linear |
| <i>Hope – Self Acceptance</i> | 1,687 | 0,052 | Linear |

Berdasarkan kriteria yang dijabarkan pada tabel diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa antara variabel terikat dan variabel bebas terdapat hubungan linier, dan data yang digunakan dapat dijelaskan dengan menggunakan regresi linier dengan cukup baik dan benar ($p < 0.05$).

c. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas bertujuan untuk mengetahui apakah variabel bebas pada model regresi akan saling berkorelasi. Jika terjadi korelasi artinya terdapat masalah pada multikolinearitas. Model regresi yang baik yang tidak terjadi korelasi antar variabel bebas (Singgih, 2000). Salah satu cara untuk mengetahui gejala multikolinearitas dengan cara melihat nilai *tolerance value* atau VIF (*Variance Inflation Factor*) dengan syarat sebagai berikut (Ariawaty & Evita, 2018) :

- 1) Apabila *tolerance value* $\geq 0,1$ dan $VIF \leq 10$, dapat disimpulkan tidak terjadi gejala multikolinearitas antara variabel bebas pada model regresi
- 2) Sebaliknya, apabila *tolerance value* $\geq 0,1$ dan $VIF \geq 10$, dapat disimpulkan terjadi gejala multikolinearitas antara variabel bebas pada model regresi

Berikut hasil uji multikolinearitas pada penelitian ini :

Tabel 26. Uji Multikolinearitas

| Variabel | Colinearity Statistics | | |
|-----------------------|------------------------|-------|-------------------|
| | <i>Tolerance</i> | VIF | Keterangan |
| <i>Self Awareness</i> | 0,714 | 1,401 | Tidak terjadi |
| <i>Hope</i> | 0,714 | 1,401 | Multikolinearitas |

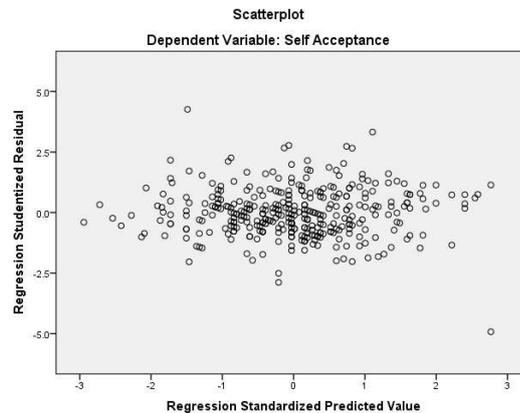
Tabel diatas menunjukkan nilai *tolerance value* atau VIF (*Variance Inflation Factor*) dari kedua variabel. Dapat diketahui bahwa tidak terjadi multikolinearitas pada kedua variabel *predictor* yakni *self awareness* dan *hope*.

d. Uji Heteroskidasitas

Tujuan dari uji heteroskidasitas yaitu untuk mengetahui apakah dalam regresi terjadi ketidaksamaan *variance* dari residual antara satu pengamatan ke pengamatan yang lain. Model regresi yang dapat dikatakan baik yaitu memiliki *variance* yang sama atau homokidasitas. Untuk menguji terjadi atau tidak gejala heteroskidasitas dapat dilihat dari grafik plot antara nilai prediksi variabel dependen (ZPRED) dengan residualnya (SRESID) dengan dasar sebagai berikut (Ariawaty & Evita, 2018) :

- 1) Titik – titik membentuk pola tertentu dan teratur seperti bergelombang, melebar lalu menyempit pada grafik *scatterplot*, dapat dikatakan terjadi masalah heteroskidasitas.
- 2) Titik – titik menyebar diatas dan dibawah angka nol pada sumbu Y dan tidak membentuk pola tertentu yang teratur seperti bergelombang, melebar lalu menyempit pada grafik *scatterplot*, dapat dikatakan tidak terjadi masalah heteroskidasitas (*variance* sama atau Homokidasitas).

Berikut hasil uji heteroskidasita pada penelitian ini :



Gambar 2 Grafik Scatterplot

Gambar grafik diatas menampilkan hasil uji heteroskidastisitas pada hasil analisis data penelitian ini, dapat dilihat grafik *scatterplot* tersebar diatas sumbu Y tidak membentuk suatu pola nergelombang melebar atau menyempit. Maka dapat disimpulkan bahawa data penelitian ini heteroskidastitas tidak terjadi.

2. Uji Hipotesis

Setelah uji normalitas, uji linearitas, uji multikolinearitas dan uji heteroskidastisitas, analisis data dilanjutkan pada uji hipotesis. Uji hipotesis digunakan untuk mengetahui korelasi *self awareness*, *hope* terhadap *self acceptance*. metode analisis yang digunakan pada penelitian ini yakni uji regresi linier berganda dan uji T dengan menggunakan taraf signifikansi sebesar 5% atau 0,05.

a. Regresi Linier Berganda

Penelitian ini menggunakan variabel *self awareness*, *hope* dan *self acceptance*, sehingga untuk mencari hubungan antara ketiga variabel tersebut dapat menggunakan teknik statistik analisis data berupa regresi linier berganda. Regresi linier berganda merupakan hubungan linier antara dua variabel atau lebih.

Analisis ini digunakan untuk mengetahui arah hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat berhubungan positif atau negative. Dan untuk memprediksi nilai dari variabel terikat apabila variabel bebas mengalami kenaikan ataupun penurunan (Muhid, 2019).

b. Uji T (t-test)

Uji T disebut dengan uji koefisien regresi, uji ini digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh variabel bebas secara berhubungan atau secara sendiri sendiri dengan variabel terikat. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan bantuan SPSS, dengan ketentuan :

- 1) Apabila nilai probabilitas $\leq 0,05$ maka hipotesis diterima atau koefisien regresi di nyatakan signifikan.
- 2) Apabila nilai probabilitas $\geq 0,05$ maka hipotesis diterima atau koefisien regresi di nyatakan tidak signifikan (Singgih, 2005).

c. Uji F (Uji Kelayakan Model)

Uji ini digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh variabel bebas secara bersama sama dengan variabel terikat. Uji F merupakan tahap awal pengidentifikasian model regresi untuk dinyatakan layak atau tidak untuk menjelaskan pengaruh variabel – variabel bebas terhadap variabel terikat.

Pada penelitian ini uji F dilakukan dengan Analisis Varians (ANOVA) menggunakan program SPSS, dengan ketentuan :

Apabila nilai probabilitas F hitung (ditunjukkan pada output SPSS kolom *sig.*) lebih kecil dari α (tingkat).

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

2. Persiapan Pelaksanaan Penelitian

Berikut tahapan tahapan yang peneliti lakukan sebelum melakukan penelitian, penelitian dilakukan dengan harapan dapat memperoleh hasil penelitian yang optimal, tahapan tahapan sebagai berikut :

a. Persiapan Awal Penelitian

Tahapan persiapan awal peneliti sebagai berikut :

1. Merumuskan suatu permasalahan yang berkaitan dengan *self awareness*, *hope* dan *self acceptance* pada mahasiswa
2. Membaca jurnal-jurnal,buku , penelitian terdahulu yang mendukung dengan rumusan masalah dalam penelitian ini.
3. Mengonsultasikan kepada dosen pembimbing mengenai fenomena yang peneliti temui untuk dijadikan variable pada penelitian ini.
4. Menentukan cara menentukan jumlah sampel dari populasi subjek serta cara mengambil sampel yang tepat setelah ditentukan.
5. Melakukan persiapan administrasi penelitian seperti seminar proposal, berita

acara, SK, dan lain sebagainya

6. Mengambil data dengan melakukan penyebaran angket penelitian melalui *google form*.
7. Mengskoring dan mengolah data dari hasil angket penelitian saat subjek sudah memenuhi kuota yang sudah ditentukan.
8. Melakukan analisis hasil penelitian dilanjutkan dengan penyusunan laporan hasil penelitian.

b. Penyusunan Instrumen Penelitian

Tahap- tahap yang dilakukan peneliti dalam penyusunan instrumen penelitian dilakukan sebagai berikut :

1. Menemukan aspek aspek tiap variabel yang diteliti berdasarkan teori yang ada pada penelitian ini.
2. Membuat *blueprint* angket penelitian tiap variabel yang diteliti dengan opsi jawaban skala likert.
3. Menentukan skor skala penelitian berdasarkan skala likert, skor 4 jika responden memilih jawaban sangat setuju, skor 3 untuk responden yang memilih jawaban setuju, skor 2 untuk responden yang memilih jawaban tidak setuju, dan skor 1 bagi responden yang memilih jawaban sangat tidak setuju. Lalu untuk pernyataan unfavorable untuk responden yang memilih jawaban sangat tidak setuju akan diberi skor 4, skor 3 untuk jawaban tidak setuju, skor 2 untuk jawaban setuju, dan skor 1 untuk jawaban sangat setuju.
4. Melakukan *expert judgment* angket penelitian kepada dosen ahli dibidang

sesuai dengan fokus penelitian ini, hal ini bertujuan agar alat ukur yang digunakan tepat dan layak untuk digunakan kepada subjek penelitian.

5. Melakukan bimbingan dan *expert judgment* kepada dosen pembimbing untuk validasi akhir *expert judgment* dan siap untuk turun lapangan atau menyebarkan kuisioner

c. Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan penelitian dilakukan dengan tahap – tahap sebagai berikut :

1. Merancang laporan proposal penelitian mendasari, metode yang digunakan dan rencana pelaksanaan penelitian.
2. Melakukan proses turun lapangan atau pengumpulan data dengan menyebarkan ada tanggal 26 Agustus 2021 – 19 September 2021. Cara pengumpulan data dengan cara menyebarkan link kuisioner online *google form*, lalu peneliti membagikan dengan mengumumkan pada media sosial Instagram dan tiktok peneliti untuk meminta bantuan rekan rekan mahasiswa mengisi link kuisioner, dan taklupa peneliti juga meminta tolong pada rekan rekan mahasiswa di whatsapp peneliti melewati grup mahasiswa milik peneliti.. Dalam waktu 23 hari peneliti telah mendapatkan 363 subjek yang sesuai dengan kriteria penelitian dan telah mengisi kuesioner.
3. Setelah mendapatkan data peneliti mengolah data menggunakan *software* SPSS sesuai dengan uji yang telah peneliti jabarkan pada bab metode penelitian.
4. Setelah memperoleh hasil dari uji prasyarat dan uji hipotesis peneliti melakukan analisa data dan menyusun laporan hasil penelitian.

B. Pengujian Hipotesis

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional dan komparatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self awareness*, *hope* dengan *self acceptance* pada mahasiswa. Teknik analisa pada penelitian ini menggunakan regresi linier berganda dan uji T (*independent sample t-test*). Adapun hasil uji statistik pada penelitian ini, sebagai berikut :

Tabel 27. Hasil Uji Hipotesis (regresi linier berganda)

| Variabel | Koefisien | Nilai Sig. | Taraf Sig. | Keterangan |
|-----------------------|-----------|------------|------------|--------------------|
| <i>Self Awareness</i> | 0.319 | 0.000 | 0.05 | Hipotesis Diterima |
| <i>Hope</i> | 0.475 | 0.000 | 0.05 | Hipotesis Diterima |

Berdasarkan hasil analisis pada tabel diatas, uji hipotesis menggunakan uji regresi linear berganda, menunjukkan bahwa *self awareness* dengan koefisien korelasi ($r = 0.319$) dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ maka hipotesis diterima, yang artinya terdapat hubungan antara *self awareness* dengan *self acceptance*. Berdasarkan hasil koefisien korelasi, dapat diungkapkan bahwa korelasi bersifat positif (+) yakni ($r = 0.319$), hal ini menunjukkan adanya arah hubungan yang positif, semakin tinggi *self awareness* pada mahasiswa, maka semakin tinggi pula *self acceptance* pada mahasiswa.

Hasil analisis pada tabel diatas juga menunjukkan bahwa *hope* dengan koefisien korelasi ($r = 0.475$) dengan nilai signifikansi $0.000 < 0,05$ maka hipotesis diterima, yang artinya terdapat hubungan antara *hope* dengan *self acceptance* pada mahasiswa. Berdasarkan hasil koefisien korelasi, dapat diungkapkan bahwa korelasi bersifat positif (+) yakni ($r = 0.475$), hal ini menunjukkan adanya arah hubungan yang positif, semakin tinggi *hope* pada mahasiswa, maka semakin tinggi pula *self acceptance* pada mahasiswa.

Hipotesis yang diajukan pada penelitian ini, memiliki hubungan secara sepotong – potong antara *self awareness*, *hope* dengan *self acceptance*. Berikut penjelasannya:

Tabel 28. Hasil Uji T (Uji Parsial)

| Variabel | t | Sig. | Keterangan |
|---|--------|-------|--------------------|
| <i>Self Awareness – Self Acceptance</i> | 7.146 | 0.000 | Hipotesis Diterima |
| <i>Hope – Self Acceptance</i> | 10.658 | 0.000 | Hipotesis Diterima |

Berdasarkan tabel yang telah dipaparkan diatas, hasil uji korelasi *self awareness* dengan *self acceptance* diperoleh nilai t sebesar 7.146 dengan nilai signifikansi $0.000 < 0.05$, maka H_a diterima yang berarti terdapat hubungan positif antara *self awareness* dengan *self acceptance* pada mahasiswa. Hasil uji koefisien korelasi *hope* dengan *self acceptance* di peroleh nilai t sebesar 10.658 dengan signifikansi $0.000 < 0.05$, maka H_a diterima yang berarti

terdapat hubungan positif antara *hope* dengan *self acceptance* pada mahasiswa.

Tabel 29. Hasil Uji F (Kelayakan Model)

| Variabel | F | Sig. | Keterangan |
|---|---------|-------|--------------------|
| <i>Self Awareness, Hope – Self Acceptance</i> | 172.451 | 0,000 | Hipotesis Diterima |

Tabel diatas, hasil analisis data diperoleh nilai koefisien F hitung sebesar 172.451 dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ yang artinya H_a diterima. Sehingga dapat dikatakan bahwa *self awareness, hope* secara bersamaan memiliki hubungan positif yang signifikan dengan *self acceptance*. Berarti semakin tinggi *self awareness* dan *hope* maka akan semakin tinggi pula *self acceptance*, sebaliknya semakin rendah *self awareness* dan *hope* maka akan semakin rendah pula *self acceptance*.

Tabel 30. Uji R² (Koefisien Determinasi) Pengaruh Variabel Prediktor Terhadap *Self Acceptance*

| <i>Model Summary</i> | | | |
|----------------------|-----------------|--------------------------|--------------------|
| R | R Square | Adjusted R Square | Keterangan |
| 0.699 | 0.489 | 0.486 | Hipotesis Diterima |

Berdasarkan tabel analisis data diatas, dapat diketahui bahwa hasil R Square (Koefisien Determinasi) sebesar 0,489 yang berarti 48% variabel *self acceptance* dipengaruhi oleh variabel *self awarness* dan *hope*. Sisanya sebesar 42% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti oleh peneliti dalam penelitian ini. Demikian hipotesis dinyatakan diterima, berarti terdapat hubungan antara *self awareness*, *hope* dengan *self acceptance* pada mahasiswa. Selanjutnya, semakin kecil nilai koefisien determinasi (R Square), maka ini artinya pengaruh variabel (X) terhadap variabel (Y) semakin lemah. Sebaliknya, jika nilai R Square semakin mendekati angka 1, maka pengaruh tersebut semakin kuat.

C. Pembahasan

Berdasarkan hasil pengujian statistik yang telah dipaparkan diatas menunjukkan bahwa penelitian ini membuktikan bahwa *self awareness* dan *hope* merupakan variabel yang memiliki hubungan signifikan terhadap *self acceptance*. Penelitian ini membuktikan bahwa secara parsial ada hubungan positif yang signifikan antara *self awareness* dengan *self acceptance*, dan ada hubungan positif yang signifikan antara *hope* dengan *self acceptance*. Sedangkan hasil analisis secara simultan terdapat hubungan positif yang signifikan antara *self awareness*, *hope* dengan *self acceptance* (variabel independent secara bersamaan). Artinya semakin tinggi *self awarness* pada mahasiswa, maka semakin tinggi pula *self acceptance* yang dimiliki oleh mahasiswa. Pada penelitian ini juga membuktikan bahwa semakin tinggi *hope*

mahasiswa, maka semakin tinggi pula *self acceptance* yang dimiliki mahasiswa.

Sehingga penelitian ini membuktikan teori Hurlock (2006) yang memaparkan bahwa faktor dari terbentuknya *self acceptance* pada individu yaitu dikarenakan adanya Pemahaman diri (*self understanding*) ialah bagaimana individu untuk memahami mengakui serta sadar tentang dirinya sendiri secara apa adanya jujur dan nyata serta adanya serta adanya harapan yang disesuaikan dengan pemahaman dan kemampuan tiap tiap individu. Hal ini sesuai dengan teori Steven & Howard (2003) menjelaskan *self awareness* merupakan kemampuan individu untuk memahami perasaan diri dan perasaan orang lain juga merasakannya sehingga berpengaruh terhadap perilaku orang lain. Menurut Snyder (2002) juga mendefinisikan pengertian *hope* merupakan seluruh kemampuan yang dimiliki individu untuk menghasilkan jalan dalam upaya untuk mewujudkan keinginan individu bersamaan dengan motivasi yang dimiliki dalam menggunakan jalan jalan tersebut

Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Harisa Ummamil (2018) yang mengatakan bahwa penerimaan diri sangat berhubungan erat dengan emosi-emosi positif yang ada di dalam diri setiap orang. Bentuk individu yang positif dapat berkembang di dalam dirinya untuk membentuk berbagai macam, salah satunya adalah penerimaan diri.

Utami (2013) menjelaskan *self acceptance* merupakan kesadaran individu tentang karakteristik dan kemauan untuk hidup dengan keadaan dirinya.

Mahasiswa telah memasuki usia dewasa awal dimana salah satu tugas perkembangannya yaitu mempunyai tujuan-tujuan yang jelas untuk merencanakan masa depannya. Seseorang yang matang melihat tujuan-tujuan yang ingin dicapainya secara jelas dan mampu memilah mana yang pantas dan mana yang tidak serta bekerja secara terbimbing menuju arahnya. Masa mahasiswa adalah waktu untuk mempersiapkan diri memasuki dunia pekerjaan sehingga generasi muda telah mampu untuk mengelola waktu dengan baik dan mampu menghadapi pekerjaan yang kompleks. Mahasiswa harus mempersiapkan dan berlatih sejak awal supaya dapat mengelola waktu secara efektif dan efisien, sehingga mahasiswa mampu dan siap untuk lebih produktif (Papalia, 2008).

Hurlock (2006) mengatakan bahwa beberapa faktor yang bersifat internal dari proses *self awareness* adalah pemahaman tentang diri sendiri yang timbul dari kesempatan untuk mengenali kemampuan dan ketidak mampuannya serta mencoba menunjukkan kemampuannya. Semakin mahasiswa mengenali dirinya maka semakin besar penerimaan mahasiswa terhadap dirinya. Faktor internal yang mempengaruhi *self acceptance* salah satunya yaitu *self awareness*.

Individu yang memiliki *self awareness* tinggi akan menjadikan kesadaran emosional dalam diri pada individu terkontrol dengan baik dan dengan begitu *self acceptance* pada individu juga akan baik termasuk pribadi yang memiliki

kepercayaan diri yang baik dan mampu menghargai orang lain oleh karena itu individu. Individu dengan *self awareness* tinggi akan memiliki penilaian terhadap dirinya sendiri yang lebih akurat dari pada penilaian yang diberikan orang lain sehingga dengan adanya hal tersebut menjadikan individu mempunyai *self acceptance* tinggi mampu menerima kritikan dari orang lain, mampu menilai diri sendiri dan memperbaiki kelemahan yang dimiliki serta jujur terhadap diri sendiri. Serta individu yang *self awareness* nya tinggi akan mempunyai kepercayaan diri yang bagus dan menjadikan *self acceptance* tinggi pula sehingga individu bisa lebih nyaman terhadap diri sendiri, mampu memaafkan kemampuan dengan lebih efektif, mandiri dan berpendirian terhadap apa yang menjadi prinsipnya, bangga menjadi diri sendiri.

Byrn (2005) mengatakan bahwa *self awareness* kemampuan individu untuk mencari perbedaan diri individu tersebut dari lingkungannya, fisiknya serta sosial individu tersebut. Sehingga mahasiswa harus mengetahui sikapnya saat dilingkungannya bisa memahami bahwa dirinya berbeda dengan lainnya. Dalam arti mahasiswa mempunyai konsep diri dan menampilkannya melalui kemampuan berkomunikasi, bagaimana menjalin hubungan dengan orang lain maupun diri sendiri dengan baik.

Hartanti (2013) berpendapat bahwa individu yang menerima dirinya dengan baik mampu melakukan perubahan-perubahan hidup untuk menjadi lebih baik. Namun, ketika individu dengan *self awareness* rendah akan menjadikan individu tidak mampu mengontrol emosi pada dirinya, penilaian terhadap diri sendiri tidak akurat dan tidak memiliki kepercayaan diri yang

bagus, sehingga menyebabkan *self acceptance* ikut rendah yang berdampak pada diri menjadi tidak bisa menghargai diri sendiri, tidak mampu menerima kritikan dari orang lain terhadap dirinya, tidak dapat jujur kepada diri sendiri, tidak mandiri dan tidak bangga pada diri sendiri.

Self acceptance mampu menghadirkan pandangan untuk melihat diri sendiri lebih positif, menurunkan stress, serta membuat individu mampu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya baik secara perilaku maupun emosional (Hurlock, 2006). Selain faktor *self awareness* yang menjadi pengaruh *self acceptance*, faktor internal lainnya yaitu *hope* juga berpengaruh dalam *self acceptance*.

Yavas (2015) menjelaskan bahwa *hope* memiliki fungsi sebagai pencegah efek negative terhadap diri sendiri. Sedangkan Gustaffson (2010) mengatakan bahwa *hope* dapat membuat individu mampu membentuk dan mengembangkan afektif yang positif. Individu yang memiliki *hope* tinggi adalah pribadi yang memiliki tujuan untuk masa depan yang lebih baik dan bisa merancang tujuan dengan terstruktur sehingga *self acceptance* yang ada dalam diri individu membuat percaya diri dan mampu menghargai diri sendiri dan orang lain, bisa menerima kritikan dari orang lain tentang diri sendiri, mampu menilai diri dan dapat mengoreksi setiap kelemahan serta kesalahan diri.

Individu dengan *hope* tinggi akan memiliki jalan pemikiran untuk masa depan yang akan di jadikan nyata, menjadikan *self acceptance* tinggi pula sehingga menjadik individu yang memiliki kejujuran terhadap diri sendiri,

nyaman dengan diri sendiri dan mampu memanfaatkan kemampuan yang dimiliki dengan efektif.

Hope yang tinggi akan membuat individu memiliki persepsi pemikiran terhadap masa depan yang harus dipersiapkan oleh individu, menjadikan individu memiliki *self acceptance* tinggi membuat individu menjadi lebih mandiri dan memiliki pendirian terhadap prinsip yang telah di buat, bangga menjadi diri sendiri. Menurut Snyder (2000) *Hope* atau harapan merupakan keseluruhan dari kemampuan yang dimiliki individu untuk menghasilkan jalur mencapai tujuan yang diinginkan.

Individu yang memiliki *hope* rendah menjadikan individu tidak memiliki tujuan yang jelas terhadap masa depan, jalan pemikiran yang tidak terarah dan persepsi pemikiran yang tidak jelas menyebabkan *self accepted* rendah pula, ketika *self acceptance* rendah menjadikan pribadi yang tidak memiliki rasa percaya diri dan tidak bisa menghargai orang lain, tidak mau menerima kritikan dari orang lain terhadap dirinya, tidak mampu berkata jujur baik kepada diri sendiri maupun orang lain, tidak nyaman dengan diri sendiri, tidak bisa mandiri, tidak memiliki pendirian dan selalu merasa minder dengan kemampuan diri sendiri.

Mahasiswa yang memiliki *self awareness* tinggi dan *hope* tinggi akan menjadikan *self acceptance* tinggi pula, sehingga mahasiswa yang memiliki pemahaman terhadap diri sendiri dalam berkomunikasi maupun menjalin hubungan sosial dengan orang lain, serta mempunyai harapan terhadap motivasi untuk mencapai tujuan yang diyakini bahwa sesuatu yang baik

sehingga akan menyebabkan mahasiswa mempunyai sikap percaya diri, menerima diri sendiri, mampu menghargai orang lain dan menerima kritikan dari orang lain. Kedua faktor tersebut menjadi pengaruh *self acceptance* pada mahasiswa.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dibahas, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan oleh peneliti, yaitu sebagai berikut :

1. Hipotesis diterima, terdapat hubungan positif antara *Self awareness* dengan *Self acceptance* pada mahasiswa
2. Hipotesis diterima, terdapat hubungan positif antara *hope* dengan *self acceptance* pada mahasiswa
3. Hipotesis diterima, terdapat hubungan positif antara *self awareness* dan *hope* dengan *Self acceptance* pada mahasiswa

A. Saran

1. Bagi Tenaga Pendidikan

Tenaga pendidik hendaknya perduli dan terus memotivasi serta dukungan atau dorongan terhadap mahasiswa agar memiliki *self acceptance*, *self awareness* dan *hope* yang bagus, ketika mahasiswa mengalami sebuah permasalahan mampu dalam mengatasi permasalahannya dan memiliki kesadaran diri dalam menerima diri sehingga memiliki sebuah harapan untuk kedepannya.

2. Bagi subjek penelitian

Subjek penelitian diharapkan mampu lebih mawas diri untuk lebih memahami diri dengan segala kelebihan dan kekurangannya, mendekatkan diri dengan Allah SWT untuk dipermudah jalan dan cita citanya untuk menjadi pribadi yang lebih baik lagi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Penelitian selanjutnya diharapkan menggunakan tryout tidak terpakai agar angket penelitian selanjutnya lebih valid mengingat instrumen yang digunakan peneliti bukan instrument adaptasi.
- b. Diharapkan penelitian selanjutnya peneliti dapat mengambil data secara langsung agar menghasilkan data yang lebih akurat dikarenakan kondisi yang sedang tidak mendukung karena pada saat pandemi COVID 19 disarankan untuk segala sesuatunya lebih baik dilakukan secara *online/virtual*

DAFTAR PUSTAKA

- Ariawaty, R. ., & Evita, S. N. (2018). *Metode Kuantitatif Praktis*. Bandung: Bima Pratama Sejahtera.
- Azwar, S. (2009). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Bernard, M. E. (2013). The strength of self-acceptance: Theory, practice and research. In *The Strength of Self-Acceptance: Theory, Practice and Research*. Springer New York. <https://doi.org/10.1007/978-1-4614-6806-6>
- Calhoun, J. F., & Acocella, J. R. (1990). *Psikologi Tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan (Alih Bahasa: Satmoko, R.S)*. IKIP Press.
- Chaplin, J. P. (2011). *Kamus Lengkap Psikologi*. Rajawali Pers.
- Farisyza, S. (2013). *Definisi Self Awareness (Kesadaran Diri)*.
- Feldman, D. B., & Kubota, M. (2015). Hope, self-efficacy, optimism, and academic achievement: Distinguishing constructs and levels of specificity in predicting college grade-point average. *Learning and Individual Differences*, 37, 210–216. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2014.11.022>
- Germer, C. K. (2009). *The Mindful Path To Self-Compassion*. The Guilford Press.
- Goleman, D. (2007). *Emotional Intelligence. Alih Bahasa: T. Hermaya*. PT Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman, Daniel. (1996). *Emotional Intellegence Why it Can Matter More Than IQ*. Bantam Books.
- Gustaffson, H., Hassmen, P., & Potlog, L. (2010). Exploring the relationship between hope and burnout in competitive sport. *Journal of Sport Science*, 28(14), 1495–1504.
- Haase, J. E., Britt, T., Coward, D. D., Leidy, N. K., & Penn, P. E. (1992). Simultaneous Concept Analysis of Spiritual Perspective, Hope, Acceptance and Self- transcendence. *Image: The Journal of Nursing Scholarship*, 24(2), 141–147. <https://doi.org/10.1111/j.1547-5069.1992.tb00239.x>
- Hartaji, D. A. (2012). Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa yang Berkuliah. Dengan Jurusan Pilihan Orangtua. *Skripsi: Universitas Gunadarma*.
- Hartati, J., Erlamsyah, & Syahniar. (2013). *Hubungan Antara Perlakuan Orangtua dengan Penerimaan Diri Siswa*. <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor>
- Hurlock, E. B. (2006). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Ruang Kehidupan. Edisi 5* (Erlangga (ed.)).
- Khoiriyah, A. L., & Rosdiana, A. M. (2019). HUBUNGAN KETIDAKPUASAN TUBUH DENGAN PENERIMAAN DIRI PADA PEREMPUAN USIA DEWASA AWAL (18-25 TAHUN) DI KOTA MALANG. In *Jurnal Kesetaraan dan Keadilan Gender* (Vol. 14, Issue 2).
- Kuyumcu, B., & Rohner, R. P. (2018). The relation between remembered parental acceptance in childhood and self-acceptance among young Turkish adults. *International Journal of Psychology*, 53(2), 126–132.

<https://doi.org/10.1002/ijop.12277>

- Listiyandini, R. A. (2018). *Peran Trait Mindfulness (Rasa Kesadaran) Terhadap Penerimaan Diri Pada Remaja Dengan Orangtua Bercerai Empathy and Resilience among Indonesian Medical Students View project Measuring Mindfulness and its Relation with Psycho-social Adjustment among Indonesian View project Retty Fauzia Universitas YARSI 1 PUBLICATION 2 CITATIONS* SEE PROFILE.
<https://www.researchgate.net/publication/329041137>
- Magaletta, P. R., & Oliver, J. M. (1999). The hope construct, will, and ways: Their relations with self- efficacy, optimism, and general well- being. *Journal of Clinical Psychology*, 55(5), 539–551.
[https://doi.org/10.1002/\(sici\)1097-4679\(199905\)55:5<539::aid-jclp2>3.3.co;2-7](https://doi.org/10.1002/(sici)1097-4679(199905)55:5<539::aid-jclp2>3.3.co;2-7)
- Marni, A., & Yuniawati, R. (2015). Hubungan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri pada lansia di panti wredha budhi dharma yogyakarta. In *Jurnal Fakultas Psikologi* (Vol. 3, Issue 1).
- Monks, F. J. (2002). *Positive Psychologica Traits and Career Adabtability Among Mienias*. Gajah Mada University Perss.
- Muhid, A. (2019). *Analisis Statistik 5 Langkah Praktis Analisis Statistik Dengan SPSS For Windows (2 ed.)*. Sidoarjo : Zifatama Jawaara.
- Pramita, A. (2021). Harapan (Hope) pada Remaja Penyandang Thalassaemia Mayor. *Skripsi: Universitas Indonesia*.
- Pramono, R. B., & Astuti, D. (2017). Cognitive Behavioral Therapy as an Effort to Improve Self Acceptance of Adolescents in Orphanage. *The Open Psychology Journal*, 10(1), 161–169.
<https://doi.org/10.2174/1874350101710010161>
- Priyanto, D. (2010). *Teknik Mudah dan Cepat Melakukan Analisis Data Penelitian dengan SPSS*. Yogyakarta : Gava Media.
- Rahmandani, A., & Subandi, M. A. (2010). Pengaruh terapi pemaafan dalam meningkatkan penerimaan diri penderita kanker payudara. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 2(2), 141–172.
<https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol2.iss2.art1>
- Rahmawati, S. (2017). *Pengaruh Religiusitas Terhadap Penerimaan diri Orangtua Anak Autis di Sekolah Luar Biasa XYZ* (Vol. 4, Issue 1).
- Ratnasari, D., & Pribadi, H. (2019). Hubungan antara dukungan sosial terhadap penerimaan diri siswa kelas viii smp negeri 3 tarakan. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Borneo*, 1(2), 14–18. <http://ojs.borneo.ac.id/ojs/index.php/JBKB>
- Ridha, M. (2012). *Hubungan antara body image dengan penerimaan diri pada mahasiswa aceh di yogyakarta*.
- Ryff, C. D., & Singerb, B. (1996). *Special Article Psychotherapy and Psyehosomatics Psychological Well-Being: Meaning, Measurement, and Implications for Psychotherapy Research Key Words Self-acceptance Purpose in life*

Positive relationships Personal growth Autonomy Environmental mastery Sociodemographic differences Vulnerability Resilience Quality of life.

- Santrock, J. W. (2007). *Psikologi Remaja*. Erlangga.
- Santrock, John W. (2011). *Perkembangan Anak Edisi 7 Jilid 2*. Erlangga.
- Senra, H., Oliveira, R. A., & Leal, I. (2011). From self-awareness to self-identification with visual impairment: A qualitative study with working age adults at a rehabilitation setting. *Clinical Rehabilitation*, 25(12), 1140–1151. <https://doi.org/10.1177/0269215511410729>
- Singgih, D. G. (2001). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. PT. GunungMulia.
- Singgih, S. (2005). *Buku Latihan Statistik Parametrik*. Jakarta : PT. Elex Media Komputindo.
- Siswoyo. (2007). *Ilmu Pendidikan*. UNY Press.
- Skinta, M. D., Brandrett, B. D., Schenk, W. C., Wells, G., & Dilley, J. W. (2014). Shame, self-acceptance and disclosure in the lives of gay men living with HIV: An interpretative phenomenological analysis approach. *Psychology and Health*, 29(5), 583–597. <https://doi.org/10.1080/08870446.2013.871283>
- Snyder, D. K, Gordon, K. C., & Baucom, D. H. (2000). *The Use of Forgiveness in Marital Therapy*. In M. E. McCullough, K. I. Pargament, & C. E. Thoresen (Eds.), *Forgiveness: Theory, Research, and Practice*. New York. Guilford Press.
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2002). *Handbook of Positive Psychology*.
- Steven, J. S., & Howard, B. E. (2003). *Ledakan EQ : 15 Prinsip Dasar Kecerdasan Emosional Meraih Sukses*. Kaifa.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung : PT Alfabeta.
- Suharsimi, A. (2014). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. PT Renika Cipta.
- Supratiknya, A. (1995). *Komunikasi Antar Pribadi: Tinjauan Psikologi*. Kanisius.
- Sutton, A. (2016). Measuring the effects of self-awareness: Construction of the self-awareness outcomes questionnaire. *Europe's Journal of Psychology*, 12(4), 645–658. <https://doi.org/10.5964/ejop.v12i4.1178>
- Uno, H. B. (2006). *Orientasi Baru dalam Psikologi Pembelajaran*. PT Bumi Aksara.
- Utami, N. M. S. N. (2013). Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Penerimaan Diri Individu yang Mengalami Asma. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(1), 12–21.
- Wangge, B. D. R., & Hartanti, N. (2013). Hubungan antara Penerimaan Diri dengan Harga Diri pada Remaja pasca Perceraian Orangtua. In *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial* (Vol. 2, Issue 1).
- Woodford, M. R., Kulick, A., Sinco, B. R., & Hong, J. S. un. (2014).

Contemporary heterosexism on campus and psychological distress among LGBQ students: the mediating role of self-acceptance. *The American Journal of Orthopsychiatry*, 84(5), 519–529. <https://doi.org/10.1037/ort0000015>

Yavas, U., Babakus, E., & Karetepe, O., M. (2015). Does hope moderate the impact of job burnout on ftonline bank employees in role and extra-role performances. *International Journal of Bank Marketing*, 31(1), 56–70.

<https://www.kompas.id/baca/dikbud/2021/04/12/cemas-menghadapi-masa-depan-yang-tak-pasti/> diakses April 2021

<https://jatim.bps.go.id/statictable/2019/10/09/1658/jumlah-perguruan-tinggi-mahasiswa-dan-tenaga-edukatif-negeri-dan-swasta-di-bawah-kementrian-ri-set-teknologi-dan-pendidikan-menurut-kabupaten-kota-di-jawa-timur-2018-2019-.html> diakses 20 June 202



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A