

## HUBUNGAN ANTARA *SELF-ESTEEM* DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA PASANGAN MUDA DI COFFEE OMAH BEKASI

### *RELATIONSHIP BETWEEN SELF-ESTEEM AND SELF-ADJUSTMENT IN YOUNG COUPLES AT COFFEE OMAH BEKASI*

**Arfina Afriliana**

Universitas Bhayangkara, [arfina.afriliana18@mhs.ubharajaya.ac.id](mailto:arfina.afriliana18@mhs.ubharajaya.ac.id)

**Adi Fahrudin**

Universitas Bhayangkara, [adi.fahrudin@dsn.ubharajaya.ac.id](mailto:adi.fahrudin@dsn.ubharajaya.ac.id)

#### *Abstract*

*This study aims to determine whether there is a relationship between self-esteem and self-adjustment in young couples in Coffee Omah Bekasi. The purpose of this study was to determine the extent of the relationship between self-esteem and self-adjustment in young couples. The research method used is a quantitative research method with a correlational research type. The sample in this study was composed of 100 respondents. The sampling technique used is nonprobability sampling and selection of respondents by purposive sampling because both techniques are suitable for quantitative research and research that does not require certain criteria so that the sample taken is in accordance with the purpose of the study with sample criteria, namely coffee customers, men and women, aged 20–30 years, and have dating status. The validity test used is a content validity and reliability test using Cronbach's alpha. The results of the study using statistical analysis of Spreaman's rho nonparametric correlation found that the self-esteem and self-adjustment variability obtained a significance of 0.000 ( $p < 0.05$ ), which means that there is a positive relationship between the two variables. So that the higher the self-esteem in an individual, the higher the self-adjustment in the individual because the correlation results show both significant variables. The hypothesis proposed by the researchers can be accepted by mentioning the relationship between self-esteem and self-adjustment in young couples.*

**Keywords :** *Young Couples, Self-Esteem, Self-Adjustment.*

#### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *self-esteem* dengan penyesuaian diri pada pasangan muda di *coffee omah* Bekasi. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui sejauh mana hubungan *self-esteem* dengan penyesuaian diri pada pasangan muda. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif dengan tipe penelitian korelasional. Sampel pada penelitian ini sebanyak 100 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah pengambilan sampel *nonprobability* dan pemilihan responden dengan cara *purposive sampling* karena kedua teknik tersebut cocok untuk penelitian kuantitatif dan penelitian yang memang memerlukan kriteria-kriteria tertentu agar sampel yang diambil sesuai dengan tujuan penelitian dengan kriteria sampel yaitu pelanggan *coffee omah*, laki-laki dan perempuan, usia 20-30 tahun dan memiliki status berpacaran. Uji validitas yang digunakan adalah validitas isi dan uji reliabilitas menggunakan Cronbach-Alpha. Hasil studi menggunakan analisis statistik korelasi nonparametrik Spreaman's rho diketahui bahwa variabel *self-esteem* dan penyesuaian diri memperoleh signifikansi 0.000 ( $p < 0.05$ ), yang berarti bahwa ada hubungan positif antara kedua variabel. Sehingga semakin tinggi *self-esteem* pada individu, maka akan semakin tinggi penyesuaian diri pada individu karena dari hasil korelasi menunjukkan kedua variabel signifikan. Hipotesis yang diajukan peneliti dapat diterima dengan menyebutkan hubungan antara *self-esteem* dan penyesuaian diri pada pasangan muda.

**Kata kunci :** *Pasangan Muda, Self-Esteem, Penyesuaian Diri.*

## PENDAHULUAN

Seseorang tertarik untuk menjalin hubungan secara intim dengan lawan jenis pada saat menginjak usia dewasa tepatnya pada usia dewasa awal. Masa dewasa awal adalah masadimana mereka yang tergolong dalam rentang usia 20 – 30 tahun dan krisis yang terjadi adalah *Intimacy vs Isolation* dimana individu diharapkan mampu membentuk hubungan positif yang erat dengan lawan jenisnya (Alwisol, 2018).

Di era modernisasi ini banyak sekali individu khususnya remaja dan dewasa yang pergi ke tempat kopi atau café. Hal ini berkaitan dengan perkembangan masyarakat yang sangat berpengaruh terhadap pola perilaku. Pola perilaku yang dimaksud ini adalah cara mereka mengikuti budaya luar yang menjadikan individu memiliki sifat yang konsumtif khususnya dalam hal memilih tempat makan dan minum yang sesuai dengan selera masing-masing. Menurut Refkiansyah & Krisnayana (2021) Kafe merupakan tempat *hits* bagi kalangan remaja maupun orang dewasa. Dalam beberapa tahun terakhir, kafe atau warung kopi mengalami perkembangan yang cukup signifikan di beberapa kota besar di Indonesia seperti Bekasi. Salah satu dari sekian banyaknya kafe di Bekasi, *CoffeeOmah* juga merupakan tempat untuk menghabiskan waktu bersama dengan melakukan aktivitas mengobrol, berkumpul bersama teman-teman, mengerjakan tugas dan mencari tempat nongkrong yang nyaman. Banyak sekali interaksi antar individu yang terjadi saat berkunjung ke café, karena sebagai makhluk sosial kita akan selalu berinteraksi dengan orang lain atau membangun hubungan antar pribadi. Hubungan menjadi sebuah kesempatan untuk membangun keterampilan, keterbukaan diri, dan empati hal ini diperkuat dengan adanya hubungan interpersonal. Hubungan interpersonal adalah hubungan yang terdiri atas dua orang atau lebih, yang memiliki ketergantungan satu sama lain dan menggunakan pola interaksi yang konsisten Pearson (dalam Hidayat, K., Bashori, 2016). Berpacaran termasuk salah satu contoh adanya hubungan antar pribadi antara laki-laki dan perempuan.

Menurut (Decyana Ristiani, Hedi Pudjosntosa, n.d.) Istilah pacaran di Indonesia, telah diterima secara luas oleh masyarakat sebagai hubungan pranikah diantara perempuan dan laki-laki yang berinteraksi didasari oleh rasa cinta, kasih dan sayang. Interaksi inilah yang membuat seseorang dapat mengenali pasangannya dengan baik. Menurut DeVito (dalam Liana & Herdiyanto, 2017) intensitas komunikasi adalah tingkat kedalaman dan keluasan pesan yang terjadi saat berkomunikasi. Permasalahan yang biasanya terjadi didalam hubungan terkait dengan intensitas komunikasi adalah adanya kesibukan dari setiap individu yang berbeda-beda.

Dari interaksilah yang seringkali terjadi ditemukan bahwa masih banyak seseorang yang belum cukup dalam menyesuaikan dirinya terhadap orang lain ataupun pasangannya. Menurut Hartono dan Sunarto (dalam Arum & Khoirunnisa, 2021) Penyesuaian diri merupakan proses yang dilakukan individu untuk dapat memenuhi kebutuhan yang sesuai dengan lingkungan sehingga individu dapat menyeimbangkan diri dengan lingkungannya. Menurut Schneider (dalam Gunandar et al., 2017) Penyesuaian diri dapat diartikan sebagai suatu proses respon individu baik yang bersifat behavioral maupun mental dalam upaya menangani kebutuhan-kebutuhan dalam diri, frustrasi, konflik, dan keharmonisan diri pada lingkungan dan berpendapat bahwa penyesuaian diri memiliki empat unsur yakni *adaption, comformity, mastery, individual variation*. Hal ini juga sejalan dengan pendapat dari Fatimah (dalam Endriani, 2022) bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses alamiah dan dinamis yang bertujuan mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai dengan kondisi lingkungan.

Dalam penelitian ini, peneliti mewawancarai lima orang yang berkunjung ke *coffee omah* dan mendapatkan hasil bahwa masalah yang ada adalah seseorang cenderung mengalami kesulitan menyesuaikan diri saat berhadapan atau

berinteraksi dengan orang lain maupun dengan pasangan di dalam suatu hubungan. Harga diri atau *self-esteem* menjadi salah satu yang dapat membantu proses penyesuaian diri seseorang terhadap orang lain ataupun lingkungannya berjalan dengan baik. Hal ini berkaitan karena *Self-esteem* yang tinggi dapat membantu meningkatkan inisiatif, resiliensi dan perasaan puas pada diri seseorang (Baumeister., dkk. 2003; dalam Srisayekti & Setiady, 2015).

Penyesuaian diri menjadi hal yang sangat penting ketika individu tengah menghadapi suatu hal yang ada hubungannya dengan lingkungan sekitarnya maupun dengan orang lain, hal ini juga berlaku saat sebelum memulai hubungan dengan lawan jenis dan atau sesudah memulai hubungan dengan lawan jenis. Menurut Schneider (dalam Gunandar et al., 2017) Penyesuaian diri dapat diartikan sebagai suatu proses respon individu baik yang bersifat behavioral maupun mental dalam upaya menangani kebutuhan-kebutuhan dalam diri, frustrasi, konflik, dan keharmonisan diri pada lingkungan dan berpendapat bahwa penyesuaian diri memiliki empat unsur yakni, *adaption, comformity, mastery, individual variation*.

Schneider (1964) menyatakan bahwa individu dikatakan memiliki penyesuaian diri yang baik apabila memiliki keterampilan sosial dan memiliki kemampuan untuk berhubungan dengan orang lain dengan baik. Ada beberapa aspek penting sebagai penentu keberhasilan pada penyesuaian diri, yaitu: kontrol terhadap emosi yang berlebihan, mekanisme pertahanan diri yang minimal, frustrasi personal yang minimal, pertimbangan rasional dan kemampuan mengerahkan diri, kemampuan untuk belajar dan memanfaatkan pengalaman masalah, sikap realistis dan objektif. Menurut Schneider (1964) ada lima faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri yaitu: kondisi fisik, kondisi lingkungan, kondisi psikologis, agama dan budaya, perkembangan dan kematangan.

*Self-esteem* juga sangat mempengaruhi penyesuaian diri seseorang ketika menghadapi berbagai situasi karena

hal ini akan memperlihatkan penilaian individu terhadap dirinya sendiri. Menurut Coopersmith (dalam Ahmed et al., 1985) *self-esteem* adalah penilaian yang dibuat individu dan kebiasaan memandang dirinya terutama mengenai sikap menerima atau menolak, dan indikasi besarnya suatu kepercayaan individu terhadap kemampuannya, keberartian, kesuksesan dan keberhargaan. *Self-esteem* adalah "*personal judgement*" mengenai perasaan berharga atau berarti yang diekspresikan dalam sikap-sikap individu terhadap dirinya.

Ada beberapa aspek yang menjadi indikator munculnya *self-esteem* (harga diri). Menurut Coopersmith (1967) aspek-aspek tersebut antara lain; Keberartian Diri (*significance*), Kekuatan Individu, Kompetensi Individu, Ketaatan Individu dan Kemampuan memberi contoh. Coopersmith (1967) juga menyimpulkan empat bahwa terdapat faktor utama yang memberi kontribusi pada perkembangan *self-esteem*, yaitu; Penghargaan dan penerimaan dari orang-orang yang signifikan, kelas sosial dan kesuksesan, nilai dan inspirasi individu dalam menginterpretasikan pengalaman, cara individu menghadapi devaluasi.

*Self-esteem* akan memproyeksikan cara pandang individu terhadap situasi lingkungannya dan akan mempengaruhi bagaimana individu merespon dalam menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan yang dialaminya. *Self-esteem* yang tinggi akan mencerminkan kondisi pribadi yang positif, akan memunculkan sikap yang baik dalam berinteraksi dengan orang lain. Seseorang dengan *self-esteem* tinggi yaitu memiliki kemampuan untuk bangkit kembali, dengan cara mengatasi tekanan yang dialami. Namun demikian, seseorang dengan *self-esteem* tinggi bisa saja suatu saat mengalami kegagalan atau kekecewaan yang membuat *self-esteem* mereka menurun (Srisayekti & Setiady, 2015).

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa membangun hubungan yang selaras dengan seseorang membutuhkan keikutsertaan rasa simpatik yang cukup antar dua pihak. Hubungan yang

seharusnya dimiliki oleh individu adalah hubungan yang dapat membuat individu satu sama lain merasa nyaman, aman, dan bahagia pada saat menjalaninya. Dengan menyesuaikan diri masing-masing, individu disarankan untuk jauh lebih mengenal dirinya sendiri terlebih dahulu, baik mengenal secara kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki, ini menjadi salah satu cara untuk individu agar dapat menyesuaikan diri kepada pasangan nantinya.

Semakin tinggi *self-esteem* individu maka akan semakin baik kemampuan penyesuaian dirinya terhadap lingkungannya. Sebaliknya, jika semakin rendah *self-esteem* pada individu, maka akan semakin buruk kemampuan penyesuaian dirinya terhadap hubungan individu tersebut dengan orang lain. Penyesuaian diri merupakan usaha individu untuk mengatasi keadaan yang tidak menyenangkan, antara lain konflik, ketegangan, frustrasi, atau stres pada individu, yang dalam penelitian ini dikarenakan masa pensiun yang dialaminya (Desiningrum, 2012).

Berdasarkan uraian latar belakang maka rumusan masalah yang dijadikan fokus penelitian ini adalah “Apakah terdapat Hubungan antara *Self-Esteem* dengan Penyesuaian Diri pada pasangan muda di *Coffee Omah Bekasi*?”.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara *self-esteem* dengan penyesuaian diri pada pasangan muda di *coffee omah Bekasi*.

Manfaat dari penelitian ini adalah untuk menambah bahan kajian dan wawasan dalam ilmu psikologi yang berkaitan dengan *self-esteem* dan penyesuaian diri pada pasangan muda. Penelitian ini juga bermanfaat bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengkaji hal yang serupa. Menambah wawasan dan ilmu psikologi kepada pembaca mengenai *self-esteem* dengan penyesuaian diri pada pasangan muda, sehingga banyak yang dapat memahami dan meningkatkan *self-esteem* dan penyesuaian diri terhadap pasangan masing-masing.

Hipotesis pada penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara *self-*

*esteem* dengan penyesuaian diri pada pasangan muda di *coffee omah Bekasi*. Hubungan tersebut menunjukkan hasil bahwa adanya hubungan yang positif antara *self-esteem* dengan penyesuaian diri, begitupun sebaliknya.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan cara pandang deduktif, menggunakan instrument pengukuran, melibatkan banyak subjek, dan data berbentuk skor dengan instrument yang valid dan reliabel serta analisis statistik yang sesuai dan tepat menyebabkan hasil penelitian yang dicapai tidak menyimpang dari kondisi yang sesungguhnya (Nurlan, 2019).

Tipe penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian korelasional yang dilakukan dengan tujuan untuk meneliti bagaimana kemungkinan hubungan terjadi antar variabel dengan memperhatikan besaran koefisien korelasi, serta bagaimana keeratan hubungan antar variabel penelitian, bukan pada sebab dan penyebab terjadinya hubungan tersebut (Abdullah, 2015).

Variabel penelitian dibedakan menjadi variabel dependen dan variabel independent (Sugiyono, 2017). Adapun variabel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Variabel Terikat atau *Dependen Variable* (Y) : Penyesuaian Diri
2. Variabel Bebas atau *Independen Variable* (X) : *Self-Esteem*

Populasi dalam penelitian ini adalah pelanggan *Coffee Omah* di Bekasi yang berusia 20 hingga 30 tahun yang saat ini sedang menjalin hubungan berpacaran. Menurut (Sugiyono, 2017) populasi diartikan sebagai wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Sampel penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik *non-random sampling* jenis *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah pemilihan

sekelompok subjek berdasarkan kriteria khusus penelitian yang dapat menjadi sampel penelitian (Periantalo, 2020). Teknik ini dipilih karena tidak semua peluang yang sama untuk menjadi sampel penelitian. Adapun sampel yang digunakan adalah individu dengan kriteria subjek yang telah ditentukan peneliti untuk mewakili penelitian, sebagai berikut; individu dalam rentan usia 20-30 tahun, memiliki status hubungan berpacaran, dan pelanggan *Coffee Omah*.

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah *nonprobability sampling* dan teknik yang digunakan adalah *accidental sampling* yang merupakan teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu konsumen yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel bila dipandang orang yang kebetulan cocok sebagai sumber data (Sugiyono, 2017). Kedua teknik ini digunakan karena pada pengambilan sampel membutuhkan kriteria-kriteria tertentu dan pada teknik ini peneliti tujuannya untuk menentukan sampel secara kebetulan bertemu dengan peneliti. Peneliti juga menggunakan teknik pengumpulan data berupa observasi dan teknik yang digunakan adalah *non-participant observation* yang dimana peneliti tidak ikut terlibat langsung dengan aktivitas orang-orang yang sedang diamati (Sugiyono, 2017).

Penelitian ini menggunakan instrument penelitian dengan skala likert berbentuk kuesioner. Menurut (Sugiyono, 2016), skala likert merupakan alat ukur yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena tertentu. Alat yang digunakan oleh peneliti sebagai alat pengumpulan data berupa skala dan menggunakan pilihan jawaban SS (sangat sesuai), S (sesuai), TS (tidak sesuai), dan STS (sangat tidak sesuai). Peneliti menggunakan jenis aitem yang berupa Favorable dan Unfavorable.

**Tabel 1.** Penilaian Dengan Model Skala Likert

Alternatif	Skor
------------	------

Jawaban	Favorable	Unfavorable
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

Penelitian ini menggunakan analisis data statistik, dengan menggunakan metode *correctional product moment* dari Pearson menggunakan *software SPSS for windows ver 25* yang digunakan untuk mengetahui apakah ada atau tidaknya hubungan antara Penyesuaian Diri dengan *Self-Esteem*.

## HASIL

### Kategorisasi Penelitian

Berdasarkan hasil perhitungan kategorisasi menggunakan alat ukur aspek-aspek yang dikemukakan oleh Coopersmith (dalam Ahmed et al., 1985) maka hasil kategorisasi untuk skala *self-esteem* adalah sebagai berikut;

**Tabel 2.** Kategorisasi *Self-Esteem*

Batas Nilai	Kategori	Responden	Presentase
< 86	Rendah	1	1%
86-129	Sedang	96	96%
>129	Tinggi	3	3%

Diketahui bahwa skor kategorisasi pada variable *self-esteem* didapatkan hasil 96% sebanyak 96 responden dan masuk dalam tingkat kategorisasi sedang, selanjutnya didapatkan hasil tingkat kategorisasi terendah yaitu 1% sebanyak 1 responden dan terakhir didapatkan hasil kategorisasi yang tinggi yaitu 3% sebanyak 3 responden.

Berdasarkan hasil perhitungan kategorisasi menggunakan alat ukur aspek-aspek yang dikemukakan oleh Schneiders (dalam Gunandar et al., 2017) maka hasil untuk kategorisasi untuk skala penyesuaian diri adalah sebagai berikut;

**Tabel 3.** Kategorisasi Penyesuaian Diri

Batas Nilai	Kategori	Responden	Presentase
< 44	Rendah	0	0%
44-176	Sedang	100	100%
>176	Tinggi	0	0%

Diketahui bahwa skor kategorisasi pada variable penyesuaian diri didapatkan hasil 100% sebanyak 100 responden dan masuk dalam kategorisasi sedang, selanjutnya hasil kategorisasi rendah dan tinggi yaitu 0% tidak ada responden dalam kategorisasi pada variable penyesuaian diri.

**UJI ASUMSI**

Pada penelitian ini uji asumsi yang digunakan adalah uji normalitas dan uji korelasi. Pada penelitian ini uji normalitas menggunakan Teknik One Sample Kolmogorov Smirnov Test serta menggunakan aplikasi SPSS Versi SPSS versi 25 for Windows dengan menggunakan taraf signifikansi 0,05.

**Table 4.** Hasil Uji Normalitas Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Self Esteem	.176	100	.000	.679	100	.000
Penyesuaian Diri	.087	100	.057	.962	100	.006

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan hasil diatas, ditemukan bahwa hasil signifikan *self-esteem* yaitu 0.00 hasil tersebut menunjukkan bahwa data tidak normal  $p < 0.05$ . Sedangkan hasil signifikan penyesuaian diri yaitu 0.057 hasil tersebut menunjukkan bahwa data normal  $p > 0.05$ .

**UJI HIPOTESIS**

Uji korelasi pada penelitian ini menggunakan korelasi Spearman rho. Menurut Periantalo (2016) uji korelasi Spearman’s digunakan untuk menganalisis hubungan antar variabel, jika data tidak homogen.

**Tabel 5.** Hasil Uji Korelasi Spearman’s rho

**Correlations**

			Self Esteem	Penyesuaian Diri
Spearman's rho	Self Esteem	Correlation Coefficient	1.000	.638**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	100	100
	Penyesuaian Diri	Correlation Coefficient	.638**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	100	100

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan hasil uji korelasi yang diperoleh menunjukkan signifikansi kedua variable yaitu 0.000 ( $p < 0.05$ ) yang berarti adanya hubungan antara *self-esteem* dengan penyesuaian diri.

**Validitas dan Relibilitas**

Pada skala *Self-Esteem* yang disusun oleh Coopersmith (1967) data hasil uji coba

dapat diketahui bahwa dari 44 aitem pernyataan pada skala *self-esteem* terdapat satu aitem yang gugur yaitu, aitem nomor 14 karena aitem tersebut memiliki indeks daya diskriminasi aitem  $< 0,30$ . Sehingga aitem pernyataan yang tersisa sebanyak 43 aitem.

Pada skala Penyesuaian Diri yang disusun oleh Schneider (1964) data hasil uji coba dapat diketahui bahwa dari 48 aitem pernyataan pada skala penyesuaian diri terdapat empat aitem yang gugur yaitu, aitem nomor 1,4,19,47 karena aitem tersebut memiliki indeks daya diskriminasi aitem  $< 0,30$ . Sehingga aitem pernyataan yang tersisa sebanyak 44 aitem.

**Tabel 6.** Reliabilitas

	Skor Reliabilitas	Keterangan
Skala <i>Self-Esteem</i>	0.812	Reliabel
Skala Penyesuaian Diri	0.783	Cukup Reliabel

Berdasarkan hasil uji coba dari skala *Self-Esteem* pada kolom Cronbach's Alpha memiliki nilai 0,812 dan skala Penyesuaian Diri memiliki nilai 0,783 dapat disimpulkan berdasarkan klasifikasi skor dari kedua skala diatas, maka hasil menunjukkan bahwa Reliabel dan Cukup Reliabel.

## PEMBAHASAN

Penelitian ini merupakan penelitian yang dilakukan untuk mengetahui hubungan antara *self-esteem* dengan penyesuaian diri pada pasangan muda di *coffee* omah bekasi. Penelitian ini menggunakan kuesioner berupa Google Form dengan metode pengambilan data *nonprobability sampling*. Jumlah responden pada penelitian ini sebanyak 100 subjek yang merupakan pelanggan *Coffee* Omah.

Berdasarkan hasil pengisian kuesioner dari responden, subjek berjenis kelamin laki-laki berjumlah 42 orang dan perempuan berjumlah 58 orang. Pada penelitian ini lebih banyak terdapat pada subjek perempuan dengan presentase 58 %. Pada rentan usia subjek, paling banyak terdapat pada usia 20-23 tahun berjumlah 66 subjek dengan presentase 66%. Pada status hubungan terdapat 82 subjek yang berpacaran dengan presentase 82%. Hasil penelitian ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh (Alwisol, 2019), bahwa usia 20-23 tahun termasuk kedalam usia dewasa awal masa dimana mereka yang tergolong dalam rentang usia 20 – 30 tahun telah mengalami krisis *Intimacy vs Isolation* dimana individu diharapkan mampu membentuk hubungan positif yang erat dengan lawan jenisnya. Tidak semua pengunjung *coffee* omah yang datang bersama antara laki-laki dan perempuan berpacaran, mereka datang bersama dengan status hubungan sebagai teman dan sama-sama lajang.

Berdasarkan hasil validitas pada skala *self-esteem* uji coba dari 44 aitem terdapat 1 aitem gugur atau tidak valid pada aitem nomor 14, kemudian hasil validitas pada skala penyesuaian diri terdapat 48 aitem dan memiliki 4 aitem yang gugur yaitu pada

aitem nomor 1,4,19,47 hal ini dikarenakan jika memiliki nilai  $< 0.03$  dinyatakan tidak valid atau gugur.

Hasil reliabilitas pada penelitian ini mendapatkan skor 0.812 yang artinya skor pada skala *self-esteem* reliabel, kemudian mendapatkan skor 0.783 pada skala penyesuaian diri yang artinya skor ini juga cukup reliabel. Semakin banyak item atau pernyataan butir skala pengukuran makin tinggi tingkatan nilai reliabilitasnya (Budiasuti, D. Bandur, 2018).

Penelitian ini menggunakan uji asumsi dasar, uji asumsi dasar dalam penelitian ini terdiri dari uji normalitas. Peneliti menggunakan uji normalitas untuk mengetahui apakah data tersebut berdistribusi secara normal atau tidak, uji normalitas dalam penelitian ini menunjukkan bahwa hasil dari kedua variabel mendapatkan nilai signifikan 0,000 untuk variabel *self-esteem* dan penyesuaian diri, maka dapat dinyatakan bahwa kedua data variabel tidak terdistribusi normal. Pada penelitian ini menggunakan pengukuran statistik nonparametrik, karena kedua variabel tidak berdistribusi normal. Metode nonparametrik dapat digunakan untuk inferensi pada data dengan distribusi normal ataupun tidak normal, pada data nominal, ordinal, interval maupun rasio pada data berjumlah seratus ataupun sepuluh (Santoso, 2010).

Berdasarkan hasil deskriptif yang telah peneliti lakukan kepada 100 pelanggan *coffee* omah menunjukkan bahwa *self-esteem* masuk kedalam kategori sedang, yaitu sebesar 96% dengan frekuensi 96 subjek. Hal ini menandakan bahwa sebagian besar pelanggan *coffee* omah memiliki *self-esteem* yang cukup atau sedang. Hal ini dapat dikatakan bahwa pelanggan *coffee* omah mampu menghargai kelebihan dan kekurangan yang dimiliki serta dapat mengekspresikan segala hal yang ada pada dirinya. Dengan demikian, dapat diartikan bahwa pelanggan *coffee* omah sudah bisa memenuhi aspek-aspek pada *self-esteem* yang dikemukakan oleh Coopersmith (1967) yaitu keberartian (*significance*),

kekuatan individu, kompetensi individu, dan ketaatan individu.

Berdasarkan data analisis deskriptif yang telah peneliti lakukan kepada 100 pelanggan *coffee* omah menunjukkan bahwa penyesuaian diri masuk kedalam kategori sedang, yaitu sebesar 100% dengan frekuensi 100 subjek. Hal ini menandakan bahwa sebagian besar pelanggan *coffee* omah memiliki penyesuaian diri yang sedang. Hal ini dapat dikatakan bahwa pelanggan *coffee* omah mampu untuk menyesuaikan diri pada bentuk respon mental dan perilaku pada kondisi yang dialami pada realita kehidupan yang dialami dan mampu mengenal kelebihan dan kekurangan terhadap dirinya. Dengan demikian, dapat diartikan bahwa pelanggan *coffee* omah sudah bisa memenuhi aspek-aspek pada penyesuaian diri yang dikemukakan oleh Schneider (1964), yaitu kontrol terhadap emosi yang berlebihan, mekanisme pertahanan diri yang minimal, frustasi personal yang minimal, pertimbangan rasional dan kemampuan mengerahkan diri, kemampuan untuk belajar dan memanfaatkan pengalaman masalah, sikap realistik dan objektif.

Berdasarkan hasil uji korelasi antara variable *self-esteem* dengan penyesuaian diri menggunakan Teknik *Spearman's rho* ditemukan koefisien korelasi sebesar 0.000. Maka dapat diartikan bahwa terdapat korelasi positif antara kedua variable. Uji statistik *Spearman's rho* digunakan untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel, dengan tingkat  $p < 0.05$  maka dikatakan hasil penelitian diterima dan jika nilai  $p > 0.05$  maka dikatakan hasil penelitian ditolak (Suoth et al., 2014) Sehingga Hipotesis Alternatif ( $H_a$ ) diterima dan Hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-esteem* pada pelanggan *coffee* omah maka semakin tinggi juga penyesuaian diri pelanggan *coffee* omah di Bekasi.

Hasil studi ini didukung pula oleh penelitian tentang *self-esteem* dan penyesuaian diri yang dilakukan oleh (Devi & Fourianalistyawati, 2018) bahwa *self-*

*esteem* memiliki hubungan yang signifikan dengan kelima dimensi penyesuaian diri. Penyesuaian diri dalam fungsi sosial adalah kemampuan individu untuk mengatasi konflik, frustrasi dan kesulitan-kesulitan dalam diri dan berhubungan dengan relasi sosial.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari penelitian mengenai Hubungan Antara *Self-Esteem* Dengan Penyesuaian Diri Pada Pasangan Muda Di *Coffee* Omah Bekasi pada bab sebelumnya dapat disimpulkan bahwa:

1. Hipotesis pada penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara *self-esteem* dengan penyesuaian diri pada pasangan muda di *coffee* omah Bekasi.
2. Hubungan tersebut menunjukkan hasil bahwa adanya hubungan yang positif antara *self-esteem* dengan penyesuaian diri, begitupun sebaliknya.

Sesuai dengan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka terdapat beberapa saran yang peneliti berikan yaitu dengan adanya hubungan antara *self-esteem* dengan penyesuaian diri ini, individu yang memiliki *self-esteem* yang cukup maka penyesuaian dirinya juga dapat terpenuhi atau tinggi, begitu pula sebaliknya jika individu memiliki penyesuaian diri yang baik atau cukup maka hal tersebut akan meningkatkan *self-esteem* pada individu. Diharapkan agar individu meningkatkan *self-esteem* dan penyesuaian dirinya agar lebih baik lagi dengan cara belajar untuk mengenali diri sendiri dan juga belajar berinteraksi dengan orang lain.

Membangun hubungan yang positif khususnya kepada pasangan, dengan cara menunjukkan kasih sayang, kepedulian, dan perhatian hal ini akan membantu keduanya untuk meningkatkan *self-esteem* dan penyesuaian diri masing-masing. Jika merasa sulit untuk meningkatkan keduanya, disarankan untuk menemui ahli profesional seperti konseling percintaan atau konseling pernikahan.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada Prof. Drs. Adi Fahrudin, S.Psi., M.Soc.Sc., PhD yang telah membantu penelitian ini dari awal hingga selesai. Penulis juga menyadari bahwa kelancaran dalam penyusunan materi ini tidak lain berkat bantuan, dorongan dan bimbingan beberapa pihak, sehingga kendala-kendala yang penulis hadapi dapat teratasi khususnya kepada pihak *Coffee Omah* di Agus Salim Bekasi yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian dilokasi tersebut.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmed, S. M. S., Valliant, P. M., & Swindle, D. (1985). Psychometric Properties of Coopersmith Self-Esteem Inventory. *Perceptual and Motor Skills*, 61(3\_suppl), 1235–1241.  
<https://doi.org/10.2466/pms.1985.61.3 f.1235>
- Alwisol. (2018). *Psikologi Kepribadian*. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Budiastuti, D. Bandur, A. (2018). *VALIDITAS DAN RELIABILITAS PENELITIAN*. Mitra Wacana Media.
- Decyana Ristiani, Hedi Pudjosntosa, A. N. (n.d.). *Pemeliharaan Hubungan Berpacaran Long Distance Relationship Sampai Ke Jenjang Pernikahan: Studi Pengalaman Menjalani Hubungan Berpacaran Dengan Seorang Pelaut Kapal Kargo Decyana*. 1–16.
- Gunandar, M. S., Muhana, &, & Utami, S. (2017). Hubungan antara Dukungan Sosial Orang Tua dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru yang Merantau. *Gadjah Mada Journal of Psychology*, 3(2), 98–109.
- Hidayat, K., Bashori, K. (2016). *Psikologi Sosial*. Erlangga.
- Nurlan, F. (2019). *Metodologi Penelitian Kuantitatif* (Asnidar (ed.)). CV. PilarNusantara.
- Periantalo. (2020). *Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Refkiansyah, K. ., & Krisnayana, R. (2021). *REALITAS REMAJA HANGOUT (STUDI FENOMENOLOGI PADAREMAJA DI KAFE KAWAN BANDUNG)* (Issue 1, pp. 1–2).
- Refkiansyah, K. H., & Krisnayana, R. (2021). Realitas Remaja Hangout. *Dialog*, 6(2), 74-88.
- Santoso, S. (2010). *STATISTIKA NONPARAMETIK*. PT Elexx Media Komputindo.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif*.
- South, M., Bidjuni, H., & Malara, R. (2014). Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Kolongan Kecamatan Kalawat Kabupaten Minahasa Utara. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 2(1), 105951.