

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Penerimaan diri

1. Pengertian Penerimaan Diri

Penerimaan diri adalah derajat dimana seseorang telah mengetahui karakteristik personalnya baik itu kelebihan maupun kekurangannya dan dapat menerima karakteristik tersebut dalam kehidupannya sehingga membentuk integritas pribadinya (Permatasari & Gamayanti, 2016).

Menurut Hurlock (Nurhasyanah, 2012) *self acceptance* atau penerimaan diri merupakan suatu kondisi psikologis yang harus ada pada setiap individu. *Self acceptance* yang baik hanya akan terjadi bila individu yang bersangkutan bersedia dan mampu memahami keadaan dirinya sebagaimana adanya, bukan sebagaimana yang diinginkannya. Selain itu ia juga harus memiliki harapan yang realistis, sesuai dengan kemampuannya. Dengan demikian bila seseorang individu memiliki konsep yang menyenangkan dan rasional mengenai dirinya, maka dapat dikatakan bahwa orang tersebut dapat menyukai dan menerima dirinya. Menurut Anderson (Nurhasyanah, 2012) penerimaan diri ini sangat berpengaruh terhadap bagaimana seseorang menjalani hidup.

Seseorang yang mampu menerima dirinya dengan baik, maka ia akan melihat dan berlaku secara jujur, tanpa harus merekayasa apa yang ada dalam dirinya agar terlihat baik untuk dirinya sendiri maupun orang lain. Penerimaan diri ini diperlukan untuk menyatukan tubuh, pikiran, dan jiwa. Penerimaan diri yang baik hanya akan terjadi bila individu ingin dan mampu memahami keadaan dirinya sebagaimana adanya, bukan sebagaimana yang diinginkannya. Selain itu, memiliki harapan yang realistis sesuai dengan kemampuannya. Dengan demikian, jika individu memiliki konsep yang menyenangkan dan rasional mengenai dirinya, maka dapat dikatakan individu tersebut menyukai dan menerima dirinya (Nurhasyanah, 2012).

Menurut Sartain (Arham, dkk, 2017) mendefinisikan penerimaan diri sebagai kesadaran seseorang untuk menerima dirinya sebagaimana adanya dan memahami dirinya seperti apa adanya. Individu yang memiliki penerimaan diri berarti telah menjalani proses yang menghantarkan dirinya pada pengetahuan dan pemahaman tentang dirinya, sehingga dapat menerima dirinya secara utuh dan bahagia. Menurut Jersild (Novianty, 2014) penerimaan diri berkaitan dengan kemampuan subjek memberikan penilaian positif terhadap kondisi dan keadaan yang menimpa diri seseorang. Seseorang mampu mengenali kelebihan ataupun kekurangan diri sendiri, kemudian individu tersebut mampu dan bersedia untuk hidup dengan segala

karakteristik yang ada dalam dirinya tanpa merasakan adanya ketidaknyamanan.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa penerimaan diri merupakan sikap yang mencerminkan perasaan menerima atas segala kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya, sehingga dapat menerima dirinya secara utuh dan bahagia.

2. Aspek-aspek Penerimaan Diri

Sheere (Saragih, 2013) menjelaskan lebih lanjut mengenai aspek-aspek penerimaan diri, yaitu:

a. Perasaan sederajat

Individu merasa dirinya berharga sebagai manusia yang sederajat dengan orang lain, sehingga individu tidak merasa sebagai orang yang stnewa atau menyimpang dari orang lain. Individu merasa dirinya mempunyai kelemahan dan kelebihan seperti orang lain.

b. Percaya kemampuan diri

Individu yang mempunyai kemampuan untuk menghadapi kehidupan. Hal ini tampak dari sikap individu yang percaya diri, lebih suka mengembangkan sikap baiknya dan mengeliminasi keburukannya dari pada ingin menjadi orang lain, oleh karena itu individu puas menjadi diri sendiri.

c. Bertanggung jawab

Individu yang berani memikul tanggung jawab terhadap perilakunya. Sifat ini tampak dari perilaku individu yang mau menerima kritik dan menjadikan sebagai suatu masukan yang berharga untuk mengembangkan diri.

d. Orientasi keluar diri

Individu lebih mempunyai orientasi diri keluar dari pada ke dalam diri, tidak malu yang menyebabkan individu lebih suka memperhatikan dan toleran terhadap orang lain, sehingga akan mendapatkan penerimaan social dari lingkungannya.

e. Berpendirian

Individu lebih suka mengikuti standarnya sendiri dari pada bersikap conform terhadap tekanan social. Individu yang mampu menerima diri mempunyai sikap dan percaya diri yang menurut pada tindakannya sendiri dari pada mengikuti konveksi dan standar dari orang lain serta mempunyai ide aspirasi dan pengharapan sendiri.

3. Ciri-ciri Penerimaan Diri

Ciri-ciri penerimaan diri secara rinci Jersild (Permatasari & Gamayanti, 2016) menyebutkan ciri-ciri penerimaan diri adalah:

- a. Orang yang menerima dirinya memiliki harapan yang realistis terhadap keadaannya dan menghargai dirinya sendiri. Artinya orang tersebut mempunyai harapan yang sesuai dengan kemampuannya.
- b. Yakin akan standar-standar dan pengetahuan terhadap dirinya tanpa terpaksa pada pendapat orang lain.
- c. Memiliki perhitungan akan keterbatasan dirinya dan tidak melihat pada dirinya sendiri secara irasional. Artinya orang tersebut memahami mengenai keterbatasannya namun tidak mengeneralisir bahwa dirinya tidak berguna.
- d. Menyadari asset diri yang dimilikinya dan merasa bebas untuk menarik atau melakukan keinginannya.
- e. Menyadari kekurangan tanpa menyalahkan diri sendiri. Orang yang menerima dirinya mengetahui apa saja yang menjadi kekurangan yang ada dalam dirinya.

4. Faktor-faktor yang mempengaruhi Penerimaan Diri

Faktor-faktor yang membentuk penerimaan diri menurut Hurlock (Permatasari & Gamayanti, 2016) ada beberapa faktor yang membentuk penerimaan diri seseorang, yaitu:

- a. Pemahaman diri (*self understanding*). Pemahaman diri merupakan persepsi diri yang ditandai oleh genuiness, realita, dan kejujuran.

Semakin seseorang memahami dirinya, semakin baik penerimaan dirinya.

- b. Harapan yang realistis. Ketika seseorang memiliki harapan yang realistis dalam mencapai sesuatu, hal ini akan mempengaruhi kepuasan diri yang merupakan esensi dari penerimaan diri. Harapan akan menjadi realistis jika dibuat sendiri oleh diri sendiri.
- c. Tidak adanya hambatan dari lingkungan (*absence of environment obstacles*). Ketidakmampuan dalam mencapai tujuan yang realistis, dapat terjadi karena hambatan dari lingkungan yang tidak mampu dikontrol oleh seseorang seperti diskriminasi ras, jenis kelamin, atau agama. Apabila hambatan-hambatan itu dapat dihilangkan dan jika keluarga, peer atau orang-orang yang berada disekelilingnya memberikan motivasi dalam mencapai tujuan, maka seseorang akan mampu memperoleh kepuasan terhadap pencapaiannya.
- d. Sikap sosial yang positif jika seseorang telah memperoleh sikap sosial yang positif, maka ia lebih mampu menerima dirinya. Tiga kondisi utama menghasilkan evaluasi positif antara lain adalah tidak adanya prasangka terhadap seseorang, adanya penghargaan terhadap kemampuan-kemampuan sosial dan kesediaan individu mengikuti tradisi suatu kelompok sosial.

- e. Tidak adanya stress yang berat. Tidak adanya stress atau tekanan emosional yang berat membuat seseorang bekerja secara optimal dan lebih berorientasi lingkungan daripada berorientasi diri dan lebih tenang dan bahagia.
- f. Pengaruh keberhasilan. Pengalaman gagal dapat menyebabkan penolakan diri, sedangkan meraih kesuksesan akan menghasilkan penerimaan diri.
- g. Identifikasi dengan orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik. Sikap ini akan menghasilkan penilaian diri yang positif dan penerimaan diri. Proses identifikasi yang paling kuat terjadi pada masa kanak-kanak.
- h. Perspektif diri yang luas. Seseorang yang memandang dirinya sebagaimana orang lain memandang dirinya akan mampu mengembangkan pemahaman diri daripada seseorang yang perspektif dirinya sempit.
- i. Pola asuh yang baik pada masa anak-anak. Pendidikan di rumah dan sekolah sangat penting, penyesuaian terhadap hidup, terbentuk pada masa kanak-kanak, karena itulah pelatihan yang baik di rumah maupun sekolah pada masa kanak-kanak sangatlah penting.
- j. Konsep diri yang stabil. Hanya konsep diri positif yang mampu mengarahkan seseorang untuk melihat dirinya secara tidak konsisten.

B. Perempuan yang Hamil Sebelum Menikah

Memahami pengertian perempuan tentunya tidak bisa lepas dari persoalan fisik dan psikis. Dari sudut pandang fisik di dasarkan pada struktur biologis komposisi dan perkembangan unsur-unsur kimia tubuh. Sedangkan Sudut pandang psikis didasarkan pada persifatan, maskulinitas atau feminitas. Perempuan dalam konteks psikis atau gender didefinisikan sebagai sifat yang melekat pada seseorang untuk menjadi feminim. Sedangkan perempuan dalam pengertian fisik merupakan salah satu jenis kelamin yang ditandai oleh alat reproduksi berupa rahim, sel telur dan payudara sehingga perempuan dapat hamil, melahirkan dan menyusui. Dalam kamus bahasa indonesia disebutkan bahwa perempuan berarti jenis kelamin yakni orang atau manusia yang memiliki rahim, mengalami menstruasi, hamil, melahirkan, dan menyusui. Sedangkan untuk kata “wanita” biasanya digunakan untuk menunjukkan perempuan yang sudah dewasa (Maghfiroh, 2016).

Sudibyo (Wati, 2015) mengatakan bahwa perilaku seks aktif remaja bisa membuat mereka hamil dan menghamili, melahirkan, hingga melakukan pelecehan dan kekerasan seksual. Namun, remaja tidak dibentengi dengan ilmu kesehatan reproduksi dan seksualitas yang memadai karena dianggap tabu dan mendorong seks bebas. (Wati, 2015) kehamilan di luar nikah memuat persoalan yang sangat rumit dan kompleks bagi masyarakat kita terutama bagi mereka yang terlibat langsung di dalamnya. Peristiwa ini berkaitan dengan

rangkaiannya proses perkembangan hidup seseorang terutama dalam proses peralihan peran yakni menjadi seorang ibu bagi anak yang dilahirkan. Secara moral kehamilan diluar nikah dipandang sebagai perbuatan yang kurang terpuji dan dicela, karena dianggap tidak sesuai dengan nilai-nilai dan norma yang ada di Indonesia. Sudibyo (Wati, 2015) mengatakan bahwa perilaku seks aktif remaja bisa membuat mereka hamil dan menghamili, melahirkan, hingga melakukan pelecehan dan kekerasan seksual. Namun, remaja tidak dibentengi dengan ilmu kesehatan reproduksi dan seksualitas yang memadai karena dianggap tabu dan mendorong seks bebas.

Hamil di luar nikah merupakan salah satu bentuk penyimpangan, orang yang hamil diluar nikah dinilai sebagai keburukan, yang kalaupun terjadi harus di sembunyikan. Padahal perempuan yang hamil bisa saja merupakan korban perkosaan atau korban keadaan (dipaksa lewat bujukan untuk melakukan hubungan seksual oleh pacarnya, atau temannya, atau keluarganya). Hamil sebelum menikah bagi perempuan yang berada di masyarakat praindustri merupakan hal tabu, namun mungkin tidak di kota-kota besar. Namun di Indonesia yang menjunjung tinggi etika kesopanan tentu hamil sebelum menikah di sebut sebagai sebuah “gejala kemerosotan kesopanan” (Farida, 2009). Menurut Manuaba (Wati, 2014) tentang dampak yang menyertai seseorang yang mengalami hamil di luar nikah disampaikan yaitu: (1) Masalah kesehatan reproduksi, seperti penyakit meluar seksual,

antara lain sipilis, gonorhea, herpes alat kelamin, condiloma, akuminata, HIV, dan pada akhirnya AIDS. (2) Masalah psikologis pada kehamilan remaja. Perempuan yang hamil di luar nikah, menghadapi berbagai masalah tekanan psikologi, yaitu ketakutan, kecewa, menyesal, dan rendah diri.

C. Kerangka Berfikir

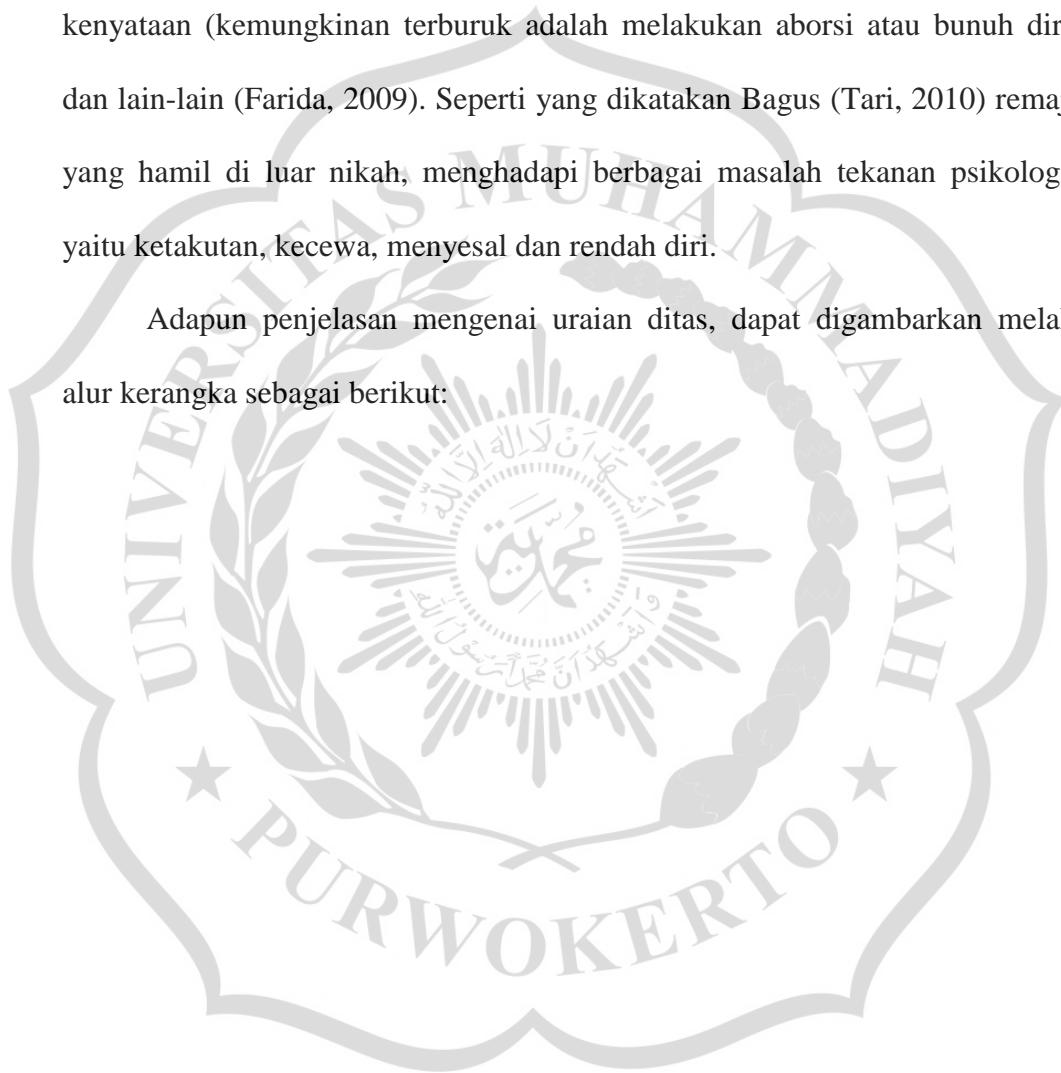
Menurut Chaplin (Ridha, 2012) penerimaan diri merupakan sikap yang pada dasarnya measa puas dengan diri sendiri, kualitas-kualitas dan bakat-bakat sendiri dan pengakuan akan keterbatasan sendiri. Santrock (2007) menjelaskan penerimaan diri merupakan suatu kesadaran untuk menerima diri sendiri apa adanya.

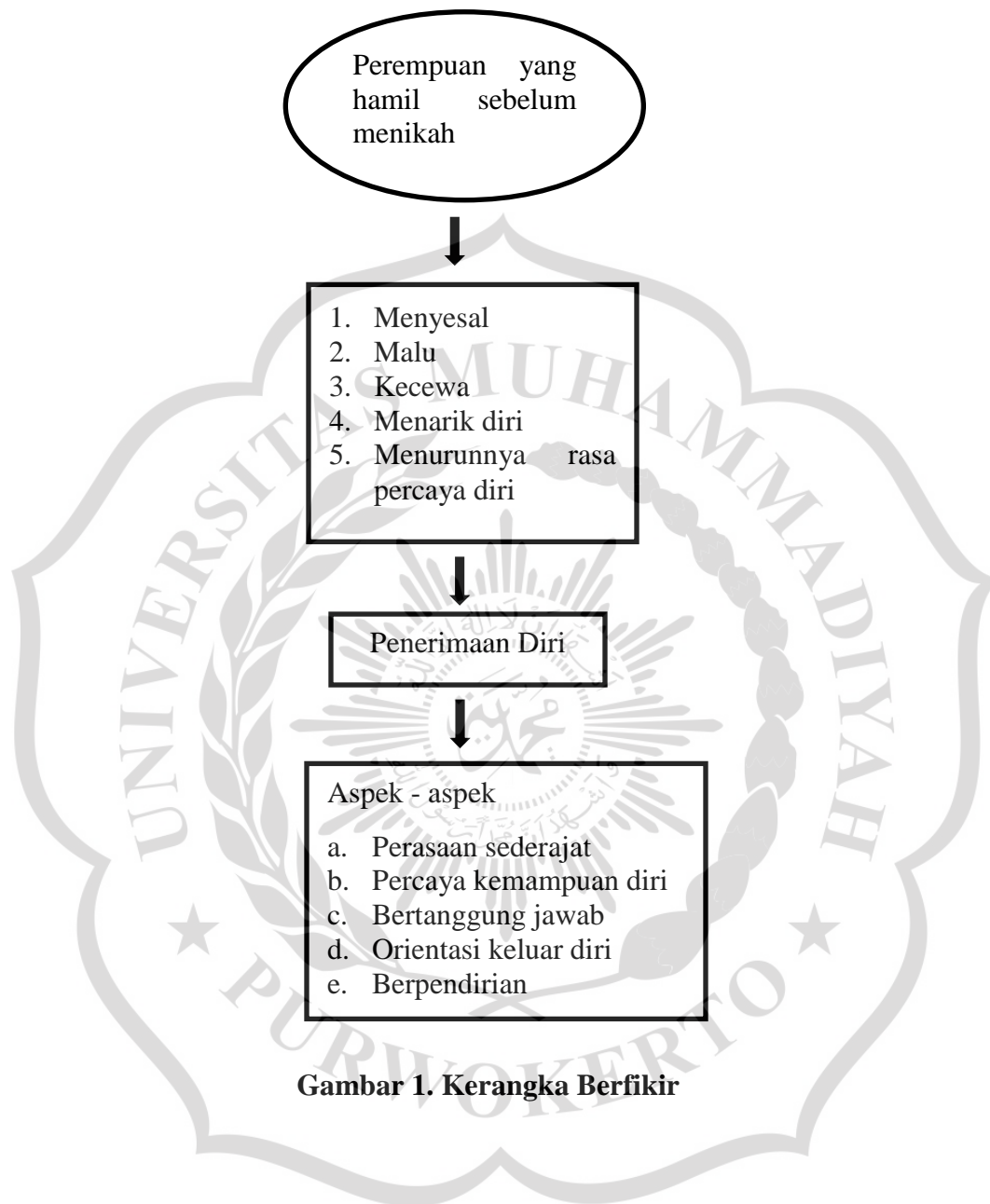
Penerimaan diri menurut Helmi (Ridha, 2012) adalah sejauh mana seseorang dapat menyadari dan mengakui karakteristik pribadi dan menggunakannya dalam menjalani kelangsungan hidupnya. Sikap penerimaan diri ditunjukkan oleh pengakuan seseorang terhadap kelebihan-kelebihan sekaligus menerima kelemahan-kelemahan tanpa menyalahkan orang lain dan mempunyai keinginan yang terus menerus untuk mengembangkan diri.

Hamil di luar nikah (pernikahan terpaksa karena sudah hamil) akan menimbulkan banyak hal yang dirasakan oleh sepasang remaja, antara lain: munculnya perasaan berdosa dan bersalah (*guilty feeling*), malu pada diri

sendiri ataupun malu pada orang lain, menghukum diri sendiri dengan cara menarik diri (mengasingkan diri), penyesalan yang berlarut-larut, stres yang mengakibatkan tidak nafsu makan dan sulit tidur (insomnia), lari dari kenyataan (kemungkinan terburuk adalah melakukan aborsi atau bunuh diri) dan lain-lain (Farida, 2009). Seperti yang dikatakan Bagus (Tari, 2010) remaja yang hamil di luar nikah, menghadapi berbagai masalah tekanan psikologis yaitu ketakutan, kecewa, menyesal dan rendah diri.

Adapun penjelasan mengenai uraian diatas, dapat digambarkan melalui alur kerangka sebagai berikut:





Gambar 1. Kerangka Berfikir