

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Keluarga merupakan sekelompok orang yang menjalani kehidupan bersama dalam jangka waktu tertentu, terikat oleh perkawinan dan mempunyai hubungan darah antara anggota keluarga yang satu dengan yang lainnya (Sambuaga, 2014). Keluarga terdiri dari satu rumah tangga dan melakukan komunikasi dan interaksi satu sama lain yang menghasilkan peran sosial bagi ayah dan ibu, putra dan putri, saudara laki-laki dan perempuan. Namun berbeda jika suatu keluarga tidak bersatu atau berpisah karena beberapa faktor seperti bercerai atau berpisah karena alasan seperti ekonomi atau kematian, kehilangan atau jauh dari orang yang disayangi dan dicintai akan berdampak besar pada kehidupan kita, terutama jika yang ditinggalkan adalah seorang remaja.

Dalam kehidupan ini tidak semua anak memiliki nasib yang baik, terdapat sejumlah anak yang nasibnya berbeda dengan teman-teman seusianya. Anak yang berbeda ini tidak mendapatkan pengasuhan dan kasih sayang seperti keluarga pada umumnya contohnya seperti anak jalanan, anak yang ditinggalkan oleh orang tuanya, atau anak-anak yang tidak memiliki orang tua. Hal ini akan membuat seorang anak memiliki problematika dalam mengembangkan identitasnya. Pada dasarnya perkembangan identitas remaja didukung oleh dukungan sosial dan orang tua. Namun, tidak semua remaja memiliki keberuntungan untuk menerima dukungan sosial dan kasih sayang dari orang tuanya.

Menurut Hurlock (Hurlock, 1999) secara psikologis masa remaja adalah fase di mana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, pada usia ini individu tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua tetapi berada dalam tingkat yang sama. Masa remaja adalah masa transisi dalam kehidupan manusia yang menghubungkan antara masa kanak-kanak dan remaja. Pada masa ini remaja akan mengalami beberapa perubahan seperti perubahan biologis, kognitif, dan sosio emosional. Menurut Monks (2000), usia remaja berkisar dari usia 12 sampai 21 yakni sampai selesainya pertumbuhan fisik. Menurut Havighurst (dalam

Hurlock, 1996) remaja mulai dituntut mencari kemandirian emosional yang mereka terima dari orang tua dan orang dewasa lainnya. Sebab, jika remaja mengalami keterlambatan dalam hal ini, maka mereka akan menghadapi banyak tantangan saat dewasa, seperti ketidakmampuan untuk memutuskan perasaan dan rencana sendiri, serta mengambil tanggung jawab. Dalam masa remaja ini banyak menimbulkan kesulitan dalam beradaptasi terhadap diri sendiri dan lingkungan sosial.

Peran orang tua dan keluarga dalam kehidupan remaja sangat penting. Orang tua memiliki peran yang sangat penting dalam perkembangan anak, karena dalam lingkungan keluarga selain nutrisi, anak juga memperoleh kehangatan, rasa aman, dan kasih sayang yang mampu membuat anak terjaga dari lingkungan sosial yang tidak baik. Beberapa anak harus menghadapi kenyataan sulit bahwa mereka harus berpisah dari keluarganya dikarenakan berbagai alasan. Sehingga akhirnya menjadi yatim, piatu, atau juga yatim piatu. Yatim secara etimologi berasal dari bahasa Arab yang terambil dari kata *yutma* yang berarti kesendirian (Shihab, 2005). Mahmud Yunus (1973) mengartikan istilah yatim sebagai anak yang ditinggal mati oleh bapak sebelum ia *baligh*.

Kondisi yatim, piatu, atau yatim piatu dalam tahap perkembangan remaja yang tidak mendapatkan peran orang tua maka akan dititipkan untuk di didik dan dibesarkan di panti asuhan dengan berbagai alasan. Pada remaja yang memiliki ketidaklengkapan dalam keluarga tidak akan bisa digantikan secara fisik, namun dapat dilakukan secara psikologis dengan diciptakannya situasi kekeluargaan dan hadirnya tokoh-tokoh yang berperan sebagai pengganti orang tua. Kehadiran dan fungsi tersebut dapat digantikan oleh para pengasuh yang berada di panti asuhan. Menurut penelitian (Putri, 2013) data dari Kemensos RI (Kementerian Sosial Republik Indonesia), Jumlah anak terlantar di Indonesia masih mencapai 5,4 juta jiwa pada tahun 2010, Anak-anak yang ditelantarkan atau tidak memiliki orang tua biasanya ditempatkan di panti asuhan.

Menurut Himpunan Peraturan Perundang-undangan tentang Perlindungan Anak (2002), Undang-undang Republik Indonesia No.4 Tahun 1979, pasal 2 ayat 1, tampak jelas bahwa setiap anak berhak atas kesejahteraan, perawatan,

pengasuhan, dan bimbingan berdasarkan kasih sayang baik dalam keluarganya maupun di dalam pengasuhan khusus, agar mereka dapat tumbuh dan berkembang dengan baik (Sofiana, 2013). Penghuni panti asuhan bukan hanya anak-anak tetapi mulai dari anak-anak hingga dewasa yang mengalami berbagai masalah sosial. Menurut Sudarajat (Sarami Putri, 2018) ada sekitar 5000 hingga 8000 panti asuhan di seluruh Indonesia yang mengasuh hingga setengah juta anak. Hanya sedikit dari panti asuhan ini yang diselenggarakan oleh pemerintah Indonesia, dan lebih dari 90% dari panti asuhan tersebut diselenggarakan oleh masyarakat, terutama lembaga keagamaan.

Departemen Sosial Republik Indonesia menjelaskan bahwa panti asuhan adalah salah satu wadah yang memberikan layanan pada anak untuk mewujudkan kesejahteraan sosial, khususnya dalam melindungi anak dari pengaruh negatif terhadap perkembangannya. Panti asuhan selain memberikan penghidupan yang layak dalam hal ekonomi dan pendidikan juga bertujuan untuk memberikan perkembangan mental yang sehat dengan memberikan lingkungan yang harmonis. Dengan lingkungan yang baik ini diharapkan anak-anak yang tinggal di panti asuhan dapat membentuk penerimaan diri yang baik. Menurut Shinta Dumaris (Shinta Dumaris, 2019) menyatakan bahwa kenyataannya pengasuhan di panti asuhan sering kali sangat kurang, dengan layanan yang hampir seluruhnya terfokus pada pemenuhan kebutuhan kolektif, terutama kebutuhan materi sehari-hari, sedangkan kebutuhan emosional dan perkembangan anak tidak terlalu diperhatikan. Permasalahan tersebut dapat membuat remaja sulit beradaptasi atau bertahan terhadap hal-hal negatif sehingga berdampak pada berkurangnya kebahagiaan dalam hidup mereka. Bagi remaja yang kehilangan orang tuanya, kecenderungan ini akan membuat beban psikologis baru. Jika tekanan psikologis ini tidak segera diatasi, maka dapat berdampak negatif pada kehidupan dan perkembangan remaja tersebut.

Mengacu pada salah satu penelitian di tahun 2007 yang dilakukan oleh *United States Department of Health and Human Services*, menunjukkan bahwa lebih dari 50% anak-anak yang tinggal di panti asuhan mengalami setidaknya satu atau lebih gangguan mental, dan 63% di antara mereka adalah korban penelantaran.

Sebuah penelitian yang dilakukan sejak tahun 1950-an menunjukkan bahwa perkembangan kognitif, emosi, dan sosial seorang anak dipengaruhi dalam jangka panjang oleh pengasuhan yang kurang baik di panti asuhan (Putri, 2013). Menurut Febiana (dalam Rosjid, 2010), pola pengasuhan anak di panti asuhan menjadi hal yang memprihatinkan. Karena pengasuh yang seharusnya dapat menggantikan orang tua tidak dapat melakukannya dengan baik karena mengasuh banyak anak. Oleh sebab itu, anak-anak yang tinggal di panti asuhan kerap kali mengalami tekanan sosial, emosional, dan fisik akibat dari pengalaman traumatis, kekacauan, dan stres dalam kehidupan mereka. Pengalaman traumatis ini dapat menyebabkan anak menjadi kurang percaya diri dan merasa takut akan ditinggalkan, yang pada akhirnya menyebabkan mereka marah dan agresif terhadap figur otoritas.

Menurut Shinta Dumaris (Shinta Dumaris, 2019) menyatakan bahwa Panti asuhan sering kali dipandang negatif oleh masyarakat karena dianggap sebagai tempat meminta belas kasih bagi mana anak-anak yang terlantar dan kekurangan. Individu yang tinggal di panti asuhan menghadapi dinamika kehidupan panti dan masalahnya, yang sering kali menimbulkan kerentanan psikologis dan mempengaruhi kebahagiaan serta kebermaknaan hidup mereka. Hidup di panti asuhan bukanlah hal yang mudah bagi anak-anak maupun keluarga, seperti orang tua kandung dan saudara kandung. Selain itu menurut Andriani (Andriani, 2018) menyatakan tantangan yang dihadapi remaja yang tinggal di panti asuhan seperti persepsi negatif dan ejekan sebagai “anak panti” yang dapat berujung pada penolakan dari teman sebaya. Berdasarkan Survei Kesehatan Global Berbasis Sekolah tahun 2007, ditemukan bahwa sekitar 40% siswa berusia 13 hingga 15 tahun pernah mengalami kekerasan dalam bentuk perundungan. Anak-anak yang termasuk di sini berasal dari lembaga-lembaga seperti panti asuhan, pusat rehabilitasi, dan asrama.

Stereotip dan peristiwa negatif yang pernah dialami membuat remaja panti asuhan rentan memiliki penerimaan diri yang rendah, memandang diri dan peristiwa di sekitar secara negatif, mereka juga memiliki iri hati yang mewarnai perasaannya. Terhubung dengan penerimaan diri mengacu pada sejauh mana

seseorang mengenali dan menyadari karakteristik dirinya serta mampu memanfaatkannya dalam kehidupan. Penerimaan diri tercermin pada diri seseorang yang mengenali kelebihan dirinya dan menerima kekurangan tanpa menyalahkan orang lain dan selalu mempunyai keinginan untuk memperbaiki diri (Ziliwu, 2023).

Penerimaan diri adalah kemampuan seseorang untuk mengakui dan menghargai dirinya sendiri, termasuk kekurangan dan kelebihan yang dimilikinya, serta menerima seluruh pengalaman hidupnya, baik yang positif maupun negatif. Maka dari itu kemampuan individu untuk hidup dengan segala karakteristik diri sendiri itu sangat berpengaruh terhadap penerimaan diri yang dimilikinya. Jika seseorang sudah merasa puas terhadap diri sendiri maka bagaimanapun dia melihat kelebihan orang lain yang tidak dimilikinya itu tidak akan membuat individu merasa rendah diri.

Pada dasarnya kondisi ketidakpuasan disebabkan oleh kurangnya penerimaan diri dan toleransi terhadap masalah. Kurangnya rasa syukur kepada Allah juga mempengaruhi penerimaan diri. Bersyukur berarti berterima kasih kepada Allah atas segala pemberiannya dan juga menerima segala yang telah dicapai. Dengan bersyukur, manusia dapat menerima dirinya dengan baik dan terbebas dari keinginan dan obsesi terhadap hal-hal lahiriah. Orang yang bersyukur merasakan kebahagiaan dalam segala hal, bahkan ketika musibah atau masalah menimpanya, karena yakin bahwa apa pun yang diberikan Allah kepadanya adalah ketetapan yang terbaik baginya. Menurut Erniawati (Erniawati, 2022) Rasa syukur berkaitan dengan berbagai aspek dan bagian dari penerimaan diri, orang yang menanamkan pemikiran untuk bersyukur secara terus menerus adalah orang yang dapat menerima keadaan dirinya.

Orang yang bersyukur selalu menerima apa yang dimilikinya. Setiap orang mempunyai keterbatasan atau kekurangan dalam hidup, namun dengan meningkatkan rasa syukur, menerima keadaan apa adanya, berpikir positif, menjadikan hidup lebih bermakna. Penelitian yang dilakukan oleh McCollough, Tsang, dan Emmons (Machrozah Eka Widiastuti, 2018) Orang yang bersyukur mempunyai kendali lebih terhadap lingkungannya, perkembangan

pribadinya, penerimaan diri, dan jiwanya tenang dalam menghadapi segala persoalan. Orang yang bersyukur apabila memandang masa depan akan selalu percaya diri meskipun ia mengetahui banyaknya kekurangan yang ada pada dirinya. Rasa syukur menjadikan seseorang akan senantiasa terfokus pada kelebihan yang dimiliki dan juga menerima kekurangan yang ada pada dirinya. Menurut Rahma Febriani (Rahma Febriani, 2024) banyak hal yang mempengaruhi rasa syukur remaja panti asuhan, termasuk harapan atas keberkahan yang diberikan oleh Allah ketika mereka bersyukur, merasa senang, penuh cinta, memiliki ikatan sosial yang baik, dan menerima kebaikan lainnya dari masyarakat dan dari Allah. Emmons (dalam Machrozah Eka Widiastuti, 2018) berpendapat bahwa orang yang bersyukur memiliki kesejahteraan psikologis karena mereka bersyukur, memperoleh, perasaan cinta dan kasih sayang, perhatian terhadap lingkungan sekitar dengan kata lain yaitu memperhatikan lingkungan sosial dan mendapatkan timbal balik yang positif.

Kesulitan seseorang dalam menerima kondisinya akan memengaruhi terhadap rasa syukurnya, begitu pun sebaliknya rasa syukur seseorang akan memengaruhi penerimaan diri seseorang. Syukur mengacu pada berbagai aspek dan unsur penerimaan diri, seseorang yang selalu bersyukur dapat menerima keadaan dirinya baik kekurangan maupun kelebihan. Jika seseorang tidak mensyukuri apa yang dimilikinya, maka ia dan orang di sekitarnya akan berubah, karena kurangnya rasa syukur terhadap seseorang menimbulkan ketidakstabilan dan juga mempengaruhi penerimaan terhadap keadaan diri sendiri sehingga dapat menghambat pertumbuhan. Orang yang tidak memiliki penerimaan diri yang baik selalu merasa tidak mampu dan memandang dirinya pesimis karena tidak memenuhi standar situasi tertentu.

Sternberg (Gentry & Campbell, 2002), mengatakan bahwa salah satu tahapan yang dilalui individu pada masa remaja adalah membangun otonomi. Dengan meningkatkan kemandiriannya, remaja mulai menjalani kehidupannya dengan caranya sendiri dan menurut pendapatnya sendiri. Tinggal di panti asuhan dengan aturan-aturan yang ditetapkan tentu dapat membuat remaja merasa dibatasi.

Menurut pendapat Stenberg masa remaja merupakan masa untuk meningkatkan kemandirian dan tidak tergantung kepada orang dewasa, oleh karena itu masa remaja sangat membutuhkan perhatian lebih dikarenakan mereka akan merasa bahwa pada masanya itu merupakan kebebasan berpendapat dan jarang memedulikan aturan, akan tetapi hidup di panti asuhan berbeda dengan mereka yang hidup di rumah dengan orang tua. Hidup di panti asuhan membuat mereka menjalani kehidupan sehari-hari berdasarkan peraturan yang telah ditetapkan oleh pengurus.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan di Panti Asuhan Yayasan Al-Badru, terdapat beberapa masalah yang terjadi seperti kurangnya jumlah pengasuh yang terbatas menyebabkan mereka tidak dapat memberikan dukungan yang memadai untuk perkembangan emosional dan sosial anak. Pengasuh di Panti Asuhan Al-Badru sangat terbatas dan tidak terdapat struktur kepengurusan karena hanya terdiri dari pemimpin yayasan dan istrinya, sehingga perhatian dan kebutuhan emosional sangat dibutuhkan untuk membimbing anak menanamkan sikap penerimaan diri dan rasa syukur yang baik. Remaja yang tinggal di Panti Asuhan sering kali mengalami kesulitan dalam membangun keterikatan emosional dengan orang dewasa, hal ini terlihat dari interaksi mereka dengan peneliti, banyak di antara mereka cenderung menghindari dan tidak terbuka, sehingga penulis lebih banyak mendapatkan informasi dari pimpinan yayasan dan istrinya. Masalah lainnya yaitu kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan peraturan karena sistem pengasuhan yang memiliki karakteristik yang khas seperti pada pondok pesantren dengan sistem pengajian rutin dan aktivitas yang padat, membuat remaja memiliki perasaan keterbatasan kebebasan, serta masalah penerimaan diri yang dipengaruhi oleh lingkungan. Penelitian di Yayasan Al-Badru akan membantu mengidentifikasi masalah-masalah tersebut secara lebih spesifik, sekaligus memberikan wawasan mendalam untuk mengatasi tantangan yang dihadapi oleh remaja di sana.

Berdasarkan pada hasil observasi serta beberapa penelitian yang dilakukan mengenai kehidupan di panti asuhan berasumsi bahwa panti asuhan tidak memberikan lingkungan yang baik bagi perkembangan psikologis. Oleh karena

itu, kita perlu mengetahui permasalahan dan kebutuhan psikologis remaja di panti asuhan, terutama permasalahan umum terkait penerimaan diri dan rasa syukur. Sehingga diharapkan mereka yang tinggal di panti asuhan tersebut mendapatkan penanganan yang sesuai dengan kebutuhan psikologisnya agar perkembangan fisiknya sesuai dengan perkembangan psikologis dan sosialnya.

Alasan memilih panti asuhan Yayasan Al-Badru sebagai lokasi penelitian didasarkan pada beberapa faktor penting. Yayasan Al-Badru memiliki karakteristik yang khas seperti memiliki peraturan seperti pada pondok pesantren dengan sistem pengajian rutin dan aktivitas yang padat, penelitian di tempat ini memberikan kesempatan untuk mengkaji fenomena-fenomena unik terkait kehidupan remaja yatim piatu di bawah asuhan yayasan tersebut.

Berdasarkan gambaran fenomena yang sudah dipaparkan, maka penulis memutuskan untuk mencoba meneliti lebih dalam mengenai hubungan rasa syukur dengan penerimaan diri pada remaja dengan mengangkat judul **“Hubungan Rasa Syukur dengan Penerimaan Diri pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan Yayasan Al-Badru Kota Cimahi”**

B. Rumusan Masalah

Berlandaskan dari pemaparan latar belakang, maka penulis ingin mendalami lebih jauh terhadap Hubungan Rasa Syukur dengan Penerimaan Diri pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan. Untuk itu, penulis membatasi masalah penelitian dengan mengajukan beberapa pertanyaan penelitian, di antaranya:

1. Bagaimana gambaran tingkat Penerimaan Diri yang dilakukan oleh Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan Yayasan Al-Badru Kota Cimahi?
2. Bagaimana gambaran tingkat Rasa Syukur yang dilakukan oleh Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan Yayasan Al-Badru Kota Cimahi?
3. Bagaimana Hubungan Rasa Syukur dengan Penerimaan Diri pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan Yayasan Al-Badru Kota Cimahi?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah disebutkan, maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui gambaran Tingkat Penerimaan Diri yang Dilakukan oleh Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan Yayasan Al-Badru Kota Cimahi.
2. Untuk mengetahui gambaran tingkat Rasa Syukur yang Dilakukan oleh Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan Yayasan Al-Badru Kota Cimahi.
3. Untuk mengetahui Hubungan Rasa Syukur dengan Penerimaan Diri pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan Yayasan Al-Badru Kota Cimahi.

D. Manfaat Hasil Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan mampu menjadi sumber pengetahuan dan informasi yang berkenaan dengan Hubungan Rasa Syukur dengan Penerimaan Diri, dan juga memperluas pengetahuan serta wawasan bagi semua kalangan, terkhusus bagi mahasiswa sebagai salah satu acuan penelitian di jurusan Tasawuf dan Psikoterapi.

2. Manfaat Praktis

- a. Remaja yang tinggal di panti asuhan, memberikan pemahaman mengenai penerimaan diri yang baik agar tetap dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan di dalam maupun di luar panti asuhan dan tetap dapat bersosialisasi dan menjalani hari-hari dengan baik di panti asuhan.
- b. Pengasuh di panti asuhan, meningkatkan keterampilan komunikasi dengan anak-anak yang memiliki latar belakang beragam dengan empati dan kasih sayang, mengembangkan sikap rendah hati serta memperkuat rasa syukur atas kesempatan untuk memberikan dukungan dan menemani anak-anak tersebut.

E. Kerangka Berpikir

Kondisi yatim piatu dalam tahap perkembangan remaja yang tidak mendapatkan peran orang tua maka akan dititipkan untuk di didik dan dibesarkan di panti asuhan dengan berbagai alasan. Kondisi remaja yatim piatu yang tidak memiliki orang tua menyebabkan ketidaklengkapan dalam keluarga. Ketidaklengkapan ini dapat digantikan secara psikologis dengan diciptakannya situasi kekeluargaan dan hadirnya tokoh-tokoh yang berperan sebagai pengganti orang tua. Kehadiran dan fungsi tersebut dapat digantikan oleh para pengasuh yang berada di panti asuhan. Kehidupan di panti asuhan sangat berbeda dengan kehidupan yang memiliki orang tua, karena peran orang tua kandung tidak akan bisa tergantikan dalam segi fisik oleh apa pun. Pada remaja yang tinggal di panti asuhan harus memiliki penerimaan diri yang baik dalam menerima kehidupannya tanpa orang tua sehingga akan membuat proses perkembangannya membentuk pribadi yang baik pula. Jika memiliki penerimaan yang baik maka akan berpengaruh pada rasa syukurnya.

Tugas-tugas perkembangan menurut Havighurst (Hurlock, 1999) yang harus dipenuhi pada usia remaja yaitu mencapai hubungan yang baru dan lebih masak dengan teman sebaya baik pria maupun wanita, mencapai peran sosial pria dan wanita, menerima keadaan fisik dan dapat mempergunakannya secara efektif, mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab, mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya, mempersiapkan karier ekonomi, mempersiapkan perkawinan dan keluarga, memperoleh perangkat nilai dan sistem sebagai pegangan untuk berperilaku mengembangkan ideologi.

Menurut Hurlock (Hurlock, 1999) remaja menghadapi berbagai hambatan dalam menjalankan tugas-tugas mereka. Hambatan tersebut meliputi masalah pribadi, seperti masalah yang berkaitan dengan situasi di rumah, lingkungan sekolah, kondisi fisik, penampilan, emosi, penyesuaian sosial, tugas akademik, serta nilai-nilai yang dianut. Selain itu, remaja juga mengalami masalah khas, yang muncul akibat ketidakjelasan status mereka, seperti kesulitan mencapai kemandirian, kesalahpahaman atau penilaian yang didasarkan pada stereotip yang

salah, serta ketidakseimbangan antara hak-hak yang mereka miliki dan tanggung jawab yang lebih sedikit dari yang diharapkan oleh orang tua.

Remaja yang tinggal di panti asuhan sering kali merasa bahwa mereka tidak sama dengan anak-anak yang tinggal dalam keluarga normal. Selain itu, remaja yang tinggal di panti asuhan bersekolah di sekolah umum yang sama dengan remaja lainnya yang berasal dari luar panti asuhan dan tinggal bersama orang tua kandung mereka. Hal ini cenderung menyebabkan kemunduran yang berdampak pada penerimaan diri remaja. Sebaliknya, jika penerimaan diri remaja baik perkembangan remaja tersebut akan baik pula, dapat menyesuaikan diri dengan baik, dan bersosialisasi dengan baik seperti remaja lain yang tinggal dengan orang tua dan keluarga.

Penerimaan diri menurut Hurlock (Hurlock, 1999) adalah suatu tingkat kemampuan dan keinginan individu untuk hidup dengan segala karakteristik yang ada pada dirinya. Maka akan merasa mampu dan hidup sebagaimana mestinya penerimaan diri melibatkan sikap menghargai dan menghormati diri sendiri apa adanya. Individu dengan penerimaan diri yang baik mampu melihat hidupnya secara realistis, mengakui kelemahan tanpa merasa rendah diri, dan juga merayakan pencapaian serta kualitas positif yang dimiliki. Penerimaan diri juga merupakan landasan penting bagi kesejahteraan mental, karena membantu seseorang merasa nyaman dengan dirinya dan lebih mampu menghadapi tekanan hidup, hubungan sosial, serta tantangan pribadi tanpa terjebak dalam perasaan minder atau kesalahan.

Menurut Calhoun & Acocella (1990) dampak positif dari tingginya penerimaan diri pada individu adalah individu memiliki konsep diri yang positif, sehingga individu mampu memahami dan menerima perbedaan yang ada pada dirinya, mampu menyesuaikan diri dengan seluruh pengalaman mental dan pertimbangannya. Sedangkan Menurut Dianawati (2005) dampak negatif dari rendahnya penerimaan diri bagi individu adalah individu kurang memiliki rasa percaya diri, kurang mampu menerima kondisi dirinya, rendah diri, memiliki rasa malu yang berlebihan pada diri sendiri sehingga membuatnya untuk menyendiri atau mengasingkan diri.

Wood, Joseph, dan Maltby (Machrozah Eka Widiastuti, 2018) berpendapat bahwa penerimaan diri mampu memprediksi adanya rasa syukur, di mana penerimaan diri merupakan salah satu aspek dalam mencapai kepuasan hidup. Orang yang mampu menerima segala sesuatu yang ada pada dirinya baik itu kelebihan maupun kekurangan dan segala yang telah Allah tetapkan pada dirinya maka akan lebih sering bersyukur dalam hidupnya, oleh karena itu seseorang akan mencapai kepuasan dalam hidupnya dengan segala yang dia miliki. Seseorang yang telah mencapai tahap ini akan lebih menikmati hidup dibandingkan dengan orang yang memiliki penerimaan rendah karena mereka akan merasa tidak puas dengan kehidupannya.

Salah satu teori psikologi Carl Rogers menyatakan bahwa orang menjadi puas terhadap dirinya sendiri jika mampu menginternalisasikan penerimaan diri yang positif. Menerima diri sendiri dapat menimbulkan emosi positif, suasana hati positif, bahkan wawasan positif yang mendorong individu untuk bersyukur. Keadaan seperti ini akan membuat seseorang lebih mendapatkan banyak energi positif dari lingkungannya, karena dengan begitu maka seseorang akan mampu ber- sosialisi dengan baik terhadap sesama. Dengan kita menerima diri maka kita akan selalu bersyukur terhadap apa yang telah Allah anugerahkan kepada kita maka kita akan terus mengingat karunianya dan memanfaatkan nikmat tersebut kepada kebaikan (Machrozah Eka Widiastuti, 2018).

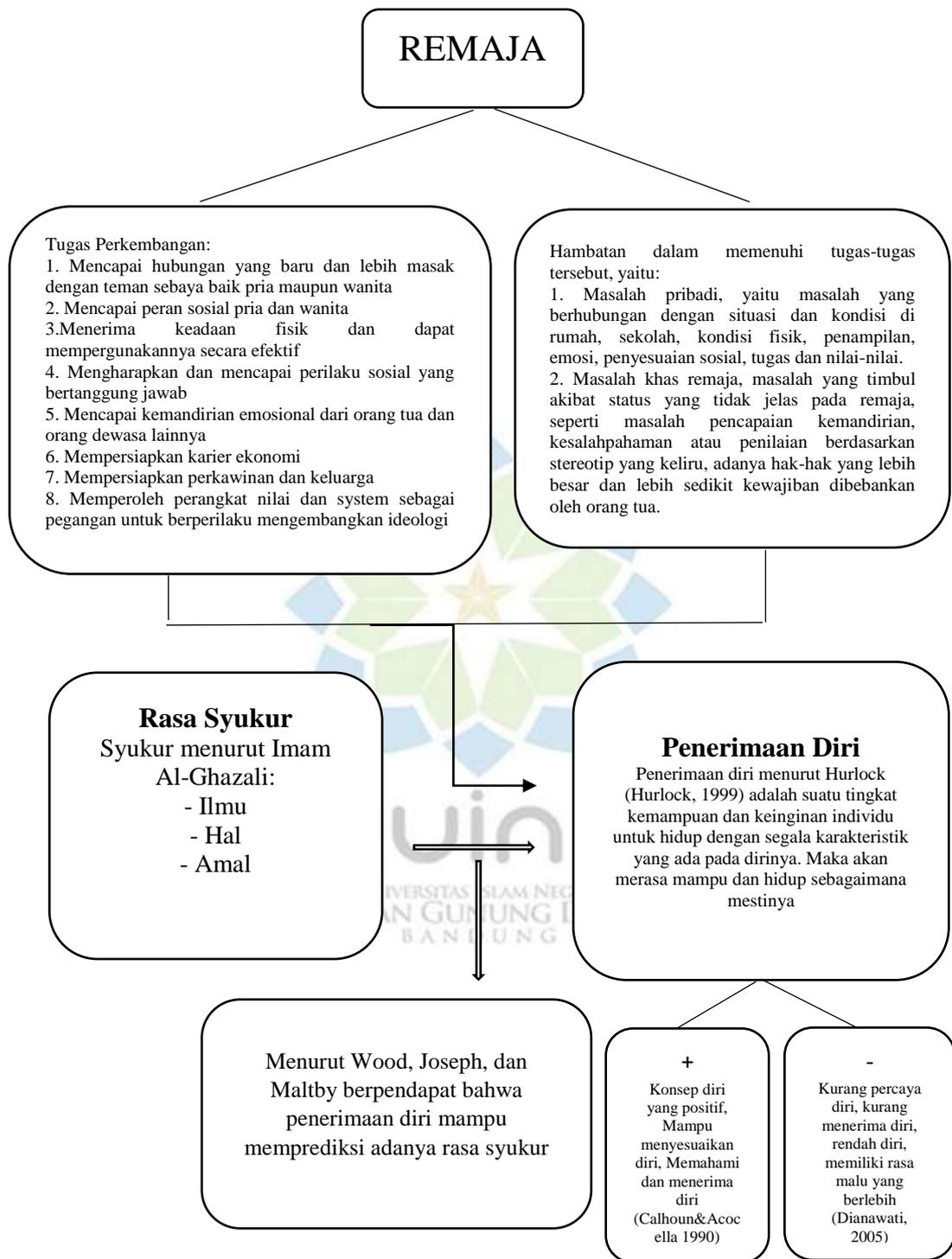
Rasa syukur berkaitan dengan berbagai aspek dan bagian dari penerimaan diri, orang yang mempunyai pemikiran untuk bersyukur secara terus menerus adalah orang yang dapat menerima keadaan dirinya. Seseorang akan menjadi pribadi yang lebih terbuka, tidak takut akan kekurangan yang dimilikinya karena sudah di bentengi oleh rasa syukur. Apabila memandang masa depan akan selalu percaya diri meskipun ia mengetahui banyaknya kekurangan yang ada pada dirinya. Rasa syukur menjadikan seseorang akan senantiasa terfokus pada kelebihan yang dimiliki dan juga menerima kekurangan yang ada pada dirinya.

Di dalam buku ringkasan *Ihya Ulumuddin* Imam Ghazali (Al-imam abu hamid al-ghazali, 2016) mengatakan bahwa syukur yaitu memanfaatkan potensi anugerah yang diberikan Sang Pencipta untuk terlaksananya segala kebaikan-

kebaikan dan tercegahnya kemungkar. Menurut imam Al-Ghazali kata syukur terdiri dari tiga makna: ilmu, hal (jiwa), dan amal (perbuatan). Ilmu merupakan landasan pertama munculnya rasa syukur yang dapat menciptakan suatu keadaan, dan kemudian keadaan itu dapat menimbulkan perbuatan baik atau buruk. Cara paling utama agar seseorang bisa bersyukur adalah dengan mengetahui dan memahami apa itu nikmat melalui *ilmu*, yaitu dengan mengenal Sang Pemberi nikmat. Selanjutnya mengenai *hal* (jiwa), yang dimaksud dengan hal di sini adalah merasa bahagia atas apa yang diberikan. Ketiga, ada *amal* (perbuatan), yaitu melakukan apa yang dikehendaki oleh yang Maha pemberi nikmat.

Haworth menggambarkan rasa syukur sebagai salah satu cara untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis. Rasa syukur memiliki kaitan yang kuat dengan unsur kesejahteraan psikologis, terutama yang berkaitan dengan penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, hubungan positif, tujuan hidup, dan penerimaan diri. Keadaan ini mengarahkan individu ke fungsi optimal. Hal ini mencakup kejelasan makna dan tujuan hidup, hubungan yang saling mendukung dan bermanfaat, komitmen dan kepedulian, berkontribusi terhadap kesejahteraan orang lain, kompetensi, penerimaan diri, optimisme, dan rasa hormat terhadap diri sendiri (Dewanto & Retnowati, 2015).

Dalam hal ini, remaja yang memiliki rasa syukur dan mampu menerima dirinya dalam keadaan apa pun, termasuk kelebihan dan kekurangannya cenderung lebih percaya diri dan mempunyai harga diri, dengan begitu maka akan lebih mampu menerima kritik terhadap perkembangan dirinya. Penerimaan diri yang tinggi akan berpengaruh pada sikap yang positif terhadap dirinya, mempunyai keyakinan terhadap kemampuannya menghadapi persoalan. Mereka akan menganggap dirinya berharga, tidak merasa malu untuk menunjukan jati dirinya, akan berani bertanggung jawab atas perilakunya. Menurut penelitian oleh Dwi Septiana Khofida Wati menyatakan bahwa Orang yang bersyukur menerima dan memahami bahwa segala sesuatu yang terjadi pada dirinya adalah kehendak Allah sebagai wujud penerimaan diri dan kelapangan dada. Syukur lebih kuat terhubung pada emosi positif daripada emosi negatif dan menunjukkan hubungan positif dengan penerimaan diri (Khofida Wati & Ismanto, 2021).



Gambar 1.1 Kerangka Berpikir

F. Hipotesis

Hipotesis adalah pernyataan atau dugaan sementara terhadap masalah pada penelitian yang kebenarannya masih lemah sehingga perlu diuji dengan cara empiris (I. Hasan, 2010). Untuk menguji hipotesis ada beberapa ketentuan yang perlu diperhatikan yaitu merumuskan hipotesis (H_a) dan juga harus disertai hipotesis (H_o). Berdasarkan penelitian yang direncanakan, hipotesis berikut dapat dibuat:

1. H_a : Terdapat hubungan rasa syukur dengan penerimaan diri pada remaja yang tinggal di Panti Asuhan Yayasan Al-Badru Kota Cimahi.
2. H_o : Tidak terdapat hubungan rasa syukur dengan penerimaan diri pada remaja yang tinggal di Panti Asuhan Yayasan Al-Badru Kota Cimahi.

G. Hasil Penelitian Terdahulu

Untuk hasil penelitian terdahulu, adanya beberapa yang menjadi rujukan penulis dalam melakukan penelitian, hal ini karena ingin membuktikan bahwa adanya perbedaan dari hasil penelitian terdahulu dan dari hasil penelitian saat ini. Maka yang menunjukkan perbedaan penelitian terdahulu dan dari hasil penelitian saat ini, berikut beberapa dari hasil penelitian terdahulu yang membantu penyusun dalam menemukan referensi yaitu:

1. Skripsi karya Anastasya Erniawati yang berjudul **“Hubungan Syukur Dengan Perilaku Penerimaan Diri Pada Korban *Body Shaming* Mahasiswa Fakultas Ushuluddin Dan Humaniora Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang Angkatan 2020”**. Penelitian ini memakai pendekatan kuantitatif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara perasaan syukur dengan perilaku penerimaan diri pada korban *body shaming* pada lulusan tahun 2020 Universitas Islam Negeri Ushuluddin Fakultas Ilmu Budaya Warisongo. Persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah meneliti hubungan syukur dengan penerimaan diri. Perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian yang dilakukan adalah penelitian sebelumnya menggunakan subjek penelitian korban *body*

shaming, sedangkan subjek yang akan diteliti menggunakan remaja yang tinggal di panti asuhan.

2. Artikel yang dilakukan oleh Kuncoro Lestari Anugrahwati & Anak Agung Ketut Sri Wiraswati dengan judul **“Pentingnya Penerimaan Diri Bagi Remaja Panti Asuhan Islam”** Penelitian ini dilakukan dengan metode eksperimen berdasarkan faktor penerimaan diri dari Bastaman. Partisipan diberikan pelatihan yang memuat *selfinsight, meaning of life, changing attitude, self-commitment, directed activities*, dan *social support* untuk meningkatkan penerimaan diri remaja panti asuhan. Perbandingan tes awal dan tes akhir menunjukkan adanya perbedaan penerimaan diri dengan nilai signifikansi 0.014. Artinya, pelatihan ini dapat meningkatkan penerimaan diri pada remaja Panti Asuhan Islam. Persamaan dengan penelitian ini terletak pada variabel penerimaan diri dan subjek pada remaja panti asuhan. Perbedaan hasil penelitian sebelumnya dan saat ini terletak pada variabel pentingnya penerimaan diri, sedangkan penulis menggunakan hubungan rasa syukur dengan penerimaan diri.
3. Artikel yang dilakukan oleh Machrozah Eka Widiastuti dengan judul **“Hubungan Penerimaan Diri dengan Kebersyukuran Siswa MA Bilingual Boarding School”** Penelitian ini adalah penelitian korelasional dengan teknik pengumpulan data berupa skala *likert* yang sudah diuji skala penerimaan diri dan syukur. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis korelasi product moment Pearson. Hasil penelitian menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,082 <$ pada tabel correlation. Karena tabel korelasinya 0,05, hipotesis ditolak. Artinya tidak ada hubungan antara penerimaan diri dan rasa syukur siswa. Persamaan dengan penelitian ini terletak pada variabel penerimaan diri dan syukur. Perbedaan penelitian di atas terletak pada subjeknya. Penelitian terdahulu menggunakan hubungan penerimaan diri dengan kebersyukuran siswa MA Bilingual Boarding School. Sedangkan penelitian yang dilakukan mengangkat variabel hubungan rasa syukur dengan penerimaan diri pada remaja yang tinggal di Panti Asuhan.

4. Skripsi yang ditulis oleh Syafira Isfihana Hazny dengan judul **“Pengaruh Syukur Dengan Penerimaan Diri Pada Remaja (Study Kasus Santri Broken Home Di Masjid Baitul Hakiem)”** Metodologi penelitian dalam penelitian ini menggunakan kuantitatif deskriptif untuk menentukan variabel mandiri, baik satu variabel maupun beberapa variabel, tanpa membandingkan atau menghubungkan dengan variabel lain. Sampel yang diambil pada penelitian ini melibatkan 31 orang. Selanjutnya, angket berisi pernyataan sebanyak 52 item disebarakan dalam bentuk angket. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada anak *broken home* yang berusia remaja di Masjid Baitul Hakiem yang menjadi subjek rasa syukur, 35,5% atau 11 responden mempunyai tingkat rasa syukur yang sedang, dan 64,5% atau 20 responden memiliki tingkat rasa syukur yang tinggi. Selanjutnya mengenai penerimaan diri, sebanyak 61,3% atau 19 responden memiliki tingkat penerimaan diri sedang dan 38,7% atau 12 responden memiliki tingkat penerimaan diri tinggi. Berdasarkan analisis data yang didapati pula Sig pengaruh syukur terhadap penerimaan diri $0,009 < 0,05$ dan nilai $2,792 > 2,045$. Serta nilai Sig untuk pengaruh syukur secara adalah sebesar $0,009 < 0,05$ dan nilai $7,793 > 4,17$. Dengan demikian, Syukur memiliki pengaruh yang kuat terhadap penerimaan diri remaja *broken home*. Persamaan dengan penelitian ini terletak pada variabel syukur dan penerimaan diri. Perbedaan dengan penelitian di atas adalah terletak pada subjek, peneliti terdahulu menggunakan anak *Broken Home* yang berada pada usia remaja di Masjid Baitul Hakiem, sedangkan penelitian yang dilakukan menggunakan subjek pada remaja yang tinggal di Pantu Asuhan.
5. Artikel yang dilakukan oleh Shinta Dumaris, Anizar Rahayu. Dengan judul **“Penerimaan Diri Dan Resiliensi Hubungannya Dengan Kebermaknaan Hidup Remaja Yang Tinggal Di Pantu Asuhan”** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan penerimaan diri dan resiliensi dengan kebermaknaan hidup remaja yang tinggal di pantu asuhan. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja yang tinggal di pantu asuhan Pelayanan Kasih Bhakti Mandiri Jakarta, adapun sampelnya berjumlah 108

orang yang diambil dengan teknik purposive sampling. analisis data diperoleh nilai R sebesar 0.695 yang berarti ada hubungan positif signifikan antara penerimaan diri dan resiliensi dengan kebermaknaan hidup, artinya semakin tinggi penerimaan diri dan resiliensi remaja panti asuhan, maka akan semakin tinggi kebermaknaan hidupnya. Dari uji stepwise ditemukan kontribusi variabel penerimaan diri dan resiliensi terhadap kebermaknaan hidup sebesar 48.2%, kontribusi penerimaan diri 45.5% dan resiliensi 2.7%. Persamaan dengan penelitian ini terletak pada variabel penerimaan diri dan subjek penelitian pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan adalah terletak pada variabel pemaafan, sedangkan penelitian yang dilakukan mengangkat variabel syukur dan penerimaan diri.

