

## HUBUNGAN *SELF-ESTEEM* DENGAN KESEPIAN PADA REMAJA YAYASAN PENYANTUNAN YATIM PIATU ACEH SEPAKAT DARUL AITAM MEDAN

Melda Sofia<sup>1</sup>, Nurul Aida<sup>2</sup>

<sup>1,2,3</sup> Universitas Ubudiyah Indonesia, Jalan Alue Naga Desa Tibang, Banda Aceh 23114, Indonesia

<sup>4</sup> Mahasiswa Prodi S1 Psikologi Universitas Ubudiyah Indonesia, Jalan Alue Naga Desa Tibang, Banda Aceh 23114, Indonesia

\*Corresponding Author: melda@uui.ac.id

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self esteem* dengan kesepian pada remaja Yayasan Penyantunan Yatim Piatu Aceh Sepakat Darul Aitam Medan. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 36 orang. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dan pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan teknik Total *sampling* yang berjumlah 36 orang. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *self esteem* dan kesepian yang telah valid dan reliabel dengan model skala Likert. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik korelasi Product Moment dari Pearson. Pada penelitian ini menunjukkan hasil bahwa ada hubungan yang positif dari *self esteem* dengan kesepian pada Remaja Yayasan Penyantunan Yatim Piatu Aceh Sepakat Darul Aitam Medan, hal ini ditunjukkan  $R_{x-y} = -0,554$  dan nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$ , artinya semakin tinggi *self esteem* maka semakin rendah kesepian yang dinyatakan diterima. Besarnya koefisien determinan  $r^2 = 0,306$ , ini menunjukkan bahwa *self esteem* berkontribusi terhadap kesepian sebesar 30,6%. Masih terdapat 69,4% faktor lain yang mempengaruhi kesepian tidak dilihat dalam penelitian ini. Maka dari itu para pengasuh Yayasan Penyantunan Yatim Piatu Aceh Sepakat Darul Aitam Medan, memberikan dukungan untuk meningkatkan *self-esteem* didalam diri siswa agar tingkat kesepian yang dialami remaja berkurang, dan kepada peneliti berikutnya untuk mencari faktor-faktor lainnya yang berhubungan dengan kesepian.

**Kata Kunci :Self Esteem, Kesepian, Remaja**

### Abstract

*This study aims to determine the relationship between self-esteem and loneliness in teenagers from the Aceh Sepakat Darul Aitam Orphan Fund Foundation in Medan. The population used in this research was 36 people. The research used a quantitative approach and sampling in this research was done using a total sampling technique of 36 people. The instrument used in this research is a self-esteem and loneliness scale which is valid and reliable using a Likert scale model. The data analysis method used in this research is the Product Moment correlation technique from Pearson. This research shows the results that there is a positive relationship between self-esteem and loneliness in the youth of the Aceh Orphan Penalty Foundation Sepakat Darul Aitam Medan, this is shown by  $R_{x-y} = -0.554$  and a significance value of  $0.000 < 0.05$ , meaning the higher the self-esteem. esteem, the lower the perceived loneliness. The magnitude of the determinant coefficient  $r^2 = 0.306$ , this shows that self-esteem contributes to loneliness by 30.6%. There are still 69.4% of other factors that influence loneliness that were not seen in this study. Therefore, the caretakers of the Aceh Sepakat Darul Aitam Medan Orphan*

*Pension Foundation, provide support to increase self-esteem in students so that the level of loneliness experienced by teenagers is reduced, and for future researchers to look for other factors related to loneliness.*

**Keywords:** *Self Esteem, Loneliness, Teenagers*

## **PENDAHULUAN**

Masa remaja merupakan masa dalam kehidupan seseorang ketika mengalami transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Masa remaja dapat didefinisikan sebagai transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa atau tergantung pada konteks penggunaannya. Dalam pembentukan kepribadian individu terdapat banyak tantangan, baik internal maupun eksternal, terutama dalam konteks sosial (Hurlock, 2011).

Perkembangan kepribadian ini biasanya didapat oleh anak melalui lingkungan keluarga, lingkungan sosial, serta melalui pendidikan yang di tempuhnya. Keluarga berperan besar dalam membentuk kepribadian dasar bagi anak, begitu pula lingkungan sosial dan juga bentuk pendidikan yang ditempuhnya. Anak yang sudah menjalani pendidikan akan lebih banyak menghabiskan waktunya disekolah (Rustika, 2015). Selama masa sekolah juga lah anak akan belajar dan mencari peran dan juga identitas diri di lingkungan sosialnya.

Sebagaimana diketahui kalau manusia ialah makhluk sosial yang tak bakal pernah lepas dari kaitannya dengan orang lain. Sebagian besar kehidupan manusia dihabiskan dengan cara berhubungan dengan orang lain. Hubungan ini ada yang bersifat formal ada pula non formal, ada yang hanya sekedar basa basi sampai ada hubungan yang bersifat mendalam. Hubungan – hubungan ini sudah terbentuk sejak anak masih di dalam kandungan ibu berlanjut hingga anak tersebut lahir dan tumbuh sehingga dapat menjalin hubungan yang lebih luas lagi dengan orang lain (Widiantari & Herdiyanto, 2013).

Bahkan di tengah tantangan yang dihadapi kaum muda, orang tua tetap memiliki peran penting dalam pertumbuhan dan kesejahteraan mereka. Dengan atau tanpa orang tua remaja tersebut tetap harus melewati masa remaja yang biasa di sebut masa topan badai (Hurlock, 2011).

Remaja yang tak mempunyai orang tua tentu akan merasa kehilangan yang sangat besar dimana remaja tersebut akan kehilangan tempat untuk berbagi kesulitan-kesulitan mereka dalam melewati masa remajanya. Banyak kita jumpai remaja yang mengalami hal seperti ini di lembaga sosial dan yayasan panti asuhan. Panti Asuhan adalah organisasi sosial yang membantu anak-anak tanpa orang tua dan mereka yang berasal dari keluarga berpenghasilan rendah dengan terlibat dalam kegiatan sosial. Panti asuhan adalah tempat di mana anak-anak terlantar atau yatim piatu ditampung, dididik, dan diasuh oleh masyarakat secara keseluruhan (Wikipedia.com). Alih-alih berfungsi sebagai upaya terakhir bagi anak-anak yang pengasuh utamanya tidak mampu menafkahi mereka, panti asuhan lebih seperti lembaga pendidikan. Pengurus panti asuhan sangat tidak siap untuk memahami kebutuhan anak yatim dan jenis perawatan yang akan mereka terima di dunia yang sempurna (Wikipedia.com).

Hal ini menjadi beban tambahan pada remaja yang sedang menata perkembangan kepribadiannya maupun sosialnya, dimana pada saat ini remaja tersebut masih sangat membutuhkan dukungan, perhatian serta perlindungan dari orang tuanya dalam berbagai hal (Tusan, 2017). Kondisi tersebut cenderung membuat remaja menjadi lemah, merasa terpuruk dan mudah putus asa. Kecendrungan-kecendrungan ini menjadi beban psikologis baru pada remaja yang kehilangan orang tuanya. Apabila beban psikologis ini tak tepat diatasi, maka akan berdampak buruk pada kehidupan dan perkembangan remaja tersebut (Lastina & Budhi, 2018).

“Berkurangnya salah satu hubungan yang paling dekat dengan remaja serta berubahnya kehidupan seseorang baik dari segi pribadi maupun sosialnya akan berdampak pada keadaan psikis remaja tersebut sehingga akan mengurangi arti kebahagiaan dan makna hidup individu yang bersangkutan. Individu tersebut akan merasakan kehampaan dan kesepian sebagaimana

yang di ucapkan oleh Mc. Closky & Schaar (dalam Saputri dkk, 2012)". Masa remaja merupakan masa yang sangat rentan terhadap kesepian (Baron & Byrne, 2005).

Berdasarkan observasi yang dilakukan di Panti Asuhan Aceh sepakat bahwa anak yatim piatu yang berada disana mengalami kesepian. Di antara banyak alasan mengapa kaum muda merasa kesepian adalah tidak adanya teman dekat dan anggota keluarga, serta ketakutan yang mungkin datang dari tumbuh dewasa di panti asuhan. Ketika seorang remaja kesepian, ia merasa terisolasi dari teman-temannya. Remaja percaya bahwa mereka tidak menarik, tidak berguna, dan tidak memiliki apa pun untuk dibanggakan, yang membuat mereka percaya bahwa mereka tidak pantas mendapatkan perhatian siapa pun.

Peneliti mencoba wawancara dengan 3 orang remaja yang ada di panti pada tanggal 15 Desember 2021, bahwa remaja sulit untuk menyesuaikan diri, sebagian ada yang masa lalu ketika bersama orang tua remaja cenderung didik dengan keras, menyebabkan trauma pada diri mereka sehingga mempunyai masalah penyesuaian diri dengan pengasuh. Beberapa remaja juga tidak pernah bersosialisasi dengan orang sekitar, remaja panti beranggapan orang yang berada disekitar itu hanya merendahkan mereka saja dan disekolah remaja panti juga sering dihina oleh teman-temannya karena tinggal dipanti asuhan. Sebagian remaja panti lebih sering sendiri-sendiri dari pada bergabung dan bersosial dengan teman-teman panti maupun dengan orang sekitar.

Orang yang kesepian cenderung menyalahkan diri sendiri, menurut Frankle dan Prentice (dalam Santrock, 2003). Akibatnya, mereka yang menganggap kegiatan keagamaan menyenangkan sering kali merasa tidak berharga dan berusaha menghindari hubungan sosial. Kesepian biasanya disertai dengan emosi negatif seperti melankolis dan kecemasan, serta perasaan membenci diri sendiri dan ketidakmampuan untuk berhubungan dengan orang lain (Baron & Byrne, 2005).

Merasa kesepian ketika seseorang tidak memiliki interaksi sosial yang diinginkan, dan ini diakibatkan oleh ketidaksesuaian antara keinginan kita dan ikatan sosial yang kita punyai (Perlman & Peplau, 1982 dalam Baron, 2005). Depresi, kecemasan, kesedihan, ketidakpuasan, menyalahkan diri sendiri, dan rasa malu adalah gejala kesepian (Anderson dalam Baron, 2005). Keadaan emosional yang ditandai dengan perasaan terisolasi dan kurangnya koneksi yang berarti dengan orang lain dikenal sebagai kesepian (Bruno, 2000). Ketidakpuasan dengan ikatan sosial saat ini adalah apa yang menyebabkan kesepian, menurut Brem.

Ada dua cara untuk melihat kesepian seseorang menurut Peplau (dalam Yurni, 2015), yaitu, a) kesepian sosial, kesepian sosial berkembang ketika seseorang merasa tidak terpenuhi dan tidak diterima oleh orang-orang di sekitarnya, dan ini menyebabkan kurangnya minat untuk terlibat dalam kegiatan sosial. b.) Kurangnya kepribadian yang mendukung, seperti orang tua atau teman, menyebabkan perasaan kesepian emosional. Akibatnya, seseorang akan membutuhkan bantuan keluarga dan teman-temannya untuk bertahan hidup (Stauffer dalam Yurni, 2015).

Berdasarkan informasi yang didapat melalui proses observasi dan wawancara di panti asuhan Aceh Sepakat Halat Medan, terdapat 64 anak yang saat ini diasuh oleh panti asuhan Aceh Sepakat yaitu ada 36 orang berusia remaja lalu 28 orang berusia anak-anak. Lalu di yayasan tersebut terdapat 10 pengasuh tetap panti dan 3 pengasuh relawan. Dari ke 53 remaja yang diasuh di panti tersebut masih ditemukan beberapa remaja yang mengaku merasa kesepian dalam hidupnya. Perasaan yang di ungkapkan oleh beberapa remaja tersebut mereka merasa kurang akrab dan sering menyalahkan diri sendiri, ini merupakan suatu bentuk kekecewaan pada terbatasnya hubungan interpersonal yang ia miliki saat ini, jumlah pengasuh panti yang terbatas membuat sebuah hubungan satu sama lain menjadi terbatas pula, tidak sesuai dengan harapan yang ada pada remaja tersebut.

Peneliti mencoba wawancara dengan salah satu pengasuh panti pada hari Rabu, tanggal 16 Desember 2020 bahwa beberapa remaja sulit untuk bersosialisasi dengan orang sekitar, suka

memilih-milih teman, bahkan ada juga yang lebih suka menyendiri, masalah yang dihadapi pengasuh juga dikarenakan terhambat atau kurangnya hubungan sosial dan interaksi sesama teman yang ada dipanti.

Perasaan kesepian setiap individu berbeda-beda tergantung dari seberapa besar faktor-faktor yang mempengaruhinya. Terdapat juga faktor-faktor yang berdampak pada kesepian antara lain : ketidakadekuatan dalam hubungan yang dimiliki, terjadi perubahan dalam suatu hubungan, rendahnya *self esteem* individu serta keberhasilan suatu hubungan interpersonal individu. Dalam hal ini faktor *self esteem* sangat berperan besar dalam mempengaruhi tingkat kesepiann seseorang.

Menurut Burns (dalam Azizah & Rahayu, 2016), Kesepian versus tidak kesepian sebagian besar ditentukan oleh rasa harga diri seseorang. Untuk mengatasi kesepian, langkah selanjutnya adalah belajar menerima dan menghargai diri sendiri. Ketika Anda merasa dicintai oleh orang lain, kesepian adalah sesuatu dari masa lalu. Bednar (2000) menyatakan kesepian sering diiringi dengan perasaan *self esteem* yang rendah. Kesepian dan harga diri yang rendah hanyalah konstruksi mental, tetapi memiliki dampak yang signifikan terhadap kualitas hidup seseorang. Adalah mungkin untuk mendefinisikan harga diri sebagai kepercayaan pada nilai dan nilai intrinsik seseorang (Rosenberg, dalam Yurni, 2015). Orang-orang yang kesepian lebih suka menempatkan kesalahan atas masalah mereka di pundak mereka. Seorang individu yang depresi menyalahkan dirinya sendiri atas semua penyakit kehidupan (Frankie & Prentice, dalam Santrock, 2012).

Kesepian merupakan sesuatu yang penting untuk diperbincangkan. Seperti contohnya di Inggris. Saat dilaksanakan penelitian, ternyata Inggris mempunyai masalah serius dengan kesepian. Hasil laporan tahun 2017 membuktikan terkait kesepian yang dipublikasi oleh komisi JoCox, terdapat sembilan juta manusia sering mengalami kesepian. Theresa May mengatakan kebanyakan manusia kesepian merupakan permasalahan yang paling menyedihkan di era modern seperti saat iniyang bisa mempengaruhi kepercayaan diri dan harga diri manusia (Yeginsu, 2018).

Fenomena kesepian pun terjadi di Amerika. Salah satu perusahaan asuransi di Amerika sudah melakukan survey terkait kesepian. Hasil survey menunjukkan bahwa skor kesepian rata-rata di Amerika adalah 44, yang artinya kebanyakan penduduk Amerika dianggap kesepian (Public Health, 2018). Amerika yang dianggap merupakan negara adidaya juga tidak sedikit rakyatnya yang merasakan kesepian.

Kesepian bisa saja dirasakan setiap manusia dan tak memandang tingkat usia tertentu. Tapi berdasarkan penelitian yang ada, kesepian rentan terjadi pada kalangan usia muda. Salah satu penelitian terkait kesepian dibuat oleh Parlee didapatkan hasil bahwa kesepian dirasakan oleh 77% orang dengan usia muda, 53% orang dalam kisaran usia 45-54 tahun, dan 37% orang yang berusia lebih dari 55 tahun (Sears dkk, 1985).

Banyak faktor yang bisa memicu timbulnya kesepian pada individu. Perlman & Peplau (1984) menemukan terdapat 3 faktor utama mengapa orang mengalami kesepian, adalah: faktor kepribadian, situasi, dan budaya. Adapun faktor kepribadian bisa memberi dampak kesepian pada seseorang adalah tingkat harga diri yang rendah, perasaan malu, diri, introversi, tendensi afiliasi yang lebih rendah, dan kurangnya ketegasan (Perlman & Peplau, 1984).

Dalam hal kesepian dan harga diri yang rendah, Burns (dalam Azizah & Rahayu, 2016) sependapat dengan Sawitri (dalam Azizah & Rahayu, 2016), yang mengatakan bahwa orang yang kesepian cenderung percaya bahwa mereka tidak berharga. Ketika seseorang memiliki harga diri yang rendah, mereka cenderung merasa sendirian dan tidak dihargai, yang membuat mereka tidak nyaman dalam situasi apa pun.

Andini dan Supriyadi (dalam Azizah & Rahayu, 2016) menemukan bahwa remaja dapat menjaga dan menumbuhkan pandangan baik mereka selama berada di panti asuhan untuk melanjutkan kehidupan selanjutnya dan menghindari rasa rendah diri. Daripada menjaga jarak

dari pertemuan baru di panti asuhan, anak muda dapat mengurangi rasa malu mereka dengan aktif memikirkan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan, menurut Andini dan Supriyadi. penderitaan umum individu muda adalah perasaan isolasi. Orang yang mengalami kesulitan menyesuaikan diri dengan situasi baru.

Rosenberg (dalam Coopersmith, 1967) Sebagai kontributor harga diri seseorang, penting untuk merasa dihargai dan dihormati oleh orang lain. Kami senang menjalin hubungan dengan orang-orang yang mengungkapkan rasa terima kasih. Baumeister (dalam Baumgardner, 2009) Individu yang percaya diri percaya bahwa mereka menarik secara visual. Sebaliknya, mereka yang memiliki harga diri rendah cenderung percaya bahwa mereka kurang kompeten dibandingkan dengan mereka yang memiliki harga diri tinggi (Campbell, 1990). Harga diri yang tinggi, menurut Buss (1995), membuat orang percaya bahwa mereka akan diterima oleh orang lain. Sebagai hasil dari peningkatan harga diri dan kemampuan mereka untuk membangun hubungan yang berarti dengan orang lain, mereka tidak lagi mengalami kesepian.

Fenomena ini membuktikan bahwa dari hasil observasi peneliti menemukan banyaknya jumlah remaja yang merasa kesepian di Panti Asuhan Aceh Sepakat Medan. Dari penjelasan yang sudah dikemukakan diatas, tentu berhubungan dengan *Self-Esteem* dengan Kesepian pada Remaja Panti Asuhan. Salah satu alasan peneliti memilih Panti Asuhan Aceh Sepakat karena beberapa pengasuh menginginkan peneliti untuk penelitian di Panti Asuhan lebih dalam tentang seberapa besar tingkat *Self Esteem* dan Kesepian pada Remaja Panti Asuhan Aceh Sepakat.

Hasil penelitian yang berjudul "*loneliness and self-esteem as predictions of internet addiction in adolescents*" atau "kesepian dan harga diri sebagai prediksi dari kecanduan internet pada remaja" yang diteliti oleh Retnowati & Latief (2018) bermaksud guna mengamati perkiraan kesepian dan harga diri pada kecanduan internet pada remaja. Ada 377 remaja yang jadi subjek penelitian (213 perempuan dan 163 laki-laki). Kesepian dan harga diri memiliki dampak menguntungkan yang kuat pada kecanduan internet remaja, menurut sebuah penelitian. Sebaliknya, kesepian memiliki dampak yang jauh lebih besar daripada harga diri pada kesejahteraan seseorang. Masing-masing variabel berkontribusi 21,5 persen dan 9,7 persen terhadap perasaan kesepian dan harga diri, selebihnya faktor lain yang tak diamati yang dipengaruhi pada riset ini.

Selanjutnya penelitian yang berjudul "hubungan harga diri dan kesepian dengan depresi pada remaja" yang diteliti oleh Yusuf (2016) bertujuan untuk Belajar tentang hubungan antara harga diri dan depresi di kalangan remaja 196 siswa menjadi subjek penelitian ini. Ada korelasi negatif yang substansial antara depresi dan harga diri, dan kesepian mempunyai korelasi positif yang besar dengan kesepian.

Dari penelitian ini didapatkan bahwa harga diri yang tinggi mampu menurunkan taraf stress. Seseorang dengan tingkat harga diri tinggi mempunyai harapan bahwa dirinya dibutuhkan oleh orang lain. Hal ini dikarenakan dirinya memiliki rasa nyaman dalam diri yang dapat membuat dirinya berhasil membangun relasi dengan orang lain, sehingga mereka pun tidak lagi merasakan kesepian. Sebaliknya seseorang dengan tingkat harga diri yang rendah kurang memiliki keyakinan akan penerimaan dari orang lain, sehingga mereka sangat rentan terhadap pendidikan (Buss dalam Rasadi, 2014).

Peneliti mencoba mengobservasi dengan mendatangi kembali panti asuhan, salah satu remaja panti terlihat mengerjakan apapun dengan sendirian, saat berjalan kedalam kelas sendirian, pergi ke kantin tanpa ditemani oleh anak panti yang lain atau temannya, hingga duduk dikelaskan pun saat jam istirahat sendirian. Remaja tersebut juga sering dilihat sering keluar dari jam belajar. Ada juga yang peneliti temukan salah satu remaja yang sering minta pulang kepada keluarganya pada saat datang berkunjung ke panti.

Selanjutnya peneliti pun mencoba kembali wawancara salah satu pengurus yang ada di panti asuhan, peneliti dapat informasi ternyata remaja yang ada di panti asuhan ada yang merasakan kurang nyaman, pengurus panti sering mendapatkan keluhan dari beberapa remaja

yang juga minta pulang dan keluar dari panti karena merasakan kurang nyaman. Tidak sedikit juga remaja yang dilihat sendiri-sendiri sangat jarang sama-sama. Walaupun tidak semua dan dari sebagian juga sudah punya teman dekat dan sering juga melakukan aktifitas bersama (Wawancara dengan seorang pengurus). Ada indikasi kesepian dari sebagian remaja yang kurang mampu berinteraksi, berhubungan sosial, dan seringkali merasa kurang percaya diri saat bersosialisasi di lingkungan panti, dan ini juga berpengaruh kepada harga diri dari remaja yang ada.

Melalui penelitian ini ingin di lihat apa ada hubungan antara *self-esteem* dengan kesepian pada remaja Yayasan Penyantunan Yatim Piatu Aceh Sepakat Darul Aitam Medan. Riset ini dilakukan karena perasaan kesepian bisa berakibat buruk pada kehidupan remaja, salah satunya suasana hati yang tidak baik. (Hermann & Betz dalam Saleh A, Al Katib, 2006). Selanjutnya kesepian pada remaja selalu di hubungkan dengan timbulnya suasana hati yang buruk, seperti cemas dan marah-marah. Riset ini di harapkan bisa memberikan informasi yang bisa membantu remaja dalam mengurangi kesepian yang dirasakan. Dan dari riset ini juga bisa memberikan informasi terkait perasaan kesepian yang selama ini di anggap sebagai perasaan yang tidak begitu penting. Namun, pada kenyataannya perasaan kesepian memiliki dampak yang cukup buruk pada kesehatan fisik dan psikologis seseorang.

Berdasarkan pemaparan di atas, peneliti berminat menjalankan riset untuk mencari tahu ada hubungan apa tidak antara *Self Esteem* dengan Kesepian pada remaja Yayasan Penyantunan Yatim Piatu Aceh Sepakat Darul Aitam Medan. Serta tujuan peneliti fokus pada remaja karena umur remaja berkisar antara 12-18 tahun menurut pendapat Hurlock (2011) dan pada umur tersebut seseorang sangat mudah merasa kesepian.

## **METODE PENELITIAN**

Dalam penelitian, penulis menggunakan pendekatan kuantitatif yang bersifat korelasional untuk melihat seberapa besar hubungan *self esteem* dengan kesepian pada remaja panti asuhan.

### **Populasi**

Dalam penelitian ini, masalah populasi dan sampel yang dipakai merupakan salah satu faktor yang harus diperhatikan, Menurut Sugiyono (2010) Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah seluruh remaja Yayasan Penyantunan Yatim Piatu Aceh Sepakat Darul Aitam Medan yang berjumlah 36 orang.

### **Sampel**

Sugiyono (2003) mengatakan sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu (Sugiyono, 2003). Penarikan jumlah sample menggunakan teknik sample yang dirasa dapat mewakili dari jumlah populasi.

Menurut Soewadji (2012) teknik *sampling* atau teknik sampel adalah cara atau teknik bagaimana menarik atau mengambil sampel dari populasi. Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel dengan jenis total *sample* dalam menentukan sampel penelitian. Total *sampling* adalah teknik untuk menentukan sample dari populasi dengan jumlah kuota yang diambil secara keseluruhan karena jumlah populasi yang kurang dari 100 maka akan diambil

dari seluruh jumlah populasi, Soewadji (2012). Adapun sampel adalah sebanyak 36 orang yang diperoleh dari sampel total agar seluruh populasi dapat menjadi perwakilan dalam penelitian ini.

### **Metode Pengumpulan Data**

Menurut Sugiyono (2011:162) berdasarkan metode pengumpulan data penelitian kuantitatif dapat dilakukan dengan cara: observasi, wawancara dan kuisisioner. Pada penelitian ini peneliti melakukan dengan cara menyebar angket atau kuesioner. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Serta merupakan teknik pengumpulan data yang efisien bila peneliti tahu dengan pasti variabel yang akan diukur dan tahu apa yang diharapkan dari responden.

### **Instrumen Pengumpulan Data**

Skala dalam penelitian ini menggunakan metode skala Likert yang dimodifikasi yaitu pernyataan yang diikuti beberapa alternatif jawaban yang menunjukkan tingkat kesesuaian subjek terhadap pernyataan (Sekaran, 2000:33). Skala dalam penelitian ini menggunakan empat alternatif jawaban, yaitu “Sangat Sesuai” (SS), “Sesuai” (S), “Tidak Sesuai” (TS) dan “Sangat Tidak Sesuai” (STS). Penilaian jawaban berkisar antara satu sampai dengan empat untuk masing-masing aitem. Pada aitem *favourable*, pilihan SS mendapat skor 4, S mendapat skor 3, TS mendapat skor 2, STS mendapat skor 1. Pada aitem *Unfavourable*, pilihan SS mendapat skor 1, S mendapat skor 2, TS mendapat skor 3, STS mendapat skor 4.

Metode analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik korelasi *product moment* dan *Pearson*. Alasan digunakan teknik korelasi ini karena pada penelitian ini memiliki tujuan ingin melihat hubungan antara variabel bebas (*self esteem*) dengan variabel terikat (*kesepian*).

Sebelum data dianalisis dengan teknik korelasi *product moment*, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi penelitian yaitu:

- a. Uji normalitas, yaitu untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian masing-masing variabel telah menyebar secara normal.
- b. Uji linieritas, yaitu untuk mengetahui apakah data dari variabel bebas memiliki hubungan yang linier dengan variabel terikat.

## **KESIMPULAN**

Sesuai dengan hasil uji hipotesis yang sudah dijelaskan tadi, alhasil bisa diringkas beberapa hal yaitu :

1. Berdasarkan hasil analisa dengan teknik analisa Korelasi *r Product Moment*, diperoleh kalau terdapat korelasi positif antara *self esteem* dengan kesepian dimana  $r_{xy} = -0,554$  dengan signifikan  $p = 0,000 < 0,050$ . Berarti tingginya *self esteem* maka semakin rendah kesepian dan bisa diterima.
2. Koefisien determinan ( $r^2$ ) melalui korelasi antara variable independen X dengan variable dependen Y ialah sekitar  $r^2 = 0,306$ . Yang menyatakan kalau *self esteem* dengan kesepian sebesar 30,6%. Masih terdapat 69,4% faktor lain yang tidak dilihat pada riset ini.
3. Diketahui dari temuan riset ini bahwa *self esteem* rendah, karena poin mean empirik (140,44) < dari hipotetik (155), dan *kesepian* termasuk besar, karena poin empirik (137,53) > poin mean hipotetik (117,5).

## **SARAN**

Berdasarkan kesimpulan yang sudah dibuat, terdapat saran berikut:

### 1. Saran Kepada Subjek Penelitian

Mengamati kalau *self-esteem* di Yayasan Penyantunan Yatim Piatu Aceh Sepakat Darul Aitam Medan tergolong rendah. Hal ini akan berpengaruh terhadap tingkat kesepian remaja yang ada di Yayasan Penyantunan Yatim Piatu Aceh Sepakat Darul Aitam Medan. Maka disarankan dalam mempertahankan *self esteem* bisa dijalankan dengan mempertahankan hubungan yang positif antara sesama teman-teman yang ada di yayasan tersebut.

### 2. Kepada Pengurus Yayasan

Disarankan kepada pihak Yayasan Penyantunan Yatim Piatu Aceh Sepakat Darul Aitam Medan agar lebih meningkatkan *self-esteem* pada remaja yang ada di yayasan agar kesepian mereka berkurang. Hal ini karena berpengaruh terhadap kesepian yang dirasakan. Upaya dalam meningkatkan *self-esteem* dapat dilakukan dengan lebih memperhatikan setiap remaja yang ada di yayasan dan dapat menambah kegiatan-kegiatan dilua seperti *outbond*, *fieldtrip*/rihlah dll, agar dapat meningkatkan interaksi dan kebersamaan antar sesama penghuni panti.

### 3. Kepada Peneliti Selanjutnya

Para peneliti yang berharap untuk memahami lebih banyak tentang harga diri dan kesepian remaja perlu menggunakan pendekatan yang berbeda, terutama pendekatan kualitatif. Untuk meneliti faktor lain yang belum terdapat dalam penelitian ini.