

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN PENERIMAAN DIRI
PADA LANSIA DI YAYASAN GUNA BUDI BAKTI**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
Guna Memenuhi Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi

HAFIZAH NURRAHMADHANI

14.860.0195



FAKULTAS PSIKOLOGI

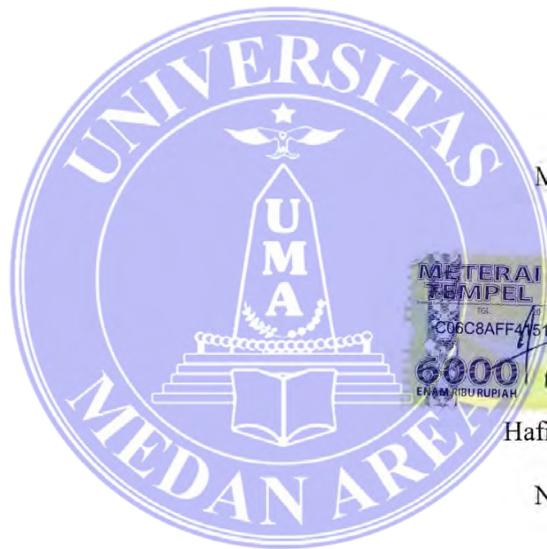
UNIVERSITAS MEDAN AREA

2018

LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah saya tuliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku apabila, dikemudian hari ditemukan adanya plagiat skripsi ini.



Medan, 2017

Penulis



Hafizah Nurrahmadhani

NPM. 14.860.0195

LEMBAR PENGESAHAN

**JUDUL KARYA TULIS : HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN
PENERIMAAN DIRI PADA LANSIA DI YAYASAN
GUNA BUDI BAKTI MEDAN-LABUHAN.**

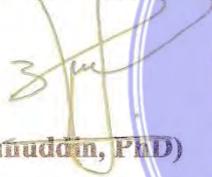
NAMA MAHASISWA : HAFIZAH NURRAHMADHANI

NIM : 14.860.0195

BAGIAN : PSIKOLOGI PERKEMBANGAN

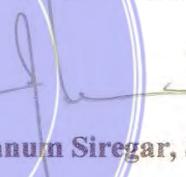
**MENYETUJUI:
Komisi Pembimbing**

Pembimbing I



(Hasanuddin, PhD)

Pembimbing II



(Farida Hanum Siregar, S.Psi, M.Psi)

MENGETAHUI:

Kepala Bagian



(Azhar Aziz S.Psi, MA)

Dekan



(Prof. Dr. Abdul Munir, M.Pd)

**Tanggal Lulus:
23 Agustus 2018**

DIPERTAHANKAN DI DEPAN DEWAN PENGUJI SKRIPSI
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA
DAN DITERMA UNTUK MEMENUHI SEBAGIAN
DARI SYARAT-SYARAT GUNA MEMPEROLEH
DERAJAT SARJANA (S1) PSIKOLOGI

PADA TANGGAL

23- Agustus - 2018



DEWAN PENGUJI

1. **Prof. Dr. Abdul Munir, M.Pd**
2. **Andy Chandra, S.Psi, M.Psi**
3. **Hasanuddin, Ph.D**
4. **Farida Hanum Siregar, S.Psi, M.Psi**

TANDA TANGAN

Hubungan Dukungan Sosial dengan Penerimaan Diri pada Lansia di Yayasan Guna Budi Bakti

The Relationship Of Social Support With Self Accepted In Elderly In The Guna Budi Bakti Foundation

Hafizah Nurrahmadhani

Dr.Hassanudin, M.Ag

Farida Hanum S.psi M.psi

Universitas Medan Area, Indonesia

E-mail: Hafizahnurrahmadhani97@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan Dukungan Sosial dengan Penerimaan Diri pada Lansia di Yayasan Guna Budi Bakti. Subjek dalam penelitian ini adalah para lansia yang tinggal di yayasan Guna Budi Bakti berjumlah 40 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik Total Sampling. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan dua skala, yaitu skala Dukungan Sosial dari aspek yang dikemukakan Hause (dalam Suniatul,2010) dan skala Penerimaan Diri dari aspek yang dikemukakan oleh Sheerer (dalam Veronika,2015) disusun berdasarkan metode Skala Likert . Analisis data menggunakan teknik korelasi Product Moment (rxy) sebesar 0.773 dengan $p = 0,000 < 0,005$, artinya terdapat hubungan positif dan signifikan antara Dukungan Sosial dengan Penerimaan Diri lansia, yang menunjukkan bahwa semakin tinggi Dukungan Sosial maka semakin tinggi Penerimaan Dirinya. Sebaliknya semakin rendah Dukungan Sosial maka semakin rendah Penerimaan Dirinya nya. Dukungan Sosial pada lansia dalam penelitian ini tergolong tinggi karena (mean empirik = 62,60 > mean hipotetik = 50 dimana selisihnya melebihi bilangan SD = 7,295). Dan Penerimaan Diri juga tergolong tinggi, karena (mean empiric = 63,88 > mean hipotetik = 52,5 dimana selisihnya melebihi bilangan SD = 8,913). Artinya, semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi penerimaan diri. Berdasarkan hasil ini, berarti hipotesis yang diajukan yang berbunyi ada hubungan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri pada lansia dinyatakan diterima. Adapun koefisien determinasi dari korelasi tersebut sebesar $R^2 = 0,597$ artinya Dukungan Sosial memberikan sumbangan efektif terhadap Penerimaan Diri sebesar 59,7%. Berdasarkan penelitian ini maka dapat diketahui bahwa masih terdapat 40,3% pengaruh dari faktor lain terhadap penerimaan diri yang tidak diungkap dalam penelitian ini.

Kata Kunci : Dukungan Sosial ; Penerimaan Diri.

Abstract

This study to look at the relationship between Social Support and Self-Acceptance in the Elderly at the Guna Budi Bakti Foundation. The subjects in this study were 40 elderly people living in the Guna Budi Bakti foundation. The sampling technique uses Total Sampling technique. Retrieval of data is carried out using two scales, namely the scale of Social Support from the aspects proposed by Hause (in Suniatul, 2010) and the scale of Self Acceptance from the aspects proposed by Sheerer (in Veronika, 2015) prepared based on Likert Scale method. Data analysis using Product Moment correlation technique (rxy) of 0.773 with $p = 0.000 < 0.005$, meaning that there is a positive and significant relationship between Social Support and Elderly Self Acceptance, which indicates that the higher the Social Support, the higher the Self Acceptance. On the contrary, the lower the Social Support, the lower the Self Acceptance. Social support for the elderly in this study is high because (the empirical mean = 62.60> the hypothetical mean = 50 where the difference exceeds the SD number = 7.295). And Self-acceptance is also high, because (the empirical mean = 63.88> mean hypothetical = 52.5 where the difference exceeds the SD number = 8.913). That is, the higher social support, the higher self-acceptance. Based on these results, it means that the proposed hypothesis which states that there is a relationship between social support and self-acceptance in the elderly is accepted. The coefficient of determination of the correlation is $R^2 = 0.597$, meaning that Social Support contributes effectively to Self Revenue of 59.7%. Based on this research, it can be seen that there are still 40.3% of the influence of other factors on self-acceptance which were not revealed in this research.

Keywords: Social Support ; Self Accepted

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh.

Puji dan syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT atas rahmat, karunia dan kesempatan yang telah dilimpahkan-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis yang berjudul “ Hubungan Dukungan Sosial dengan Penerimaan Diri pada Lansia di Yayasan Guna Budi Bakti”, yang merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana psikologi Universitas Medan Area dan tak lupa shalawat dan salam penulis lontarkan kepada junjungan Nabi Besar Muhammad SAW dan mengharap syafaatnya di akhirat kelak agar di berikan keselamatan bagi kita umatnya.

Penulis sepenuhnya menyadari karya tulis ini masih jauh dari kata sempurna mulai dari materi pembahasan maupun tata bahasanya di karenakan keterbatasan pengetahuan dan kemampuan penulis, untuk itu dengan segala kerendahan hati penulis bersedia menerima kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini.

Dalam kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah membantu dalam penyusunan karya tulis ini diantaranya :

1. Yayasan H. Agus Salim Universitas Medan Area dan Prof. Dr. Dadan Ramdan, M.Eng, M.Sc selaku Rektor Universitas Medan Area.
2. Bapak Prof. Dr. H. Abdul Munir M. Pd selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
3. Bapak Dr. Hassanudin, M. Ag selaku dosen pembimbing I atas bimbingan, pengarahan, saran serta dukungan yang berarti kepada penulis selama penyusunan skripsi.
4. Ibu Farida Hanum S. psi M. psi selaku dosen pembimbing II atas bimbingan, pengarahan, saran serta dukungan yang berarti kepada penulis selama penyusunan skripsi.

5. Ibu Cut Metia S.psi M.psi dan Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Medan terima kasih bapak/ibu dosen yang telah mendidik dan membagikan ilmu yang bermanfaat kepada kami para mahasiswa. Tanpa didikan, bimbingan, arahan dan ilmu yang bermanfaat dari para dosen kami para mahasiswa bukanlah apa-apa.
6. Bapak Salimin S.kom selaku Pimpinan Panti atas izinnya memperbolehkan penulis melakukan penelitian.
7. Para Perawat di Yayasan Guna Budi Bakti yang telah berbaik hati membantu penulis dalam mendapatkan data-data yang diperlukan.
8. Para Lansia yang tinggal di Yayasan Guna Budi Bakti yang telah bersedia meluangkan waktu untuk mengisi skala yang diberikan.
9. Kedua orang tua Mamak (Dini Fahriani) dan Abah (Nismed) yang tercinta terima kasih atas semua kasih sayang, dukungan moril maupun materil serta doa yang selalu menyertai penulis.
10. Bunda Fanny, Fariz dan Dina yang sudah berbaik hati memberikan fasilitas untuk memudahkan penulis menyelesaikan skripsi ini.
11. Keluarga besar opung Doni yang banyak memberikan bantuan baik secara moril maupun materil kepada penulis.
12. Sartiksartam (Sartika Sari Tambunan) teman terbaik saat susah dan senang
Wanita Ular
(AngelinsiscaNovayantiSilalahi) atas segala bantuan meluruskan jalan pikiran penulis saat kebingungan.
Bahray (Annisa Nur Bahri) atas segala canda tawa yang membuat penulis kembali bersemangat
Nurdin (Nurul Diniaty) atas kebaikan hati yang di berikan dalam pertemanan ini
Cikul (rizky Jessicha Masrie) atas kebaikan membantu penulis di saat-saat darurat

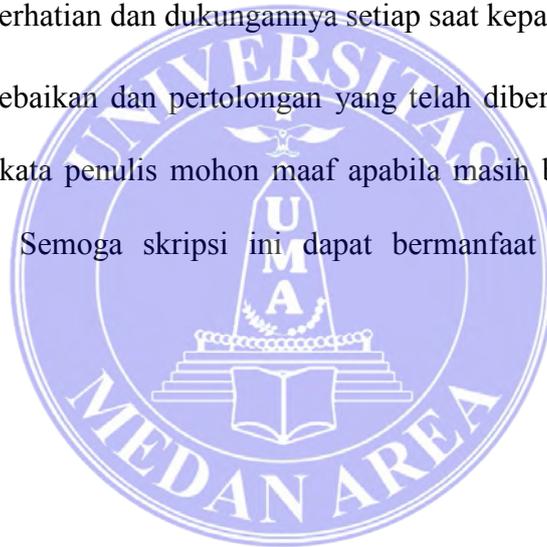
13. Sulinawati, Waherning Eka Meilin, Indah Permata Santana, Erfina Agus Sartini Tanjung, dan Santi Marini Silaban yang banyak membantu penulis menyelesaikan Skripsi ini.

Nikmah sebagai teman seperjuangan yang banyak membantu memberitahukan jadwal bimbingan

14. Seluruh teman-teman Psikologi-B dan stambuk'14 yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah memberikan doa, dukungan dan masukan yang yang berguna untuk skripsi ini.

15. Amelia Wulandari sebagai sahabat yang selalu mendukung dan menemani penulis dan kepada yang terbaik di hati Ahmad Arif terima kasih telah memberikan cinta, semangat, perhatian dan dukungannya setiap saat kepada penulis .

Semoga segala kebaikan dan pertolongan yang telah diberikan mendapatkan berkah dari Allah SWT. Akhir kata penulis mohon maaf apabila masih banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang memerlukan. AMIN.



Medan, 2017

Penulis

HafizahNurrahmadhani

NPM. 14.860.0195

DAFTAR ISI

Daftar Isi	i
Daftar Tabel	iv
Daftar Lampiran.....	v

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah.....	8
C. Batasan Masalah	10
D. Rumusan Masalah.....	10
E. Tujuan Penelitian	11
F. Manfaat Penelitian.....	11

BAB II LANDASAN TEORI

A. Lanjut Usia (Lansia)	
1. Pengertian Lansia.....	12
2. Ciri-ciri Lansia.....	13
3. Tugas Perkembangan Lansia.....	15
4. Tipe-tipe Lansia	16
B. Penerimaan Diri	
1. Pengertian Penerimaan Diri	19
2. Faktor yang mempengaruhi Penerimaan Diri	20
3. Aspek Penerimaan Diri.....	25
4. Ciri-ciri Penerimaan.....	29

C. Dukungan Sosial	
a. Pengertian Dukungan Sosial	31
b. Faktor yang mempengaruhi Dukungan Sosial	32
c. Aspek Dukungan Sosial	34
d. Bentuk Dukungan Sosial	35
e. Manfaat Dukungan Sosial	36
D. Hubungan Dukungan Sosial dengan Penerimaan Diri	37
E. Kerangka Konseptual	41
F. Hipotesis Penelitian	42

BAB III METODELOGI PENELITIAN

A. Tipe Penelitian	43
B. Identifikasi Variabel Penelitian	43
C. Definisi Operasional	44
D. Subjek Penelitian	44
1. Populasi	44
2. Sampel	44
E. Teknik Pengumpulan Data	45
1. Skala Dukungan Sosial	46
2. Skala Penerimaan Diri	46
F. Analisis Data	47
1. Validitas Penelitian	47
2. Reliabilitas Penelitian	48

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kancan Penelitian dan Persiapan Penelitian	49
1. Orientasi Kancan Penelitian.....	49
2. Persiapan Penelitian	51
B. Pelaksanaan Penelitian.....	54
C. Analisis Data dan Hasil Penelitian.....	55
1. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas	55
2. Uji Asumsi	57
a. Uji Normalitas Sebaran.....	57
b. Uji Linieritas	57
3. Hasil Perhitungan analisis Product Moment.....	58
4. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik.....	59
a. Mean Hipotetik	59
b. Mean Empirik	59
c. Kriteria	60
D. Pembahasan.....	61

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan	65
B. Saran	66

DAFTAR PUSTAKA	69
-----------------------------	----

LAMPIRAN-LAMPIRAN	72
--------------------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Distribusi Penyebaran Skala Dukungan Sosial Sebelum Uji Coba	52
Tabel 2. Distribusi Penyebaran Skala Penerimaan Diri Sebelum Uji Coba	53
Tabel 3. Distribusi Penyebaran Skala Dukungan Sosial Setelah Uji Coba	56
Tabel 4. Distribusi Penyebaran Skala Penerimaan diri Setelah Uji Coba	56
Tabel 5. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran.....	57
Tabel 6. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Linieritas Hubungan	58
Tabel 7. Rangkuman Hasil Analisis <i>r Product Moment</i>	59
Tabel 8. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik	61



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran :

- I. Data Mentah Penerimaan Diri
- II. Data Mentah Dukungan Sosial
- III. Analisis Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Penerimaan Diri dan Skala Dukungan Sosial
- IV. Uji Normalitas
- V. Uji Linearitas Hubungan
- VI. Uji Korelasi
- VII. Skala Dukungan Sosial dan Skala Penerimaan Diri
- VIII. Surat Keterangan Bukti Penelitian



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa tua merupakan bagian sulit dalam masa kehidupan, tidaklah mudah menjalani kehidupan di masa tua yang merupakan tahap akhir dari siklus kehidupan. Menua merupakan proses alami yang tidak dapat dihindarkan oleh setiap makhluk yang masih diberikan umur panjang, ketika seseorang di anugerahi umur yang panjang sebaiknya harus mempersiapkan diri untuk menghadapi masa tuanya. Saat berusia lanjut terjadi penurunan berbagai macam kemampuan fisik dikarenakan fisik yang mulai melemah kita akan memerlukan bantuan dari orang lain.

Sesuai peraturan di Indonesia batasan lanjut usia adalah 60 tahun keatas. Hal ini dipertegas dalam UU Nomor 13 Tahun 1998 tentang kesejahteraan lansia pada Bab 1 Pasal 1 ayat 2. Selama proses menua berlangsung maka akan terjadi berbagai perubahan yang dapat menimbulkan masalah, perubahan yang akan terjadi pada fisik diantara lain; Kulit menjadi kering dan keriput, rambut beruban, gigi yang mulai rontok, penglihatan menurun, pendengaran berkurang, indera perasa berkurang, tinggi badan menyusut, badan membungkuk, tulang keropos, energi berkurang, Kekuatan dan ketangkasan fisik berkurang.

Perubahan sosial yang terjadi pada lansia makin melemahnya nilai kekerabatan, sehingga anggota keluarga yang berusia lanjut kurang di perhatikan, di hargai, dan di hormati. Para lanjut usia akan menghadapi keadaan dimana semua anak mereka harus bekerja sehingga siapa yang diharapkan untuk melayani lanjut usia ketika mereka membutuhkan.

Ketika lanjut usia kekuasaan akan berkurang yang menyebabkan interaksi sosial mereka berkurang hal ini biasanya disebabkan oleh pensiun, setelah pensiun lansia akan merasakan kehilangan peran selain itu, munculnya perasaan yang tidak enak yang harus dihadapi lansia seperti merasa tersisihkan, merasa tidak dibutuhkan lagi, dan ke-tidak siapan menerima kenyataan atas berbagai kemungkinan yang akan terjadi di masa tua yang akan dilaluinya (Hardywinoto & Setiabudhi, 1999).

Perubahan yang disebutkan mempunyai dampak terhadap tingkah laku dan sensitivitas emosional meningkat akan timbul rasa tersisih, tidak dibutuhkan lagi, tidak ikhlas menerima kenyataan baru seperti; penyakit yang tak kunjung sembuh, kematian pasangan, merupakan sebagian kecil dari keseluruhan “ketidak enakan” yang harus dihadapi lansia. Hal ini menjadi sumber masalah pada masa tua (Wahjudi Nugroho, 2008).

Secara umum, lansia dalam menjalani kehidupannya dapat di sikapi dengan dua sikap. Pertama, ia menerima masa tuanya dengan wajar melalui kesadaran yang mendalam. Kedua, ia cenderung menolak datangnya masa tua. Sikap kedua ini menggambarkan ia tidak mau menerima realitas yang ada dan sebagian besar lansia kurang siap menghadapi dan menyikapi masa tua tersebut sehingga, mereka sulit menerima diri ketika menjadi tua.

Memasuki lanjut usia seharusnya setiap orang memiliki penerimaan diri yang baik, jika memiliki penerimaan diri yang baik seseorang tidak akan dikendalikan oleh ambisi yang berlebihan, tidak akan mengeluh, tidak mudah tersinggung dan memiliki sifat rendah hati. Orang yang menerima diri dapat

mengendalikan kemarahan sehingga tidak ada tekanan emosi yang membuat seseorang menjadi lebih santai, tenang dan lebih bahagia.

Penerimaan diri menurut Menurut Germer (2009) penerimaan diri sebagai kemampuan individu untuk dapat memiliki suatu pandangan positif mengenai siapa dirinya sebenar-benarnya dan hal ini tidak dapat muncul dengan sendirinya, melainkan harus dikembangkan oleh individu.

Sedangkan menurut Chaplin (2004) penerimaan diri adalah sikap pada dasarnya merasa puas dengan diri sendiri, kualitas-kualitas, bakat-bakat sendiri dan pengakuan akan keterbatasan-keterbatasan diri. Pendapat lain yang diungkapkan menurut Rogers dalam Andromeda (2006) Penerimaan diri adalah orang yang selalu terbuka terhadap setiap pengalaman serta mampu menerima setiap masukan dan kritikan dari orang lain. Tidak mampu menerima diri apa adanya dan segala keunikannya karena adanya perasaan suasana hati yang tertekan. Keadaan tertekan ini akan membuat individu merasa pesimis.

Hal tersebut sesuai dengan yang di ungkapkan Hurlock (2006) suatu tingkat kemampuan dan keinginan individu untuk hidup dengan segala karakteristik dirinya. Individu yang dapat menerima dirinya diartikan sebagai individu yang tidak bermasalah dengan dirinya sendiri, tidak memiliki beban perasaan terhadap diri sendiri sehingga individu lebih banyak memiliki kesempatan untuk beradaptasi dengan lingkungan.

Menghadapi abad ke-21, secara lugas dapat dikatakan bahwa sekarang ini lebih sedikit anak usia produktif yang dapat menampung orang tuanya yang sudah lanjut usia dalam keluarga. Selain itu terdapat nilai-nilai kemandirian yang berasal dari masyarakat modern, lansia tidak ingin ketergantungan pada anaknya sehingga

banyak lansia yang memilih hidup terpisah dari anaknya dan tidak ingin merepotkan namun tetap ingin merasa bahagia.

Menurut adat-istiadat masyarakat Indonesia, para anak dan menantu serta cucu memang berkewajiban membalas budi orang tuanya hingga sekarang sekalipun orang tua telah mencapai usia lansia yang tidak berdaya sekalipun dan dari segi ekonomi telah sangat menurun kemampuannya, para orang tua tersebut masih tetap dimuliakan dan diberikan kedudukan dengan penuh kehormatan. Sering kali mereka yang sudah sepuh oleh masyarakat justru dijadikan penasihat karena dianggap lebih arif dan bijaksana (Soemiarti patmonodewo,dkk., 2001).

Kebanyakan lansia di masyarakat Afrika, Asia, atau Amerika Latin lebih dapat berharap tinggal dan dirawat di rumah anak atau cucu mereka tetapi, lansia di negara maju meskipun mengalami kesulitan, tidak ingin melakukan hal tersebut. Mereka enggan menjadi beban bagi keluarga dan melepaskan kebebasan mereka. Keberhasilan tinggal dengan anak yang sudah dewasa sangat tergantung pada kualitas hubungan yang terjadi di masa lalu. Keputusan untuk merawat sendiri orang tua harus dipikirkan secara menyeluruh dan hati-hati. Orang tua dan anak harus saling menghormati harga diri dan kebebasan mereka serta menerima perbedaan masing-masing (Papalia, 2014).

Panti-panti jompo amat banyak di negara maju, lansia akan bermukim sekaligus memperoleh perawatan dan perlindungan baik untuk sementara atau seterusnya. Menurut ibu NS salah seorang perawat di Yayasan Guna Budi Bakti alasan keluarga memilih para Lansia di titipkan di Yayasan karena pihak keluarga ingin memberikan perawatan yang terbaik untuk Lansia. Para keluarga beranggapan tidak ada yang merawat bila di rumah, perawatan yang diberikan juga

tidak akan maksimal karena kesibukan masing-masing anggota keluarga yang rata-rata bekerja maka para keluarga memutuskan untuk menyerahkan lansia kepada yayasan. Alasan lain nya mengapa para Lansia di titipkan di yayasan karena sebagian besar dari para penghuni yayasan Guna Budi Bakti adalah para Lansia yang tidak menikah sehingga tidak ada anak yang mengurus para Lansia.

Fasilitas di yayasan Guna Budi Bakti juga cukup lengkap terdapat berbagai ruangan yang bersih dan nyaman disediakan tempat tidur dan lemari pribadi untuk lansia, tersedia dapur untuk memasak makanan untuk lansia, ada kebun buah-buahan untuk dapat di konsumsi para lansia, ada vihara sebagai tempat ibadah, terdapat aula yang digunakan untuk berbagai kegiatan sosial para lansia, dan tempat parkir yang luas untuk para tamu yang datang.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti pada lansia yang berada di Yayasan Guna Budi Bakti memiliki ciri-ciri penerimaan diri yang kurang baik contohnya seperti: banyak para lansia yang mudah mengeluh dengan kondisi dirinya, tidak banyak melakukan aktivitas hanya ingin tidur bermalas-malasan, mudah marah bila keinginannya tidak dituruti, segala sesuatu yang dilakukan selalu memerlukan bantuan, seharusnya dengan fasilitas yang tersedia para lansia bisa memanfaatkan fasilitas tersebut untuk melakukan sesuatu yang bermanfaat agar tidak bermalas-malasan. Lansia juga mudah tersinggung dengan perlakuan orang lain dengan merasa dibeda-bedakan padahal semua lansia mendapatkan pelayanan yang sama. Beberapa lansia juga saling bermusuhan saling bersaing mendapatkan perhatian perawat dan di temukan beberapa lansia yang tidak mau diajak berkomunikasi dan cenderung marah-marah.

Para lansia juga tidak sabar bila harus diminta untuk menunggu semuanya ingin di dahulukan. Lansia sering berkomentar negatif tentang pelayanan keperawatan yang diberikan padahal para perawat lansia sudah memberikan pelayanan sesuai dengan tugas dan tuntutan kerjanya. Sebagian besar lansia tidak sabar, mudah tersinggung, sulit dilayani, pengkritik, banyak menuntut bahkan beberapa lansia terkadang sering mengasingkan diri, banyak diam dan terlihat acuh tak acuh.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada tanggal (8/1/18) pada seorang lansia bernama LH mengatakan bahwa:

“gak enak lo jadi tua banyak penyakit datang, aku maunya balik jadi muda kayak kalian ini. Sakit gak bisa sembuh lagi loh. Susah kalo uda tua. Kaki sakit, pinggang sakit, tiap hari minum obat uda bosan loh. Maunya gak perlu sakit harusnya kalo uda tua langsung mati aja. Uda tua kerja gak bisa, uang gak ada. Kalo muda enak bisa pigi-pigi, jalan-jalan, uda tua payah loh. Dulu waktu muda aku kerja punya duit sekarang uda tua uda gak ada gunanya lagi”.

Berdasarkan kutipan wawancara di atas tergambar bahwa lansia tersebut memiliki penerimaan diri yang kurang baik. Seseorang yang memiliki penerimaan diri yang baik seharusnya tidak dikendalikan ambisi yang berlebihan yang ingin menjadi selalu muda dan menolak datangnya masa tua, tidak banyak mengeluh dengan kondisinya saat ini, tidak mudah menyerah dan mempunyai semangat untuk sehat kembali, dan tidak mengharapkan belas kasian orang lain.

Hal tersebut sesuai dengan yang di ungkapkan oleh Kurniawan (2013) di mana kemampuan penerimaan diri yang di miliki seseorang berbeda-beda tingkatannya. Sebab kemampuan tersebut di pengaruhi oleh beberapa faktor antara lain usia, latar belakang pendidikan, pola asuh orang tua, dan dukungan sosial. Sedangkan menurut Sari (2002) Faktor-faktor yang mempengaruhi penerimaan diri adalah pendidikan dan dukungan sosial. Penerimaan diri akan

semakin baik apabila ada dukungan dari lingkungan sekitar, hal ini di karenakan individu yang mendapat dukungan sosial akan mendapat perlakuan yang baik dan menyenangkan.

Segala perubahan penurunan fungsi yang di alami pada Lansia merupakan suatu tekanan, dalam menghadapi situasi yang penuh tekanan, seseorang membutuhkan dukungan sosial. Sarafino (2002) menyatakan bahwa "*Social support refers to the perceived comfort, caring esteem, or help a person receives from other people or groups*". Definisi ini dapat diartikan bahwa dukungan sosial merupakan kenyamanan, perhatian, penghargaan, maupun bantuan dalam bentuk lainnya yang diterimanya individu dari orang lain ataupun dari kelompok.

Dukungan sosial adalah rasa nyaman secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh para sahabat dan keluarga kepada orang yang menghadapi stres, dengan dukungan sosial, orang cenderung untuk ada dalam keadaan kesehatan fisik yang lebih baik dan dapat mengatasi stres yang dialaminya (Baron dan Byrne, 2004).

Dukungan sosial terbagi dalam lima bentuk Sarafino (2002) yaitu: berupa dukungan emosi, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan kelompok. Setiap bentuk dukungan sosial yang di berikan memiliki fungsi yang bermacam-macam. Menurut teori konvoi sosial, lansia mempertahankan tingkat dukungan sosial mereka dengan mengidentifikasi anggota jaringan sosial yang dapat membantu mereka, serta menghindari mereka yang tidak sportif (Papalia, 2014).

Para Lansia yang mengalami kemunduran fisik merasa bahwa hidup mereka sudah dekat dengan akhir hayat. Perlu diketahui bahwa pada masa-masa

semacam ini kasih sayang dari lingkup keluarga, kerabat, dan bahkan lingkungan terdekat merupakan sumber kenikmatan tersendiri. Pada masa ini seseorang yang merasa bahwa dirinya diterima dan dihargai oleh sekelilingnya merupakan anugerah yang tidak mungkin dapat dinilai dengan materi (Hardywinoto & Setiabudhi, 1999).

Sesuai penjelasan diatas, saat Lansia mengalami kemunduran dan merasa akhir hayat sudah dekat berarti, Lansia membutuhkan kasih sayang dan penghargaan yang bisa didapatkan dari dukungan sosial.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan dukungan sosial dengan penerimaan diri pada Lansia di Yayasan Karya Asih Medan Polonia”.

B. Identifikasi Masalah

Indonesia batasan lanjut usia adalah 60 tahun keatas. Pada masa tua, sejumlah perubahan kesehatan pada fisik, semakin terlihat sebagai akibat dari proses penuaan. Berbagai perubahan dapat terjadi antara lain perubahan fisik, perubahan sosial, dan perubahan psikis. Perubahan yang disebutkan mempunyai dampak terhadap tingkah laku dan perasaan, sesuatu yang dapat meningkat dalam proses menua yaitu sensitivitas emosional seseorang. Rasa tersisih, tidak dibutuhkan lagi, ke tidak ikhlasan menerima kenyataan baru seperti penyakit yang tak kunjung sembuh, kematian pasangan, merupakan sebagian kecil dari keseluruhan “ke-tidak enakan” yang harus dihadapi lansia.

Terdapat lansia yang cenderung menolak datangnya masa tua menggambarkan lansia tidak mau menerima realitas yang ada dan sebagian besar, lansia kurang siap menghadapi dan menyikapi masa tua tersebut sehingga, mereka

sulit menerima diri ketika menjadi tua. Ketika seseorang di anugerahi umur yang panjang sebaiknya juga harus mempersiapkan diri untuk menghadapi masa tuanya.

Masa tua merupakan bagian dari masa-masa sulit dalam kehidupan. Tidaklah mudah menjalani kehidupan dimasa tua yang merupakan tahap akhir dari siklus kehidupan. Pada saat memasuki lanjut usia seharusnya setiap orang memiliki penerimaan diri yang baik bila memiliki penerimaan diri yang baik seseorang tidak akan dikendalikan oleh ambisi yang berlebihan, tidak akan mengeluh, tidak mudah tersinggung dan memiliki sifat rendah hati. Orang yang menerima diri dapat mengendalikan kemarahan sehingga tidak adanya tekanan emosi yang membuat seseorang menjadi lebih santai, tenang dan lebih bahagia.

Saat ini lebih sedikit anak usia produktif yang dapat menampung orang tuanya yang sudah lanjut usia dalam keluarga. Selain itu terdapat nilai-nilai kemandirian, tidak ingin berada dalam ketergantungan pada anak-anak, yang merupakan nilai-nilai yang berasal dari masyarakat modern. Banyak lansia yang memilih hidup terpisah dari anak-anak, tidak ingin merepotkan anak, namun tetap ingin merasa bahagia.

Kebanyakan lansia di masyarakat Afrika, Asia, atau Amerika Latin lebih dapat berharap tinggal dan dirawat di rumah anak atau cucu mereka, tetapi pola ini berubah dengan cepat. Kebanyakan lansia di negara maju, meskipun mengalami kesulitan, tidak ingin melakukan hal tersebut. Mereka enggan menjadi beban bagi keluarga dan melepaskan kebebasan mereka. Pelayanan panti diberikan di panti yang dikhususkan bagi lansia, dimana lansia akan bermukim sekaligus memperoleh perawatan dan perlindungan baik untuk sementara atau seterusnya.

Para lansia yang berada di Yayasan Guna Budi Bakti terlihat kurang memiliki penerimaan diri yang baik. Segala perubahan penurunan fungsi yang dialami pada Lansia merupakan suatu tekanan, dalam menghadapi situasi yang penuh tekanan seseorang membutuhkan dukungan sosial.

Dukungan sosial adalah rasa nyaman secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh para orang-orang terdekat kepada orang yang menghadapi stres dengan dukungan sosial, orang cenderung untuk ada dalam keadaan kesehatan fisik dan psikis yang lebih baik dan dapat mengatasi stres yang dialaminya. Saat Lansia mengalami kemunduran dan merasa akhir hayat sudah dekat berarti, Lansia membutuhkan kasih sayang dan penghargaan yang bisa didapatkan dari dukungan sosial.

C. Batasan Masalah

Mengingat keterbatasan waktu dan kemampuan peneliti, maka permasalahan dalam penelitian ini dibatasi pada rata-rata usia Lansia yang tinggal di Yayasan Guna Budi Bakti yaitu berusia 60-78 tahun. Peneliti hanya sebatas melihat penerimaan diri dan dukungan sosial pada lansia di Yayasan Guna Budi Bakti..

D. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Adakah terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan penerimaan diri pada Lansia?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan masalah yang telah dirumuskan sebelumnya, maka penelitian ini bertujuan Untuk mengetahui gambaran dukungan sosial dan gambaran penerimaan diri pada Lansia serta untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan penerimaan diri pada lansia.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dari hasil penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis, sebagai bahan masukan untuk mengembangkan ilmu pengetahuan khususnya di bidang psikologi perkembangan.
2. Manfaat Praktis, sebagai bahan pertimbangan dalam melaksanakan konseling gerontologi (konseling lanjut usia) untuk membantu lansia mencapai penerimaan dirinya. Bagi peneliti, menambah dan memperluas ilmu pengetahuan tentang Hubungan dukungan Sosial dengan penerimaan diri pada Lansia. Bagi masyarakat, memberikan sumbangan pemikiran agar masyarakat dapat menentukan sikap dalam menghadapi dan memenuhi kebutuhan lansia. Sebagai bahan masukan, sumbangan fikiran dan referensi ilmiah bagi peneliti lain, Fakultas dan Perpustakaan di Universtas Medan Area.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Lanjut Usia (Lansia)

1. Pengertian Lansia

Batasan lansia menurut organisasi kesehatan dunia (WHO) ada empat tahap yakni: usia pertengahan 45-59 tahun, lanjut usia 60-74 tahun, lanjut usia tua 75-90, dan sangat tua di atas 90 tahun.

Menurut seorang ahli Dunkle membagi usia lansia menjadi beberapa tahapan tersebut meliputi: tahap young-old usia 65 sampai 74 tahun, tahap old-old adult usia 75 sampai 84 tahun, tahap oldest-old adult usia 85 tahun keatas (Santrock, 2011) .

Usia lanjut dikatakan sebagai tahap akhir perkembangan pada daur kehidupan manusia. Sedangkan menurut pasal 1 ayat (2), (3), (4) UU No. 13 tahun 1998 tentang kesehatan di katakan bahwa usia lanjut adalah seseorang yang telah mencapai usia lebih dari 60 tahun (Maryam dkk,2008).

Menurut Boedhi Darmojo dan Hadi Martono mengatakan bahwa, menua adalah proses menghilangnya secara perlahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri/mengganti diri dan mempertahankan struktur dan fungsi normalnya sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi dan memperbaiki kerusakan yang diderita (Wahjudi Nugroho, 2006).

Sedangkan menurut Depkes RI, Lansia adalah suatu proses alami yang tidak dapat dihindarkan. Proses menjadi tua disebabkan oleh faktor biologik yang terdiri dari tiga fase yaitu fase progresif, fase stabil dan fase regresif. Fase regresif

mekanisme lebih ke arah kemunduran yang dimulai dalam sel, komponen terkecil dalam tubuh manusia. Begitu pula pada tahap perkembangan yang lain, maka pada lanjut usia terjadi perubahan fungsi fisik, emosi, kognitif, sosial, spiritual, dan ekonomi (Hardywinoto & Setiabudhi, 1999).

Menurut Hurlock (2006) lanjut usia merupakan periode penutup dalam rentang kehidupan seseorang, yang berarti suatu periode dimana seseorang telah beranjak jauh dari waktu yang lalu yang penuh dengan manfaat. Pada lanjut usia terjadinya proses menua.

Berdasarkan uraian-uraian di atas dapat disimpulkan bahwa lanjut usia merupakan periode penutup dalam rentang kehidupan seseorang, berkisar antara usia 60-74 tahun sebagai usia lanjut awal, 75-90 tahun sebagai lanjut usia menengah dan 91 tahun ke atas sebagai usia lanjut akhir. Pada lanjut usia terjadi perubahan fungsi fisik, emosi, kognitif, sosial, spiritual, dan ekonomi yang lebih ke arah kemunduran.

2. Ciri – Ciri Lansia

Menurut Hurlock (2006) setiap rentang kehidupan manusia ditandai dengan beberapa ciri-ciri tertentu, demikian juga dengan lanjut usia. Adapun ciri-ciri pada lanjut usia adalah:

- a) Lanjut usia merupakan periode kemunduran. Kemunduran yang terjadi pada lanjut usia bisa bersifat fisik maupun psikis. Kemunduran fisik merupakan suatu perubahan sel-sel yang telah rusak, perubahan yang terjadi dimana sel-sel yang ada menjadi dewasa sehingga sel-sel tersebut tidak dapat berproduksi lagi bahkan menjadi tua dan mati. Sedangkan,

kemunduran psikis pada lanjut usia akan mempengaruhi penurunan fungsi mental.

- b) Perbedaan individu pada efek menua. Secara umum, penuaan fisik lebih cepat dibandingkan dengan penuaan mental, walaupun kadang dapat terjadi sebaliknya. Hal ini disebabkan karena proses menjadi tua merupakan kerjasama antara beberapa sistem yang hasilnya tidak sama antara individu yang satu dengan individu yang lain. Oleh karena itu sering terlihat seseorang secara usia kalender lebih tua tapi tampak lebih muda, begitu juga sebaliknya.
- c) Adanya beberapa stereotype bagi lanjut usia. Masa tua sering dianggap sebagai masa pikun yang disebabkan kerusakan bagian tertentu dalam otak. Kenyataan tidak semua lanjut usia dalam proses ketuannya itu mengalami kerusakan di bagian otak. Selain itu orang juga menganggap lanjut usia tidak produktif lagi. Namun pada kenyataannya banyak lanjut usia yang produktif dengan memperoleh kematangan dan produktifitas yang baik.
- d) Keinginan untuk muda kembali sangat kuat. Status kelompok yang diberikan kepada lanjut usia secara alami telah membangkitkan keinginan untuk muda, bahkan ingin diper muda bila tanda-tanda ketuaan mulai nampak.

Pendapat lain mengatakan lansia memiliki karakteristik sebagai berikut: berusia lebih dari 60 tahun (sesuai dengan pasal 1 ayat (2) UU No.13 tentang kesehatan), kebutuhan dan masalah yang bervariasi dari rentan sehat sampai sakit, dari kebutuhan biopsikososial sampai spiritual, serta dari kondisi adaptif hingga kondisi maladaptif, lingkungan tempat tinggal bervariasi (Maryam dkk, 2008).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri lansia yaitu telah berusia 60 tahun terjadi kemunduran dari segi fisik dan psikis, penuaan fisik lebih cepat dari penuaan psikis, sebagian lansia mengalami kepikunan, dan memiliki keinginan untuk muda kembali bila tanda-tanda penuaan mulai nampak.

3. Tugas perkembangan Lansia

Havighurst dan Duvall (dalam Hardywinoto & Setiabudhi, 1999) menguraikan tujuh jenis tugas perkembangan (*developmental tasks*) selama hidup yang harus dilaksanakan oleh lanjut usia, yaitu :

- a) Penyesuaian terhadap penurunan fisik dan psikis
- b) Penyesuaian terhadap pensiun dan penurunan pendapatan
- c) Menemukan makna hidup
- d) Mempertahankan pengaturan hidup yang memuaskan
- e) Menemukan kepuasan dalam hidup berkeluarga
- f) Penyesuaian diri terhadap kenyataan akan meninggal dunia
- g) Menerima dirinya sebagai seorang lanjut usia.

Menurut Hurlock (2006) adapun tugas-tugas perkembangan lanjut usia:

- a) Menyesuaikan diri dengan menurunnya kekuatan fisik dan kesehatan.
- b) Menyesuaikan diri dengan masa pensiun dan berkurangnya income.
- c) Menyesuaikan diri dengan kematian pasangan hidup
- d) Membentuk hubungan dengan orang-orang seusia
- e) Membentuk pengaturan kehidupan fisik yang memuaskan
- f) Menyesuaikan diri dengan peran sosial.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa lanjut usia memiliki beberapa tugas perkembangan yang harus dijalaninya dan diharapkan untuk menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi. Salah satu tugas perkembangan lansia yaitu lansia harus menerima dirinya sebagai seorang lansia.

4. Tipe-Tipe Lanjut Usia

Menurut Wahjudi Nugroho (2008) lanjut usia dapat pula dikelompokkan dalam beberapa tipe yang tergantung pada karakter, pengalaman hidup, lingkungan, kondisi fisik, mental, sosial, dan ekonominya. Tipe ini antara lain:

1. Tipe optimis: lanjut usia santai dan periang, penyesuaian cukup baik, mereka memandang masa lanjut usia dalam bentuk bebas dari tanggung jawab dan sebagai kesempatan untuk menuruti kebutuhan pasifnya. Tipe ini sering disebut juga lanjut usia tipe kursi goyang (the rocking chairman)
2. Tipe konstruktif: lanjut usia ini mempunyai integritas baik, dapat menikmati hidup, mempunyai toleransi yang tinggi, humoristik, fleksibel, dan tahu diri. Biasanya, sifat ini terlihat sejak muda. Mereka dengan tenang menghadapi proses menua dan menghadapi akhir.
3. Tipe ketergantungan: lanjut usia ini masih dapat diterima di tengah masyarakat, tetapi selalu pasif, tidak berambisi, masih tahu diri, tidak mempunyai inisiatif dan bila bertindak yang tidak praktis. Ia senang pensiun, tidak suka bekerja, dan senang berlibur, banyak makan, dan banyak minum.
4. Tipe defensif: lanjut usia biasanya sebelumnya mempunyai riwayat pekerjaan/jabatan yang tidak stabil, bersifat selalu menolak bantuan, emosi sering tidak terkontrol, memegang teguh kebiasaan, bersifat kompulsif aktif, anehnya mereka takut menghadapi “menjadi tua” dan menyenangi masa pensiun.
5. Tipe militan dan serius: lanjut usia yang tidak mudah menyerah, serius, senang berjuang, bisa menjadi panutan.

6. Tipe pemaarah frustasi: lanjut usia yang pemaarah; tidak sabar, mudah tersinggung, selalu menyalahkan prang lain, menunjukkan penyesuaian yang buruk. Lanjut usia sering mengekspresikan kepahitan hidupnya.
7. Tipe bermusuhan: lanjut usia yang selalu menganggap orang lain yang menyebabkan kegagalan, selalu mengeluh, bersifat agresif dan curiga. Biasanya, pekerjaan saat ia muda tidak stabil. Menganggap menjadi tua itu bukan hal yang baik, takut mati, iri pada orang yang muda, snang mengadu untung pekerjaan, aktif menghindari masa yang buruk.
8. Tipe putus asa, mmbenci, dan menyalahkan diri sendiri: lanjut usia ini bersifat kritis dan menyalahkan diri sendiri, tidak mmpunyai ambisi, mengalami penurunan sosio-ekonomi, tidak dapat menyesuaikan diri. Lanjut usia tidak hanya mengalami kemarahan, tetapi juga depresi, memandang lanjut usia sebagai tidak berguna karena masa yang tidak menarik. Biasanya perkawinan tidak bahagia, merasa mnjadi korban keadaan, membenci diri sendiri, dan ingin cepat mati.

Zaman sekarang (zaman pembangunan), banyak di temukan bermacam-macam tipe lanjut usia. Yang menonjol antara lain:

1. Tipe arif bijaksana: lanjut usia ini kaya akan hikmah pengalaman, menyesuaikan diri dengan perubahan zaman, mempunyai kesibukan, bersikap ramah, rendah hati, sederhana, dermawan, memenuhi undangan, dan menjadi panutan.
2. Tipe mandiri: lansia ini senang mengganti kegiatan yang hilang dengan kegiatan baru, selektif dalam mencari pekerjaan dan teman pergaulan, serta memenuhi undangan.

3. Tipe tidak puas: lanjut usia yang sering mengalami konflik lahir batin, menentang proses penuaan yang menyebabkan kehilangan kecantikan, kehilangan daya tarik jasmani, kehilangan kekuasaan, status, teman yang di sayangi, pemarah, tidak sabar, mudah tersinggung, menuntut, sulit di layani, dan pengkritik.
 4. Tipe pasrah: lanjut usia yang selalu menerima menunggu nasib baik, mempunyai konsep habis (“habis gelap datang terang”), mengikuti kegiatan beribadah, ringan kaki, pekerjaan apa saja di lakukan,.
 5. Tipe bingung: lanjut usia yang kagetan, kehilangan ke pribadian, mengasingkan diri, merasa minder, menyesal, pasif, acuh tak acuh
- (Wahjudi Nugroho, 2008)



B. Penerimaan diri

1. Pengertian penerimaan diri pada Lansia

Menurut Germer (2009), penerimaan diri sebagai kemampuan individu untuk dapat memiliki suatu pandangan positif mengenai siapa dirinya yang sebenar-benarnya dan hal ini tidak dapat muncul dengan sendirinya, melainkan harus dikembangkan oleh individu.

Menurut Chaplin (2004), penerimaan diri adalah sikap pada dasarnya merasa puas dengan diri sendiri, kualitas-kualitas, bakat-bakat sendiri dan pengakuan akan keterbatasan-keterbatasan diri.

Menurut Rogers dalam Andromeda (2006) adalah orang yang selalu terbuka terhadap setiap pengalaman serta mampu menerima setiap masukan dan kritikan dari orang lain. Ketidak mampuan menerima diri apa adanya dan segala keunikannya karena adanya perasaan suasana hati yang tertekan. Keadaan tertekan ini akan membuat individu merasa pesimis.

Menurut Hurlock (2006) Penerimaan diri adalah suatu tingkat kemampuan dan keinginan individu untuk hidup dengan segala karakteristik dirinya. Individu yang dapat menerima dirinya diartikan sebagai individu yang tidak bermasalah dengan dirinya sendiri, yang tidak memiliki beban perasaan terhadap diri sendiri sehingga individu lebih banyak memiliki kesempatan untuk beradaptasi dengan lingkungan.

Menurut Schultz (dalam Sari, 2002), penerimaan diri adalah menerima semua segi yang ada pada dirinya, termasuk kelemahan-kelemahan dan kekurangan-kekurangan serta tidak menyerah kepada kelemahan-kelemahan dan kekurangan-kekurangan tersebut.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri adalah keadaan yang disadari oleh diri sendiri untuk menerima kondisi diri sebagaimana adanya serta selalu terbuka terhadap setiap pengalaman serta mampu menerima setiap masukan dan kritikan dari orang lain sebagai individu yang tidak bermasalah dengan dirinya sendiri, yang tidak memiliki beban perasaan terhadap diri sendiri sehingga individu lebih banyak memiliki kesempatan untuk beradaptasi dengan lingkungan.

2. Faktor – faktor yang mempengaruhi Penerimaan diri

Hurlock (2006) mengemukakan tentang faktor-faktor yang mempengaruhi dalam penerimaan diri antara lain:

- 1) Pemahaman Diri (*Self-Understanding*). Pemahaman diri adalah persepsi tentang dirinya sendiri yang dibuat secara jujur, tidak berpura-pura dan bersifat realistis. Persepsi atas diri yang ditandai dengan keaslian (*genuineness*); tidak berpura-pura tetapi apa adanya, tidak berkhayal tetapi nyata (benar adanya), tidak berbohong tetapi jujur, dan tidak menyimpang. Pemahaman diri bukan hanya terpaku pada mengenal atau mengakui fakta tetapi juga merasakan pentingnya fakta-fakta.
- 2) Harapan yang Realistis (*Realistic Expectations*). Harapan yang realistis muncul jika individu menentukan sendiri harapannya yang disesuaikan dengan pemahaman mengenai kemampuan dirinya, bukan harapan yang ditentukan oleh orang lain. Hal tersebut dikatakan realistis jika individu memahami segala kelebihan dan kekurangan dirinya dalam mencapai harapan dan tujuannya.
- 3) Tidak adanya Hambatan Lingkungan (*Absence of Environmental Obstacle*) ke tidak mampuan untuk meraih harapan realistis mungkin disebabkan oleh adanya berbagai hambatan dari lingkungan. Bila lingkungan sekitar tidak memberikan kesempatan atau bahkan malah menghambat individu untuk dapat mengekspresikan dirinya, maka penerimaan diri akan sulit untuk dicapai. Namun jika lingkungan, dan *significant others* turut memberikan dukungan, maka kondisi ini dapat mempermudah penerimaan diri seorang individu.
- 4) Sikap Sosial yang Menyenangkan (*Favorable Social Attitudes*). Tiga kondisi utama yang menghasilkan evaluasi positif terhadap diri seseorang

antara lain, tidak adanya prasangka terhadap seseorang, adanya penghargaan terhadap kemampuan-kemampuan sosial, dan kesediaan individu mengikuti tradisi suatu kelompok sosial. Individu yang memiliki hal tersebut diharapkan mampu menerima dirinya.

- 5) Tidak Adanya Stress Emosional (*Absence of Severe Emotional Stress*). Ketiadaan gangguan stress yang berat akan membuat individu dapat bekerja sebaik mungkin, merasa bahagia, rileks, dan tidak bersikap negatif terhadap dirinya. Kondisi positif ini diharapkan membuat individu mampu melakukan evaluasi diri sehingga penerimaan diri yang memuaskan dapat tercapai.
- 6) Jumlah Keberhasilan (*Preponderance of Successes*). Saat individu berhasil ataupun gagal, ia akan memperoleh penilaian sosial dari lingkungannya. Ketika seseorang memiliki aspirasi tinggi, maka ia tidak akan mudah terpengaruh oleh penilaian sosial tentang kesuksesan maupun kegagalan. Dia kemudian akan menjadi lebih mudah dalam menerima dirinya sendiri terkait dengan kondisi dimana ia telah terpuaskan dengan keberhasilan yang telah dicapainya tanpa memikirkan pendapat lingkungan sosial.
- 7) Identifikasi dengan orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik (*Identification with Well-Adjusted People*). Saat individu dapat mengidentifikasi diri dengan orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik, maka hal itu dapat membantu individu untuk mengembangkan sikap positif dan menumbuhkan penilaian diri yang baik. Lingkungan rumah dengan model identifikasi yang baik akan membentuk kepribadian

sehat pada seseorang sehingga ia mampu memiliki penerimaan diri yang baik pula.

- 8) Perspektif diri (*Self-Persperctive*). Individu yang mampu melihat dirinya sebagaimana perspektif orang lain memandang dirinya, akan membuat individu tersebut menerima dirinya dengan baik. Dimana hal ini diperoleh melalui pengalaman dan belajar. Usia dan tingkat pendidikan seseorang juga berpengaruh untuk dapat mengembangkan perspektif dirinya. Sebuah perspektif diri yang baik memudahkan akses terhadap penerimaan diri.
- 9) Pola Asuh Masa Kecil Yang Baik (*Good Childhood Training*). Meskipun penyesuaian diri pada seseorang dapat berubah secara radikal karena adanya peningkatan dan perubahan dalam hidupnya, hal tersebut dianggap dapat menentukan apakah penyesuaiannya dikatakan baik jika diarahkan oleh masa kecilnya. Konsep diri mulai terbentuk sejak masa kanak-kanak sehingga pengaruhnya terhadap penerimaan diri seseorang tetap ada walaupun usia individu terus bertambah. Dengan demikian, pola asuh juga turut mempengaruhi bagaimana seseorang dapat mewujudkan penghayatan penerimaan diri.
- 10) Konsep Diri yang Stabil (*Stable Self-concept*). Individu dianggap memiliki konsep diri yang stabil, jika dalam setiap waktu ia mampu melihat kondisinya dalam keadaan yang sama. Jika seseorang ingin mengembangkan kebiasaan penerimaan diri, ia harus melihat dirinya sendiri dalam suatu cara yang menyenangkan untuk menguatkan konsep dirinya, sehingga sikap penerimaan diri itu akan menjadi suatu kebiasaan.

Sedangkan, menurut Jersild (dalam Sari, 2002) juga menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang dalam menerima dirinya yaitu:

- a) Usia. Seseorang yang memiliki usia lebih matang akan dapat menerima dirinya dengan lebih baik dibanding dengan orang yang berusia jauh di bawahnya.
- b) Pendidikan mempengaruhi tingkat penerimaan diri seseorang, pendidikan mampu membantu seseorang mengembangkan potensi yang ada di dalam dirinya dan mendatangkan kepuasan apabila pendidikan semakin tinggi.
- c) Intelegensi. Tingkat intelegensi yang dimiliki seseorang akan mempengaruhi dalam penyelesaian tugas atau pekerjaan. Seseorang yang memiliki intelegensi lebih tinggi akan cenderung memiliki kemampuan untuk menyelesaikan pekerjaannya dan memberikan kepuasan pada diri sendiri sehingga dapat menumbuhkan penerimaan diri pada dirinya.
- d) Keadaan fisik. Sikap penerimaan yang ada pada remaja dipengaruhi oleh keadaan fisik yang ada pada dirinya. Hal ini berbeda orang tua yang menjadikan keadaan fisiknya sebagai faktor yang tidak terlalu mempengaruhi dalam sikap menerima terhadap dirinya.
- e) Pola asuh. Pengaruh pola asuh atau orang tua, mempengaruhi seseorang atau anak dalam membentuk sikap penerimaan diri. Pola asuh yang bersifat demokratis akan lebih berpengaruh dalam penerimaan diri yang baik bagi seseorang.
- f) Dukungan sosial. Lingkungan sosial yang baik dapat membantu seseorang memiliki sifat menerima diri. Dukungan dan pandangan sosial tentang

individu akan menimbulkan konsep diri yang positif tentang diri mereka sendiri.

Berdasarkan penjelasan beberapa tokoh mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi penerimaan diri di atas, dapat disimpulkan bahwa hal-hal yang berasal dari dalam diri individu itu sendiri yang menjadi faktor utama dan penting dalam penerimaan diri. Individu itu sendiri yang memberikan nilai, sikap dan memunculkan penerimaan pada dirinya. Individu menerima dirinya melalui konsep diri positif yang individu bentuk dan olah sendiri berdasarkan pada informasi tentang dirinya yang tersedia di sekitar kehidupannya yang di dapat melalui dukungan sosial yang baik individu dapat menerima dirinya. Selain itu, dukungan sosial juga menjadi salah satu faktor yang berpengaruh pada penerimaan diri.

3. Aspek Penerimaan diri

Jersild (dalam Sari, 2002) membagi penerimaan diri dalam sepuluh aspek:

- a) Persepsi mengenai diri dan sikap terhadap penampilan. Individu lebih berpikir realistis tentang penampilan dirinya dan bagaimana orang lain menilai. Bukan berarti penampilannya harus sempurna, melainkan individu tersebut dapat melakukan sesuatu dan berbicara dengan baik tentang keadaan dirinya.
- b) sikap terhadap kelemahan dan kekuatan diri sendiri dan orang lain. Individu yang memiliki penerimaan diri memandang kelemahan dan

kekuatan dirinya lebih baik dari pada orang yang tidak memiliki penerimaan diri.

- c) Perasaan inferioritas sebagai gejala penolakan diri. Perasaan inferioritas merupakan sikap tidak menerima diri dan menunggu penilaian yang realistis atas dirinya.
- d) Respon atas penolakan dan kritikan. Individu yang memiliki penerimaan diri mampu menerima kritikan bahkan dapat mengambil hikmah dari kritikan tersebut.
- e) Keseimbangan antara *real self* dan *ideal self*. Individu yang memiliki penerimaan diri adalah ia mempertahankan harapan dan tuntutan dari dalam dirinya dengan baik dalam batas-batas kemungkinan individu ini mungkin memiliki ambisi yang besar, namun tidak mungkin untuk mencapainya walaupun dalam jangka waktu yang lama dan menghabiskan energinya. Oleh karena itu, untuk memastikan ia tidak akan kecewa saat nantinya.
- f) Penerimaan diri dan penerimaan orang lain. Apabila individu mampu menyukai dirinya, ini akan memungkinkan ia menyukai orang lain. Hubungan timbal balik seperti ini membuktikan individu merasa percaya diri dalam memasuki lingkungan sosial.
- g) Penerimaan diri, menuruti kehendak, dan menonjolkan diri. Menerima diri dan menuruti diri merupakan dua hal yang berbeda. Apabila seorang individu menerima dirinya, hal tersebut bukan berarti ia memanjakan dirinya. Akan tetapi, ia akan menerima bahkan menuntut kelayakan dalam

kehidupannya dan tidak akan mengambil yang bukan haknya dalam mendapatkan posisi yang menjadi incaran dalam kelompoknya. Individu dengan penerimaan diri menghargai harapan orang lain dan meresponnya dengan bijak. Namun, ia memiliki pendirian yang terbaik dalam berpikir, merasakan dan membuat pilihan. Ia tidak hanya menjadi pengikut apa yang dikatakan orang lain.

- h) Penerimaan diri, spontanitas, menikmati hidup. Individu dengan penerimaan diri mempunyai lebih banyak keleluasaan untuk menikmati hal-hal dalam hidupnya.
- i) Aspek moral penerimaan diri. Ia memiliki kejujuran untuk menerima dirinya sebagai apa dan untuk apa ia nantinya, dan ia tidak menyukai kepura-puraan, individu ini dapat secara terbuka mengakui dirinya sebagai individu yang pada suatu waktu dalam masalah, merasa cemas, ragu, dan bimbang tanpa harus menipu diri dan orang lain.
- j) Sikap terhadap penerimaan diri. Menerima diri merupakan hal penting dalam kehidupan seseorang. Individu yang dapat menerima beberapa aspek hidupnya, mungkin dalam keraguan dan kesulitan dalam menghormati orang lain. Hal tersebut merupakan arahan agar dapat menerima dirinya.

Sedangkan, aspek-aspek penerimaan diri menurut Sheerer (dalam Veronika, 2015) yaitu:

- a) Perasaan sederajat. Menerima dirinya dan menganggap dirinya sama atau sederajat dengan orang lain. Seseorang yang mampu menerima dirinya

dengan baik akan menyadari bahwa setiap orang tercipta dengan kelebihan dan kekurangannya masing-masing. Oleh karena itu, seseorang yang memiliki penerimaan diri yang baik akan mampu meyakini bahwa dirinya sama atau sederajat dengan orang lain.

- b) Percaya akan kemampuan yang ada dalam diri. Individu yang memiliki kepercayaan terhadap kemampuannya, akan mampu menghadapi persoalan atau keadaan yang di hadapinya. Rasa optimis yang muncul dalam menghadapi suatu hal akan ada pada orang yang mampu menerima dirinya dengan baik.
- c) Berani bertanggung jawab dan menerima segala konsekuensi dari tindakannya. Setiap tindakan yang di lakukan akan memberikan konsekuensi dari tindakannya. Setiap tindakan yang dilakukan akan memberikan konsekuensi pada individu yang melakukannya. Individu yang mampu menerima dirinya dengan baik akan berani bertanggung jawab dan menerima segala konsekuensi atas tindakannya yang telah di lakukannya.
- d) Orientasi keluar diri. Tidak malu dan sadar tentang dirinya, individu dengan penerimaan diri yang baik akan mampu berinteraksi dengan lingkungan di sekitarnya tanpa merasa malu dan mampu mengekspresikan apa yang di rasakannya terhadap orang lain secara bijak.
- e) Memiliki pendirian yang kuat. Individu yang mampu menerima dirinya dengan baik akan menjalani hidup atau melakukan sesuatu sesuai dengan prinsip atau pendirian yang telah dia tetapkan sendiri di bandingkan mengikuti standart yang ditetapkan oleh orang lain.

- f) Menyadari keterbatasan dan kekurangan yang ada pada dirinya. Individu yang mampu menerima dirinya akan menyadari dan menerima apa yang menjadi keterbatasannya. Individu tersebut justru akan mengoptimalkan kelebihan yang ada pada dirinya dibandingkan menyesali kekurangan yang ada pada dirinya.
- g) Tidak berusaha mengingkari terhadap sifat-sifat mengenai kemanusiaan (perasaan, keinginan, kelebihan, kekurangan, dan kecakapan, yang ada dalam diri). Individu yang mampu menerima dirinya akan mampu mengekspresikan perasaan, dan keinginannya dengan baik.

Menurut uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek dari penerimaan diri, meliputi antara lain: Individu lebih berpikir realistis tentang penampilan dirinya, menyadari kelemahan dan kekuatan dirinya, menerima kritikan bahkan mengambil hikmah dari kritikan tersebut, memiliki pendirian yang kuat, berani bertanggung jawab menerima segala konsekuensi dari segala perbuatannya, mempunyai keleluasaan untuk menikmati hal-hal dalam hidupnya, memiliki kejujuran untuk menerima dirinya, menerima keraguan dan kesulitan dalam menghormati orang lain.

4. Ciri-ciri Penerimaan diri

Menurut Osbone (dalam Citra, 2015) ciri–ciri individu dengan penerimaan diri yang positif yaitu:

- a) Tidak dikendalikan oleh ambisi yang berlebihan, melainkan memiliki sifat rendah hati dan dewasa secara emosional. Ambisi yang berlebihan membuat seseorang ingin memiliki dorongan yang berlebihan untuk mengungguli, mengalahkan, lebih menonjol, berkuasa, berkedudukan, dan

memiliki segala sesuatu yang dapat melebihi orang lain yang dianggap sebagai saingannya.

- b) Tidak banyak mengeluh. Seseorang yang menerima dirinya merasa memiliki kasih dan pengakuan dari setiap orang, sehingga dapat melakukan sesuatu pekerjaan dengan baik. Dia mengetahui bagian mana yang harus dikerjakan dan bagian mana yang merupakan bagian pekerjaan orang lain. Hal ini menyebabkan dia bekerja dengan benar dan tidak terlalu sibuk, sehingga membuat dia tidak terlalu banyak mengeluh.
- c) Tidak mudah menyerah. Orang yang tidak mudah menyerah memiliki kemampuan keras untuk mengungguli setiap rintangan, belajar dari kegagalan, dan tidak takut mencoba sesuatu yang baru. Memiliki semangat yang kuat apabila mengalami kegagalan dan berusaha untuk mengubah keadaan dengan belajar lebih baik.
- d) Tidak mudah tersinggung, sabar, dan berpikir positif terhadap orang lain. Sebenarnya wajar apabila seseorang terluka hatinya karena disepelkan atau di sakiti orang lain dan jika terlalu mudah tersinggung dan marah tidak memiliki pengendalian yang baik. Orang yang menerima dirinya memiliki kemampuan mengendalikan emosi, sehingga tidak mudah marah dan tersinggung, hatinya tidak mudah dilukai tetapi berusaha bersabar dan berpikir positif terhadap orang lain.
- e) Mengendalikan kemarahan – kemarahan, pikiran – pikiran, dan emosinya secara benar. Ketika seseorang merasa jengkel dan emosinya muncul, dia akan meredam kemarahannya karena ia sadar bahwa hal tersebut tidak baik untuk dirinya. Orang yang menerima diri akan belajar untuk jujur

terhadap diri sendiri termasuk pada pikiran – pikiran serta emosi – emosi yang dimilikinya, sehingga ia dapat mengungkap kemarahannya dengan baik dan benar.

- f) Hidupnya berorientasi saat ini dan masa yang akan datang. Seseorang yang, memiliki penerimaan diri akan percaya baha dia dapat menghasilkan sesuatu yang baik dan berguna bagi diri sendiri maupun orang lain. Dia tidak akan mengingat dan menyesali hal – hal yang sudah terjadi di masa lalu, namun segala sesuatu yang dialaminya akan dianggap sebagai hikmah untuk belajar sesuatu dari kehidupannya yang lebih baik di masa kini.
- g) Tidak mengharapkan belas kasihan orang lain. Orang yang memiliki penerimaan diri mengetahui bahwa rasa bahagia yang benar bukan berasal dari orang lain, harta benda, jabatan, dan pendidikan yang dimilikinya, melainkan berawal dari penerimaan diri apa adanya dengan merasa cukup puas akan setiap hal yang dimilikinya.

Sedangkan menurut Ryff (dalam Purnama, 2016) individu yang memiliki penerimaan diri rendah akan merasa tidak puas dengan dirinya, menyesali apa yang terjadi di masa lalunya, sulit untuk terbuka, terisolasi dan frustasi dalam hubungan dengan orang lain. Sedangkan, individu yang memiliki penerimaan diri dalam tingkat optimal atau tinggi akan bersikap positif terhadap dirinya, mau menerima kualitas baik dan buruk dirinya, serta memiliki sikap positif terhadap masa lalunya.

Berdasarkan uraian diatas ciri-ciri penerimaan diri dapat tergambar bila seseorang Tidak dikendalikan oleh ambisi yang berlebihan, melainkan memiliki

sifat rendah hati, tidak banyak mengeluh, tidak mudah menyerah, tidak mudah tersinggung, sabar, berpikiran positif, dapat mengendalikan emosi, dan tidak mengharapkan belas kasihan orang lain dan memiliki sikap positif pada masa lalunya.

C. Dukungan sosial

1. Pengertian Dukungan sosial

Menurut King (2012) dukungan Sosial adalah informasi atau umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang dicintai dan diperhatikan, dihargai, dan dihormati, dan dilibatkan dalam jaringan komunikasi dan kewajiban yang timbal balik.

Menurut Apollo dan Cahyadi (2012) dukungan sosial adalah tindakan yang bersifat membantu yang melibatkan emosi, pemberian informasi, bantuan instrumen, dan penilaian positif pada individu dalam menghadapi permasalahannya.

Dukungan sosial adalah kenyamanan, perhatian, penghargaan, maupun bantuan dalam bentuk lainnya yang diterimanya individu dari orang lain ataupun dari kelompok (Sarafino, 2002).

Sarason & Pierce (dalam Baron & Byrne, 2000) mendefinisikan dukungan sosial sebagai kenyamanan fisik dan psikologis yang diberikan oleh teman-teman dan anggota keluarga.

Menurut Johnson (Adicondro, 2011) dukungan sosial merupakan keberadaan orang lain yang dapat diandalkan untuk memberi bantuan, semangat,

penerimaan dan perhatian, sehingga bisa meningkatkan kesejahteraan hidup bagi individu yang bersangkutan.

Dari beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan dukungan sosial adalah dukungan atau bantuan yang berasal dari orang lain maupun kelompok berupa kenyamanan fisik dan psikologis, perhatian, penghargaan, maupun bantuan dalam bentuk yang lainnya yang diterima individu.

2. faktor-faktor Dukungan sosial

Menurut Reis (dalam Suhita, 2005) ada tiga faktor yang mempengaruhi penerimaan dukungan sosial pada individu yaitu:

- a) Keintiman yaitu semakin intim seseorang maka dukungan yang diperoleh akan semakin besar.
- b) Harga Diri yaitu individu dengan harga diri memandang bantuan dari orang lain merupakan suatu bentuk penurunan harga diri karena dengan menerima bantuan orang lain diartikan bahwa individu yang bersangkutan tidak mampu lagi dalam berusaha.
- c) Keterampilan Sosial yaitu pergaulan individu yang luas akan memiliki keterampilan sosial yang tinggi, sehingga akan memiliki jaringan sosial yang luas pula. Sedangkan, individu yang memiliki jaringan individu yang kurang luas memiliki ketrampilan sosial rendah.

Sedangkan, menurut Stanley (2007) faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan sosial adalah sebagai berikut:

1. **Kebutuhan fisik**
Kebutuhan fisik dapat mempengaruhi dukungan sosial. Adapun kebutuhan fisik meliputi sandang, pangan dan papan. Apabila seseorang tidak tercukupi kebutuhan fisiknya maka orang tersebut kurang mendapat dukungan sosial.

2. **Kebutuhan sosial**

Aktualisasi diri yang baik maka seseorang lebih di kenal oleh masyarakat dari pada orang yang tidak pernah bersosialisasi di masyarakat. Orang yang mempunyai aktualisasi diri yang baik cenderung selalu ingin mendapatkan pengakuan di dalam kehidupan masyarakat. Untuk itu pengakuan sangat di perlukan untuk memberikan penghargaan.

3. **Kebutuhan psikis**

Dalam kebutuhan psikis pasien pre operasi di dalamnya termasuk rasa ingin tahu, rasa aman, perasaan religius yang tidak mungkin terpenuhi tanpa bantuan orang lain. Jika orang tersebut sedang menghadapi masalah baik ringan maupun berat, maka orang tersebut akan cenderung mencari dukungan sosial dari orang-orang sekitar sehingga dirinya merasa di hargai, di perhatikan, dan di cintai.

Menurut uraian di atas dapat di pahami bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan sosial berasal dari ke intiman, harga diri, keterampilan sosial, kebutuhan fisik, kebutuhan sosial dan kebutuhan psikis. Semakin intim seseorang maka dukungan yang di peroleh akan semakin besar, apabila orang tersebut sedang menghadapi masalah baik ringan maupun berat, maka orang tersebut akan mencari dukungan sosial dari orang-orang sekitar sehingga dirinya merasa di hargai, di perhatikan, dan di cintai.

3. Aspek Dukungan Sosial

Hause (dalam Suniatul, 2010) berpendapat bahwa ada empat aspek dukungan sosial yaitu:

- a) Aspek Emosional adalah melibatkan kekuatan jasmani dan keinginan untuk percaya pada orang lain sehingga individu yang bersangkutan

menjadi yakin bahwa orang lain tersebut mampu memberikan cinta dan kasih sayang kepadanya.

- b) Aspek Penilaian terdiri atas dukungan peran sosial yang meliputi umpan balik, perbandingan sosial, dan afirmasi (persetujuan).
- c) Aspek Instrumental meliputi penyediaan sarana untuk mempermudah atau menolong orang lain sebagai contohnya adalah peralatan, perlengkapan, dan sarana pendukung lain dan termasuk didalamnya memberikan peluang waktu.
- d) Aspek Informatif berupa pemberian informasi untuk mengatasi masalah pribadi. Aspek informatif ini terdiri dari pemberian nasehat, pengarahan, dan keterangan lain yang dibutuhkan oleh individu yang bersangkutan.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek dukungan sosial adalah aspek emosional, aspek instrumental, aspek informatif, dan aspek penilaian. Dukungan sosial dapat diwujudkan dengan bantuan materi, bantuan fisik, bimbingan, umpan balik, dan partisipasi sosial.

4. Bentuk-bentuk Dukungan Sosial

Menurut Sarafino (2002), ada lima bentuk dukungan sosial, yaitu:

a. Dukungan emosional

Terdiri dari ekspresi seperti perhatian, empati, dan turut prihatin kepada seseorang. Dukungan ini akan menyebabkan penerima dukungan merasa nyaman tenang kembali, merasa dimiliki dan dicintai ketika dia mengalami stres, memberi bantuan dalam bentuk semangat, kehangatan personal, dan cinta.

b. Dukungan penghargaan

Dukungan ini ada ketika seseorang memberikan penghargaan positif kepada orang yang sedang stres, dorongan atau persetujuan terhadap ide ataupun perasaan individu, ataupun melakukan perbandingan positif antara individu dengan orang

lain. Dukungan ini dapat menyebabkan individu yang menerima dukungan membangun rasa menghargai dirinya, percaya diri, dan merasa bernilai.

c. Dukungan instrumental

Merupakan dukungan yang paling sederhana untuk didefinisikan, yaitu dukungan yang berupa bantuan secara langsung dan nyata seperti memberi atau meminjamkan uang atau membantu meringankan tugas orang yang sedang stres.

d. Dukungan informasi

Orang-orang yang berada di sekitar individu akan memberikan dukungan informasi dengan cara menyarankan beberapa pilihan tindakan yang dapat dilakukan individu dalam mengatasi masalah yang membuatnya stres. Terdiri dari nasehat, arahan, saran ataupun penilaian tentang bagaimana individu melakukan sesuatu. Misalnya individu mendapatkan informasi dari dokter tentang bagaimana mencegah penyakitnya kambuh lagi.

e. Dukungan kelompok

Merupakan dukungan yang dapat menyebabkan individu merasa bahwa dirinya merupakan bagian dari suatu kelompok dimana anggota-anggotanya dapat saling berbagi. Misalnya menemani orang yang sedang stres ketika beristirahat atau berekreasi.

5. Manfaat Dukungan Sosial

Menurut Sarafino (2002), dukungan sosial dapat mempengaruhi fisik dan psikologis individu yang dijelaskan dalam dua teori berikut ini:

1. The Buffering Hypothesis Menurut teori ini, dukungan sosial melindungi individu dengan melawan efek-efek negatif dari tingkat stres yang tinggi, yaitu dengan dua cara berikut :

- a) Ketika individu menghadapi stressor yang kuat, seperti krisis keuangan, maka individu dengan tingkat dukungan sosial yang tinggi menjadi kurang melihat situasi tersebut sebagai situasi yang penuh stres, bila dibandingkan dengan individu dengan tingkat dukungan sosial yang rendah. Individu dengan tingkat dukungan sosial yang tinggi berharap bahwa seseorang yang dikenal individu akan menolong individu tersebut.
 - b) Dukungan sosial dapat mengubah respon seseorang terhadap stressor yang telah diterima sebelumnya. Contohnya, individu dengan dukungan sosial yang tinggi mungkin memiliki seseorang yang dapat memberikan solusi terhadap masalah individu, atau melihat masalah tersebut sebagai suatu yang tidak terlalu penting, atau membuat individu dapat menemukan titik terang dari masalah tersebut.
2. The Direct Effect Hypothesis

Individu dengan tingkat dukungan sosial yang tinggi memiliki perasaan yang kuat bahwa individu tersebut dicintai dan dihargai. Individu dengan dukungan sosial tinggi merasa bahwa orang lain peduli dan membutuhkan individu tersebut, sehingga hal ini dapat mengarahkan individu kepada gaya hidup yang sehat.

D. Hubungan Dukungan Sosial dengan Penerimaan Diri Pada Lansia

Tubuh manusia di dalamnya terdapat jam biologis yang mengatur gen dan menentukan jalannya proses penuaan. Setiap spesies mempunyai jam biologisnya sendiri dan masing-masing spesies mempunyai batas usianya. Semakin lama kita hidup semakin bertambah usia yang dimiliki, ketika memasuki usia 60 tahun disebut sebagai masa Lansia (lanjut usia). Pada usia tersebut akan terjadi suatu proses penuaan yang menyebabkan terjadinya perubahan fungsi fisik, emosi,

kognitif, sosial, spiritual, dan ekonomi yang lebih ke arah kemunduran (Hardywinoto & Setiabudhi, 1999).

Kemunduran yang terjadi pada lanjut usia bisa bersifat fisik maupun psikis. Secara umum, penuaan fisik lebih cepat dibandingkan dengan penuaan mental, walaupun kadang dapat terjadi sebaliknya karena, proses menjadi tua hasilnya tidak sama antara individu yang satu dengan individu yang lain. Masa tua sering dianggap sebagai masa pikun yang disebabkan kerusakan bagian tertentu dalam otak. Beberapa orang juga menganggap lanjut usia tidak produktif lagi selain itu para lansia juga memiliki keinginan untuk kembali muda yang sangat kuat (Hurlock, 2006).

Menurut Havighurst dan Duvall Tugas perkembangan yang harus dilaksanakan oleh lanjut usia, salah satunya adalah Menerima dirinya sebagai seorang lanjut usia (Hardywinoto & Setiabudhi, 1999). Para lanjut usia diharapkan dapat menerima dirinya sebagai seorang lansia yang mengalami penurunan fungsi fisik maupun psikis sebagai proses alami yang tidak dapat dihindarkan.

Penerimaan diri adalah keadaan yang disadari oleh diri sendiri untuk menerima kondisi diri sebagaimana adanya serta, selalu terbuka terhadap setiap pengalaman serta mampu menerima setiap masukan dan kritikan dari orang lain.

Hurlock (2006) membagi dampak penerimaan diri menjadi dua kategori yaitu, pertama berdampak dalam penyesuaian diri (*Effects on Self-Adjustment*) Orang yang memiliki penerimaan diri, mampu mengenali kelebihan dan kekurangannya. Ia biasanya memiliki keyakinan diri (*self confidence*) dan harga

diri (*self esteem*). Selain itu mereka juga lebih dapat menerima kritik demi perkembangan dirinya. Penerimaan diri yang disertai dengan adanya rasa aman untuk mengembangkan diri ini memungkinkan seseorang untuk menilai dirinya secara lebih realistis sehingga dapat menggunakan potensinya secara efektif. Dengan penilaian yang realistis terhadap diri, seseorang akan bersikap jujur dan tidak berpura-pura. Ia juga mampu membuat penilaian diri yang kritis (*critical self-appraisals*) yang membantunya mengenal dan mengoreksi kekurangan yang ada pada dirinya. Selain itu yang paling penting adalah mereka juga merasa puas dengan menjadi dirinya sendiri tanpa ada keinginan untuk menjadi orang lain.

Kedua, berdampak dalam Penyesuaian Sosial (*Effects on Social Adjustments*) Penerimaan diri biasanya disertai dengan adanya penerimaan pada orang lain. Orang yang memiliki penerimaan diri akan merasa aman untuk menerima orang lain, memberikan perhatiannya pada orang lain, memiliki perasaan toleransi terhadap sesama yang dibarengi dengan rasa selalu ingin membantu orang lain, serta menaruh minat terhadap orang lain, seperti menunjukkan rasa empati dan simpati. Dengan demikian orang yang memiliki penerimaan diri dapat melakukan penyesuaian sosial yang lebih baik dibandingkan dengan orang yang merasa rendah diri. Ia dapat mengatasi keadaan emosionalnya tanpa mengganggu orang lain.

Mereka yang mengalami kemunduran fisik merasa bahwa hidup mereka sudah dekat dengan akhir hayat. Perlu diketahui bahwa pada masa-masa semacam ini kasih sayang dari lingkup keluarga, kerabat, dan bahkan lingkungan terdekat merupakan sumber kenikmatan tersendiri. Pada masa ini seseorang yang merasa

bahwa dirinya diterima dan dihargai oleh sekelilingnya merupakan anugerah yang tidak mungkin dapat dinilai dengan materi (Hardywinoto & Setiabudhi, 1999).

Saat lansia mengalami kemunduran dan merasa akhir hayat sudah dekat berarti Lansia membutuhkan kasih sayang dan penghargaan yang bisa didapatkan dari dukungan sosial. Dukungan sosial adalah kenyamanan, perhatian, penghargaan, maupun bantuan dalam bentuk lainnya yang diterimanya individu dari orang lain ataupun dari kelompok (Sarafino, 2002). Dukungan sosial berkaitan dengan beberapa faktor yang mempengaruhi penerimaan diri yaitu yang pertama, tidak adanya hambatan dari lingkungan. Bila lingkungan tidak memberikan kesempatan bahkan menghambat maka penerimaan diri akan sulit untuk dicapai. Namun, jika lingkungan dan *significant others* turut memberikan dukungan, maka kondisi ini dapat mempermudah penerimaan diri seorang individu (Hurlock, 2006). Berarti dengan adanya dukungan sosial dapat mempermudah penerimaan diri seseorang.

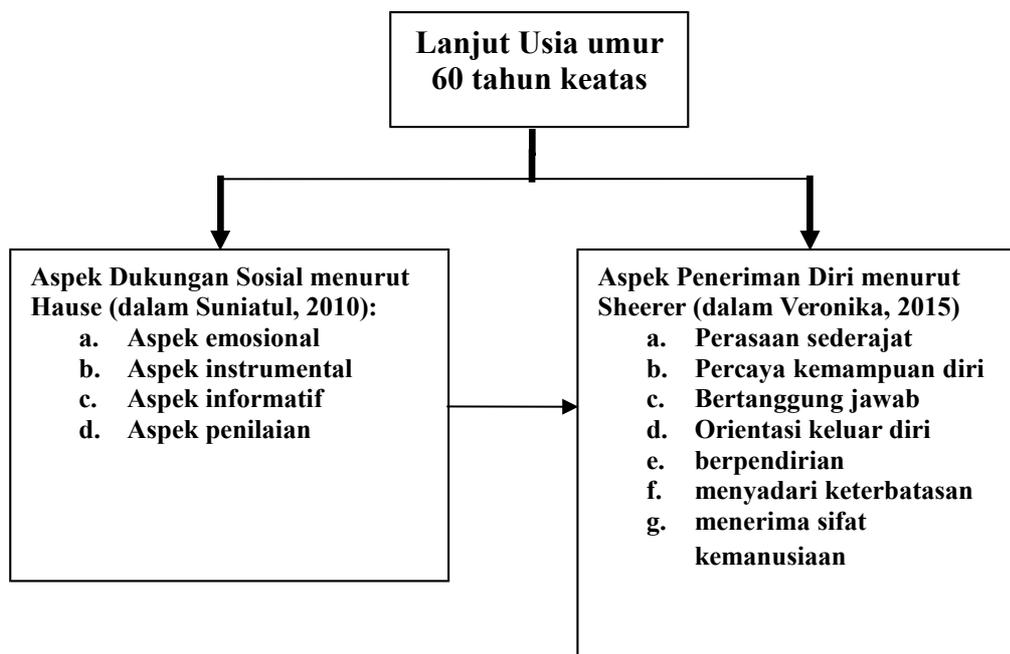
Kedua, sikap sosial yang menyenangkan. Tidak adanya prasangka terhadap seseorang, adanya penghargaan terhadap kemampuan-kemampuan sosial, dan kesediaan individu mengikuti tradisi suatu kelompok sosial. Individu yang memiliki hal tersebut diharapkan mampu menerima dirinya. Adanya penghargaan terhadap kemampuan-kemampuan sosial, penghargaan tersebut bisa didapatkan melalui dukungan penghargaan yang merupakan bentuk-bentuk dukungan sosial.

Ketiga, tidak adanya stress emosional berkaitan dengan dukungan emosional. Ketiadaan gangguan stress yang berat akan membuat individu merasa

bahagia dan rileks dukungan emosional Terdiri dari ekspresi seperti perhatian, empati, dan turut prihatin kepada seseorang. Dukungan ini akan menyebabkan penerima dukungan merasa nyaman, tenang kembali, merasa dimiliki dan dicintai ketika dia mengalami stres, memberi bantuan dalam bentuk semangat, kehangatan personal, dan cinta. Dengan tidak adanya hambatan emosional dalam lingkungan, individu dapat lebih menerima dirinya. Dukungan emosional yang diberikan oleh keluarga membuat individu dapat lebih baik dan lebih bahagia.

Peneliti mengasumsikan bahwa adanya hubungan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri. Berdasarkan penelitian terdahulu jurnal fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan penelitian oleh Ani Marni dan Rudi Yuniawati (2015) yang berjudul “Hubungan antara Dukungan Sosial dan Penerimaan Diri pada Lansia di panti Wreda Budhi Dharma Yogyakarta” hasilnya menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri pada lansia di panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta.

D. kerangka konseptual



E. Hipotesis

Hipotesis yang diajukan penulis dalam penelitian ini adalah bahwa adanya hubungan yang positif antara Dukungan Sosial dengan Penerimaan Diri pada Lansia dengan asumsi semakin tinggi Dukungan Sosial maka, semakin tinggi Penerimaan diri pada Lansia. Hal ini berlaku sebaliknya, semakin rendah Dukungan Sosial maka semakin rendah Penerimaan Diri pada Lansia.





BAB III

METODE PENELITIAN

A. Tipe Penelitian

Jenis penelitian ini adalah menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut Sugiyono (2008), metode kuantitatif adalah pendekatan ilmiah yang memandang suatu realitas itu dapat diklasifikasikan, konkrit, teramati dan terukur, hubungan variabelnya bersifat sebab akibat dimana data penelitiannya berupa angka-angka dan analisisnya menggunakan statistik.

Sedangkan menurut Arikunto (2006) penelitian kuantitatif adalah penelitian yang banyak menggunakan angka-angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data, serta penampilan dari hasilnya.

B. Identifikasi Variable Penelitian

variabel merupakan sesuatu yang menjadi objek pengamatan penelitian, sering juga disebut sebagai faktor yang berperan dalam penelitian atau gejala yang akan diteliti. Menurut Sugiyono (2008) variabel adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya.

Variable yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

- a. Variable bebas (Variabel X) : Dukungan sosial
- b. Variable terikat (Variabel Y) : Penerimaan diri

C. Definisi operasional

Dukungan sosial adalah dukungan atau bantuan yang berasal dari orang lain maupun kelompok berupa kenyamanan fisik dan psikologis, perhatian, penghargaan, maupun bantuan dalam bentuk yang lainnya yang diterima lansia.

Penerimaan diri adalah keadaan yang disadari oleh diri sendiri untuk menerima kondisi diri sebagaimana adanya, selalu terbuka terhadap setiap pengalaman serta mampu menerima setiap masukan dan kritikan dari orang lain sebagai individu yang tidak bermasalah dengan dirinya, tidak memiliki beban perasaan terhadap dirinya sehingga lansia tersebut lebih banyak memiliki kesempatan untuk beradaptasi dengan lingkungannya.

D. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi dan metode pengambilan sample merupakan unsur penting dalam suatu penelitian. Menurut Arikunto (2006) populasi adalah keseluruhan objek penelitian sedangkan menurut Hadi (2004) mengatakan populasi adalah sekelompok subjek yang sedikitnya memiliki satu sifat yang sama. Berdasarkan pemahaman tersebut, maka penentuan populasi dalam penelitian ini berjumlah 40 orang.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang di ambil melalui cara-cara tertentu yang mampu mewakili populasi dalam penelitian. Teknik pengambilan sampling pada penelitian ini adalah menggunakan *Total Sampling*. Menurut Sugiyono (2008) Total sampling adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel

sama dengan populasi. Alasan mengambil total sampling karena jumlah populasi yang kurang dari 100 seluruh populasi akan dijadikan sampel penelitian. Sampel yang diambil dari penelitian ini adalah 40 orang.

E. Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data adalah teknik atau cara-cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk pengumpulan data. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode Skala. Menurut Hadi (2004) skala adalah suatu metode penelitian dengan menggunakan daftar pernyataan yang harus di jawab dan di kerjakan oleh orang yang menjadi subjek penelitian. Sejalan dengan penjelasan di atas Arikunto (2006) juga mengatakan bahwa skala adalah sejumlah pernyataan tertulis yang di gunakan dalam memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan atau hal-hal yang diketahui.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *skala Likert* yaitu skala yang dapat dipergunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang suatu gejala atau fenomena. Setiap pernyataan dalam skala ini diperoleh dari jawaban subjek menyatakan mendukung (*favorable*) atau tidak mendukung (*unfavorabel*). Peneliti memperhatikan tujuan ukur, metode penskalaan dan format aitem yang dipilih, sehingga respon yang disajikan dalam skala adalah dalam bentuk pilihan jawaban. Adapun alat ukur yang digunakan adalah :

1. Skala Dukungan Sosial

Skala ini di buat berdasarkan aspek-aspek dalam Dukungan Sosial menurut Hause (dalam Suniatul,2010) di antaranya: Aspek Emosional, Aspek Penilaian, Aspek Instrumental, dan Aspek Informatif. Penulisan angket dibuat berdasarkan format skala Likert. Penilaian skala setiap pertanyaan diperoleh dari jawaban subjek yang menyatakan mendukung (*favourable*) atau tidak mendukung (*favourable*) terhadap setiap pernyataan dalam empat kategori jawaban, yakni: “Sangat sesuai (SS) bernilai 4”, “Sesuai (S) bernilai 3”, “Tidak Sesuai (TS) bernilai 2”, “Sangat Tidak Sesuai (STS) bernilai 1”. Sedangkan untuk *unfavourable* sebagai berikut : Sangat Sesuai (SS) bernilai 1, Sesuai (S) bernilai 2, Tidak Sesuai (TS) bernilai 3, Sangat Tidak Sesuai (STS) bernilai 4.

2. Skala Penerimaan Diri

Skala ini di buat berdasarkan aspek-aspek dalam Penerimaan Diri menurut Sheerer (dalam Veronika, 2015) di antaranya: perasaan sederajat, percaya kemampuan diri, bertanggung jawab, orientasi keluar diri, berpendirian, menyadari keterbatasan, dan menerima sifat kemanusiaan. Penulisan angket dibuat berdasarkan format skala Likert. Penilaian skala setiap pertanyaan diperoleh dari jawaban subjek yang menyatakan mendukung (*favourable*) atau tidak mendukung (*unfavourable*) terhadap setiap pernyataan dalam empat kategori jawaban, yakni: “Sangat sesuai (SS) bernilai 4”, “Sesuai (S) bernilai 3”, “Tidak Sesuai (TS) bernilai 2”, “Sangat Tidak Sesuai (STS) bernilai 1”. Sedangkan untuk *unfavourable* sebagai berikut : Sangat Sesuai (SS) bernilai 1, Sesuai (S) bernilai 2, Tidak Sesuai (TS) bernilai 3, Sangat Tidak Sesuai (STS) bernilai 4.

F. Analisis Data

Metode analisis data yang digunakan adalah *product moment* dari Karl Pearson. Hal ini didasarkan pada pertimbangan bahwa pada penelitian ini memiliki tujuan untuk melihat hubungan antara variabel bebas (dukungan sosial) dengan satu variabel terikat (penerimaan diri).

1. Validitas penelitian

Validitas merupakan ukuran yang benar-benar mengukur apa yang akan diukur. Menurut Hadi (2004) Validitas berasal dari kata Validity yang mempunyai arti sejauh mana ketetapan mampu mengukur apa yang hendak diukur dan kecermatan suatu instrumen pengukur melakukan fungsi ukurnya, yaitu dapat memberikan perbedaan yang sekecil-kecilnya antara subjek yang lain.

Pengujian kesahihan alat ukur dalam hal ini skala dilakukan berdasarkan validitas internal, yakni dengan melihat korelasi dari masing-masing aitem dengan total skor dari keseluruhan aitem. Metode analisisnya menggunakan korelasi *Product Moment* dari Pearson (Hadi, 2004). Penggunaan teknik ini adalah untuk melihat hubungan di antara variabel-variabel dalam penelitian. Rumusnya adalah sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{\sum XY - \frac{(\sum X)(\sum Y)}{N}}{\sqrt{(\sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{N})(\sum Y^2 - \frac{(\sum Y)^2}{N})}}$$

Keterangan :

r_{xy}	= Besar koefisien korelasi Pearson
$\sum XY$	= Jumlah hasil kali skor variabel bebas dengan variabel terikat
$\sum X$	= jumlah skor variabel X
$\sum Y$	= Jumlah skor variabel Y
$\sum X^2$	=Jumlah kuadrat variabel X
$\sum Y^2$	=Jumlah kuadrat variabel Y
N	= Jumlah data

2. Reliabilitas

Reliabilitas juga dapat diartikan sebagai kejelasan, keterpercayaan, keterandalan konsistensi dan sebagainya. Reliabilitas digunakan untuk melihat sejauhmana hasil pengukuran dapat dipercaya. Artinya instrumen yang digunakan untuk mengukur suatu variabel akan memberikan hasil yang tidak berbeda atau hampir sama dari waktu ke waktu. Ada beberapa jenis uji reliabilitas yang digunakan dalam penelitian, namun yang akan digunakan disini adalah uji

reliabilitas *alpha-cronbach*. Sebelum dilakukan analisis data dengan menggunakan teknik analisis *product moment*, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yaitu :

1 Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data tersebut berdistribusi normal atau tidak. Dengan uji normalitas juga akan diketahui apakah sampel yang berasal dari populasi berdistribusi normal atau tidak. Jika pengujian data sampel normal, maka hasil perhitungan statistik dapat digeneralisasikan pada populasinya.

2 Uji Linieritas

Uji Linieritas hubungan digunakan untuk mengetahui linier atau tidaknya hubungan antara variabel bebas dan variabel tergantung serta untuk mengetahui signifikansi penyimpangan linieritas hubungan tersebut. Apabila penyimpangan tersebut tidak signifikan maka hubungan antara variabel bebas dengan variabel tergantung dinyatakan linier.



Daftar Pustaka

- Adicondro, N. & Purnamasari, A. 2011. Efikasi Diri, Dukungan Sosial Keluarga & Self Regulated Learning Pada Siswa Kelas VIII. *Skripsi*. Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta.
- Andromeda, Y. 2006. Penerimaan Diri Wanita Penderita Kanker Payudara Ditinjau dari Kepribadian Tahan Banting (Hardiness) dan Status Pekerjaan. *Skripsi* Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia.
- Apollo & Andi Cahyadi. 2012. Konflik Peran Ganda Perempuan Menikah yang Bekerja Ditinjau dari Dukungan Sosial Keluarga dan Penyesuaian Diri. *Skripsi* Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Madiun.
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta
- Baron, Robert A. & Byrne, Donn. 2004. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga
- Cronbach, L. J. 1963. *Educational Psychology*. New York: Harcourt, Brace & World, Inc. <http://www.kajianpustaka.com/2017/12/pengertian-aspek-tahapan-dan-faktor-penerimaan-diri.html>
- Chaplin, J.P. 2004. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Citra, L.R.A & Eriany, Praharesti. (2015). Penerimaan Diri pada Remaja Puteri Penderita Lupus. *Jurnal Psikodimensia*. Vol 14, No1, edisi Januari-juli.
- Desmita. 2005. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosda Karya
- Germer, C. K. (2009). *The Mindful Path To Self-Compassion*. United State of America: The Guilford Press. <http://www.kajianpustaka.com/2017/12/pengertian-aspek-tahapan-dan-faktor-penerimaan-diri.html>
- Hamidah, S. A., Karini, S. M., & Karyanta, N. A. (2012). Hubungan antara Penerimaan Diri dan Dukungan Sosial dengan Kemandirian pada Penyandang Cacat Tubuh di Balai Besar Rehabilitasi Sosial Bina Daksa (BBRSBD) Prof. Dr. Soeharso. *Jurnal Candra Jiwa* Volume 1, No. 2, 11-21.

- Hurlock, E. B. 2006. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi kelima. Alih bahasa Istiwidayanti dan Soedjarwo. Jakarta: Erlangga.
- Jersild, Arthur. T. (1978). *The Psychology of Adolescence*. New York : Macmillan Publishing Co. <http://www.kajianpustaka.com/2017/12/pengertian-aspek-tahapan-dan-faktor-penerimaan-diri.html>
- King, L. A. (2012). *Psikologi Umum : Sebuah Pandangan Apresiatif Buku 2*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Kurniawan, M.D (2013). Hubungan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri penderita gagal ginjal terminal. *Jurnal psikologi* Vol. 7, No. 2 (23-25).
- Maryam, R. Siti, dkk. (2008). *Mengenal Usia lanjut dan Perawatannya*. Jakarta : Salemba Medika.
- Nugroho, W. (2008). *Keperawatan Gerontik dan Geriatri*. (Edisi 3) Jakarta : EGC.
- Osborne, C.G. 1992. *Seni Mengasahi Diri Sendiri*. Cetakan ke-2. Alih Bahasa: A.Widyamartaya. Yogyakarta: Kanisius.
- Papalia, D.E (2014) *Menyelami Perkembangan Manusia*. Jakarta : Salemba Humanika.
- Patmonodewo, soemiarti. Dkk. 2001. *Psikologi Perkembangan Pribadi dari Bayi sampai Lanjut Usia*. Jakarta : Penerbit Universitas Indonesia.
- Purnama, Muhammad. Z.W. (2016). Dukungan Sosial dengan Penerimaan Diri pada Penderita Gagal Ginja. Dalam Seminar Asean 2nd Psychology & Humanity ©Psychology Forum Umm. Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Riadi, muchlisin.(2017, Desember).*Pengertian, Aspek, Tahapan dan Faktor Penerimaan Diri*. Kajianpustaka-psikologi. Diakses pada tanggal 15 januari 2018 dari <http://www.kajianpustaka.com/2017/12/pengertian-aspek-tahapan-dan-faktor-penerimaan-diri.html>
- Riadi, muchlisin.(2017, Desember).*Pengertian, Bentuk dan Manfaat Dukungan Sosial*.Kajianpustaka-psikologi. Diakses pada tanggal 15 januari 2018 dari <http://www.kajianpustaka.com/2017/12/pengertian-bentuk-dan-manfaat-dukungan-sosial.html>

- Santrock, John W. (2011). *Life-Span Development, Perkembangan Masa Hidup Jilid 1 (edisi kelima)*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Sarafino, Edward. P. 2002. *Health Psychology Biopsychological Interaction*. 2nded. New John Wiley and Sons Inc.
- Sari, E.P dkk (2002). Penerimaan diri pada lanjut usia ditinjau dari kematangan emosi. Universitas Gadjah Mada. *Jurnal Psikologi*, Vol 1, No, 2. (73-88).
- Schultz, Duane. 1991. *Psikologi Pertumbuhan: Model-model Kepribadian Sehat* Yogyakarta: Kanisius.
- Setiabudhi, Tony & Hardywinoto. 1999. *Panduan Gerontologi tinjauan dari berbagai aspek*. Jakarta. PT Gramedia Pustaka Utama.
- Stanley. 2007. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Edisi 2. Edisi 2. Alih Bahasa : Eny Meiliya dan Monica Ester. Jakarta, Penerbit buku kedokteran : EGC
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Suhita. (2005). Apa itu Dukungan Sosial. [Diakses tanggal Januari 2018] <http://www.masbow.com/2009/08/apa-itu-dukkungan-sosial.html>
- Suniatul. (2010). Hubungan antara Dukungan Sosial dan Kepercayaan Diri Remaja Tunanetra Di Panti Rehabilitasi Sosial Bina Cacat Netra Budi Mulya Malang. *Skripsi*. Fakultas Dakwah Institut Agama Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
- Sutrisno, Hadi. 2004. *Metodologi Research 2*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Veronika, Eprista. 2015. Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Self Acceptance Pada Lansia di Panti Sosial Guna Budi Bakti . *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Medan Area



LAMPIRAN – LAMPIRAN



LAMPIRAN I

DATA MENTAH PENERIMAAN DIRI



LAMPIRAN II

DATA MENTAH DUKUNGAN SOSIAL





Reliability

Scale: DUKUNGAN SOSIAL

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	40	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	40	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

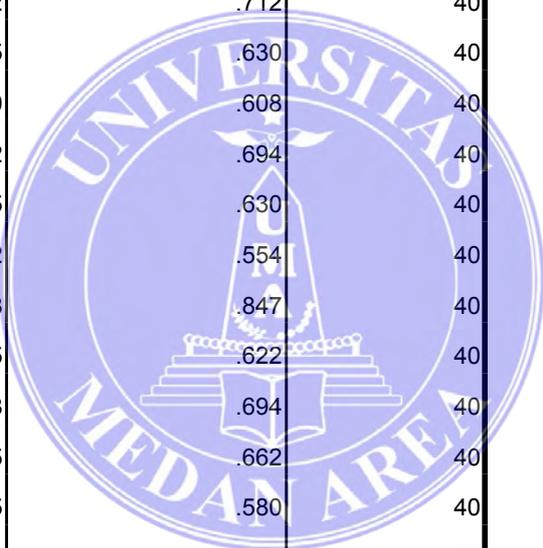
Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.864	24



Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
ds1	3.52	.751	40
ds2	3.62	.490	40
ds3	2.98	.768	40
ds4	3.00	.751	40
ds5	3.52	.679	40
ds6	3.38	.740	40
ds7	3.48	.640	40
ds8	3.50	.641	40
ds9	3.40	.545	40
ds10	3.40	.709	40
ds11	3.42	.712	40
ds12	3.25	.630	40
ds13	3.20	.608	40
ds14	3.32	.694	40
ds15	3.25	.630	40
ds16	3.52	.554	40
ds17	3.28	.847	40
ds18	3.15	.622	40
ds19	3.08	.694	40
ds20	3.35	.662	40
ds21	3.35	.580	40
ds22	2.85	1.051	40
ds23	3.35	.533	40
ds24	3.08	.944	40



Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
ds1	75.72	65.999	.117	.869
ds2	75.62	65.112	.333	.862
ds3	76.27	63.025	.359	.861
ds4	76.25	67.423	.000	.873
ds5	75.72	62051	.512	.856
ds6	75.87	61.651	.498	.857
ds7	75.77	65.051	.245	.864
ds8	75.75	62.551	.496	.857
ds9	75.85	62.336	.622	.854
ds10	75.85	60.233	.659	.851
ds11	75.82	60.661	.615	.853
ds12	76.00	64.821	.373	.863
ds13	76.05	62.921	.487	.857
ds14	75.92	61.251	.576	.854
ds15	76.00	64.051	.351	.861
ds16	75.72	63.794	.439	.859
ds17	75.97	60.640	.503	.856
ds18	76.10	63.015	.464	.858
ds19	76.17	60.199	.679	.851
ds20	75.90	60.246	.710	.850
ds21	75.90	62.554	.556	.856
ds22	76.40	60.144	.413	.862
ds23	75.90	62.349	.635	.854
ds24	76.17	65.328	.116	.873

$24-4 = 20 \times 5/2 = 50$

Reliability

Scale: PENERIMAAN DIRI

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	40	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	40	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.896	24



Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
pd1	3.22	.733	40
pd2	3.20	.723	40
pd3	3.00	.847	40
pd4	3.20	.648	40
pd5	3.02	.733	40
pd6	3.35	.700	40
pd7	3.28	.599	40
pd8	2.92	.859	40
pd9	3.18	.549	40
pd10	2.98	.862	40
pd11	2.80	.791	40
pd12	2.85	.864	40
pd13	2.95	1.061	40
pd14	3.35	.622	40
pd15	2.85	.834	40
pd16	3.48	.751	40
pd17	2.92	.859	40
pd18	3.18	.549	40
pd19	2.98	.862	40
pd20	2.80	.791	40
pd21	2.85	.864	40
pd22	3.18	.549	40
pd23	2.98	.862	40
pd24	2.80	.791	40

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
pd1	70.07	92.738	.557	.890
pd2	70.10	91.938	.626	.888
pd3	70.30	96.369	.344	.898
pd4	70.10	95.733	.393	.893
pd5	70.27	90.563	.719	.886
pd6	69.95	96.459	.305	.895
pd7	70.02	99.615	.098	.899
pd8	70.37	91.933	.514	.891
pd9	70.12	94.574	.586	.890
pd10	70.32	91.046	.568	.889
pd11	70.50	89.333	.748	.885
pd12	70.45	98.100	.134	.901
pd13	70.35	85.567	.736	.884
pd14	69.95	96.767	.325	.895
pd15	70.45	96.100	.366	.897
pd16	69.82	92.610	.551	.890
pd17	70.37	91.933	.514	.891
pd18	70.12	94.574	.586	.890
pd19	70.32	91.046	.568	.889
pd20	70.50	89.333	.748	.885
pd21	70.45	98.100	.134	.901
pd22	70.12	94.574	.586	.890
pd23	70.32	91.046	.568	.889
pd24	70.50	89.333	.748	.885

24-3 =21x5/2 52,5

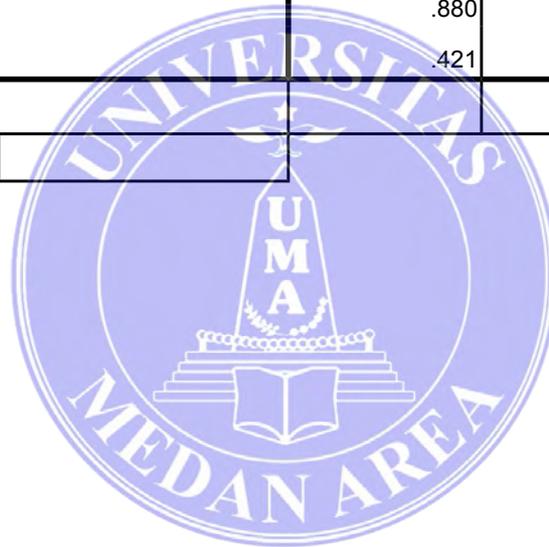


LAMPIRAN IV

UJI NORMALITAS

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		DUKUNGAN SOSIAL	PENERIMAAN DIRI
N		40	40
Normal Parameters ^a	Mean	62.60	63.88
	Std. Deviation	7.295	8.913
Most Extreme Differences	Absolute	.139	.117
	Positive	.108	.100
	Negative	-.139	-.117
Kolmogorov-Smirnov Z		.880	.741
Asymp. Sig. (2-tailed)		.421	.642
a. Test distribution is Normal.			





Means

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
PENERIMAAN DIRI * DUKUNGAN SOSIAL	40	100.0%	0	.0%	40	100.0%

Report

PENERIMAAN DIRI

DUKUNGAN SOSIAL	Mean	N	Std. Deviation
38	43.00	1	.
53	49.67	3	4.041
54	59.00	1	.
58	63.67	3	.577
59	61.33	3	2.082
60	62.40	5	4.879
61	57.67	3	6.506
62	66.25	4	5.123
64	64.75	4	4.500
65	59.00	2	5.657
68	69.33	3	4.509
69	71.00	1	.
70	74.00	2	12.728
71	81.00	1	.

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
PENERIMAAN DIRI	Between	(Combined)	2389.675	15	159.312	5.395	.000
* DUKUNGAN	Groups	Linearity	1850.838	1	1850.838	62.678	.000
SOSIAL		Deviation from Linearity	538.837	14	38.488	1.303	.275
	Within Groups		708.700	24	29.529		
	Total		3098.375	39			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
PENERIMAAN DIRI * DUKUNGAN SOSIAL	.773	.597	.878	.771



LAMPIRAN VI

UJI KORELASI



Correlations

		DUKUNGAN SOSIAL	PENYESUAIAN DIRI
DUKUNGAN SOSIAL	Pearson Correlation	1	.773**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	40	40
PENERIMAAN DIRI	Pearson Correlation	.773**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	40	40

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



Descriptives

		Statistic	Std. Error	
DUKUNGAN SOSIAL	Mean	62.60	1.153	
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	60.27	
		Upper Bound	64.93	
	5% Trimmed Mean	62.81		
	Median	62.00		
	Variance	53.221		
	Std. Deviation	7.295		
	Minimum	38		
	Maximum	76		
	Range	38		
	Interquartile Range	9		
	Skewness	-.569	.374	
	Kurtosis	2.277	.733	
	PENERIMAAN DIRI	Mean	63.88	1.409
95% Confidence Interval for Mean		Lower Bound	61.02	
		Upper Bound	66.73	
5% Trimmed Mean		63.89		
Median		63.50		
Variance		79.446		
Std. Deviation		8.913		
Minimum		43		
Maximum		84		
Range		41		
Interquartile Range		10		
Skewness		.072	.374	
Kurtosis		.646	.733	

Explore

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
DUKUNGAN SOSIAL	40	100.0%	0	.0%	40	100.0%
PENERIMAAN DIRI	40	100.0%	0	.0%	40	100.0%



PENERIMAAN DIRI

PENERIMAAN DIRI Stem-and-Leaf Plot

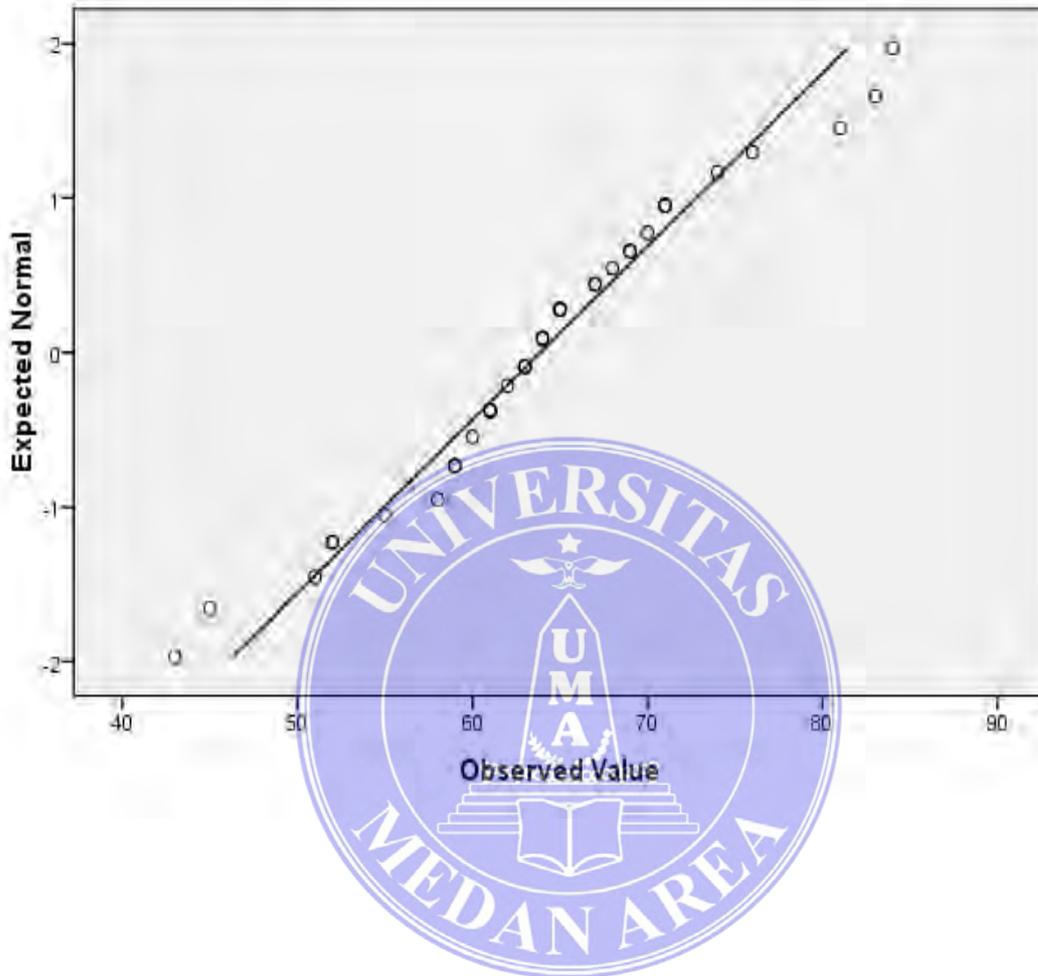
```

Frequency      Stem & Leaf
1,00 Extremes  (= <43)
,00           4 .
1,00          4 . 5
3,00          5 . 122
6,00          5 . 589999
12,00         6 . 011112333444
8,00          6 . 55577899
5,00          7 . 01114
1,00          7 . 6
3,00          8 . 134
  
```

```

Stem width:      10
Each leaf:       1 case(s)
  
```

Normal Q-Q Plot of PENYESUAIAN DIRI



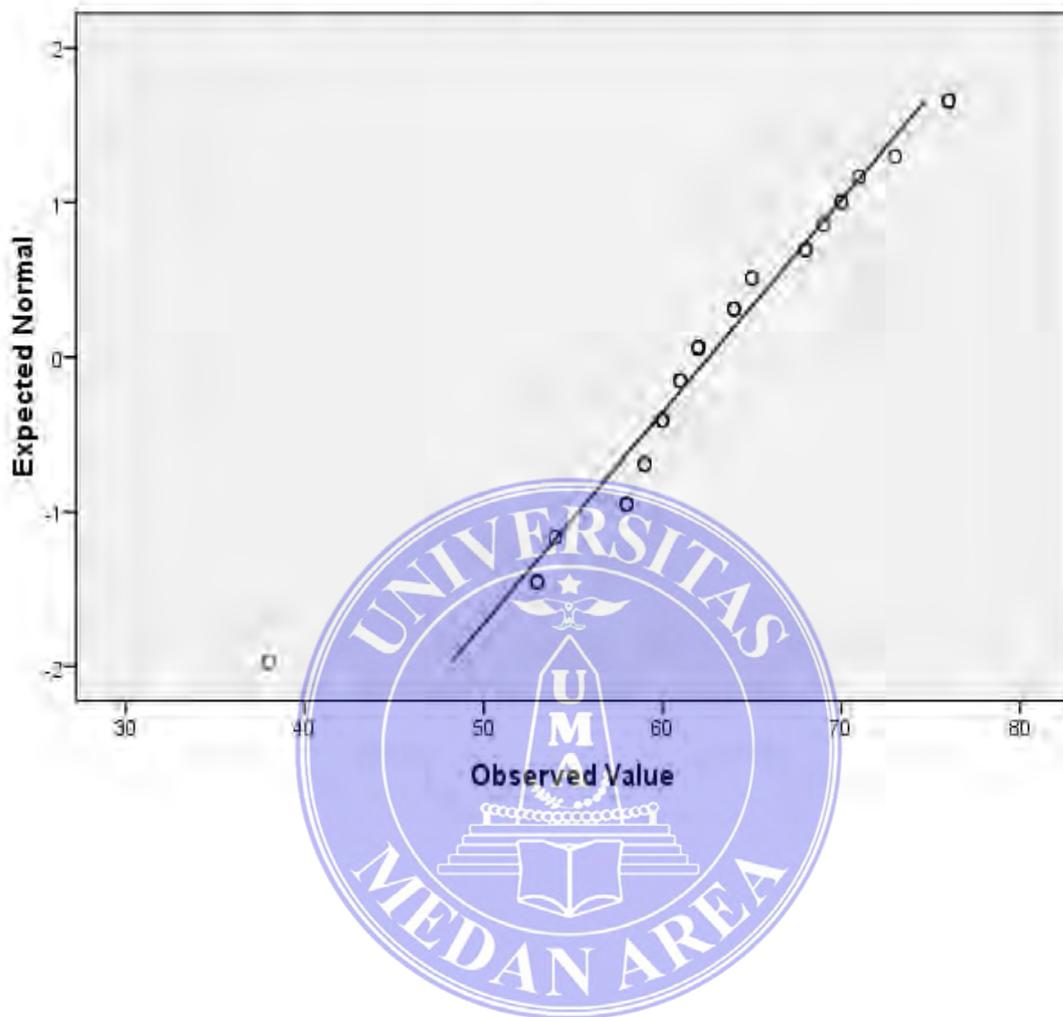
DUKUNGAN SOSIAL

DUKUNGAN SOSIAL Stem-and-Leaf Plot

Frequency	Stem &	Leaf
1,00	Extremes	(=<38)
4,00	5 .	3334
6,00	5 .	888999
16,00	6 .	0000011122224444
6,00	6 .	558889
4,00	7 .	0013
3,00	7 .	666

Stem width: 10
 Each leaf: 1 case(s)

Normal Q-Q Plot of DUKUNGAN SOSIAL



LAMPIRAN VII

Skala Penelitian



DATA IDENTITAS DIRI

Isilah data-data berikut ini sesuai dengan keadaan diri bapak dan ibu

1. Nama :
2. Usia :
3. Jenis kelamin :
4. Pendidikan terakhir :

PETUNJUK PENGISIAN SKALA

Berikut ini saya sajikan beberapa pernyataan ke dalam lembar angket berupa alat ukur (skala), yakni skala A dan skala B. Bapak dan ibu diminta untuk memberikan pendapatnya terhadap pernyataan-pernyataan yang terdapat dalam skala tersebut. Pilihlah jawaban yang paling tepat dan paling sesuai menurut pendapat bapak/ibu. Dengan pilihan jawaban antara lain:

- S** = untuk menyatakan SETUJU
SS = untuk menyatakan SANGAT SETUJU
TS = untuk menyatakan TIDAK SETUJU
STS = untuk menyatakan SANGAT TIDAK SETUJU

bapak dan ibu hanya diperbolehkan memilih satu pilihan jawaban pada setiap pernyataan dengan cara memberi tanda silang (X) pada lembar jawaban yang tersedia sesuai dengan pilihan masing-masing.

SELAMAT BEKERJA

No	PERNYATAAN	S	SS	TS	STS
1	Para perawat dengan penuh kesabaran merawat saya.				
2	Teman-teman menjenguk saya saat sedang sakit.				

3	Saya mendapatkan kasih sayang dari keluarga.				
4	Ketika saya melakukan kesalahan, suster langsung memarahi saya.				
5	Keluarga tidak peduli saat saya sedang sakit.				
6	Teman-teman tidak mau menghibur saya saat bersedih.				
7	Para perawat berbicara dengan sopan menjawab setiap pertanyaan saya.				
8	Teman-teman di panti sering memuji penampilan saya.				
9	Saran dan nasihat saya selalu di terima oleh keluarga.				
10	Saat saya berbicara tidak ada yang menghiraukan.				
11	Keluarga tidak mau menanyakan pendapat saya mengenai suatu masalah.				
12	Perintah dan ke inginan saya tidak pernah di penuhi.				
13	Di panti ini kami mendapatkan pelayanan kesehatan secara rutin				
14	Keluarga memenuhi segala kebutuhan yang saya minta.				
15	Di panti ini kami diberi makanan, baju, dan peralatan (piring, lemari dan tempat tidur)				
16	Keluarga tidak pernah mengirim saya makanan.				
17	Saya tidak memiliki pakaian yang layak dan saya kelaparan.				
18	Kami tidak di sediakan alat untuk membantu berjalan.				
19	Dokter memberitahukan makanan apa saja yang baik untuk saya.				
20	Saya sering di sarankan oleh orang-orang untuk sering tertawa agar awet muda				
21	Saya dilarang perawat untuk mandi di malam hari, karena tidak baik buat tulang.				
22	Saat saya sakit, perawat tidak mau mengingatkan saya untuk minum obat				
23	Saya tidak perna di beritahu agar tidak tidur larut malam, karena tidak baik uuntuk kesehatan				
24	Ketika saya sakit, keluarga tidak mau memberikan saran mengenai hal-hal yang harus saya lakukan agar saya cepat sembuh.				

NO	PERNYATAAN	PILIHAN			
		S	SS	TS	STS
1	Usia tua tidak akan menghalangi saya untuk tetap beraktivitas.				
2	Kulit saya menjadi keriput, rambut memutih, pendengaran berkurang, dan penglihatan menurun sama seperti yang di alami lansia lainnya.				
3	Ketika saya sulit berjalan, saya bersedia menggunakan tongkat.				
4	Tidak ada gunanya minum obat, penyakit saya tidak bisa di sembuhkan lagi.				
5	Saya akan mengakui kesalahan yang saya perbuat.				
6	Jika saya berbuat kesalahan saya akan diam saja, agar tidak ada yang mengetahuinya.				
7	Saya mau mengobrol dengan pengunjung/perawat yang masih muda atau sebaya saya.				
8	Saya tidak bisa membantu teman yang kesusahan, karena saya pun merasa kesusahan.				
9	Saya melakukan segala hal sesuai keinginan saya.				
10	Saya tidak mau mendengarkan nasihat siapapun.				
11	Saya memberikan nasihat dan arahan pada orang lain berdasarkan pengalaman hidup yang saya lalui.				
12	Saya menyesal ketika masih muda tidak menjaga kesehatan.				
13	Saya ingin berada bersama keluarga saya				
14	Saya tidak membutuhkan keluarga				
15	Saya merasa kasihan melihat teman yang menderita sakit parah.				
16	Tidak seharusnya saya menderita banyak penyakit, dulu saya rajin olahraga.				
17	Meskipun saya sudah tua, saya masih bersemangat.				
18	Saya menderita penyakit yang paling banyak dari orang lain.				
19	Saya rutin meminum obat agar lekas sembuh.				
20	Saya sudah pasrah dan menunggu ke matian.				
21	Bila saya menghilangkan barang milik teman, saya akan menggantinya.				
22	Saya malu bila harus meminta maaf.				
23	Saya tidak mau menghibur teman yang sedang bersedih.				
24	Semakin tua saya harus lebih bersabar dan mengontrol emosi.				