

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Penerimaan Diri

2.1.1 Pengertian Penerimaan Diri

Hurlock (Andani, 2018) mengatakan penerimaan diri adalah sikap menerima diri sendiri serta puas terhadap apa yang telah dimilikinya, termasuk keadaan dan penampilan diri tanpa gelisah dan tidak menolak keadaan diri sendiri. Shereer (Ratri, 2013) mendefinisikan penerimaan kedalam dua bentuk yaitu penerimaan diri dan penerimaan dari orang lain yang kedua hal tersebut memiliki hubungan positif serta mendefinisikannya sebagai tingkat kepuasan individu terhadap dirinya dan bertanggung jawab pada hidupnya.

Gea (Marniati, 2021) mendefinisikan penerimaan diri merupakan suatu sikap memandang diri sendiri sebagaimana adanya dan memperlakukannya secara baik disertai rasa senang serta bangga sambil terus mengusahakan kemajuannya. Menerima diri sendiri memerlukan kesadaran dan kemauan melihat fakta-fakta yang ada dalam diri kita, baik secara fisik maupun psikis, menyangkut berbagai kekurangan dan ketidaksempurnaan yang ada, menerimanya secara total tanpa kekecewaan. Pernyataan ini mempunyai arti bahwa menerima diri harus dianggap sebagai suatu prakondisi menuju perubahan demi kebaikan lebih lanjut dari diri sendiri

Penerimaan diri sebagai suatu keadaan dimana seseorang memiliki sikap yang positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek diri termasuk kualitas baik dan buruk yang ada pada diri dan memandang positif terhadap kehidupan yang telah dijalani Ryff (Lestani, 2016). Dimana individu

itu memiliki kepastian akan standar dan teguh pada pendirian, maka mempunyai penilaian yang realistis terhadap keterbatasannya tanpa mencela diri, jadi orang yang memiliki penerimaan diri yang baik tahu aset yang dimiliki dirinya dan bisa mengatasi cara mengelolanya

Penerimaan diri menurut Marni & Yuniawat (2015) menyatakan bahwa penerimaan diri adalah memiliki penghargaan yang tinggi terhadap diri sendiri, atau tidak bersikap sinis terhadap diri sendiri, penerimaan diri berkaitan dengan kerelaan membuka diri atau mengungkapkan pikiran, perasaan, dan reaksi terhadap orang lain. Individu yang mampu menerima dirinya adalah individu yang dapat menerima kekurangan dirinya sebagaimana kemampuannya untuk menerima kelebihanannya

Hariyadi (2014) penerimaan diri merupakan kemampuan menerima segala hal yang ada pada diri sendiri baik kekurangan maupun kelebihan yang dimiliki, sehingga apabila terjadi peristiwa yang kurang menyenangkan maka individu tersebut akan mampu berpikir logis tentang baik buruknya masalah yang terjadi tanpa menimbulkan perasaan, permusuhan, perasaan rendah diri, malu, dan rasa tidak aman.

Penerimaan diri adalah sikap pada dasarnya merasa puas dengan diri sendiri, kualitas-kualitas, bakat-bakat sendiri serta mengakui keterbatasan pada dirinya sendiri menurut Chaplin (Rizka, 2018). Menerima diri dapat dimengerti sebagai suatu sikap memandang diri sendiri sebagaimana adanya dan memperlakukannya secara baik disertai rasa senang serta bangga sambil terus mengusahakan kemajuannya seperti yang dikemukakan oleh Gea, Atosokhi dkk

(Marniati, 2021) mengemukakan bahwa penerimaan diri diperlukan kesadaran dan kemauan melihat fakta yang ada pada diri, baik fisik maupun psikis, sekaligus kekurangan dan ketidaksempurnaan, tanpa ada kekecewaan, dengan tujuan merubah diri lebih baik.

Uraningsari & Djalal (2016) menyatakan bahwa penerimaan diri adalah sikap positif individu yang ditunjukkan dengan rasa senang dan puas akan dirinya, baik secara fisik maupun psikis, dengan segala kelemahan dan kelebihan yang ada dalam diri tanpa rasa kecewa, serta mau berusaha mengembangkan diri seoptimal mungkin. Florentina (Rasyid, 2019) penerimaan diri adalah kesediaan untuk menerima dirinya yang mencakup keadaan fisik, psikologik sosial, dan pencapaian dirinya baik kelebihan maupun kekurangan yang dimilikinya.

Berdasarkan uraian diatas maka disimpulkan bahwa penerimaan diri adalah mampu menerima dan merasa puas tanpa ada kekecewaan segala sesuatu yang ada pada dirinya berupa kelebihan atau kekurangan yang dimilikinya

2.1.2 Aspek Penerimaan Diri

Hurlock (2002), menjelaskan aspek-aspek penerimaan diri yaitu:

1. Merasa puas terhadap diri sendiri

Bangga terhadap dirinya sendiri dan merasa puas dengan kehidupannya masa lamapun maupun masa sekarang. Mempunyai keyakinan dapat berarti atau berguna bagi orang lain, tidak memiliki rasa rendah diri karena merasa sama dengan orang lain yang masing-masing memiliki kelebihan dan kekurangan.

2. Tidak prihatin akan adanya reaksi sosial

Mampu menyesuaikan diri dengan baik dan tidak merasa bahwa akan ditolak oleh orang lain, tidak menganggap diri aneh dan tidak ada harapan ditolak orang lain.

3. Memiliki kemandirian

Berani memikul tanggung jawab terhadap perilaku, Berarti individu tersebut memiliki keberanian untuk menghadapi dan menyelesaikan segala resiko yang timbul akibat perilakunya.

4. Menghargai diri,

Individu tersebut tidak menyalahkan diri atas keterbatasan yang dimilikinya ataupun mengingkari kelebihannya, dengan memandang diri mereka apa adanya dan bukan seperti yang diinginkan, dengan memperbaiki dan meningkatkan karakter dirinya yang dianggap kuat, sehingga pengelolaan potensi dan keterbatasan dirinya dapat berjalan dengan baik tanpa harus melarikan diri dari kenyataan yang ada.

Aspek aspek penerimaan diri menurut Florentin (2008):

1. Persepsi mengenai diri dan sikap terhadap penampilan

mampu memiliki persepsi yang baik pada dirinya dan menerima dengan baik penampilan pada dirinya

2. Respon atas penolakan dan kritikan

Memiliki respon yang positif terhadap kritikan yang bersumber pada lingkungan sekitarnya dan menerima tanpa ada rasa kekecewaan terhadap kritikan yang ditujukan kepada dirinya

3. Sikap terhadap kelemahan dan kekuatan diri sendiri

Menerima kelebihan kelamahan dan kekurangan yang ada pada dirinya tanpa adanya rasa kekecewaan

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa aspek aspek penerimaan diri adalah mampu meliki perspepsi positif terhadap dirinya, merasa puas terhadap kondisinya sekarang dan tidak prihatin jika adanya penolakan maupun kritikan terhadap dirinya dilingkungan barunya dan mampu berguna untuk lingkungan sekitarnya

2.1.3 Faktor Penerimaan Diri

Hurlock (2002) menjelaskan faktor-faktor penerimaan diri yaitu

1. Ide-ide yang realistik dan dapat dicapai,

lebih mempunyai orientasi keluar dirinya sehingga mampu menuntun langkahnya untuk dapat bersosialisasi dan menolong sesama tanpa melihat dan mengutamakan diri sendiri

2. Penilaian yang realistik

Mengenai kekuatan dan kelemahan individu mempunyai keyakinan akan kemampuan untuk menghadapi persoalan, individu tersebut memiliki rasa percaya diri dan lebih memusatkan perhatian kepada keberhasilan akan kemampuan dirinya dalam menyelesaikan masalah

3. Konsep diri

Individu menganggap dirinya berharga sebagai seorang manusia dan sederajat dengan orang lain, serta memiliki keyakinan bahwa ia dapat berarti atau berguna bagi orang lain dan tidak memiliki rasa rendah diri karena merasa

sama dengan orang lain yang masing-masing memiliki kelebihan dan kekurangan.

4. Merasa puas dengan apa yang telah dicapai

Dapat menerima kualitas baik dan buruk dan merasa positif tentang diri dan kehidupan.

Faktor faktor penerimaan diri menurut Florentin (2008):

1. Pemahaman diri

Mampu memiliki pemahaman diri tidak hanya sebatas tentang pemahaman terhadap identitas diri, namun lebih dari itu. Pemahaman diri merupakan pemahaman sebagai diri pribadi, sosial, spiritual dan kelebihan serta kelemahan yang ada pada diri sendiri

2. Penyesuaian diri

Individu yang mengidentifikasikan diri dengan orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik akan terpengaruh untuk mengembangkan tingkah laku positif terhadap hidupnya

3. Mampu menyesuaikan diri di lingkungan

Individu dapat beradaptasi dan menyesuaikan diri di lingkungannya dan berguna untuk orang disekitarnya

4. Perspektif diri

Mampu memiliki perspektif yang positif menerima segala sesuatu pada dirinya

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan faktor faktor penerimaan diri adalah mampu miliki penilain yang realistik atau perspektif yang bagus terhadap dirinya, mampu mehami kondsi diri sendiri tanpa ada rasa kekecewaan dan merasa puas apa yang telah dia capai selama hidupnya.

2.2 Lansia

2.2.1 Pengertian Lansia

Usia lanjut merupakan usia yang mendekati akhir dari kehidupan manusia di dunia. Usia tahap ini dimulai pada umur 60 tahun sampai akhir kehidupan (Witdyanto, 2014). Lanjut usia (lansia) menjalani kehidupan dengan berbagai persoalannya. Ada lansia menjalani hari-hari tuanya dengan perasaan bahagia, dan sebaliknya ada juga lansia menjalani kehidupannya dengan kesedihan dan penderitaan. Usia tua adalah periode penutup dari rentang kehidupan seseorang, sehingga disebut periode dimana seseorang telah beranjak jauh dari periode yang terdahulu yang menyenangkan dan penuh manfaat, lanjut usia dibagi menjadi dua yaitu lanjut usia dini berkisar antara usia 60-70 tahun dan lanjut usia akhir yaitu antara 70 sampai akhir kehidupan Hurlock (Anmaro, 2020). Secara umum, lansia akan mengalami penurunan fungsi- fungsi fisik dan mengalami kelabilan psikis (Hartono, 2017).

Pendapat Darlis & Morizka (2018) bahwa manusia usia lanjut dalam penilaian banyak orang adalah manusia yang tidak produktif lagi. Kondisi fisik rata-rata sudah menurun, sehingga dalam kondisi yang sudah uzur ini berbagai penyakit siap untuk menggerogoti mereka. dengan demikian, di usia lanjut ini

terkadang muncul semacam pemikiran bahwa mereka berada pada sisa-sisa umur menunggu datangnya kematian.

Lanjut usia (lansia) merupakan tahap akhir dalam kehidupan manusia. Manusia yang memasuki tahap ini ditandai dengan menurunnya kemampuan kerja tubuh akibat perubahan atau penurunan fungsi organ - organ tubuh. Proses penuaan merupakan tantangan yang harus dihadapi karena penuaan diartikan dengan proses kemunduran prestasi kerja dan penurunan kapasitas fisik seseorang. Akibatnya kaum lansia menjadi kurang produktif, rentan terhadap penyakit dan banyak bergantung pada orang lain. (Kurnianto, 2015)

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan usia memasuki fase lansia adalah 60 tahun, lansia merupakan periode kemunduran dari segi produktifitas dan fisik, lansia merupakan tahap akhir dalam perkembangan manusia.

2.2.2 Ciri-Ciri Lansia

Di bawah ini ada beberapa penjelasan tentang ciri-ciri lansia menurut Hurlock (Tanjung, 2018):

1. Usia lanjut merupakan periode kemunduran

Kemunduran pada lansia sebagian datang dari faktor fisik dan faktor psikologis. Kemunduran dapat berdampak pada psikologis lansia. Motivasi memiliki peran yang penting dalam kemunduran pada lansia. Kemunduran pada lansia semakin cepat apabila memiliki motivasi yang rendah, sebaliknya jika memiliki motivasi yang kuat maka kemunduran akan lama terjadi.

2. Orang lanjut usia memiliki status kelompok minoritas

Lansia memiliki status kelompok minoritas karena sebagai akibat dari sikap sosial yang tidak menyenangkan terhadap orang lanjut usia dan diperkuat oleh pendapat-pendapat klise yang jelas terhadap lansia. Pendapat-pendapat klise itu seperti lansia lebih senang mempertahankan pendapatnya dari pada mendengarkan pendapat orang lain.

3. Lansia membutuhkan perubahan peran

Perubahan peran tersebut dilakukan karena lansia mulai mengalami kemunduran dalam segala hal. Hal ini mengakibatkan pengurangan jumlah kegiatan yang dapat dilakukan oleh orang lanjut usia. Kebanyakan pengurangan dan perubahan peran ini banyak terjadi karena tekanan sosial. Karena sikap sosial yang tidak menyenangkan bagi kaum usia lanjut, pujian yang mereka dapatkan dihubungkan dengan peran usia bukan dengan keberhasilan mereka. Perasaan tidak berguna dan tidak diperlukan lagi bagi orang yang berusia lanjut menumbuhkan rasa rendah diri dan kemarahan, yaitu perasaan yang tidak menunjang proses penyesuaian seseorang

4. Penyesuaian yang buruk pada lansia

Perlakuan yang buruk pada lansia membuat lansia cenderung mengembangkan konsep diri yang buruk.

Dapat disimpulkan ciri ciri lansia yaitu lansia mengalami periode kemunduran, perkembangan tahap akhir, perubahan peran dalam lingkungan masyarakat dan menjadi minoritas di lingkungan sosial

2.2.3 Tugas perkembangan lansia

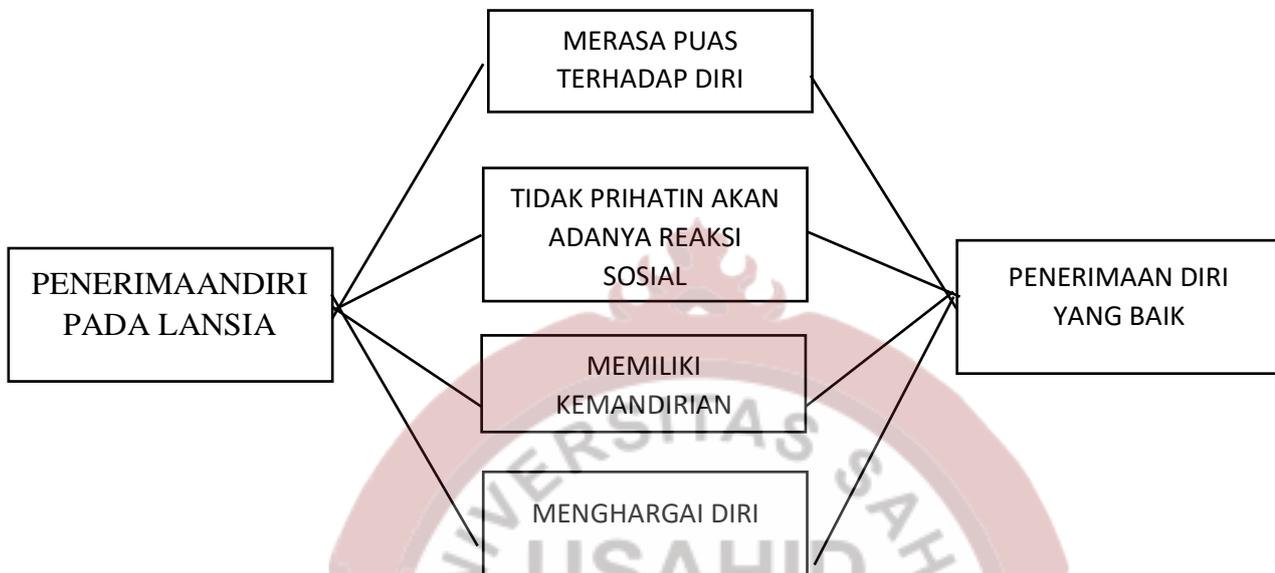
Tugas perkembangan menurut Suardiman merupakan tugas-tugas yang muncul pada suatu periode dalam hidup, keberhasilan menyelesaikan tugas tersebut menghasilkan perasaan bahagia serta keberhasilan pada tugas selanjutnya, tetapi kegagalan menyelesaikan tugas akan menimbulkan perasaan tidak bahagia dan menghambat penyelesaian tugas yang ada pada periode selanjutnya (Anmaro, 2020).

Tugas-tugas perkembangan pada lanjut usia menurut Havighurst adalah sebagai berikut: Menyesuaikan diri dengan penurunan fisik dan kesehatan, menyesuaikan diri dengan masa pensiun dan berkurangnya pendapatan, menyesuaikan diri dengan kematian pasangan hidup, membentuk hubungan dengan orang-orang yang seusia, membentuk pengaturan kehidupan fisik yang memuaskan, menyesuaikan diri dengan peran sosial (Anmano, 2020).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa tugas perkembangan lanjut usia adalah melakukan penyesuaian diri terhadap perubahan cecara fisik dan mental psikologis pada dirinya sendiri serta penyesuaian diri terhadap lingkungannya

2.3 Kerangka Pemikiran

Gambar 2.1 Gambar Kerangka Pemikiran



2.4 Dinamika Psikologis

Panti merupakan tempat tinggal bagi lansia yang sudah tidak memiliki keluarga maupun yang masih memiliki keluarga tetapi keluarganya tidak mampu merawat lansia dengan berbagai alasan seperti kendala ekonomi, konflik keluarga dan kesibukan keluarga lansia, di panti lansia akan mendapatkan perawatan, fasilitas dan pelayanan diharapkan dengan tepenuhinya perawatan, fasilitas dan pelayanan lansia dapat merasa nyaman tinggal di panti.

Berbagai permasalahan yang sering dialami lanjut usia lebih banyak pada masalah psikologis seperti penerimaan diri, walaupun terdapat masalah lain seperti masalah ekonomi, kesehatan dan sosial. Masalah tersebut pasti dialami setiap individu pada setiap periode perkembangan, tetapi bagi lanjut usia yang merupakan fase perkembangan akhir kehidupan, kemampuan untuk menghadapi

berbagai masalah tersebut akan berkurang, berkurangnya kemampuan tersebut disebabkan oleh adanya kemunduran fisik dan mental yang terjadi pada lansia.

Penerimaan diri merupakan penerimaan pada dirinya sendiri dari kejadian di masa lampau maupun masa sekarang dan menerima segala sesuatu yang ada pada dirinya baik itu berupa kekurangan atau kelebihan yang dia miliki,seringkali lansia yang tinggal di panti belum menerima keadaanya yang harus hidup di panti dikarenakan dibuang oleh keluarganya dan ada juga yang sudah tidak memiliki keluarga sama sekali.

2.4 Pernyataan Penelitian

Pada penelitian ini, pernyataan dari penelitian ini adalah **bagaimana penerimaan diri pada lansia yang tinggal di panti Jati Adulam Ministry Sukoharjo?**