

Psychological Well Being Pada Perempuan Tomboi di Surabaya : Apakah Self Esteem Berhubungan dengan Psychological Well Being Pada Perempuan?

Farah Sabila Syadza

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45, Surabaya

Mamang Efendy

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45, Surabaya

Karolin Rista

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45, Surabaya

E-mail: farazaam245@gmail.com

Abstract

This study focuses on assessing the relationship between self-esteem and psychological well-being among tomboy women in Surabaya. The research method used is quantitative. The population in this study consists of tomboy women aged 18 to 25 years living in Surabaya. Data were collected using a Likert scale, which includes a self-esteem scale and a psychological well-being scale. The data analysis in this study employed the Pearson Product-Moment correlation technique. The correlation test results using Pearson Product-Moment revealed a correlation coefficient (r) = 0.827 and $p = 0.001$ ($p < 0.05$). These findings indicate a significant positive relationship between self-esteem and psychological well-being among tomboy women in Surabaya. Therefore, the hypothesis identified in this study is accepted.

Keywords: *Psychological Well Being, Self Esteem, Tomboy Women*

Abstrak

Penelitian ini berfokus pada penilaian hubungan antara self esteem dan psychological well being pada perempuan tomboi di Surabaya. Metode pada penelitian ini ialah kuantitatif. Populasi pada penelitian ini adalah perempuan tomboi yang memasuki umur 18 hingga 25 tahun dan bertempat tinggal di Surabaya. Data dikumpulkan menggunakan skala Likert yang mencakup skala self esteem dan psychological well being. Analisis data yang pada penelitian ini menggunakan teknik korelasi Pearson Product Moment. Hasil uji korelasi dengan Pearson Product Moment diperoleh koefisien korelasi (r)=0,827 dan $p=0,001$ ($p<0,05$). Temuan ini mengindikasikan adanya hubungan positif yang signifikan antara self esteem dan psychological well being pada perempuan tomboi di Surabaya. Oleh karena itu, hipotesis yang diidentifikasi dalam penelitian ini dapat diterima.

Kata kunci: *Perempuan Tomboi, Psychological Well Being, Self Esteem*

Pendahuluan

Perempuan sering kali diidentifikasi dengan sifat halus, penuh emosi, menawan, dan keibuan (Hadiati, 2010). Secara umum, perempuan dikenal sebagai sosok yang feminin, sedangkan laki-laki dikenal dengan sifat yang kuat dan keras. Namun, sifat maskulin tidak selalu dimiliki oleh laki-laki saja; beberapa perempuan juga memiliki fisik dan sifat yang lebih mirip pria, yang sering disebut sebagai perempuan tomboi. Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mendefinisikan tomboi sebagai sifat atau tipe aktif yang penuh petualangan atau perempuan yang memiliki sifat kelaki-lakian. Perempuan tomboi sering dikenali melalui penampilan yang menyerupai laki-laki, seperti rambut pendek, cara berpakaian, dan kebiasaan seperti merokok, serta beberapa di antaranya memiliki tato (Efendi, Y. dan Alfiah, 2022).

Masa dewasa awal merupakan periode di mana individu mulai beralih dari masa remaja menuju kedewasaan. Santrock (2012) mendefinisikan masa dewasa awal sebagai periode perkembangan antara usia 18 hingga 25 tahun, yang juga disebutkan oleh Arnett (2006). Pada tahap ini, berbagai masalah mulai muncul seiring dengan bertambahnya usia. Masa dewasa awal adalah periode di mana seseorang mulai mengembangkan kemandirian finansial, kebebasan untuk membuat keputusan, serta pandangan yang lebih realistis terhadap masa depan.

Fenomena perempuan tomboi menunjukkan bahwa mereka sering kali berbeda dalam perilaku, penampilan, dan minat dari norma gender yang umum di masyarakat. Perempuan tomboi cenderung memilih pakaian yang lebih maskulin, seperti celana dan kaos, serta memiliki potongan rambut pendek. Mereka juga sering tertarik pada aktivitas yang biasanya dilakukan oleh laki-laki, seperti olahraga fisik, dan cenderung lebih berani serta kurang cocok dengan peran gender yang diharapkan oleh masyarakat.

Perbedaan perilaku dan penampilan ini sering kali membuat perempuan tomboi menjadi target stereotip dan stigma negatif. Mereka dianggap tidak memenuhi standar feminitas yang diharapkan, dan perilaku mereka sering dipandang sebagai penyimpangan dari norma gender. Akibatnya, mereka sering mengalami penolakan sosial, diskriminasi, ejekan, dan pengucilan dari lingkungan sosial. Stigma ini secara signifikan mempengaruhi kesehatan mental perempuan tomboi, terutama dalam hal penerimaan diri, interaksi sosial, otonomi, tujuan hidup, kontrol lingkungan, dan pertumbuhan pribadi. Rendahnya skor dalam elemen-elemen kesejahteraan psikologis dapat menyebabkan perasaan tidak bahagia, rendah diri, dan kurangnya empati terhadap lingkungan sekitar, sesuai dengan teori kesejahteraan psikologis Ryff & Singer (1996).

Psychological well-being (PWB) merupakan aspek penting dari kesejahteraan yang esensial di setiap tahap kehidupan. PWB meliputi beberapa aspek kehidupan individu, seperti pertumbuhan pribadi, memiliki tujuan hidup, penerimaan diri, otonomi, kontrol terhadap lingkungan sekitar, dan interaksi yang baik dengan lingkungan sekitar. Menjaga PWB sangat penting untuk meningkatkan kesehatan fisik dan mental, produktivitas, kualitas hubungan, serta kemampuan adaptasi perempuan tomboi. PWB yang rendah dapat menyebabkan berbagai masalah, termasuk perilaku negatif terhadap diri sendiri dan orang lain, kurangnya tujuan hidup yang jelas,

ketidakmampuan mengatur lingkungan, kurangnya interaksi sosial, ketidakmandirian, dan stagnasi dalam pertumbuhan pribadi. Oleh karena itu, pentingnya menjaga stabilitas PWB merupakan faktor krusial untuk menjalani kehidupan yang bahagia, seimbang, dan produktif.

Metode

Metode pendekatan kuantitatif yang melibatkan penggunaan data numerik yang kemudian dianalisis menggunakan alat statistik merupakan metode yang ditetapkan sebagai desain penelitian (Ghozali, 2018). Tujuan utamanya adalah untuk mengukur, menganalisa, serta menjelaskan korelasi antar variabel dengan teknik matematika dan statistika. Penelitian korelasi yang berfokus pada mengamati dan menganalisis hubungan dua dan/atau lebih variabel adalah jenis dari penelitian ini. Penelitian korelasi bertujuan untuk mengukur sejauh mana kedua variabel saling berhubungan, serta menentukan apakah hubungan yang ada bersifat positif ataukah negatif.

Subjek dalam kegiatan penelitian ini mengacu pada sekumpulan subjek yang mempunyai kualitas dan ciri khusus yang telah ditetapkan oleh peneliti guna untuk keperluan penelitian, lalu akan diambil kesimpulan. Area yang akan digunakan oleh peneliti yaitu perempuan tomboi yang bertempat tinggal di Surabaya. Peneliti menggunakan kriteria responden yang berjenis kelamin perempuan dengan penampilan seperti laki-laki (tomboi) dan kriteria terakhir seperti yang dijelaskan oleh Santrock (2003) yang berada pada tahap remaja memasuki tahap usia dewasa dengan rentang usia 18-25 tahun.

Berdasarkan Sugiyono (2013) menyatakan sampel mencakup hanya sebagian proporsi dari populasi sehingga tetap memiliki karakteristik yang sama. Aplikasi GPower digunakan untuk menentukan partisipan penelitian. Jumlah populasi yang tidak diketahui tahu mendorong peneliti menggunakan aplikasi GPower sebagai alat untuk menentukan jumlah minimum ideal partisipan penelitian. Cohen (1988) menyatakan studi statistik digunakan untuk mengurangi error tipe 1 dan tipe 2. Penetapan nilai toleransi kesalahan berada pada 5% (0,05) dan kekuatan statistik optimal 95% (0,95).

Hasil

Berdasarkan tabel, sebanyak 60 responden dalam rentang usia 18-25 tahun. Secara data populasi subjek penelitian yang telah dikelompokkan sesuai dengan rentang usia sebagai berikut:

Tabel 1
Data Demografis Berdasarkan Rentang Usia

Ciri Karakteristik	Rentang Usia	Jumlah	Presentase
Rentang Usia	18 th	6	10%
	19 th	9	15%
	20 th	8	13%
	21 th	10	17%

22 th	8	13%
23 th	8	13%
24 th	4	6%
25 th	8	13%
Total	60	100%

Sumber: Output SPSS seri 27.0 for window (2024)

Tabel 2

Hasil Kategorisasi Skala PWB

Kategori	Interval	Frekuensi	Presentase	Mean/SD
Rendah	<104	13	21,7%	134/29
Sedang	104 – 163	34	56,7%	
Tinggi	≥163	13	21,7%	
N		60	100%	

Sumber: Output SPSS seri 27.0 for window (2024)

Tabel 3

Hasil Kategorisasi Skala Self Esteem

Kategori	Interval	Frekuensi	Presentase	Mean/SD
Rendah	<62	14	23,3%	81/18
Sedang	62 – 100	36	60%	
Tinggi	≥100	10	16,7%	
N		60	100%	

Sumber: Output SPSS seri 27.0 for window (2024)

Tabel 4

Uji normalitas

Variabel	Sig	Keterangan
<i>Subjective well-being</i>	0,200	Normal

Sumber: Output SPSS seri 27.0 for window (2024)

Berdasarkan hasil uji normalitas menerapkan uji Kolmogorow-Smirnov Test diperoleh variabel psychological well being nilai Sig = 0,200. Nilai di atas 0,05 menunjukkan bahwa data dapat dikategorikan sebagai berdistribusi normal.

Tabel 5

Uji Linieritas

Variabel	F	Sig.	Keterangan
<i>Self Esteem – Psychological Well Being</i>	0.411	0.991	Linier

Sumber: Output SPSS seri 27.0 for window (2024)

Hasil dari uji normalitas yang diterapkan pada *test linearity* yang dibantu dengan program IBM SPSS 27.0, diperoleh variabel *self-esteem*, penyesuaian diri F = 0,411 dan Sig = 0,991. Karena nilai di atas 0,05 maka data dapat dikatakan linier.

Tabel 6
Uji Hipotesis Product Moment

Variabel	Rxy	Sig.	Keterangan
<i>Self Esteem – Psychological</i>	Well Being	0.897	Sangat Signifikan

Sumber: Output SPSS seri 27.0 for window (2024)

Analisis data diaplikasikan dengan teknik korelasi *product moment* melalui platform *SPSS 27.0 for Windows*. Penelitian ini bertujuan mengkaji hubungan antara *PWB* dan *self esteem* pada tomboi di Surabaya. Subjek penelitian ini merupakan remaja hingga dewasa awal berusia 18-25 tahun yang tinggal di Surabaya. Berdasarkan hasil uji korelasi yang memanfaatkan uji *Pearson Product Moment*, diperoleh nilai koefisien korelasi (r) = 0,827 dengan $p = 0,001 < 0,05$. Hasil ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *psychological well being* dan *self esteem* pada tomboi di Surabaya. Dengan demikian, teori hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini **diterima**.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara Psychological Well Being (PWB) dan self-esteem pada perempuan tomboi di Surabaya, dengan fokus pada remaja hingga dewasa awal berusia 18-25 tahun. Hasil uji korelasional menggunakan Pearson Product Moment menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara PWB dan self-esteem dengan nilai korelasi (r) = 0,827 dan p = 0,001. Temuan ini mengonfirmasi hipotesis bahwa self-esteem berperan penting dalam meningkatkan PWB pada perempuan tomboi.

Self-esteem yang tinggi diketahui berkontribusi pada peningkatan PWB, di mana perempuan tomboi dengan self-esteem tinggi cenderung memiliki kepuasan hidup yang lebih baik, hubungan yang bermakna, dan kesejahteraan emosional yang lebih stabil. Sebaliknya, self-esteem yang rendah dapat menyebabkan penurunan PWB, memengaruhi bagaimana perempuan tomboi melihat dan menilai diri sendiri serta tujuan hidup mereka. Aspek-aspek seperti penerimaan diri, penguasaan lingkungan, dan hubungan positif dengan sekitar, semuanya merupakan komponen kunci dari PWB menurut teori Ryff (1989).

Dukungan sosial juga menjadi faktor penting dalam membangun self-esteem yang kuat. Perempuan tomboi yang menerima dukungan dari orang-orang terdekat, seperti keluarga dan teman, cenderung memiliki self-esteem yang lebih tinggi, yang pada gilirannya meningkatkan PWB mereka. Self-esteem yang tinggi memungkinkan perempuan tomboi untuk menghadapi tantangan sosial, seperti diskriminasi, dengan lebih baik, serta menjaga kesehatan mental yang lebih baik.

Selain itu, self-esteem juga berkaitan dengan bagaimana perempuan tomboi melihat dan mengelola penampilan fisik mereka, yang berperan dalam penguasaan lingkungan, salah satu indikator PWB. Penelitian ini menemukan bahwa perempuan tomboi di Surabaya menunjukkan keyakinan dalam penampilan fisik mereka, yang membantu mereka mengatasi stigma sosial dan diskriminasi, serta mendorong pertumbuhan pribadi yang positif.

Penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam memahami hubungan antara self-esteem dan PWB pada perempuan tomboi. Temuan menunjukkan bahwa self-esteem yang tinggi secara signifikan berkorelasi dengan PWB yang lebih baik, yang menunjukkan pentingnya meningkatkan self-esteem untuk mendukung kesejahteraan psikologis perempuan tomboi di Surabaya.

Kesimpulan

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui korelasi *self esteem* dengan *psychological well being (PWB)* pada perempuan tomboi di Surabaya. Kriteria subjek penelitian adalah remaja hingga dewasa muda berusia 18-25 tahun dengan domisili Surabaya. Menurut hasil uji korelasi dengan Pearson Product Moment diperoleh koefisien korelasi (r) = 0,827 dengan p = 0,001 < 0,05. Hal ini menjelaskan adanya korelasi positif dan signifikan antara *self esteem* dengan *PWB* pada tomboi di Surabaya. Hubungan yang positif ini berarti semakin tinggi *self esteem* maka semakin tinggi pula *PWB* perempuan tomboi. Sebaliknya jika *self esteem* rendah maka *PWB* perempuan tomboi juga rendah.

Saran bagi perempuan tomboi untuk meningkatkan self-esteem, perempuan tomboi perlu memperkuat kepercayaan diri terhadap penampilan fisik, tidak cemas di keramaian, dan percaya pada kemampuan diri. Sedangkan untuk peningkatan Psychological Well Being (PWB), perempuan tomboi perlu berupaya menemukan makna hidup, menunjukkan empati, memiliki semangat berkembang, memanfaatkan peluang, mengendalikan pilihan hidup, tidak bergantung pada orang lain, serta bersikap positif terhadap diri sendiri. Penelitian ini juga memberikan saran agar peneliti berikutnya menambah jumlah sampel untuk memperkaya literatur dan mendalami hubungan antara self-esteem dan PWB dalam konteks psikologi klinis.

Referensi

- Azwar, S. (2012). Reliabilitas dan validitas. *Yogyakarta: Pustaka Pelajar*.
- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest*, 4(1), 1–44.
- D'Augelli, A. R., Grossman, A. H., & Starks, M. T. (2006). Childhood gender atypicality, victimization, and PTSD among lesbian, gay, and bisexual youth. *Journal of Interpersonal Violence*, 21(11), 1462–1482.
- Harter, S. (1999). *The construction of the self: A developmental perspective*. Guilford press.
- Hikmah, N., & Duryati, D. (2021). Hubungan antara fear of missing out dengan psychological well being pada mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(3), 10414–10422.
- Kurnia, A. A., Khumas, A., & Firdaus, F. (2023). Hubungan Antara Self Compassion Dan Psychological Well Being Pada Dewasa Awal Pasca Putus Cinta. *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora*, 2(4), 712–722.
- Meyer, I. H. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: conceptual issues and research evidence. *Psychological Bulletin*, 129(5), 674.
- Murtiningtyas, R. A. (2017). Hubungan antara self-esteem dengan psychological well-being pada remaja. *Skripsi. Program Studi Psikologi, Jurusan Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and Adolescent Self-image*. Princeton University.
- Ryff, C. D., & Singer, B. (1996). Psychological well-being: Meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 65(1), 14–23.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: perkembangan remaja*.
- Smith, Y. L. S., Van Goozen, S. H. M., & Cohen-Kettenis, P. T. (2001). Adolescents with gender identity disorder who were accepted or rejected for sex reassignment surgery: a prospective follow-up study. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 40(4), 472–481.
- Sugiyono, D. (2013). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D*.
- Susanti, S. (2013). Hubungan harga diri dan psychological well-being pada wanita lajang ditinjau dari bidang pekerjaan. *Calyptra*, 1(1), 1–8.
- Triwahyuningsih, Y. (2017). Kajian meta-analisis hubungan antara self esteem dan kesejahteraan psikologis. *Buletin Psikologi*, 25(1), 26–35.

