LIBEROSIS
PREFIX DOI : 10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027

Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling
Vol 17 No 2 Tahun 2026
Online ISSN: 3026-7889

PERAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP *SELF-ACCEPTANCE* REMAJA DALAM KONTEKS PERCERAIAN ORANG TUA DI KOTA BEKASI

Aura Islamyazizah[1*], Rijal Abdillah[2], Hema Dayita Pohan[3]
[1, 2, 3]Prodi Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya
[*]202110515132@mhs.ubharajaya.ac.id, rijal.abdillah@dsn.ubharajaya.ac.id, hema.dayita@dsn.ubharajaya.ac.id

Abstract

This study is entitled The Role of Social Support on Adolescent Self-Acceptance in the Context of Parental Divorce in Bekasi City. The purpose of this study is to determine the relationship between social support and adolescent self-acceptance in the context of parental divorce in Bekasi City. This study is a correlational quantitative study. The correlational quantitative research method was used to determine the relationship between two or more variables measured using instruments and analyzed statistically. Based on the results of data analysis using Pearson's correlation test, a correlation coefficient value of r = 0.747 with a significance value of p = 0.000 (p < 0.05) was obtained. These results indicate a positive and significant relationship between social support and self-acceptance among adolescents with divorced parents in Bekasi City. For further research, it is recommended to expand the scope of respondents by involving adolescents from various regions and different backgrounds. In addition, the use of mixed methods research can be considered so that researchers can gain a deeper understanding of adolescents' experiences in accepting themselves and the role of the social support they receive.

***Keywords**: Social Support, Self-acceptance, Teenagers, Divorce of Parents*

Abstrak

Penelitian ini berjudul peran dukungan sosial terhadap self-acceptance remaja dalam konteks perceraian otang tua di Kota Bekasi. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan *self-acceptance* remaja dalam konteks perceraian orang tua di Kota Bekasi. Penelitian yang dipilih merupakan penelitian kuantitatif korelasional. Metode penelitian kuantitatif korelasional digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel atau lebih yang diukur menggunakan instrumen dan dianalisis secara statistik. Berdasarkan hasil analisis data menggunakan uji korelasi Pearson, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar r = 0,747 dengan nilai signifikansi p = 0,000 (p < 0,05). Hasil tersebut menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan *self-acceptance* pada remaja dengan orang tua bercerai di Kota Bekasi. Untuk penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas cakupan responden dengan melibatkan remaja dari berbagai wilayah dan latar belakang yang berbeda. Selain itu, penggunaan metode penelitian

Article History
Received: Jan 2026
Reviewed: Jan 2026
Published: Jan 2026

Plagirism Checker No 77
Copyright : Author
Publish by : Liberosis



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

campuran (mixed methods) dapat dipertimbangkan agar peneliti memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai pengalaman remaja dalam menerima diri serta peran dukungan sosial yang mereka terima.

***Kata kunci**: Dukungan Sosial, Penerimaan diri, Remaja, Perceraian Orang Tua*

1. Pendahuluan

Fenomena perceraian di Kota Bekasi saat ini menunjukkan pola yang cenderung bervariasi setiap tahunnya dalam beberapa tahun terakhir. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Barat (2023) saat ini mencatat 4.111 kasus perceraian di Kota Bekasi, kondisi serupa juga tercatat, dimana jumlah perceraian menurun menjadi 2.143 kasus (Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Barat, 2024). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Maulana et al. (2025) dengan kriteria mencakup remaja berasal dari keluarga bercerai yang memiliki rentang usia 15-21 tahun dan saat ini masih duduk di bangku sekolah baik di tingkat SMP, SMA, maupun perguruan tinggi. Dengan jumlah sampel sebesar 127 partisian yang dipilih sesuai dengan kriteria, penelitian tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial berhubungan positif dan signifikan dengan penerimaan diri.

Sa'adah et al. (2024) menjelaskan dalam penelitiannya bahwa tingkat perceraian semakin meningkat yang disebabkan oleh beberapa faktor yaitu masalah ekonomi, perselingkuhan, kekerasan dalam rumah tangga, dan komunikasi yang buruk. Kemudian terdapat dampak perceraian yang tidak hanya dirasakan oleh pasangan suami istri, tetapi juga sangat berpengaruh pada remaja, sehingga remaja dengan orang tua yang bercerai cenderung mengalami ketidakstabilan emosi, kondisi ini membuat mereka rentan mengalami gangguan psikologis seperti kecemasan, rasa duka yang dalam, kurangnya perhatian (Oktaviana & Rizkia, 2025), serta berpotensi menimbulkan perilaku negatif apabila tidak mendapatkan dukungan sosial yang tepat (Ibda, 2023). Penelitian lain dari Kristianti & Nurwati (2021) menunjukkan bahwa perceraian orang tua dapat mengganggu stabilitas keluarga dan berdampak buruk pada perkembangan psikososial remaja. Kehilangan figur orang tua dapat berpengaruh dalam pembentukan identitas remaja, yang berpotensi menyebabkan kebingungan peran dan kesulitan dalam penerimaan diri.

Merujuk pada uraian di atas, remaja yang mengalami perceraian orang tua mudah terkena masalah mental seperti kekhawatiran yang berlebihan, kesedihan yang mendalam, dan kurang mendapatkan perhatian dari lingkungan sekitarnya (Oktaviana & Rizkia, 2025). Apabila tidak mendapatkan dukungan sosial yang sesuai, kondisi ini bisa menyebabkan perilaku buruk bagi mereka (Ibda, 2023). Dengan demikian, perceraian orang tua dapat mengganggu kestabilan struktur keluarga dan berdampak negatif pada perkembangan psikososial remaja. Hal ini dapat menyebabkan remaja merasa terpisah dari diri sendiri maupun dari lingkungan sekitar, yang pada akhirnya memicu krisis identitas dan menghambat penerimaan diri (Kristianti & Nurwati, 2021).

Penerimaan diri atau *self-acceptance* mengacu pada kesadaran dan keinginan seseorang untuk menerima keunggulan dan kelemahan dirinya, hal ini sangat penting, terutama bagi remaja dengan orang tua yang bercerai. *Self-acceptance* menjadi penting bagi remaja dengan orang tua yang bercerai untuk menyesuaikan diri dengan kehidupan agar mampu mengatasi konflik keluarga (Dewi & Herdiyanto, 2018). Penelitian yang dilakukan oleh Untari et al. (2018) membuktikan bahwa remaja dengan orang tua yang bercerai seringkali mengalami perasaan marah, malu, cemas, hingga rasa bersalah atas perceraian orang tuanya. Pada remaja dengan orang tua yang bercerai, penerimaan diri ditandai dengan kemampuan untuk melihat kekurangan dan kegagalan mereka, kemampuan untuk melihat pengalaman perceraian sebagai motivasi untuk berkembang, perubahan sikap positif, kemampuan untuk bersosialisasi serta menerima dukungan sosial dari teman dan keluarga (Hafni, 2020).

Dari pernyataan di atas, Hurlock (2007) mengemukakan bahwa terdapat beberapa faktor yang memengaruhi penerimaan diri, di antaranya harapan yang realistis, penilaian diri atas kekuatan dan kelemahan secara objektif, konsep diri yang stabil, dan merasa cukup puas dengan prestasi yang di anggap kurang, sehingga remaja membentuk identitas dirinya sendiri. Hal ini diperkuat oleh hasil penelitian Sari et al. (2024), yang menunjukkan bahwa remaja dengan orang tua yang bercerai umumnya mengalami masa keterpurukan, ditandai dengan rasa kurang percaya diri, kesulitan dalam mengendalikan emosi, serta munculnya perilaku menyimpang sebagai respons terhadap kondisi keluarga yang tidak lagi harmonis. Akan tetapi, melalui proses introspeksi diri dan bantuan dari lingkungan sekitar, remaja tersebut secara bertahap mampu menerima kenyataan dan mengembangkan sikap positif terhadap penerimaan diri.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap 5 orang yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa tingkat *self-acceptance* pada remaja dengan orang tua yang bercerai bervariasi. Partisipan C awalnya merasa sedih, minder, dan kecewa, namun perlahan mulai menerima dirinya meski prosesnya masih berlangsung. Sementara itu, partisipan B tidak terlalu terdampak secara emosional, tetapi tetap merasakan perbedaan dibandingkan dengan keluarga lain. Ia belum sepenuhnya menerima dirinya, namun ia mulai belajar fokus pada hal-hal yang membuatnya merasa nyaman. Proses penerimaan diri ini dipengaruhi oleh cara individu untuk menyikapi kondisi keluarga dan pengalaman emosional masing-masing.

Hal ini didukung oleh penelitian Alysia & Laksmiwati (2024) yang menemukan bahwa proses penerimaan diri pada remaja yang orang tua nya telah bercerai berbeda-beda, dan dapat terbantu melalui keberadaan figur ibu yang kompeten, berkurangnya konflik antara orang tua, serta dukungan sosial dari lingkungan sekitar. Lebih lanjut, penelitian Andani (2020) memperkuat bahwa penerimaan diri berperan penting dalam membentuk harga diri remaja dari keluarga yang bercerai. Penelitian ini menegaskan bahwa semakin tinggi kemampuan individu dalam menerima diri sendiri, semakin besar pula potensinya untuk memiliki keyakinan diri yang positif dan memiliki kemampuan menjalani hidup dengan cara yang lebih sehat secara psikologis.

Merujuk dari uraian sebelumnya, *self-acceptance* merupakan kemampuan seseorang untuk menerima keunggulan dan kelemahan mereka secara realistis, sehingga individu dapat beradaptasi dengan kondisi yang dihadapinya (Hurlock, 2007). Hasil penelitian sebelumnya mempertegas temuan hasil wawancara yang menunjukkan bahwa tingkat penerimaan diri pada remaja dengan orang tua yang bercerai berbeda-beda. Hal ini tergantung pada bagaimana mereka menyikapi kondisi keluarga dan pengalaman emosional masing-masing. Alysia & Laksmiwati (2024) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa proses penerimaan diri pada remaja dengan orang tua yang bercerai dapat terbantu dengan adanya dukungan sosial dari orang-orang di sekitar.

Dukungan sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penerimaan diri individu, khususnya remaja dengan orang tua yang bercerai (Hafni, 2020). Dukungan sosial juga terbukti dapat membantu remaja dalam menghadapi tekanan, meningkatkan rasa percaya diri, serta menurunkan kemungkinan mengalami depresi dan kecemasan (Butler et al., 2022). Hal ini diperkuat oleh penelitian Siahaan et al. (2023) yang menunjukkan bahwa dukungan sosial sangat penting untuk membantu seseorang mengelola emosi secara efektif, sehingga berdampak positif pada penerimaan diri.

Menurut Sarafino (2011), dukungan sosial merupakan suatu bantuan dan kenyamanan yang diterima seseorang dari orang lain, baik itu keluarga, teman, pasangan, maupun lingkungan sekitar. Dukungan ini terdiri dari empat dimensi, yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental (dukungan nyata), dukungan informasi, dan dukungan penghargaan. Di sisi lain, Ibda (2023) menyatakan bahwa dukungan sosial dapat diartikan sebagai seberapa

puas seseorang dengan dukungan sosial yang diperoleh, berkaitan dengan pandangan seseorang bahwa kebutuhan mereka terpenuhi.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti, setiap partisipan R, C, I menunjukkan reaksi emosional yang berbeda ditemukan bahwa akibat dari perceraian orang tuanya. Di sisi lain, mereka yang mendapatkan dukungan sosial dari teman, keluarga, maupun orang terdekat dapat berperan penting terhadap penerimaan diri mereka. Partisipan R, C, I juga mengungkapkan bahwa adanya tempat untuk bercerita dan melakukan aktivitas bersama seperti liburan, menulis, atau sekadar mendengarkan musik dapat membantu mereka merasa lebih tenang dalam menerima keadaan dengan lebih baik, serta bisa memberikan kesempatan untuk mengelola emosi dan bersikap sabar dalam menghadapi situasi perceraian dari kedua orang tua. Sebaliknya, partisipan A dan B dibesarkan oleh keluarga yang berbeda serta mengalami perpisahan orang tua sejak usia dini. Oleh karena itu, pada awalnya mereka tidak secara langsung merasakan dampak emosional dari perceraian tersebut. Seiring bertambahnya usia, mereka mulai menyadari adanya perubahan dalam struktur keluarga. Dengan demikian, penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki peran penting dalam mendukung remaja untuk beradaptasi secara emosional, yang bisa menjadi dasar untuk mencapai penerimaan diri.

Hal ini diperkuat oleh hasil penelitian Putri et al. (2024) yang menekankan pentingnya dukungan sosial dalam membantu remaja yang mengalami perceraian untuk menerima diri mereka sendiri. Di sisi lain, penelitian Maharani & Adriansyah (2021) menegaskan bahwa remaja dengan orang tua yang bercerai memiliki penerimaan diri dan dukungan sosial yang tinggi cenderung mampu beradaptasi secara sosial dengan lebih baik, karena kedua faktor tersebut saling menguatkan. Penerimaan diri membantu remaja untuk memahami dan menerima kondisi dirinya tanpa merasa rendah diri atau terisolasi, sementara dukungan sosial dari keluarga dan teman sebaya memberikan rasa aman, dihargai, serta diperhatikan. Kombinasi dari keduanya menjadikan remaja lebih siap menghadapi perubahan lingkungan pasca perceraian, membangun relasi yang sehat, serta menjaga stabilitas emosional dan psikologisnya dalam kehidupan sehari-hari. Temuan lain juga menjelaskan lebih rinci, bahwa ada hubungan antara struktur keluarga yang bercerai dengan dukungan sosial yang buruk dan kontrol diri pada remaja yang secara tidak langsung memengaruhi penerimaan diri mereka. Akan tetapi, ketika remaja masih memiliki akses ke sistem dukungan sosial yang kuat, bahaya negatif seperti kemarahan, penolakan diri, dan kekerasan dapat diminimalkan (Sari et al., 2022).

Mengacu pada permasalahan di atas, peneliti menyimpulkan bahwa remaja dengan orang tua yang bercerai mengalami ketidakmampuan dalam menghadapi perubahan, seperti rasa sedih, kecewa, minder, kurang percaya diri, serta kesulitan dalam membentuk penerimaan diri secara utuh. Ketidakmampuan tersebut tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal, tetapi juga kurangnya dukungan emosional dari lingkungan sekitar. Hal ini didukung oleh penelitian Alysia & Laksmiwati (2024) yang menunjukkan bahwa proses penerimaan diri pada remaja dengan orang tua yang bercerai dapat terbantu melalui dukungan sosial dari lingkungan sekitar. Penelitian Andani (2020) juga menunjukkan bahwa penerimaan diri berperan penting dalam pembentukan harga diri pada remaja dari keluarga bercerai.

Berbeda dengan penelitian Maharani & Adriansyah (2021) bahwa dukungan sosial dan penerimaan diri secara bersama-sama memengaruhi adaptasi sosial. Hal ini mengungkapkan dukungan sosial dari lingkungan seperti keluarga, teman sebaya, atau figur penting lainnya dapat menjadi landasan penting dalam membentuk penerimaan diri setelah mengalami perceraian orang tua. Kemudian remaja diharapkan dapat mengembangkan penerimaan diri yang sehat dan tidak terjebak pada perasaan bersalah, penolakan, atau rendah diri akibat kondisi keluarganya (Yu et al., 2022). Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk memahami bagaimana peran dukungan sosial memengaruhi penerimaan diri, agar remaja dapat berkembang secara emosional dengan lebih sehat.

Dari uraian latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "Peran Dukungan Sosial terhadap *Self-acceptance* Remaja dalam konteks Perceraian Orang Tua di Kota Bekasi."

2. Tinjauan Pustaka

Hurlock (2007) menjelaskan bahwa *self-acceptance* adalah sikap seseorang dalam menerima segala aspek positif maupun negatif dari dirinya tanpa adanya penolakan. *Self-acceptance* juga merupakan tingkat seseorang yang mempertimbangkan karakteristik pribadinya dan bersedia hidup dengan karakteristik tersebut. Adapun *self-acceptance* menurut Plexico et al. (2019) adalah kemampuan seseorang untuk memiliki pandangan yang optimis tentang dirinya yang sesungguhnya. Pandangan ini tidak terbentuk secara otomatis, akan tetapi harus dibangun oleh seseorang itu sendiri melalui proses kesadaran dan refleksi pribadi.

Disisi lain, Bernard (2013) menjelaskan bahwa *self-acceptance* merupakan kemampuan individu untuk mengakui dirinya sendiri sesecara utuh. Seseorang yang memiliki penerimaan diri akan mengenali bahwa "Aku adalah aku" dan menerima bahwa segala sesuatu tentang dirinya sebagaimana adanya, tanpa dipengaruhi oleh penilaian atau penerimaan dari orang lain. Sedangkan menurut Shepard (dalam Diani & Siddik, 2017), penerimaan diri adalah kepuasan atau kebahagiaan seseorang terhadap dirinya sendiri, dan ini penting untuk kesehatan mental yang baik. Penerimaan diri didasarkan pada pemahaman diri yang realistis, subjektif, dan sadar akan kekuatan dan keterbatasan diri. Sementara itu, menurut Germer (2009), *self-acceptance* menggambarkan kemampuan seseorang untuk memiliki pandangan positif tentang diri mereka yang sebenarnya. Pandangan ini tidak bersifat instan, tetapi perlu dikembangkan secara sadar dan terus-menerus oleh seseorang melalui proses *self-acceptance* yang penuh empati.

Dari definisi diatas dapat disimpulkan bahwa *self-acceptance* merupakan sikap dan kemampuan seseorang untuk menerima dirinya secara utuh, dengan mencakup segala aspek kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki. *Self-acceptance* juga melibatkan kesadaran diri, refleksi pribadi, sikap realistis terhadap karakteristik diri, penerimaan emosional tanpa penolakan, serta keyakinan akan nilai dan potensi diri yang dimiliki tanpa bergantung pada penilaian atau penerimaan orang lain.

Menurut Sarafino (2011), dukungan sosial merupakan suatu bantuan dan kenyamanan yang diterima seseorang dari orang lain, baik itu keluarga, teman, pasangan, maupun lingkungan sekitar. Taylor (2018) menyatakan bahwa dukungan sosial adalah bentuk pemberian informasi yang menumbuhkan rasa disayangi, dihormati, dan dihargai. Bentuk dukungan ini terwujud dalam partisipasi aktif dalam jaringan komunikasi yang saling menguntungkan hubungan timbal balik dengan pasangan, kerabat, orang tua, dan masyarakat sekitar.

Uchino (2004) mengungkapkan bahwa dukungan sosial adalah tindakan nyata yang diberikan seseorang dengan seseorang yang lain, serta dapat mencerminkan siri kepribadian yang terbentuk dari pengalaman interaksi interpersonal sebelumnya. Hal ini memengaruhi bagaimana seseorang memandang kemungkinan untuk menerima dukungan dari orang lain. Adapun definisi dukungan sosial menurut King (2010) yaitu, informasi dan tanggapan dari individu lain yang memberikan perasaan dicintai, diperhatikan, dihargai, dihormati, dan dilibatkan dalam jaringan komunikasi serta tanggung jawab yang bersifat timbal balik. Sementara, Santrock (2018) menjelaskan bahwa dukungan sosial merupakan bentuk bantuan emosional maupun pengakuan sosial yang diberikan oleh orang tua, teman, guru, pelatih, atau

orang dewasa lainnya. Dukungan ini mampu meningkatkan rasa percaya diri dan kesehatan mental remaja.

Berdasarkan definisi-definisi yang telah dikemukakan di atas, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial adalah jenis bantuan berupa emosional, intrumental (dukungan nyata), informasi, maupun penghargaan yang diberikan oleh orang lain kepada individu. Dukungan ini bertujuan untuk menumbuhkan perasaan dicintai, dihargai, dan tidak merasa sendirian dalam menghadapi masalah, serta berperan penting dalam mendukung kesejahteraan psikologis dan sosial individu.

3. Metodologi

Penelitian yang dipilih merupakan penelitian kuantitatif korelasional. Metode penelitian kuantitatif korelasional digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel atau lebih yang diukur menggunakan instrumen dan dianalisis secara statistik. Menurut Sugiyono (2023), metode kuantitatif digunakan karena berlandaskan pada filsafat positivisme dalam meneliti populasi atau sampel tertentu, analisis data bersifat statistik dengan pengumpulan data yang menggunakan instrumen penelitian untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Jenis penelitian ini dipilih karena sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu untuk mengetahui peran dukungan sosial terhadap *self-acceptance* remaja dalam konteks perceraian orang tua di Kota Bekasi.

Menurut Sugiyono (2019), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Pada penelitian ini, populasi yang dimaksud adalah remaja dengan orang tua bercerai di Kota Bekasi. Namun demikian, jumlah pasti populasi tersebut tidak dapat diketahui, sebab data tersebut termasuk kategori data sensitif dan tidak dapat diakses oleh publik. Peneliti telah mengajukan permohonan data kepada Dinas Dukcapil Kota Bekasi, namun dinyatakan bahwa data tersebut tidak dapat diberikan karena bersifat rahasia. Oleh karena itu, penelitian ini dikategorikan memiliki populasi tidak diketahui (*unknown population*) sehingga diperlukan teknik penentuan sampel yang sesuai.

Sampel adalah bagian dari karakteristik dan jumlah populasi. Menurut Sugiyono (2019) teknik sampling adalah teknik pengambilan sampel untuk mentukan sampel yang akan digunakan pada penelitian. Dalam penelitian ini teknik pengambilan sampel yang akan digunakan berdasarkan populasi, dengan cara menggunakan *Non-probability Sampling* dengan metode *purposive sampling*, dimana teknik pengambilan sampel ini mempertimbangkan kriteria-kriteria tertentu yang telah ditetapkan untuk responden dalam penelitian ini, Menurut Papalia (dalam Menezes et al., 2023) masa perkembangan remaja dengan rentang usia 11-20 tahun. Khususnya remaja dengan orang tua yang bercerai (Hafni, 2020). Remaja yang mendapat dukungan sosial berupa bantuan dan kenyamanan dari keluarga, teman, pasangan, maupun lingkungan, yang terdiri dari 4 aspek, yaitu dukungan emosional, intrumental, informasi dan penghargaan (Sarafino, 2011). Dukungan yang membantu remaja dengan orang tua yang bercerai dalam membentuk penerimaan diri, yaitu kemampuan menerima kelebihan dan kekurangan dirinya untuk dapat menyesuaikan diri dengan kehidupan dan mengatasi konflik keluarga yang mereka alami (Dewi & Herdiyanto, 2018).

Menurut Sugiyono (2023), Teknik sampling adalah teknik pengambilan sampel untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam sebuah penelitian. Teknik sampling dikategorikan tebagi menjadi dua, yaitu *probability sampling* dan *Non-probability sampling*. Karena populasi remaja dengan orang tua bercerai tidak diketahui jumlah pastinya, peneliti menggunakan rumus Lemeshow untuk menentukan ukuran sampel. Teknik yang digunakan oleh peneliti adalah teknik *Non-probability sampling* dengan metode *purposive sampling*, dimana teknik pengambilan sampel ini tidak semua anggota populasi mempunyai peluang atau kesempatan yang sama untuk dipilih sebagai sampel.

Dalam penelitian ini, peneliti akan menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpulan data. Menurut Sugiyono, (2023), kuesioner adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab. Kuesioner ini digunakan untuk mengetahui tingkat dukungan sosial dan *self-acceptance* pada remaja dengan orang tua yang bercerai. Pengumpulan data dilakukan secara daring menggunakan Google Form, karena dinilai lebih praktis, efisien, serta memudahkan distribusi kepada responden dalam jumlah besar secara cepat dan akurat.

Menurut Sugiyono (2023), analisis data merupakan sebuah cara untuk mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden penelitian, serta perhitungan data berdasarkan variabel dari seluruh variabel yang terdapat pada responden. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode kuantitatif dengan teknik statistik. Data yang didapatkan berupa angka dan kemudian dilakukannya uji korelasi. Uji korelasi bertujuan untuk menghubungkan antara kedua variabel yang diuji, yaitu dukungan sosial (X) dengan *self-acceptance* (Y) pada rema\\ja di Kota Bekasi. Uji korelasi dalam penelitian ini menggunakan software komputer SPSS (*Statistical Package for Social Science*) untuk menganalisis data dengan menggunakan teknik *Product Moment Correlation* dari Karl Pearson.

4. Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan uji korelasi Pearson, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar r = 0,747 dengan nilai signifikansi p = 0,000 (p < 0,05). Hasil tersebut menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan *self-acceptance* pada remaja dengan orang tua bercerai di Kota Bekasi. Temuan penelitian ini sejalan dengan teori dukungan sosial yang dikemukakan oleh Sarafino (2011), yang menyatakan bahwa dukungan sosial berperan penting dalam membantu individu menghadapi tekanan psikologis serta meningkatkan kesejahteraan psikologis.Selain itu, konsep *self-acceptance* menurut Hurlock (2007) menjelaskan bahwa penerimaan diri adalah kemampuan seseorang untuk menerima kelebihan dan kekurangan diri secara realistis. Dalam konteks remaja dengan orang tua bercerai, dukungan sosial menjadi faktor penting yang membantu remaja menerima kondisi diri dan situasi keluarga secara lebih positif.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa dukungan sosial berkontribusi secara signifikan terhadap peningkatan *self-acceptance* pada remaja dari keluarga bercerai. Remaja yang memperoleh dukungan emosional, penghargaan, serta perhatian dari keluarga maupun lingkungan sosial cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih baik, mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan, serta memiliki pandangan positif terhadap diri sendiri (Putri et al., 2024). Hal ini terlihat dari mayoritas responden yang berada pada kategori dukungan sosial tinggi dan self-acceptance sedang hingga tinggi.

Meskipun demikian, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, antara lain jumlah sampel yang terbatas hanya pada satu wilayah sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan secara luas. Selain itu, penggunaan metode kuantitatif dengan kuesioner belum sepenuhnya mampu menggali pengalaman subjektif remaja secara mendalam. Saran akademik penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas jumlah responden serta memperhatikan faktor-faktor lain yang dapat memepengaruhi hubungan antara dukungan sosial dan *self-acceptance* pada remaja dengan orang tua bercerai agar dapat memperoleh pemahaman yang lebih menyeluruh.

5. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai peran dukungan sosial terhadap *self-acceptance* remaja dengan orang tua yang bercerai di Kota Bekasi, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dan *self-acceptance*. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima remaja, baik dari keluarga, teman sebaya, maupun lingkungan sekitar, maka semakin baik pula kemampuan remaja dalam menerima dirinya secara positif. Dukungan sosial berperan penting dalam membantu remaja menghadapi dampak psikologis akibat perceraian orang tua, mengelola emosi, serta membentuk pandangan diri yang lebih sehat. Temuan ini sejalan dengan teori dan hasil penelitian sebelumnya yang menegaskan bahwa dukungan sosial merupakan faktor protektif dalam perkembangan psikologis remaja.

Selain itu, hasil uji validitas dan reliabilitas menunjukkan bahwa instrumen yang digunakan untuk mengukur dukungan sosial dan self-acceptance telah memenuhi kriteria valid dan reliabel. Dengan demikian, instrumen penelitian dapat dipercaya untuk mengukur tingkat dukungan sosial dan *self-acceptance* pada remaja dengan orang tua yang bercerai, sehingga hasil penelitian ini dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah. Selain itu, hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori dukungan sosial dan *self-acceptance* yang sedang hingga tinggi, yang menunjukkan bahwa remaja di Kota Bekasi secara umum masih memiliki sumber dukungan sosial yang membantu proses penerimaan diri.

Daftar Referensi

Alysia, N., & Laksmiwati, H. (2024). Gambaran Penerimaan Diri Remaja yang Mengalami Perceraian Orang Tua. *Jurnal Psikologi*, *11*(01), 121–135. https://doi.org/https://doi.org/10.26740/cjpp.v11i1.60951

Andani, T. P. (2020). Hubungan Penerimaan Diri dan Harga Diri Pada Remaja Dengan Orangtua Bercerai. *Cognicia*, *8*(2), 222–233. https://doi.org/10.22219/cognicia.v8i2.11540

Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Barat. (2023). *Nikah dan Cerai Menurut Kabupaten/Kota di Provinsi Jawa Barat, 2023*. https://jabar.bps.go.id/id/statistics-table/3/VkhwVUszTXJPVmQ2ZFRKamNIZG9RMVo2VEdsbVVUMDkjMw==/nikah-dan-cerai-menurut-kabupaten-kota--kejadian--di-provinsi-jawa-barat--2024.html?year=2023

Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Barat. (2024). *Nikah dan Cerai Menurut Kabupaten/Kota (kejadian) di Provinsi Jawa Barat, 2024*. https://jabar.bps.go.id/id/statistics-table/3/VkhwVUszTXJPVmQ2ZFRKamNIZG9RMVo2VEdsbVVUMDkjMw==/nikah-dan-cerai-menurut-kabupaten-kota--kejadian--di-provinsi-jawa-barat--2024.html?year=2024

Bernard, M. E. (2013). *The Strength of Self-Acceptance : Theory, Practice and Research*. Springer US. https://psycnet.apa.org/doi/10.1007/978-1-4614-6806-6

Butler, N., Quigg, Z., Bates, R., Jones, L., Ashworth, E., Gowland, S., & Jones, M. (2022). The Contributing Role of Family, School, and Peer Supportive Relationships in Protecting the Mental Wellbeing of Children and Adolescents. *School Mental Health*, *14*(3), 776–788. https://doi.org/10.1007/s12310-022-09502-9

Dewi, I. A. S., & Herdiyanto, Y. K. (2018). Dinamika Penerimaan Diri Pada Remaja Broken Home Di Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, *5*(2), 211–220. https://ojs.unud.ac.id/index.php/psikologi/article/view/40414

Diani, R. N., & Siddik, R. R. (2017). *Efektivitas Teknik Psikodrama Dalam Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa*. *9*(2), 97–105.

https://doi.org/https://ojs.uma.ac.id/index.php/analitika/article/view/1394

Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2012). *How to Design Research in Education and Evaluate* (8th ed.). McGraw-Hill Education.

Germer, C. K. (2009). *The Mindful Path to Self-compassion: Freeing Yourself From Destructive Thoughts and Emotions*. The Guilford Press. https://books.google.co.id/books?id=qOXsT0j-xsgC&lpg=PR1&ots=4Dq8xNO8Ym&dq=info%3ATzmP0IT76mUJ%3Ascholar.google.com%2F&lr&hl=id&pg=PR3#v=onepage&q&f=false

Hafni, M. (2020). Effectiveness of Social Support With Adolescent's Self-acceptance In Post-divorce Parents. *INSPIRA: Indonesian Journal of Psychological Research*, *1*(2), 38–42. https://doi.org/10.32505/inspira.v1i2.2838

Hurlock, E. B. (2007). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga.

Hutasoit, I. (2018). Hubungan Penerimaan Diri Dengan Keseimbangan Kehidupan Kerja (Work-Life Balance) Pada Tenaga Honorer Pemerintah Penyandang Disabilitas. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, *6*(2), 206–214. https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v6i2.4559

Ibda, F. (2023). Dukungan Sosial: Sebagai Bantuan Menghadapi Stres dalam Kalangan Remaja Yatim di Panti Asuhan Fatimah. *Intelektualita*, *12*(2), 153–169. https://doi.org/10.22373/ji.v12i2.21652

King, A. L. (2010). *Psikologi Umum: Sebuah Pandangan Apresiatif*. Erlangga.

Kristianti, D., & Nurwati, N. (2021). Dampak Perceraian Orang Tua Terhadap Pembentukan Identitas Anak Saat Remaja : Tinjauan Teori Psikososial Erikson. *Jurnal Pengabdian Dan Penelitian Kepada Masyarakat (JPPM)*, *2*(2), 219–227. https://jurnal.unpad.ac.id/jppm/article/view/34554

Lemeshow, S., Jr, D. W. H., Klar, J., & Lwanga, S. K. (1990). *Stanley Lemeshow, David W Hosmer Jr, Janelle Klar, and Stephen K. Lwanga*. World Health Organization.

Maharani, D., & Adriansyah, M. A. (2021). Hubungan Penerimaan Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Adaptasi Sosial Pada Anak yang Menjadi Korban Perceraian Orang Tua. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, *9*(4), 909. https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i4.6872

Maulana, S., Noviekayati, I., G., A., A., & Rina, A., P. (2025). *Peran Dukungan Sosial dan Kontrol Diri terhadap Penerimaan Diri pada Remaja Keluarga Bercerai*. *3*(02), 182–191. https://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/jiwa/article/view/12733/7635

Menezes, L. M. De, Neves, B. M. Das, Motta, B. B., Azeredo, F., & Quintão, C. C. A. (2023). Life cycle phases: Literature review and new classification proposal for application in healthcare. *Dental Press Journal of Orthodontics*, *28*(5), 1–40. https://doi.org/10.1590/2177-6709.28.5.e23spe5

Oktaviana, R., & Rizkia, T. (2025). Psikoedukasi Bahaya Perceraian Orang Tua Pada Remaja di Lingkungan Sekolah SMK YPIP Talang Ubi Pali. *Jurnal Pengabdian Inovasi Masyarakat Indonesia*, *4*(2), 211–216. https://doi.org/10.29303/jpimi.v4i2.7273

Plexico, L. W., Erath, S., Shores, H., & Burrus, E. (2019). Self-acceptance, Resilience, Coping and Satisfaction Of Life In People Who Stutter. *Journal of Fluency Disorders*, *59*, 52–63. https://doi.org/10.1016/j.jfludis.2018.10.004

Putri, F., T., Noviekayati, I. G. A. A., & Rina, A. P. (2024). Penerimaan Diri Remaja Dengan Orang Tua Bercerai: Menguji Peran Dukungan Sosial dan Konsep Diri. *Inner: Journal of Psychological Research*, *3*(4), 529–540. https://aksiologi.org/index.php/inner/article/view/1244

Randini, A., & Tondok, M., S. (2025). Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Harga Diri pada Penerimaan Diri Anak yang Mengalami Perceraian Relationship Between Social Support and Self-Esteem in Self-Acceptance of Children Experiencing Parents Divorced. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan (J-P3K)*, *6*(2), 491–495. www.jurnalp3k.com/index.php/J-P3K/index

Ryff, C. D. & Singer, B. H. (2013). Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach To Psychological Well-being. In A. C. David, S., Boniwell, I., & Ayers (Ed.), *The Oxford Handbook of Happiness* (pp. 123–140). Oxford University Press.

Sa'adah, M., Mudzhar, M., A., Abdullah, A., G., & Subhan, Z. (2024). From Financial to Moral-Ethical Concerns: Changing Pattern of Divorce Reasons at the Religious Court of Bekasi, Indonesia. *Al-Hukama': The Indonesian Journal of Islamic Family Law*, *14*(2), 142–170. https://doi.org/https://doi.org/10.15642/alhukama.2024.14.2

Santrock, J. W. (2018). *Adolescence (17th ed.)*. Macmillan Education.

Saputri, K. A., & Sugiharto, D. (2020). Hubungan Antara Self Efficacy Dan Social Support Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Akhir Penyusun Skripsi Di FIP UNNES Tahun 2019. *Social Behavior and Personality*, *4*(1), 101–122. https://doi.org/10.2224/sbp.2013.41.9.1519

Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology : Biopsychosocial Interactions* (7th ed.). John Wiley & Sons.

Sari, D. S., Apriyanto, F., & Ulfa, M. (2022). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Penerimaan Diri Pada Remaja Dengan Orang Tua Bercerai: Literature Review. *Jurnal Psikologi Dan Konseling Remaja*, *3*(1), 14–27.

Sari, F. A., Noni, & Adri, Z. (2024). Gambaran Penerimaan Diri Remaja Korban Perceraian. *Jurnal EMPATI*, *13*(3), 67–73. https://doi.org/10.14710/empati.2024.42478

Siahaan, E. M. R., Brahmana, K. M. B., Simarmata, N. I. P., & Aqueena, G. (2023). The Effect of Social Support and Batak Values on Self- Acceptance of Fathers Who Have Children with Special Needs. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, *12*(4), 989. https://doi.org/10.12928/jehcp.v12i4.26932

Suandika, M., Hidayat, W., A., & Siwi, A., S. (2024). *Hubungan Dukungan Sosial Dengan Self Acceptance Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa*. *7*(2), 112–119. https://doi.org/10.33862/citradelima.v7i2.363

Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Edisi ke-2, Vol. 3, Issue 1). Alfabet.

Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Edisi ke-2). Alfabeta.

Taylor, S. E. (2018). *Psikologi Sosial* (Edisi Kedua Belas (ed.)). Pranedamedia Group.

Uchino, B. N. (2004). *Social Support and Physical Health: Understanding the Health Consequences of Relationships*. Yale University Press. https://doi.org/10.12987/yale/9780300102185.001.0001

Ulya, H., Rahmadani, N. D. A., & Nurmala, I. (2023). The Effect of Emotional Social Support on Self-Acceptance of Adolescent Verbal Violence Survivors in Surabaya. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, *6*(2), 261–266. https://doi.org/10.56338/mppki.v6i2.2865

Untari, I., Puspa, K., Putri, D., & Hafiduddin, M. (2018). Dampak Perceraian Orang Tua Terhadap Kesehatan Psikologis Remaja. *Media Publikasi Penelitian*, *15*(2), 99–106.

Yu, X., Kong, X., Cao, Z., Chen, Z., Zhang, L., & Yu, B. (2022). Social Support and Family Functioning during Adolescence: A Two-Wave Cross-Lagged Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *19*(10). https://doi.org/10.3390/ijerph19106327