



## Jurnal Pengabdian Ilmu Kesehatan

Halaman Jurnal : <https://ejurnal.politeknikpratama.ac.id/index.php/JPIKES>

Halaman UTAMA: <https://ejurnal.politeknikpratama.ac.id/index.php>



# HUBUNGAN ANTARA KONSEP DIRI DENGAN OPTIMISME PADA REMAJA DI PENGUNGSIAN KORBAN ERUPSI GUNUNG SINABUNG

**Rismawati Munthe, Fenty Zahara Nasution, Rodia Afriza**

Fakultas Psikologi. Universitas Potensi Utama

Email: [rismawati.munthe@gmail.com](mailto:rismawati.munthe@gmail.com), [fentynasution19@gmail.com](mailto:fentynasution19@gmail.com),

[rodiaafriza@gmail.com](mailto:rodiaafriza@gmail.com)

### Abstrak

*Pengabdian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan optimisme pada remaja dipengungsian korban erupsi gunung Sinabung. Subjek penelitian adalah remaja yang berada dipengungsian korban erupsi gunung sinabung yang berjumlah 80 orang. Alat ukur yang digunakan adalah skala Likert yang terdiri dari 46 item konsep diri ( $\alpha = 0,963$ ) dan 42 item optimisme ( $\alpha = 0,970$ ). Analisis data menggunakan teknik  $r$  Product Moment. Berdasarkan analisi data, diperoleh bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, yaitu ada hubungan antara konsep diri dengan optimisme pada remaja dipengungsian korban erupsi gunung sinabung. Hal ini dibuktikan dengan nilai atau koefisien hubungan ( $r_{xy} = 0,844$  dengan  $p = 0,04$ ;  $p < 0,05$ ). Selanjutnya dilihat dari perhitungan mean hipotetik dan mean empirik serta standart deviasinya diketahui bahwa konsep diri dengan optimisme pada remaja dipengungsian korban erupsi gunung sinabung tergolong rendah dimana nilai rata-rata empirik lebih rendah dari nilai rata-rata hipotetik.*

**Kata Kunci :** Konsep Diri, Optimisme, Pengungsian

### Abstract

*This service aims to determine the relationship between self-concept in adolescents optimism in the evacuation of victims eruption of Mount Sinabung. The research subject were teenagers who were in the refugee victims of Sinabung eruption that totaled 80 people. The measuring instruments used is a Likert scale that consist of 46 items of self-concept ( $\alpha = 0,963$ ) and 42 items optimism ( $\alpha = 0,970$ ). Data analysis using techniques  $r$  Product Moment. Based on the analysis of data, found that the hypothesis proposed in this study received, that there is a relationship between self – concept in adolescents optimism in the evacuation of victims eruption of Mount Sinabung. This is evidenced by the value or coefficient of correlation ( $r_{xy} = 0,844$  with  $p = 0,04$ ;  $p < 0,05$ ). Furthermore as seen from the calculation of the mean hypothetical and empirical mean as well as standard deviation is known that self- concept and optimism adolescents in the evacuation victims Sinabung eruption is low where the average empirical value is lower than the average value of the hypothetical.*

**Keyword:** Self–Concept, Optimism, Evacuation

## I.PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Belakangan ini banyak bencana yang terjadi bencana tersebut menimbulkan efek perkembangan psikologis yang kurang baik serta trauma bagi yang mengalaminya. Seperti halnya Bencana Gunung Sinabung yang terjadi di Sumatra Utara. Gunung Sinabung adalah gunung berapi di dataran tinggi Karo, Kabupaten Karo Sumatra Utara yang ketinggian gunung ini adalah 2460 M gunung ini tidak pernah tercatat meletus sejak tahun 1600 tetapi

Received Januari 07, 2023; Revised Februari 22, 2023; Accepted Maret 25, 2023

\*Corresponding author, e-mail [rismawati.munthe@gmail.com](mailto:rismawati.munthe@gmail.com)

memdadak aktif kembali pada tahun 2010 mengeluarkan asap dan abu vulkanis sejak itu status gunung sinabung dinaikan menjadi awas. Pada tahun 2013 Gunung Sinabung meletus kembali, letusan pertama melepaskan abu vulkanik. Erupsi (letusan) terjadi lagi 4 kali dan pada tahun 2014 gunung sinabung mengeluarkan awan panas yang menyebabkan 14 orang tewas dan 3 orang luka-luka. Karena kondisi lingkungan yang tidak memungkinkan para warga yang tempat tinggalnya di dekat gunung sinabung radius 5 KM harus di evakuasi di 24 titik pengungsian yang disediakan oleh bupati Karo. Dan sudah banyak warga yang diungsikan mulai dari lansia, orang dewasa, remaja dan anak-anak. Jumlah pengungsi terakhir 27.671 orang menurut data TribunNews.com (18 January 2014).

Dampak yang diakibatkan oleh erupsi Gunung Sinabung ini membuat para korban dipengungsian menjadi bingung, timbulnya perilaku-prilaku aneh akibat tekanan yang dihadapinya, seperti kebingungan, sedih, takut, merasa kehilangan, tidak lagi memiliki harapan dan semangat hidup. Seperti yang dikemukakan (Midicastore, 2006) bahwa terdapat beberapa gejala stress pasca trauma, yaitu respon emosi yang tumpul, lepas, atau berkurang, merasa bahwa dirinya tidak nyata, tidak mampu mengingat bagian yang penting dari peristiwa traumat

Mereka merasa masalah yang mereka alami saat ini akan berlangsung sangat lama kisaran waktu 10-15 tahun. Berdasarkan wawancara bahwa rumah dan ladang mereka sudah tertutupi abu vulkanik setebal 30 cm sampai tidak dapat dilalui oleh orang berjalan kaki karena kakinya dapat terendam kedalam. Rumah mereka banyak yang roboh dan ladang habis terbenam oleh abu vulkanik. Menurut mereka butuh waktu yang sangat lama untuk pemulihan kembali, tidak ada yang dapat mereka lakukan saat ini selain menunggu bantuan dari pemerintah. Karena mereka sudah hilang rumah dan sumber penghasilan.

Bencana yang terjadi tidak hanya dirasakan oleh orang dewasa dan paruh baya tapi juga dirasakan oleh anak-anak dan remaja. Bagi remaja terjadinya bencana alam memungkinkan terjadinya perubahan psikologis secara mendadak. Pada masa remaja banyak terjadi masalah yang diakibatkan oleh tingkah laku remaja yang masih labil dan belum dapat menyesuaikan diri dengan berbagai tuntutan dari lingkungan (Willis, dalam Darmayanti, 2007) hal ini dapat dilihat pada anak remaja di pengungsian korban erupsi gunung sinabung mereka merasa sudah tidak ada harapan lagi untuk dapat kembali ke kampungnya dan bersekolah seperti biasa lagi. Mereka bingung, cemas dan takut akan nasib mereka kedepannya seperti apa. Menurut (Kartono, 1992) pada masa Pra-pubertas anak akan sering merasa bingung, cemas, gelisa, takut, gelap hati, risau, sedih hati dan lain-lain.

Berdasarkan wawancara yang telah saya lakukan bahwa mereka tidak akan melanjutkan pendidikan mereka kejenjang yang lebih tinggi, karena sudah tidak ada biaya, jadi dari pada kuliah lebih bagus membantu ibu dan bapak mencari uang. Mereka merasa bahwa saat ini dapat bersekolah karena beasiswa yang diberikan pemerintah, kalau tidak tentu saja mereka tidak dapat melanjutkan sekolah. Kondisi fisik yang menurun akibat abu vulkanik dari gunung sinabung membuat mereka tidak dapat berbuat apa-apa selain berdiam dalam pengungsian, selain itu mereka juga harus menggunakan masker kemana-mana. Keadaan seperti ini yang membuat mereka hanya pasrah dan tidak tahu harus berbuat apa.

Tidak hanya itu saja, mereka juga merasa asing dan tidak nyaman setiap kali bermain dan berkumpul dengan teman-temannya di pengungsian. Terlebih lagi mereka sering di bedakan oleh penduduk setempat antara anak-anak penduduk setempat dengan anak-anak pengungsian. Mereka selalu diusir setiap kali mereka ingin bermain bersama dengan anak-anak penduduk setempat. Yang pada akhirnya membuat mereka marah, sedih, kecil hati dan merasa kalau tidak ada lagi harapa untuk kedepannya. Optimisme adalah kebiasaan berfikir tentang penyebab sesuatu peristiwa tentang bagaimana seseorang menjelaskan peristiwa-peristiwa yang menyenangkan maupun yang tidak menyenangkan.

Seligman (1991) mendefinisikan sikap optimis sebagai suatu sikap yang mengharapkan hasil yang positif dalam menghadapi masalah, dan berharap untuk mengatasi stress dan tantangan sehari-hari secara efektif. Terbentuknya pola pikir optimis tergantung juga pada cara pandang seseorang pada perasaan dirinya bernilai atau tidak. Perasaan bernilai dan berarti biasanya tumbuh dari pengakuan dan lingkungan. Optimisme yang tinggi yang berasal dari dalam diri individu dan dukungan yang berupa penghargaan dari orang-orang tertentu membuat individu merasa dihargai dan berarti. Kebiasaan berpikir optimis itu bisa dipelajari oleh siapa saja, sebab tidak ada seorangpun yang ingin menjadi pesimis.

Proses identifikasi dapat membantu remaja untuk mengenali dirinya lebih baik. Pengenalan diri yang baik akan membuat remaja merasa yakin dengan kemampuan yang dimilikinya. Hal tersebut, membuat remaja secara individu mampu mengoptimalkan kemampuannya, sehingga remaja mempunyai banyak kesempatan untuk mengasah, melatih dan mengembangkan konsep dirinya. Semakin banyak atau sering kemampuan mengasah, melatih dan mengembangkan konsep diri, maka akan semakin tinggi optimisme yang akan dimiliki oleh remaja.

Saam (1988) memandang bahwa konsep diri mempengaruhi perilaku seseorang, antara lain penyesuaian diri, pelaksanaan tugas dalam meraih keberhasilan, dan mendorong rasa optimis. Jadi konsep diri meliputi apa yang dipikirkan dan apa yang dirasakan tentang diri individu sendiri.

Berdasarkan uraian-uraian latar belakang diatas, maka dapat disimpulkan bahwa peran konsep diri sangat penting dalam pembentukan sikap optimis pada remaja di pengungsian bencana erupsi gunung sinabung. Permasalahan yang diajukan adalah bagaimanakah kontribusi konsep diri terhadap optimisme remaja di pengungsian korban erupsi gunung sinabung, apakah konsep diri bisa memicu timbulnya optimisme dalam diri remaja dan apakah optimisme yang rendah akan mempengaruhi remaja dalam mempengaruhi remaja dalam menyelesaikan masalahnya, dengan kata lain optimisme dan konsep diri yang tinggi merupakan unsur yang signifikan dalam usaha menciptakan kehidupan sosial yang memuaskan pada remaja di pengungsian.

## **B. Identifikasi Masalah**

Yang saya teliti dalam penelitian ini adalah hubungan antara konsep diri dan optimisme pada remaja di pengungsian korban erupsi gunung sinabung. Yang menjadi subjek penelitian ini adalah remaja di pengungsian korban erupsi gunung sinabung. Remaja adalah suatu masa dimana individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual.

Yang ingin di ungkap oleh pada penelitian adalah konsep diri dan optimisme. Konsep diri adalah pengertian dan harapan seseorang mengenai bagaimana diri yang dicita-citakan, diri dalam realita yang sesungguhnya baik secara fisik, sosial, psikologis, yang diperoleh melalui pengalaman dan interaksi individu dengan orang lain, dan bagaimana individu membandingkan dirinya dengan orang lain dengan sesuatu hal ideal yang ditetapkannya. Optimisme adalah suatu sikap untuk berfikir secara positif dan mengharakan hasil yang positif, mempunyai kepercayaan diri, serta berusaha menggali yang terbaik dalam diri sendiri dan mengharapkan hasil yang terbaik dari suatu situasi.

## **C. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan optimisme pada remaja di pengungsian korban erupsi gunung sinabung.

## D. Rumusan Masalah

Yang saya teliti dalam penelitian ini adalah hubungan antara konsep diri dan optimisme pada remaja di pengungsian korban erupsi gunung sinabung. Yang menjadi subjek penelitian ini adalah remaja di pengungsian korban erupsi gunung sinabung.

## II. TINJAUAN PUSTAKA

### A. Remaja

#### 1. Pengertian Remaja

Remaja adalah suatu masa dimana individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual. Individu mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi dari kanak-kanak menjadi dewasa, terjadi peralihan dari ketergantungan sosial-ekonomi yang penuh kepada keadaan yang relatif lebih mandiri (Sarwono, 2010). Menurut Monks (2006) batasan usia remaja adalah antara 12-21 tahun dengan perincian 12-15 tahun pada masa remaja awal, 15-18 tahun masa remaja pertengahan dan 18-21 tahun masa remaja akhir. Hurlock (2002) membagi masa remaja menjadi, masa remaja awal 13-16 tahun, masa remaja tengah 16/17-18 tahun. Masa remaja awal dan akhir dibedakan oleh Hurlock karena pada masa remaja akhir individu telah mencapai transisi perkembangan yang lebih mendekati masa dewasa. Dan pernyataan tersebut di dukung oleh Sarwono (1988) yang mengatakan bahwa proses penyesuaian diri menuju kedewasaan ada 3 tahap perkembangan remaja, yaitu :

##### a. Remaja awal

Seorang remaja pada tahap ini masih terheran-heran akan perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiri dan dorongan-dorongan yang menyertai perubahan-perubahan itu.

##### b. Remaja tengah: kecenderungan “narsistic”, yaitu mencintai diri sendiri, dan menyukai teman-teman sebayanya yang mempunyai sifat yang sama dengan dirinya, selain itu individu berada dalam kondisi kebingungan.

##### c. Remaja akhir : tahap ini adalah masa konsolidasi menuju periode dewasa dan ditandai dengan pencapaian lima hal, yaitu:

1. Minat yang makin mantap terhadap fungsi-fungsi intelek.
2. Egonya mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang-orang lain dalam pengalaman-pengalaman baru.
3. Terbentuknya identitas seksual yang tidak akan berubah lagi.
4. Egosentrisme (terlalu memusatkan perhatian pada diri sendiri) diganti dengan keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dengan orang lain.
5. Tumbuh “dinding” yang memisahkan pribadinya dan masyarakat umum.

Berdasarkan uraian diatas disimpulkan bahwa remaja adalah usia dimana individu yang berada pada masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju ke masa dewasa. Dalam penyesuaian diri remaja menuju dewasa terdapat tiga tahap perkembangan yaitu: remaja awal, remaja tengah, dan remaja akhir.

#### 2. Ciri-ciri Masa Remaja

Menurut Soekanto (dalam Syahputri, 2007) ciri-ciri remaja sebagai berikut:

- a) Perkembangan fisik sebagai laki-laki atau perempuan semakin tegas, sehingga hal ini secara efektif ditonjolkan oleh para remaja, dengan demikian perhatian terhadap lawan jenis semakin meningkat. oleh remaja
- b) Keinginan yang dibuat untuk mengandalkan interaksi social dengan yang lebih dewasa, adanya interaksi ini mengakibatkan masyarakat menganggap remaja sudah dewasa.
- c) Keinginan yang kuat untuk mendapatkan kepercayaan diri, dikalangan dewasa maupun mengenai masalah tanggung jawab secara relatif belum matang.

- d) Mulai memikirkan masalah hidup secara mandiri dengan mengutamakan kebebasan dan pengawasan yang terlalu ketat oleh orang tua atau sekolah.
- e) Adanya perkembangan taraf intelektual untuk mendapatkan identitas diri.

Menurut Hurlock (2002) masa remaja mempunyai ciri-ciri tertentu yang membedakan dengan periode sebelum dan sesudahnya, ciri-ciri tersebut adalah:

1. Masa remaja sebagai periode penting. Ada beberapa periode yang lebih penting dari pada beberapa periode lainnya, akibat yang langsung terhadap sikap dan perilaku, dan ada lagi yang penting akibat langsung mampu jangka panjang tetap penting karena fisik dan akibat psikologisnya.
2. Masa remaja sebagai periode peralihan. Dalam setiap periode peralihan, status individu tidaklah jelas dan terdapat keraguan akan peran yang harus dilakukan.
3. Masa remaja sebagai masa perubahan. Tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku selama masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Selama awal masa remaja, letika perubahan fisik terjadi dengan sangat pesat, perubahan perilaku dan sikap juga berlangsung pesat. Kalau perubahan fisik menurun maka perubahan sikap dan perilaku menurun juga.
4. Masa remaja sebagai usia bemasalah. Setiap periode mempunyai masalahnya sendiri-sendiri, namun masalah remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi baik oleh laki-laki maupun perempuan.
5. Masa remaja sebagai masa mencari identitas . Pada tahun-tahun awal masa remaja, penyesuaian diri dengan kelompok masih tetap penting bagi anak laki-laki dan anak perempuan. Lamban laun mereka mendambakan identitas diri.

Berdasarkan uraian di atas ciri-ciri remaja adalah masa penuh tantangan baik secara fisiologis dan psikologis. Dan secara psikologis ciri yang ditampilkan pada individu berbeda dengan periode perkembangannya. Diantaranya perubahan status, perubahan emosi, perubahan kognisi, minat dan sosialnya. Sedangkan secara fisiologis remaja sudah menunjukkan postur tubuh dewasa dengan pertumbuhan tinggi, organ klatin, suara dan organ lainnya.

### 3. Tugas Perkembangan Remaja

Selanjutnya Monks (2006) mengemukakan bagi usia 12-18 tahun tugas perkembangan adalah:

- a. Perkembangan aspek-aspek biologis.
- b. Menerima peran dewasa berdasarkan pengaruh kebiasaan masyarakat sendiri.
- c. Mendapatkan kebiasaan emosional dari orang tua atau orang dewasa lain.
- d. Mendapatkan pandangan hidup sendiri.
- e. Merealisasikan suatu identitas dan dapat mengadakan partisipasi dalam kebudayaan pemuda sendiri.

Berdasarkan uraian diatas tugas perkembangan pada remaja mencari identitas diri, perkembangan fisik dan biologis, menerima peranan dewasa, mendapatkan pandangan hidup dan merealisasikan suatu identitas dan dapat berpartisipasi dalam masyarakat.

#### 1. Tahap Perkembangan Remaja

Tahap 1. Remaja awal 12-15 Tahun (*early adolescence*)

Seorang remaja pada tahap ini masih terheran-heran akan perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiri dan dorongan-dorongan yang menyertai perubahan-perubahan itu. Mereka mengembangkan pikiran-pikiran baru, cepat tertarik pada lawan jenis, dan mudah terangsang secara erotis.

Tahap 2. Remaja madya 15-18 Tahun (*middle adolescence*)

Pada saat ini remaja sangat membutuhkan kawan-kawan. Ia senang kalau banyak teman yang menyukainya. Ada kecenderungan "*narcistic*", yaitu mencintai diri sendiri, dengan menyukai teman-teman yang mempunyai sifat-sifat yang sama dengan dirinya. Selain itu, ia berada dalam kondisi kebingungan karena ia tidak tahu harus memilih yang mana: peka atau tidak peduli, ramai-ramai atau sendiri, optimistis atau pesimistis, idealis atau materialis, dan sebagainya. Remaja pria harus membebaskan diri dari *Oedipoes Complex* (perasaan cinta pada ibu sendiri pada masa kanak-kanak) dengan mempererat hubungan dengan kawan-kawan dari lawan jenis.

Tahap 3. Remaja akhir 18-21 Tahun (*late adolescence*)

Tahap ini adalah masa konsolidasi menuju periode dewasa dan ditandai dengan pencapaian 5 (lima) hal, yaitu:

- a. Minat yang makin mantap terhadap fungsi-fungsi intelek.
- b. Egonya mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang-orang lain dan dalam pengalaman-pengalaman baru.
- c. Terbentuk identitas seksual yang tidak akan berubah lagi.
- d. *Egosentrisme* (terlalu memusatkan perhatian pada diri sendiri) diganti dengan keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dengan orang lain.
- e. Tumbuh "dinding" yang memisahkan diri pribadinya (*private self*) dan masyarakat umum (*the public*) (Sarwono, 2010).

#### 4. Remaja di Pengungsian dan Dinamika Psikologinya

Remaja dipengungsian adalah para remaja yang tinggal di pengungsian yang merupakan suatu tempat/penampungan bagi masyarakat yang menjadi korban bencana alam erupsi gunung sinabung di tanah karo. Didirikannya posko-posko pengungsian semenjak terjadinya erupsi gunung sinabung pada tanggal 25 september 2013 yang melepaskan abu vulkanik. Erupsi (letusan) terjadi lagi 4 kali pada tanggal 23 November 2013. Dan pada tahun 2014 gunung sinabung mengeluarkan awan panas yang menyebabkan 14 orang tewas dan 3 orang luka bakar ketika sedang mngunjungi Desa sukameria Kec, Payung. Sehingga banyak warga yang di evakuasi untuk diungsihkan mulai dari lansia, orang dewasa, remaja dan anak-anak. Jumlah terakhir dipengungsian berjumlah 27.671 orang menurut data TribuNews.

Secara psikologis, pada umumnya remaja yang tinggal di pengungsian telah mengalami kehidupan yang kurang mengenakan (krisis dalam kehidupan) seperti tekanan ekonomi, kehilangan kasih-sayang dan perhatian dari orang-orang yang dicintainya, mereka juga harus tidur dalam kondisi 20 kepala keluarga dalam satu ruangan/tenda. Kondisi ini tentunya akan sangat mempengaruhi keadaan psikologis mereka. Menurut Reker dan Wong (dalam Darmayanti, 2008) setiap individu mempunyai bentuk yang berbeda dalam merespon situasi atau kejadian yang mengenakan atau tidak mengenakan. Beberapa individu merespon terhadap kejadian tersebut dengan emosi yang negatif sehingga menimbulkan gangguan psikologis seperti stress, kecemasan sampai depresi, putus asa dan tidak percaya diri. Beberapa individu yang lain merespon terhadap kejadian tersebut dengan emosi yang positif, mereka lebih menunjukkan sikap yang optimis ketimbang pesimis, mempunyai harapan yang tinggi dari pada putus asa. Mereka tidak menjadi sakit dan tidak kehilangan fungsih-fungsih psikologis positif dan cenderung dapat melakukan pemulihan kehidupannya secara cepat.

Krisis yang dialami remaja dipengungsian akan memiliki pengaruh terhadap kehidupan mereka dimasa selanjutnya. Apalagi jika mereka mengalami kesulitan untuk bisa menyesuaikan diri terhadap perubahan yang dialami sebagai konsekuensi dari kejadian hidup yang terjadi. Ada beberapa tahap penyesuaian diri terhadap krisis yang dialami oleh individu. Hayes (dalam Darmayanti, 2008) menyebutkan penyesuaian diri terhadap krisis, dapat dibedakan atas beberapa tahap, yaitu:

- a. Shock

Reaksi pertama diri individu yang mengalami perubahan dalam hidupnya adalah perasaan terkejut, takut dan merasa dilukai hatinya. Biasanya perasaan-perasaan emosional ini diwujudkan dalam bentuk pernyataan “dunia telah berubah, sma diabaikan, kesepian dan terisolir”.

b. Search and maintenance

Pada tahap ini menunjukkan adanya priode pembaharuan harapan, optimisme, aktif kembali melakukan kegiatan sosial yang ditinggalkan. Namun jika selama priode ini individu tidak mampu mengembangkan harapan dan rasa optimisnya, maka akibatnya penyesuaian pun akan menjadi semakin sulit.

c. Threat to identity : depression and withdrawl.

Keyakinan bahwa semuanya akan menjadi baik pada akhirnya telah sirna dan menjadi suatu kenyataan, bahwa kehidupan benar-benar telah berubah. Kondisi sekarang sangat berbeda dengan kondisi kehidupannya ketika sebelum terjadi krisis. Individu merasa tidak aman dan tidak nyaman dengan perubahan kehidupan yang terjadi, sehingga ia menjadi atau menarik dair dari lingkungan sosial.

d. Disorganization and crisis.

Jika kondisi perubahan yang terjadi tidak sesuai dengan harapannya, muncul perasaan tidak berdaya, ketakutan dan perasaan bahwa lingkungan telah melupakannya.

e. Readjusment

Pada fase ini individu akan mampu menyesuaikan dirinya dengan keadaan, dan akan menemukan nilai-nilai baru dan pedoman hidup yang lebih baik bagi masa depannya berdasarkan pengalaman-pengalaman yang telah dilaluinya termasuk krisis dan disorganisasi. Namun jika ia tidak mampu melakukan penyesuaian, maka individu akan semakin tidak peduli atau masa bodoh.

Berdasarkan uraian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa remaja dipengungsi dengan latar belakang kehidupan yang dialaminya, mereka akan mengalami krisis dan optimisme menjadi rendah. Namun jika mereka mampu memaknai kejadian yang dialaminya, dan bisa menemukan nilai-nilai baru yang lebih positif berdasarkan pengalaman-pengalaman hidup yang telah dilakukan maka individu akan bisah mencapi harapan-harapandi masa selanjutnya.

## B. Optimisme

### 1. Pengertian optimisme

Manusia sebagai makhluk yang berkembang dan aktif. Berbuat dan bertindak sesuai dengan adanya faktor-faktor yang datang dari luar dirinya dan juga dari dalam dirinya. Karena ini faktor yang ada dalam diri manusia tersebut juga ikut menentukan perbuatannya (Walgito, 1997).

Seligman (1991) menjelaskan terbentuknya pola pikir optimis tergantung juga pada cara pandang seseorang pada perasaan dirinya bernilai atau tidak. Perasaan bernilai dan berarti biasanya tumbuh dari pengakuan dan lingkungan. Optimisme yang tinggi yang berasal dari dalam diri individu dan dukungan yang berupa penghargaan dari orang-orang tertentu membuat individu merasa dihargai dan berarti. Kebiasaan berpikir optimis itu bisa dipelajari oleh siapa saja, sebab tidak ada seorangpun yang ingin menjadi pesimis. Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa pengertian optimisme adalah harapan dan pandangan positif individu akan kemampuan yang dimilikinya dalam memandang suatu masalah untuk mencapai hal yang terbaik serta memiliki kecenderungan untuk bersikap tetap berharap akan terjadinya sesuatu yang menyenangkan walaupun mengalami hal yang tidak menyenangkan.

### 2. Ciri – Ciri Orang Optimisme

Orang yang optimis adalah orang yang mengharapkan hasil positifnya. Seorang yang optimis berharap untuk mengatasi stres dan tantangan sehari-hari secara efektif. Sebaliknya orang yang pesimis adalah mereka yang mengharapkan hasil negatif dan tidak berharap untuk mengatasi masalah dengan berhasil (Scheier dan caver dalam Methews dkk, 1999).

Berbicara tentang ciri-ciri optimis, seorang optimis cenderung percaya bahwa kegagalan hanyalah kemunduran sementara, yang penyebabnya terbatas pada satu hal. Optimis juga percaya bahwa kegagalan bukanlah salah individu. Keadaan sekitar, nasib buruk atau orang lain yang mempengaruhinya dan jika dihadapkan pada nasib buruk, mereka merasakan sebahaitantangan dan akan berusaha keras ( Seligman, 1991).

### 3. Faktor yang Mempengaruhi Optimisme

Menurut Seligmen (1991), cara berpikir yang digunakan individu akan mempengaruhi hampir seluruh bidang kehidupannya antara lain dalam bidang berikut:

#### a. Pendidikan

Dalam bidang prestasi orang yang pesimis berada dibawah potensi mereka yang sesungguhnya. Sedangkan orang optimis lebih berhasil dari pada orang yang pesimis meskipun orang yang pesimis itu mempunyai minat dan bakat yang relatif sebanding.

#### b. Perkerjaan

Individu yang berpandangan optimis lebih ulet menghadapi berbagai tantangan sehingga akan lebih sukses dibandingkan individu yang berpandangan pesimis.

#### c. Lingkungan

Menurut clark (dalam Mc. Ginnis, 1995) tumbuhnya optimisme dipengaruhi oleh pengalaman bergaul dan orang-orang.

#### d. Konsep diri

Individu dengan konsep diri yang tinggi selalu termotivasi untuk menjaga pandangan yang positif tentang dirinya dan jika individu memandang hal-hal positif dalam dirinya maka individu tersebut akan melakukan refleksi diri dan akan merefleksikan pengalamannya yang bermacam- macam dan apa yang dia ketahui sehingga individu dapat mengetahui dirinya dan dunia sekitarnya (Bandura, 1986).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi sikap optimisme adalah pendidikan, pekerjaan, lingkungan, konsep diri, keyakinan, kontrol diri dan pengalam.

## C. Konsep Diri

### 1. Pengertian Konsep Diri

Rogers (dalam Khainyah, 1998) sebagai seorang ahli kepribadian aliran humanistik, berpendapat bahwa konsep diri sebagai keseluruhan informasi dan kepercayaan individu tentang karakteristik dirinya dan semua yang dimilikinya. Apabila konsep diri atau pendapat mereka tentang diri sesuai dengan pengalaman (kenyataan) yang ada, maka individu akan sehat tetapi apabila ada kesenjangan antara konsep diri dengan kenyataan, maka individu dapat mengalami kecemasan dan akhirnya melakukan mekanisme pertahanan diri seperti distorsi ataupun *denial* (penolakan). Menunjang pendapat shavelson, Rakhmat (1985) mengatakan bahwa konsep diri bukan hanya sekedar gambaran deskriptif saja, melainkan juga penilaian orang tersebut terhadap dirinya. Jadi konsep diri meliputi apa yang dipikirkan dan apa yang di rasakan tentang diri individu sendiri.



Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan , bahwa konsep diri merupakan perhatian secara sadar diri seseorang atas apa yang dia pikirkan dan rasakan, bagaimana diri yang dicita-citakan, diri seseorang atas apa yang ia pikirkan dan secara fisik, sosial, psikologis, yang diperoleh melalui pengalaman dan interaksi individu dengan orang lain, serta bagaimana membandingkan dirinya dengan orang lain dengan sesuatu hal ideal yang ditetapkannya.

## **2. Perkembangan Konsep Diri.**

Pengalaman-pengalaman yang diterima individu sejak lalu, Masa kanak-kanak, masa remaja dan masa dewasa akan saling bergabung untuk membentuk konsep diri yang positif bagi individu yang mantap pada masa dewasanya. Tetapi konsep diri masih dapat berubah tergantung pengalaman yang diterima individu yang bersangkutan. Konsep diri terbagi menjadi dua bagian yaitu konsep diri negatif dan positif.

individu merasa dirinya sebagai pribadi yang tepat.

a. Aspek diri etik-moral yaitu bagaimana persepsi seseorang terhadap dirinya dilihat dari standar pertimbangan nilai moral dan etika. Perasaan individu mengenai hal-hal yang dianggap baik dan tidak baik.

b. Aspek diri sosial yaitu bagaimana rasa nilai dari individu dalam melakukan interaksi sosial. Penilaian individu terhadap interaksi sosial dirinya dengan orang lain maupun lingkungan disekitarnya.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspekn konsep diri yaitu : aspek fisik, psikis, sosial, moral.

## **3. Konsep Diri Pada Remaja di Pengungsian**

Sebagian besar remaja belum mempunyai status yang jelas dalam masyarakat, mereka belum mempunyai pekerjaan dan peranan sosial tertentu dalam kehidupannya, namun mereka telah dituntut oleh masyarakat untuk bertanggung jawab sendiri terhadap sebagian besar perilakunya. Partosuwido (1992) menjelaskan bahwa pada usia ini remaja sudah merasakan bahwa status mereka telah berubah kearah kedewasaan yang menuntut tanggung jawab penuh dari dirinya.

## **D. Hubungan Antara Konsep Diri dan Optimisme Pada Remaja di Pengungsian**

Menjelaskan dinamika hubungan antara

konsep diri dan optimisme pada remaja di pengungsian Paroki Gereja Khatolik Kabanjahe peneliti menggunakan pendekatan teori koognitif sosial. Bandura (1986) menjelaskan bahwa sebelum memahami fungsi psikologis manusia dan terjadinya suatu perilaku, terlebih dahulu harus dipahami interaksi antara tiga hal yang saling berhubungan timbal balik (*triadic reciprocity*)

### **F.Hipotesis**

Hipotesis pada penelitian ini adalah ada hubungan konsep diri dan optimisme pada anak remaja di pengungsian korban erupsi gunung sinabung . Dengan asumsi bahwa konsep diri yg baik akan cenderung mengalami optimisme , Begitu juga sebaliknya bahwa konsep diri yang buruk akan cenderung mengalami optimisme yang rendah

## **III. METODOLOGI PENELITIAN**

### **A. Identifikasi Variabel Penelitian**

Dalam penelitian ini terdapat variabel sebagai berikut:

1. Variabel Tergantung : Optimisme
2. Variabel Bebas: Konsep diri
3. Variabel kontrol : Remaja

### **B. Defenisi Operasional Variabel Penelitian**

1. Optimisme : Harapan dan pandangan positif individu akan kemampuan yang dimilikinya dalam memandang suatu masalah untuk mencapai hal yang terbaik yang diungkap dengan skala optimis yang melibatkan aspek-aspek gaya penjelasan yaitu, permanensi, pervasivitas, dan personalisasi. Semakin tinggi skor yang diperoleh berarti semakin tinggi pula optimisnya dan semakin rendah skor yang di peroleh maka semakin rendah pula optimisnya.

2. Konsep diri : Pengertian dan gambaran seseorang mengenai bagaimana diri yang dicita-citakan, diri dalam realita yang sesungguhnya baik secara fisik, sosial, psikologis, yang diperoleh melalui pengalaman dan interaksi individu dengan orang lain, dan bagaimana individu membandingkan dirinya dengan orang lain dengan sesuatu hal ideal yang ditetapkan yang diungkap dengan skala konsep diri yang melibatkan aspek-aspek fisik, psikis, sosial dan moral. Semakin tinggi skor yang diperoleh semakin tinggi pula konsep dari individu dan semakin rendah skor yang di peroleh maka semakin rendah pula skor individu.

Lamanya mengungsi : Waktu yang dibutuhkan oleh seseorang atau sekelompok orang yang meninggalkan suatu wilayah yang cukup lama guna menghindari suatu bencana atau musibah. Lama pengungsi Berada di pengungsian Lama mengungsi 6 bulan

### **C. Populasi , Sampel dan Teknik Sampel**

#### **1. Populasi**

Populasi yang di pakai dalam penelitian ini adalah anak remaja yang berada di pengungsian yang berjumlah 800 orang yang terbagi dalam 42 titik pengungsian.

#### **2. Sampel**

Sampel dalam penelitian ini adalah remaja yang tinggal di pengungsian korban erupsi gunung sinabung yang terdapat di 42 titik pengungsian, yang berjumlah 80 orang.

#### **3. Teknik Pengambilan Sampel**

Teknik sampel dalam penelitian ini adalah purposive sampling, yaitu teknik pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan objektif penelitian, dimana ciri-ciri penelitian menjadi persyaratan yang dibuat sebagai kriteria yang harus dipenuhi.

### **D. Metode Pengumpulan Data**

Metode pengumpulan data yang dipakai dalam penelitian ini adalah metode dokumentasi dan skala.

#### a) Dokumentasi

Metode dokumentasi yaitu mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip dan sebagainya. Metode ini dipergunakan untuk menghimpun berbagai informasi atau data-data yang diperlukan dalam penelitian.

#### b) Skala

Skala dalam penelitian ini antara lain:

##### 1. Skala Optimisme

Disusun berdasar kan aspek-aspek yang terdiri dari 3 dimensi optimisme antara lain : Permanensi, Pervasivitas, Personalisasi.

##### 2. Skala Konsep Diri

Disusun berdasarkan aspek-aspek konsep diri yang dikemukakan oleh Berzonsky yang terdiri dari 4 aspek konsep diri antara lain: aspek fisik, aspek psikis, aspek sosial dan aspek moral.

### **E. Analisis Data**

Data yang sudah terkumpul akan dianalisis secara statistik dengan menggunakan teknik korelasi *Product Moment*. Alasan peneliti menggunakan analisis korelasi *Product Moment* dalam menganalisis data karena dalam penelitian ini terdapat satu variabel bebas yang ingin dilihat hubungannya dengan satu variabel tergantung.

#### IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil perhitungan korelasi *r Product Moment* diketahui bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara konsep diri dengan optimisme pada remaja di pengungsian korban erupsi gunung sinabung yang ditunjukkan oleh koefisien ( $r_{xy} = 0,844$  dengan  $p = 0,04$  ;  $p < 0,05$ ). Artinya bahwa semakin baik konsep diri individu maka akan semakin tinggi optimisme yang dimilikinya, dan sebaliknya semakin buruk konsep diri individu maka akan semakin rendah optimisme yang dimilikinya. Menurut Burns (1979) konsep diri seseorang dapat bergerak di dalam kesatuan dari positif ke negatif . Hal ini diperkuat dengan Seligmen (1991) yang mengatakan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi optimisme seseorang adalah konsep diri.

Hasil yang diperoleh dari penelitian ini adalah konsep diri menyumbangkan atau mempengaruhi optimisme sebesar 71,3% pada remaja yang berada di pengungsian dan 28,7% dipengaruhi faktor – faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Hasil ini menunjukkan bahwa remaja yang memiliki konsep diri yang positif akan kemampuannya mengatasi masalah, merasa setara dengan orang lain, menyadari bahwa setiap orang mempunyai berbagai perasaan. Sehingga remaja yang memiliki konsep diri yang positif akan memiliki harapan dan pandangan positif terhadap kemampuan yang dimilikinya dalam memandang suatu masalah untuk mencapai hal yang terbaik yang. Remaja yang memiliki harapan dan pandangan yang positif akan selalu bersemangat, selalu melihat kesempatan dalam kesulitan.

Sedangkan untuk remaja yang memiliki konsep diri yang negatife adalah tidak menyukai dan menghormati diri sendiri, memiliki gambaran yang tidak pasti terhadap dirinya dan mudah terpengaruh oleh bujukan dari luar, mempunyai banyak persepsi diri yang saling berkonflik, merasa aneh dan asing terhadap diri sendiri sehingga sulit bergaul, mengalami kecemasan yang tinggi, maka pada remaja yang memiliki konsep diri yang buruk lebih cenderung mengarah kearah pesimis. Individu yang tidak memiliki harapan, merasa putus asa.

Untuk variabel konsep diri, *mean* hipotetik (112,50) > *mean* empirik (91,3250), maka subjek penelitian memiliki konsep diri rendah. Untuk variabel optimisme, *mean* hipotetik (102,50) > *mean* empirik (92,4500), maka subjek penelitian memiliki optimisme rendah.

Berdasarkan perbandingan kedua mean diatas, *mean* hipotetik dan *mean* empirik maka diketahui bahwa subjek penelitian memiliki memiliki konsep diri rendah dan memiliki optimisme rendah, dikarenakan *mean* hipotetik > *mean* empirik.

Dari penelitian ini diketahui juga bahwa konsep diri pada remaja yang berada di pengungsian secara umum dinyatakan negative, sedangkan optimisme secara umum dinyatakan tergolong rendah. Berdasarkan hasil observasi, wawancara dan fenomena yang terjadi di lapangan bahwa Secara psikologis, pada umumnya remaja yang tinggal di pengungsian telah mengalami kehidupan yang kurang menyenangkan (krisis dalam kehidupan) seperti tekanan ekonomi, kehilangan kasih- sayang dan perhatian dari orang-orang yang dicintainya, mereka juga harus tidur dalam kondisi 20 kepala keluarga dalam satu ruangan/tenda, hidup yang serba terbatas dalam pengungsian. Lingkungan warga sekitar pengungsian yang menolak dan melarang anak mereka untuk bermain dengan anak-anak yang berada di pengungsian. Kondisi ini tentunya akan sangat mempengaruhi keadaan psikologis mereka. Menurut Reker dan Wong (dalam Darmayanti, 2008) setiap individu mempunyai bentuk yang berbeda dalam merespon situasi atau kejadian yang menyenangkan atau tidak menyenangkan.

#### KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data, diperoleh bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, yaitu ada hubungan antara konsep diri dengan optimisme pada remaja dipengungsian korban erupsi gunung sinabung. Hal ini dibuktikan dengan nilai atau koefisien hubungan ( $r_{xy} = 0,844$  dengan  $p = 0,04$  ;  $p < 0.05$ ).Selanjutnya dilihat dari perhitungan mean hipotetik dan mean empirik serta standart deviasinya diketahui bahwa konsep diri dengan optimisme pada remaja dipengungsian korban erupsi gunung sinabung tergolong rendah dimana nilai rata-rata empirik lebih rendah dari nilai rata-rata hipotetik.

## DAFTAR PUSTAKA

Andangsari,E. W .2009. Bagaimana Menjadi Orang yang Optimis. <http://www.binuscarrer.com/Artikel.aspx>, diakses 24 February 2014

- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Yogyakarta: Rineka Cipta
- Azwar, S. 1999. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset
- Bandura, A.1989.*Social Cognitive Theory*.In R.Vasta (Ed). Greenwich. CT: Jai Pers.
- Berzonsky,M.D.1981.*Adolesense Development*.Surabaya:PT.Bina Ilmu
- Budi, A. K. 1992. *Gangguan Konsep Diri*.Jakarta: ECG
- Burns, R. B.1979.*The Self Concept: Theory, Measurement, development and behavior*. New York, NY: Logman Inc
- Darmayanti, N. 2008. Religiusitas dan Kepribadian Tangguh Remaja di Rumah Anak Madani Medan (*Laporan Penelitian Fakultas Tarbiyah IAIN Sumatra Utara*)
- Goleman, H. 2002.*Kecerdasan Emosional*.Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Hadi, S. 2002. *Metodologi Research. Jilid 1*. Yogyakarta: Andi
- Hurlock, E. B. (1996). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rantang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga
- Hurlock, E. B. 2002. *Psikologi perkembangan. Edisi kelima*. Jakarta : Erlangga
- [Http://belajarpsikologi.com/pengertian-remaja/](http://belajarpsikologi.com/pengertian-remaja/)
- <Http://sabarna.blog.blog.spot.com/2013/02/stress-paskah-trauma-pada-anak-usia-dini.html>
- <Http://BritaSore.blog.spot.com/2014/16/in-fo-terbaru-bencana-erupsi-gunung-sinabung>.
- [HtmlHttp://Status.Gunung.Sinabung.Menjadi.Aw as](HtmlHttp://Status.Gunung.Sinabung.Menjadi.Aw-as). Kompas.2010-08-29. Diakses 20 Mei 2014
- Hogg, MA dan Vaughan, G.M. 2000.*Psikologi Sosial* (3rd ed). London: Prentice Hall.
- Kartono, K. 1992. *Psikologi Wanita Jilid 1*.Bandung:Mandar Maju
- \_\_\_\_\_.1997. *Reabilitas dan Validitas*.Yogyakarta :Pustaka Mahasiswa.
- Lestari, A. 1998. Pelatihan Berpikir Positif Untuk Menangani Sikap Pasimistik dan Gangguan Depresi. *Jurnal Psikologi. Tahun XXIV Nomor 2, Desember 2007*.
- Luth dan Daniel. 1995. *Pengantar Sosiologi* . Jakarta: PT.Gramedia
- Matthew, E and Cook, P. 2005. *Relationship Among Optimisme, Well Being. Self Transcendence, Coping and Social Support In Women During Treatmen For Breast Cancer*. Psycho\_Oncologi.
- Mc, G. 1995. *Makalah dan Minimalis Syntax*.Cambridge. MA :MITWPL
- Monks, dkk. 2004. *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: Gadjah Mada Universitas Press.
- Monks, F.J.Knoers, A.M.P & Hadito,S.R (2001). *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam berbagai bagianya*. Yogyakarta: Gajdah Mada. University Press
- Peale, N.V. 2009. *The Power Of Positive Thinking*. Yogyakarta: Ragam Media.
- Partosuwido, S.R. 1992. *Penyesuaian Diri*

- Mahasiswa Dalam Kaitayan dengan Konsep Diri, Pusat Kendali Dan Status Perguruan. *Laporan Penelitian Yogyakarta. Fakultas Psikikologi Universitas Gajah Mada.*
- Rahmat, J. 2007. *Psikologi komunikasi*.Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Rogers, C. R. 1961. *On Becoming A Person: A The Rapist's View Of Psycho Therapy*,Boston: Houghton Mifflin
- Sarwono , J. 2010.*Pintar Menulis Karya Ilmia*.Yogyakarta: Cv.Andi Offset
- Santrock, J. W.2009.*Perkembangan Anak Jilid 2 Edisi 11*.Yogyakarta:Erlangga
- Sarwono, J. 2010. *Psikologi Remaja* .PT raja Grafindo Persada:Rajawali Pers
- Seligman, M.E.P.1991.*Learning Optimism*.New York: Alfred A.Knopf
- Seligman, M.E.P. 2008. *Mengistall optimisme*. Bandung: momentum.
- Shavelson, B.J dan Roger B, 1982. Self.Concept: The Interplay of Theory Metbods. *Journal of Educational Psychology*, 72, 1, 3-17.
- Syahputri, Fahrani. 2007. Perbedaan Optimisme pada Remaja Putra dan Putridi Desa Gelanggang Maunjee Kec.Kutablang NAD (Skripsi) (tidak diterbitkan) . Medan;Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
- Ubaydillah, AN. 2007. Mengapa Perlu Optimi. <http://www.e-psikologi.com/artikel22/01/2007> diakses 03 maret 2014
- Widodo, dkk. 2004. Studi Korelasi Konsep Diri dan Keyakinan Diri dengan KewirausahaanPada Mahasiswa. *Jurnal Prodi Psikologi FK. UNDIP Semar*