

**Ranah Research**

E-ISSN: 2655-0865

Journal of Multidisciplinary Research and Development

082170743613

ranahresearch@gmail.com

<https://jurnal.ranahresearch.com>DOI: <https://doi.org/10.38035/rj.v7i5>
<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

Peran Kesejahteraan Psikologis Terhadap Resiliensi dan Konsep Diri Remaja Awal pada Situasi Pengasuhan Disfungsi dan *Bullying*

Ary Pancawati Agustin¹, Mulya Virginita IW², Margaretha Maria Shinta Pratiwi³¹Program Studi Magister Psikologi, Universitas Semarang (USM), arypancawati@gmail.com²Program Studi Magister Psikologi, Universitas Semarang (USM), yayaiswindari@usm.ac.id³Program Studi Magister Psikologi, Universitas Semarang (USM), shinta@usm.ac.idCorresponding Author: arypancawati@gmail.com¹

Abstract: Early adolescence is a crucial phase in the development of self-concept and psychological resilience. This study aims to examine the role of psychological well-being in enhancing resilience and self-concept among early adolescents who experience dysfunctional parenting and bullying. A quantitative research method with a correlational design was used on 200 adolescents aged 12–15 years, selected through purposive sampling. Data were collected through questionnaires and analyzed using Pearson correlation and multiple linear regression. The results show that psychological well-being plays a significant role in predicting resilience and self-concept, despite the pressures of dysfunctional parenting and bullying. This study provides implications for the development of psychological interventions to support optimal adolescent development in challenging environments.

Keyword: Psychological Well-being, Resilience, Self-Concept, Dysfunctional Parenting, Bullying, Early Adolescence.

Abstrak: Masa remaja awal merupakan fase krusial dalam pembentukan konsep diri dan ketahanan psikologis (resiliensi). Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji peran kesejahteraan psikologis dalam meningkatkan resiliensi dan konsep diri pada remaja awal yang mengalami situasi pengasuhan disfungsi dan bullying. Metode penelitian kuantitatif dengan desain korelasional digunakan pada 200 remaja berusia 12-15 tahun yang diambil secara purposive. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan dianalisis menggunakan korelasi Pearson dan regresi linier berganda. Hasil menunjukkan kesejahteraan psikologis berperan signifikan dalam memprediksi resiliensi dan konsep diri meskipun terdapat tekanan dari pengasuhan disfungsi dan bullying. Penelitian ini memberikan implikasi bagi pengembangan intervensi psikologis untuk mendukung perkembangan optimal remaja dalam kondisi lingkungan yang menantang.

Kata Kunci: Kesejahteraan Psikologis, Resiliensi, Konsep Diri, Pengasuhan Disfungsi, Bullying, Remaja Awal

PENDAHULUAN

Masa remaja awal merupakan periode perkembangan yang krusial, di mana individu mengalami berbagai perubahan fisik, emosional, dan sosial. Dalam fase ini, kesejahteraan psikologis menjadi aspek penting yang memengaruhi kemampuan remaja dalam menghadapi tantangan dan membentuk identitas diri. Penelitian menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis berkaitan erat dengan resiliensi dan konsep diri yang positif pada remaja. Resiliensi memungkinkan remaja untuk mengatasi tekanan dan stres, sementara konsep diri yang sehat mendukung perkembangan identitas yang stabil.

Namun, berbagai faktor risiko dapat menghambat perkembangan kesejahteraan psikologis pada remaja. Salah satunya adalah pengalaman bullying, baik secara langsung maupun daring, yang dapat menimbulkan dampak negatif jangka panjang terhadap kesehatan mental remaja. Sebuah studi oleh Zhao dan kawan-kawan (2023) mengungkapkan bahwa remaja yang mengalami bullying memiliki risiko lebih tinggi terhadap gangguan psikologis, termasuk depresi dan kecemasan. Selain itu, penelitian oleh Ime (2024) menunjukkan bahwa korban bullying cenderung memiliki tingkat resiliensi yang lebih rendah, yang berdampak pada kemampuan mereka dalam menghadapi stres dan tekanan sosial.

Faktor lain yang memengaruhi kesejahteraan psikologis remaja adalah pola pengasuhan orang tua. Pengasuhan yang disfungsi, seperti kurangnya dukungan emosional dan kontrol yang berlebihan, dapat menghambat pemenuhan kebutuhan psikologis dasar remaja. Penelitian oleh Abidin dan kawan-kawan (2022) menemukan bahwa gaya pengasuhan yang mendukung otonomi dan struktur yang jelas berkontribusi positif terhadap kesejahteraan emosional remaja, sementara pengasuhan yang bersifat menolak atau kacau dapat meningkatkan risiko gangguan psikologis.

Konsep diri juga memainkan peran penting dalam kesejahteraan psikologis remaja. Studi oleh Carlén dan kawan-kawan (2023) menunjukkan bahwa remaja dengan konsep diri yang positif cenderung memiliki kesejahteraan mental yang lebih baik dan lebih mampu menghadapi tantangan hidup. Sebaliknya, konsep diri yang negatif dapat meningkatkan kerentanan terhadap gangguan psikologis.

Meskipun telah banyak penelitian yang membahas faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis remaja, masih terdapat kesenjangan dalam memahami interaksi antara resiliensi, konsep diri, pengalaman bullying, dan pola pengasuhan dalam konteks budaya Indonesia. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara kesejahteraan psikologis dengan resiliensi dan konsep diri pada remaja awal, dengan mempertimbangkan peran pengasuhan disfungsi dan pengalaman bullying sebagai faktor yang memengaruhi.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan tujuan menguji hubungan antar variabel kesejahteraan psikologis, resiliensi, dan konsep diri pada remaja awal. Desain korelasional dipilih karena dapat mengidentifikasi pola hubungan antar variabel tanpa melakukan manipulasi variabel, sehingga cocok untuk kondisi lapangan yang alami. Pendekatan ini memungkinkan analisis prediktif dengan mempertimbangkan variabel pengasuhan disfungsi dan bullying sebagai variabel kontrol.

Sampel

Sampel penelitian terdiri dari 200 remaja awal berusia 12 hingga 15 tahun yang berasal dari beberapa sekolah menengah pertama di wilayah perkotaan. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan kriteria inklusi: (1) usia 12-15 tahun, (2) pernah mengalami bullying dan/atau pengasuhan disfungsi, dan (3) bersedia mengisi

kuesioner secara mandiri. Sampel yang representatif ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang valid tentang populasi remaja di lingkungan perkotaan.

Instrumen

Penelitian ini menggunakan beberapa instrumen yang sudah terstandarisasi dan telah diuji validitas dan reliabilitasnya:

1. **Skala Kesejahteraan Psikologis** (Ryff, 1989): Mengukur dimensi kesejahteraan psikologis, termasuk penerimaan diri, hubungan positif, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi.
2. **Skala Resiliensi Remaja** (Prince-Embury, 2007): Menilai kemampuan adaptasi dan ketahanan emosional remaja terhadap tekanan dan kesulitan.
3. **Kuesioner Konsep Diri** (Harter, 2012): Mengukur persepsi dan evaluasi diri remaja terhadap berbagai aspek kepribadian dan sosial.
4. **Inventori Pengasuhan Disfungsional** (adaptasi Barber & Buehler, 2016): Menggambarkan pola pengasuhan yang kurang mendukung atau negatif yang dialami remaja.
5. **Skala Bullying** (Olweus, 2013): Mengukur pengalaman bullying yang dialami oleh remaja dalam berbagai bentuk.

Prosedur

Pengumpulan data dilakukan dengan metode survei menggunakan kuesioner yang diisi mandiri oleh responden di lingkungan sekolah dengan pengawasan peneliti untuk menjamin keabsahan data. Sebelum pengisian, peneliti menjelaskan tujuan penelitian serta menjamin kerahasiaan data untuk meningkatkan kejujuran responden. Setelah data terkumpul, dilakukan validasi dan pengujian reliabilitas instrumen menggunakan Cronbach Alpha sebelum analisis statistik dilanjutkan.

Analisis Data

Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk mendeskripsikan karakteristik sampel dan nilai rata-rata setiap variabel. Untuk menguji hubungan antar variabel digunakan korelasi Pearson, sedangkan analisis regresi linier berganda dilakukan untuk melihat prediksi kesejahteraan psikologis terhadap resiliensi dan konsep diri dengan pengasuhan disfungsional dan bullying sebagai variabel kontrol. Semua analisis dilakukan menggunakan software SPSS versi 25 dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$.

Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Sebelum dilakukan analisis statistik utama, seluruh instrumen yang digunakan dalam penelitian ini diuji validitas dan reliabilitasnya untuk memastikan bahwa data yang dihasilkan akurat dan dapat dipercaya. Uji validitas dilakukan menggunakan analisis korelasi item-total. Seluruh item dari setiap skala menunjukkan koefisien korelasi yang signifikan ($r > 0,30$, $p < 0,01$), sehingga seluruh item dinyatakan valid dan layak digunakan dalam analisis lebih lanjut.

Uji reliabilitas menggunakan koefisien Cronbach Alpha, yang hasilnya sebagai berikut:

1. Skala Kesejahteraan Psikologis: $\alpha = 0,89$
2. Skala Resiliensi Remaja: $\alpha = 0,86$
3. Skala Konsep Diri: $\alpha = 0,84$
4. Inventori Pengasuhan Disfungsional: $\alpha = 0,81$
5. Skala Bullying: $\alpha = 0,88$

Nilai-nilai Cronbach Alpha tersebut berada di atas batas minimal 0,70 (Nunnally, 1978), yang menunjukkan bahwa semua skala memiliki konsistensi internal yang tinggi dan dapat diandalkan dalam mengukur konstruk masing-masing.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Analisis

Hasil korelasi Pearson menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kesejahteraan psikologis dengan resiliensi ($r = 0,65$, $p < 0,01$), serta konsep diri ($r = 0,58$, $p < 0,01$). Ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi kesejahteraan psikologis remaja, semakin tinggi pula tingkat resiliensi dan konsep diri mereka.

Analisis regresi linier berganda mengungkapkan bahwa kesejahteraan psikologis secara signifikan memprediksi resiliensi ($\beta = 0,57$, $p < 0,01$) dan konsep diri ($\beta = 0,52$, $p < 0,01$), meskipun variabel pengasuhan disfungsional dan bullying dikontrol dalam model. Hal ini menunjukkan peran penting kesejahteraan psikologis sebagai faktor protektif dalam mendukung ketahanan mental dan citra diri positif pada remaja.

Nilai R^2 pada model prediksi resiliensi sebesar 0,42, yang berarti 42% varians resiliensi dapat dijelaskan oleh variabel kesejahteraan psikologis, pengasuhan disfungsional, dan bullying secara bersama-sama. Sedangkan pada konsep diri, nilai R^2 sebesar 0,38 menunjukkan bahwa 38% varians konsep diri dapat diprediksi oleh ketiga variabel tersebut.

Pembahasan

Temuan ini konsisten dengan teori Ryff (1989) bahwa kesejahteraan psikologis yang mencakup pertumbuhan pribadi dan tujuan hidup sangat mendukung kemampuan adaptasi individu terhadap tekanan lingkungan. Pada remaja yang mengalami bullying dan pengasuhan disfungsional, kesejahteraan psikologis yang baik dapat menjadi mekanisme coping yang efektif untuk mempertahankan resiliensi.

Selain itu, konsep diri yang positif juga terbentuk dari kesejahteraan psikologis yang kuat, karena remaja merasa diterima dan mampu mengelola lingkungan sosialnya. Penelitian ini sejalan dengan hasil studi Prince-Embury (2007) yang menegaskan bahwa resiliensi berkorelasi erat dengan persepsi diri positif.

Pengasuhan disfungsional dan bullying tetap memberikan tekanan negatif, namun kesejahteraan psikologis yang tinggi dapat memoderasi dampak buruk tersebut, menandakan pentingnya intervensi psikologis untuk meningkatkan kesejahteraan mental remaja.

KESIMPULAN

Kesejahteraan psikologis memiliki peran penting dalam meningkatkan resiliensi dan membentuk konsep diri positif pada remaja awal yang mengalami pengasuhan disfungsional dan bullying. Diharapkan lembaga pendidikan dan kesehatan mental dapat mengembangkan program intervensi yang menguatkan kesejahteraan psikologis guna mendukung perkembangan optimal remaja di lingkungan yang menantang.

REFERENSI

- Abidin, Z., Nugroho, A., & Prasetyo, D. (2022). *Pengaruh gaya pengasuhan terhadap kesejahteraan emosional remaja*. Jurnal Psikologi Perkembangan, 10(1), 45-58.
- Barber, B. K., & Buehler, C. (2016). *Family cohesion and conflict: A meta-analysis of family functioning and adolescent adjustment*. Journal of Family Psychology, 30(2), 162-171. <https://doi.org/10.1037/fam0000132>
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.

- Carlén, T., Svensson, L., & Nilsson, K. (2023). Psychological well-being and self-concept among adolescents: A longitudinal study. *Journal of Adolescent Health*, 72(3), 310-318. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2022.09.012>
- Christensen, P., & Mikkelsen, K. (2021). Applying Bronfenbrenner's bioecological theory in understanding adolescent mental health: A systematic review. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 15(45). <https://doi.org/10.1186/s13034-021-00405-x>
- Harter, S. (2012). *The construction of the self: Developmental and sociocultural foundations* (2nd ed.). Guilford Press.
- İme, M. (2024). The impact of bullying on resilience among early adolescents: A mediational model. *Journal of Youth and Adolescence*, 53(2), 290-305.
- Keyes, C. L. M. (2006). Mental health in adolescence: Is America's youth flourishing? *American Journal of Orthopsychiatry*, 76(3), 395-402. <https://doi.org/10.1037/0002-9432.76.3.395>
- Kurniawan, D., Setiawan, A., & Nugroho, R. (2021). Effects of bullying on psychological well-being of Indonesian adolescents. *Indonesian Journal of Psychology*, 18(1), 23-36.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543-562.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227-238. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.227>
- Nunnally, J. C. (1978). *Psychometric theory* (2nd ed.). McGraw-Hill.
- Olweus, D. (2013). *Bullying at school: What we know and what we can do* (2nd ed.). Wiley-Blackwell.
- Prince-Embury, S. (2007). *Resiliency scales for children and adolescents: A profile of personal strengths*. Pearson Assessments.
- Rahayu, D. P., & Saputra, Y. (2022). Pengaruh pola asuh disfungsi terhadap harga diri dan kecemasan anak usia sekolah. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 14(2), 85-94.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Zhao, Y., Li, X., & Wang, J. (2023). Bullying victimization and adolescent mental health: The moderating role of self-concept and family support. *Child Abuse & Neglect*, 130, 105739. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2022.105739>