

**PENERIMAAN DIRI DAN KEBERMAKNAAN HIDUP PADA REMAJA YANG  
TINGGAL DI PANTI ASUHAN SALATIGA  
*SELF-ACCEPTANCE AND MEANING OF LIFE OF TEENAGER IN  
SALATIGA ORPHANAGES***

**Melani Wasti Tanesib<sup>(1)</sup>, Arthur Huwae<sup>(2)</sup>**  
Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga<sup>(1,2)</sup>  
melaniwastitanesib@gmail.com<sup>(1)</sup>, arthur.huwae@uksw.edu<sup>(2)</sup>

**Abstrak:** Remaja yang tinggal di panti asuhan masih memandang bahwa hidup mereka kurang beruntung yang mengakibatkan ketidakbahagiaan, perasaan tidak berharga dan berbagai persoalan psikologis ketika tinggal di panti asuhan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh dari penerimaan diri terhadap kebermaknaan hidup pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Metode yang digunakan adalah metode kuantitatif dan dianalisis menggunakan korelasi Pearson. Sebanyak 61 remaja berusia 15-18 tahun yang tinggal di panti asuhan Salatiga lebih dari 3 tahun dijadikan partisipan penelitian dengan menggunakan teknik kuota sampling. Pengukuran penelitian menggunakan Skala Penerimaan diri ( $\alpha = 0,894$ ) dan *Meaning in Life Questionnaire* ( $\alpha = 0,801$ ). Hasil penelitian membuktikan bahwa penerimaan diri berhubungan positif signifikan dengan kebermaknaan hidup remaja yang tinggal di panti asuhan Salatiga ( $r = 0,423$  dengan sig. = 0,000), yang berarti bahwa semakin tinggi penerimaan diri maka semakin tinggi kebermaknaan hidup, dan sebaliknya, semakin rendah penerimaan diri maka semakin rendah kebermaknaan hidup. Ketika remaja yang tinggal di panti asuhan mampu menerima keadaannya dirinya yang meliputi kekurangan dan kelebihan yang dimiliki maka hal tersebut mampu membantu meningkatkan kebermaknaan pada hidup yang mereka jalani.

**Kata kunci:** Penerimaan Diri; Kebermaknaan Hidup; Remaja; Panti Asuhan

**Abstract:** Teenagers who live in orphanages still see their lives as less fortunate that results in feeling of unhappy, feeling worthless and various psychological problems while living in orphanages. Therefore, this study aims to see the effect of self-acceptance and the meaningfulness of life of teenagers in orphanage. The method used is quantitative and the data analyzed using Pearson correlation. A total of 61 teenagers aged 15-18 years who has been living in Salatiga orphanages more than 3 years were used as research participants using quota sampling techniques. The research measurement used the Self-Acceptance Scale ( $\alpha = 0.894$ ) and the Meaning in Life Questionnaire ( $\alpha = 0.801$ ). The result of the study proves that self-acceptance has a significant positive relationship with the meaning of life of teenagers in Salatiga orphanage ( $r = 0,423$  with sig. = 0,000), which means that the higher self-acceptance, the higher the meaning in life and vice versa, the lower self-acceptance, the lower the meaning in life. The application of self-acceptance to teenagers in orphanage help to increase the meaning of life they live.

**Keywords:** Self-Acceptance; Meaning of Life; Teenager; Orphanage.

## PENDAHULUAN

Jalan kehidupan setiap manusia tentunya berbeda-beda antar satu dengan lainnya. Keluarga merupakan tempat anak bergantung dari awal kehidupannya karena anak mempercayakan semua kebutuhan fisiologisnya untuk disediakan oleh orang tua (Nafisah dkk., 2018). Namun, tidak semua orang dapat merasakan kedekatan seperti itu dengan keluarga mereka. Terdapat banyak orang termasuk remaja yang harus merasakan kenyataan hidup yang pahit karena terpisah dari keluarganya sehingga fungsi dari keluarga tidak berjalan dengan baik dan mempengaruhi perkembangan remaja (Wulandari & Sulistiawati, 2016).

Saat anak-anak memasuki masa remaja, itu artinya mereka memasuki tahap *storm* dan stress, dimana pada masa tersebut merupakan masa di mana remaja mencari identitasnya dan mencari cara agar diterima oleh lingkungannya (Pramono & Astuti, 2017). Pada masa ini, remaja memerlukan perhatian, kasih sayang dan pendampingan orang tua untuk melewati masa transisi ini (Setiarini & Stevanus, 2021). Namun sayangnya, banyak remaja yang terpaksa kehilangan figur orang tua sehingga berdampak pada kurangnya kasih sayang dan dukungan dalam masa perkembangannya, hal tersebut disebabkan karena remaja kehilangan orangtuanya, *broken home*, krisis ekonomi keluarga, keluarga yang tidak harmonis dan faktor lainnya sehingga fungsi keluarga tidak berjalan dan remaja harus menjalani kerasnya kehidupan sendiri maupun harus tinggal di panti asuhan (Effendi & Haryati, 2022).

Panti asuhan anak ialah lembaga usaha kesejahteraan sosial yang

bertanggung jawab untuk menyediakan pelayanan kesejahteraan sosial untuk anak-anak terlantar dengan cara penyantunan dan pengentasan anak terlantar, menyediakan pelayanan pengganti orang tua/wali anak untuk memenuhi kebutuhan fisik, mental maupun sosial kepada anak asuh agar anak asuh bisa mendapatkan kesempatan yang luas, tepat dan juga memadai guna mengembangkan kepribadiannya sesuai dengan yang diharapkan yaitu sebagai bagian dari generasi penerus cita-cita bangsa dan juga sebagai manusia yang akan turut serta aktif dalam bidang pembangunan nasional (Depsos RI, dalam Afriani dkk., 2021). Berdasarkan data dari aplikasi Sistem Informasi Kesejahteraan Sosial-*Next Generation* (SIKS-NG) per Mei 2021, jumlah LKSA yang ada di Indonesia yaitu 3.914 dan tercatat bahwa ada 191.696 anak yang berada dalam pengasuhan LKS. Kehidupan remaja di panti asuhan juga tidak terlepas dari masalah psikologis. Hailegiorgis dkk. (2018) menemukan bahwa remaja yang tinggal di panti asuhan memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih rendah dibandingkan dengan remaja yang tinggal bersama keluarga. Saat berada di panti asuhan, kebutuhan biologis remaja lebih dipentingkan dari pada kebutuhan psikologisnya sehingga ditemukan bahwa penguhi panti asuhan merasa kurang sejahtera yang ditandai dengan emosi negatif berupa sedih 100%, marah 57,89%, jengkel 84,21%, susah belajar 5,26% dan kurang percaya diri 21,05% (Aesijah dkk., 2016).

Sebagai remaja yang tinggal di panti asuhan pastinya terdapat hal-hal yang mempengaruhi aspek-aspek perkembangan dalam kehidupan mereka. Berdasarkan hasil wawancara awal yang dilakukan terhadap 3

informan yang tinggal di panti asuhan Salatiga yang dilakukan pada September 2022, ditemukan bahwa informan merasa sedih karena hidup terpisah dari keluarga sehingga mereka merasa kurang bersemangat menjalani hidup. Selain itu, ditemukan bahwa remaja yang tinggal di panti asuhan juga merasa bahwa mereka adalah beban bagi keluarga sehingga informan harus ditempatkan di panti asuhan. Keberadaan mereka di panti asuhan juga membuat mereka merasa malu dengan keadaan mereka dan juga membuat mereka merasa berbeda dengan orang-orang yang tinggal di luar panti asuhan.

Setriani dan Stevanus (2021) menemukan bahwa ketika remaja menjalankan kehidupannya di panti asuhan, ada hambatan-hambatan yang ditemukan yaitu salah satunya krisis identitas diri yang merujuk pada menutup diri dari lingkungannya dan juga merasa minder dengan orang di sekitarnya. Terdapat penelitian yang juga menemukan bahwa remaja yang tinggal di panti asuhan memandang bahwa hidup yang dijalani tidak bermakna dan tidak berarti untuk dijalani sehingga mereka merasa tidak bahagia (Utami & Rista, 2021). Penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat persoalan kebermaknaan hidup yang dialami oleh remaja yang tinggal di panti asuhan.

Kebermaknaan hidup sendiri dapat dipahami sebagai sesuatu yang dirasa penting dalam kehidupan seseorang, berharga dan diyakini sebagai sesuatu yang benar sehingga dapat dijadikan sebagai tujuan dalam hidup (Siddik dkk., 2018). Kebermaknaan hidup dapat terbentuk karena dipengaruhi oleh kehidupan keagamaan dan filsafat sekuler, aktifitas

pekerjaan, menyukai dan menghayati kehidupan sebagai wujud keindahan, cinta kepada sesama dan pengalaman (Frankl, 1962). Seseorang yang mempunyai kebermaknaan hidup akan bertanggungjawab dan mengarahkan hidupnya, menunjukkan sikap yang optimis, tetap eksis dan juga mampu mengenali kelebihan dan kelemahan dalam hidupnya (Frankl, 1962). Kebermaknaan hidup juga dapat berpengaruh pada turunnya tingkat trauma, depresi dan juga keinginan bunuh diri (Gross,dkk., 2019). Sebaliknya jika individu tidak berhasil dalam menemukan dan memenuhi makna hidupnya, maka akan menimbulkan frustrasi ekstensial, dimana individu merasa tidak mampu lagi dalam mengatasi masalah-masalah personalnya secara efisien, merasa hampa, tidak bersemangat dan tidak lagi memiliki tujuan hidup (Bastaman, 2007).

Kebermaknaan hidup dipengaruhi beberapa faktor yaitu kualitas insani, hubungan mendalam antara individu dan sesamanya (*encounter*) dan pemenuhan nilai-nilai kehidupan dalam mengatasi, menerima dan menemukan makna penderitaan (Bastaman, 2007). Selain itu, faktor lain yang berpengaruh dalam pengembangan kebermaknaan hidup seseorang yaitu penerimaan diri dan resiliensi (Dumaris & Rahayu, 2019). Hal yang sama juga diungkapkan Zhou dan Xu (2019) bahwa penerimaan diri secara positif juga dapat memprediksi kebermaknaan hidup seseorang.

Individu yang telah menerima dirinya adalah individu yang sudah memiliki prinsip dalam hidupnya yang mana kritik dan masukan dari orang lain dapat diterima oleh dirinya, tidak merasa minder dengan keadaannya sekarang serta punya

keyakinan terhadap potensi yang ada padanya sehingga individu tidak akan merasa takut (Sheerer dalam Denmark 1973). Penerimaan diri terbentuk dari keyakinan akan kemampuan dan optimisme, pikiran yang positif, pandangan bahwa dirinya berharga, tidak malu dan tidak hanya memperhatikan dirinya, keberanian memikul tanggung jawab, berperilaku menggunakan norma, kemampuan menerima pujian dan celaan secara objektif dan tidak menyalahkan diri atas keterbatasan yang dimiliki (Sheerer dalam Denmark, 1973).

Penerimaan diri yang baik pada seseorang akan membuat dirinya mampu mengembangkan diri, mampu berinteraksi dengan sesama dan juga menjalin hubungan yang akrab dengan orang lain tanpa merasa terganggu dengan kekurangan yang dimiliki, karena individu tersebut berpikir bahwa semua orang memiliki kelemahan dan kekuatan (Wulandari & Sulistiawati, 2016). Penerimaan diri juga memiliki efek yang positif pada interaksi sosial seperti lebih sering berpikir positif mengenai diri sendiri maupun lingkungan serta pandangan orang lain tentang diri mereka sendiri dan menanamkan perasaan bahwa mereka memiliki hak yang sama dengan orang lain, terutama hak untuk berhasil yang sama dengan remaja lain (Pramono & Astuti, 2017). Sebaliknya, individu yang memiliki penerimaan diri yang buruk akan menyebabkan kekecewaan, kesedihan dan juga semangat dalam dirinya akan hilang hingga bahkan individu dapat kehilangan tujuan dalam hidupnya (Sulistyo dkk., 2022).

Penelitian-penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penerimaan diri memiliki keterkaitan dengan kebermaknaan hidup. Ketika individu mampu untuk menerima dirinya

sepenuhnya maka individu mampu untuk menemukan makna dalam perjalanan hidupnya. Namun sebaliknya, ketika individu belum dapat menemukan kebermaknaan hidup dalam hidupnya, hal ini dapat mengindikasikan bahwa individu belum menerima dirinya dengan seutuhnya. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Dumaris dan Rahayu (2019) terhadap remaja yang tinggal di panti asuhan menemukan bahwa terdapat hubungan positif antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup, yang berarti bahwa semakin tinggi penerimaan diri dalam diri remaja yang tinggal di panti asuhan, maka kebermaknaan dalam hidupnya juga akan semakin tinggi. Sulistyowati (2019) dalam penelitiannya terhadap mantan PSK di komunitas X Surakarta juga menemukan bahwa terdapat hubungan positif antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup. Namun, hal yang berbeda ditemukan oleh Agusti dan Primanita (2020) dalam penelitiannya terhadap mantan pengguna NAPZA di Sumatra Barat, bahwa penerimaan diri tidak memiliki keterhubungan dengan kebermaknaan hidup pada mantan pengguna NAPZA, yang berarti bahwa penerimaan diri tidak berkaitan dengan pembentukan makna hidup pada mantan pengguna NAPZA di Sumatra Barat. Penelitian ini menemukan bahwa kebermaknaan hidup mantan pengguna NAPZA di Sumatra Barat terbentuk karena adanya perhatian dan dukungan dari orang terdekat serta kedekatan individu dengan Tuhan.

Penelitian-penelitian sebelumnya telah menemukan bahwa terdapat pro dan kontra keterhubungan antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup namun peneliti tertarik untuk kembali meneliti hal ini karena

berdasarkan fakta yang ditemukan bahwa masih banyak remaja di panti asuhan yang masih memandang bahwa hidup mereka kurang beruntung dan akhirnya berimbas pada sulitnya menemukan kebermaknaan hidup, padahal kebermaknaan hidup dapat menuntun remaja yang tinggal di panti asuhan pada kebahagiaan dalam menjalankan kehidupan. Hal ini juga menyebabkan timbulnya berbagai persoalan psikologis dan ketidaksejahteraan dalam diri remaja dalam menjalankan kehidupan mereka di panti asuhan. Persoalan ini perlu ditandaklanjuti lewat penelitian untuk melihat apakah penerimaan diri dapat membantu remaja yang tinggal di panti asuhan dalam menemukan makna hidup sehingga bisa dijadikan solusi untuk mengatasi permasalahan psikologis remaja yang tinggal di panti asuhan, mengingat bahwa walaupun mereka berada di panti asuhan tetapi mereka layak untuk merasakan kebahagiaan dan kesejahteraan dalam menjalani hidup.

Selain hal-hal tersebut, penelitian-penelitian sebelumnya dilakukan sebelum terjadinya pandemi Covid-19, sehingga mengingat bahwa pandemi ini menimbulkan banyak perubahan dalam tatanan kehidupan sosial maupun juga kehidupan di panti asuhan. Selain itu, beberapa penelitian terdahulu menemukan bahwa pandemic mempengaruhi kesehatan mental remaja yang menurun, sehingga peneliti tertarik untuk mengetahui adakah keterbaharuan hasil dari hubungan kebermaknaan hidup dan penerimaan diri pada remaja yang tinggal di panti asuhan pasca terjadinya pandemic Covid-19.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup pada remaja yang tinggal di panti asuhan Salatiga. Kemudian, hipotesis

yang diajukan yaitu ada hubungan positif antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup pada remaja yang tinggal di panti asuhan Salatiga.

## METODE

### Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis kuantitatif dengan desain korelasional guna untuk melihat hubungan atau korelasi antara variabel bebas (penerimaan diri) dengan variabel terikat (kebermaknaan hidup) khususnya pada remaja yang tinggal di panti asuhan.

### Partisipan Penelitian

Pada penelitian ini menggunakan teknik *quota sampling* yang merupakan sebuah teknik sampel dengan mengambil dari populasi yang memiliki ciri-ciri tertentu sampai jumlah kuota yang diinginkan (Sugiyono, 2018). Partisipan dalam penelitian ini adalah 61 remaja yang tinggal di 5 panti asuhan di Salatiga. Kriteria inklusi partisipan yaitu remaja yatim piatu yang tinggal di panti asuhan yang berada di Salatiga selama minimal 3 tahun dengan rentang usia 15-18 tahun.

### Skala Penelitian

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan dua skala psikologi yang masing-masing mengukur penerimaan diri dan kebermaknaan hidup. Metode pengumpulan data dilakukan dengan menyebar secara langsung kuesioner kepada partisipan penelitian di 5 panti asuhan di Salatiga. Penerimaan diri diukur menggunakan *Berger Self-Acceptance Scale* berdasarkan aspek-aspek penerimaan diri yang dikemukakan oleh Sheerer (Denmark, 1973). Skala penerimaan diri kemudian diterjemahkan ke dalam bahasa

Indonesia oleh peneliti dan divalidasi oleh *expert judgement*. Skala penerimaan diri terdiri dari 36 item dengan menggunakan lima pilihan jawaban dari skala Likert yaitu sangat tidak sesuai (STS), dan tidak sesuai (TS), ragu-ragu (R), sesuai (S), dan sangat sesuai (SS). Contoh item dari skala penerimaan diri yaitu “*Saya melihat bahwa sebagian besar perasaan dan dorongan yang saya miliki kepada orang lain merupakan hal yang wajar dan dapat diterima*”. Hasil uji seleksi item, diperoleh 28 item yang lolos dengan nilai daya diskriminasi item berkisar antara 0,323-0,635 dan nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0,894 yang tergolong sangat reliabel.

Kemudian kebermaknaan hidup dalam penelitian ini diukur menggunakan *Meaning in Life Questionnaire* yang dikembangkan oleh Steger dkk., (2006) berdasarkan aspek-aspek kebermaknaan hidup yang dikemukakan oleh Frankl (1962), yaitu kebebasan berkehendak, kehendak hidup bermakna, dan makna hidup. Skala kebermaknaan hidup kemudian diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh peneliti sesuai konteks partisipan penelitian dan divalidasi oleh *expert judgement*. Skala kebermaknaan hidup terdiri dari 10 item dengan menggunakan lima pilihan jawaban dari skala Likert, yaitu sangat tidak sesuai (STS), dan tidak sesuai (TS), ragu-ragu (R), sesuai (S), dan sangat Sesuai (SS). Contoh item dari skala kebermaknaan hidup yaitu “*Saya selalu mencari sesuatu yang membuat hidup saya terasa bermakna*”. Hasil uji seleksi item, diperoleh 9 item yang lolos dengan nilai item total korelasi berkisar antara 0,384-0,634 dan nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0,802 yang tergolong sangat reliabel.

### Teknik Analisis Data

Analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis penelitian menggunakan uji korelasi *product moment* dari *Karl Pearson*. Sebelum uji korelasi dilakukan terlebih dahulu akan dilakukan uji analisis deskriptif dan uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas dan linieritas. Pengujian seluruh data akan dilakukan menggunakan bantuan program komputer *IBM SPSS Statistic seri 25 for Windows*.

### HASIL

Partisipan yang terlibat dalam penelitian ini berasal dari 5 panti asuhan yang ada di Salatiga yaitu panti asuhan Salib Putih, panti asuhan Terang Anak Bangsa, panti asuhan Pak Yakobus, panti asuhan Darul Hadlanah dan panti asuhan Puteri Aisyiyah. Partisipan terdiri dari 24 remaja perempuan dan 37 remaja laki-laki. Data demografi partisipan secara jelas dijasikan pada tabel 1 dibawah ini.

**Tabel 1.** Data Demografi Partisipan

Karakteristik Partisipan	Frekuensi	Persentase
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	24	39%
Perempuan	37	61%
<b>Total</b>	<b>61</b>	<b>100%</b>
<b>Asal Panti Asuhan</b>		
Panti Asuhan Salib Putih	10	16%
Panti Asuhan Terang Anak Bangsa	8	13%
Panti Asuhan Pak Yakobus	18	30%
Panti Asuhan Darul Hadlanah	9	15%
Panti Asuhan Puteri Aisyiyah	16	26%
<b>Total</b>	<b>61</b>	<b>100%</b>
<b>Usia</b>		
15 tahun	21	34%
16 tahun	17	28%
17 tahun	14	23%
18 tahun	19	15%
<b>Total</b>	<b>61</b>	<b>100%</b>
<b>Lamanya Tinggal di Panti</b>		
3-5 tahun	28	46%
6-10 tahun	24	39%
> 10 tahun	9	15%
<b>Total</b>	<b>61</b>	<b>100%</b>

### Analisis Deskriptif

Pada Tabel 2, skor penerimaan diri dan skor kebermaknaan hidup dikategorikan menggunakan standar hipotetik yang disusun oleh peneliti.

Skor penerimaan yang diperoleh oleh sebagian besar remaja yang tinggal di panti asuhan Salatiga berada pada kategori sedang dengan persentase 65,6% (rata-rata 91,18 dan standar deviasi 17,087). Sedangkan, skor kebermaknaan hidup yang diperoleh oleh sebagian besar remaja yang tinggal di panti asuhan Salatiga berada pada kategori tinggi dengan persentase 67,2% (rata-rata 35,08 dan standar deviasi 4,727).

**Tabel 2.** Kategorisasi Variabel Penelitian

Variabel	Rata-rata	SD	Persentase	Keterangan
Penerimaan Diri	91,18	17,087	65,6%	Sedang
Kebermaknaan Hidup	35,08	4,727	67,2%	Tinggi

### Uji Asumsi Normalitas

Dari hasil uji normalitas pada Tabel 3, diperoleh nilai K-S-Z variabel penerimaan diri sebesar 0,108 dengan sig. 0,076 ( $p > 0,05$ ), dan nilai K-S-Z variabel kebermaknaan hidup sebesar 0,100 dengan sig. 0,200 ( $p > 0,05$ ). Nilai signifikansi masing-masing variabel yang lebih dari 0,05, menunjukkan bahwa data variabel penerimaan diri dan kebermaknaan hidup berdistribusi normal.

**Tabel 3.** Uji Normalitas *Kolmogorov Smirnov-Z*

Variabel	K-S-Z	Signifikan	Keterangan
Penerimaan Diri	0,108	0,076	Normal
Kebermaknaan Hidup	0,100	0,200	Normal

### Uji Asumsi Linieritas

Dari hasil uji linieritas pada Tabel 4, diperoleh nilai  $F_{hitung}$  sebesar 12,350 dengan sig. 0,002 ( $p < 0,05$ ) yang menunjukkan hubungan antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup pada remaja yang tinggal di panti asuhan di Salatiga adalah linier.

**Tabel 4.** Uji Linieritas ANOVA

	F	Sig	Keterangan
Linearity	12,350	0,002	Linier

### Uji Hipotesis

Dari perhitungan uji korelasi *Karl Pearson* pada Tabel 5, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,423 dengan sig. 0,000 ( $p < 0,01$ ). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif signifikan antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup pada remaja yang tinggal di panti asuhan di Salatiga. Artinya, semakin tinggi penerimaan diri yang dimiliki, maka kecenderungan menemukan kebermaknaan hidup yang ada dalam diri remaja yang tinggal di panti asuhan Salatiga semakin tinggi. Sumbangan yang diberikan oleh penerimaan diri terhadap variabel kebermaknaan hidup sebesar 17,9% ( $r^2$ ), artinya penerimaan diri menjadi salah satu faktor yang cukup kuat berhubungan dengan kebermaknaan hidup remaja yang tinggal di panti asuhan Salatiga.

**Tabel 5.** Uji Korelasi *Karl Pearson*

Variabel	r	Sig.	Keterangan
Penerimaan Diri – Kebermaknaan Hidup	0,423**	0,000	Diterima

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan diawal penelitian diterima, yaitu terdapat hubungan positif signifikan antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi penerimaan diri maka akan semakin tinggi pula kebermaknaan hidup pada remaja yang tinggal di panti asuhan Salatiga. Hasil penelitian ini terbukti sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sulistiyowati (2019) yang menyatakan bahwa kebermaknaan hidup dapat ditemukan ketika seorang

individu mampu menerima dirinya sendiri.

Penerimaan diri diartikan sebagai sikap positif seseorang terhadap karakteristik mereka, menerima setiap perubahan, kritik dan pilihan hidup yang terjadi di masa lalu, serta kemauan untuk tetap bertahan dan menjalani keadaan tersebut (Pambudi & Darmawanti, 2022). Berdasarkan hasil analisis deskriptif, penerimaan diri partisipan penelitian, dalam hal ini remaja yang tinggal di panti asuhan Salatiga, kebanyakan berada pada kategori sedang dengan persentase 65,6% yang mengindikasikan bahwa kebanyakan remaja yang tinggal di panti asuhan Salatiga sudah cukup menerima diri mereka sendiri. Seseorang yang telah menerima diri dengan baik dapat jauh lebih mampu dalam menekan dan menyesuaikan kondisi emosionalnya dengan realitas yang dihadapi dalam kehidupan (Winarsih dkk., 2020).

Penerimaan diri memiliki sembilan aspek yaitu berperilaku menggunakan norma dan standar hidupnya, memiliki keyakinan terhadap kemampuan dan optimisme dalam menghadapi kehidupan, berani memikul tanggung jawab terhadap perilaku, mampu menerima pujian dan celaan secara objektif, tidak merasa bersalah atas kekurangan diri ataupun mengingkari kelebihan yang dimiliki, menganggap dirinya berharga dan sederajat dengan orang lain, berpikir positif dan tidak menganggap orang lain menolak dirinya, tidak menganggap dirinya berbeda atau tidak normal dengan orang lain, dan yang terakhir tidak malu dan tidak rendah diri.

Individu yang menjalani hidup dengan standarnya sendiri, optimis dalam menghadapi kehidupan serta berani bertanggung jawab terhadap

perilaku diidentifikasi sebagai individu yang telah menerima dirinya sehingga dengan begitu mereka mampu untuk menemukan kebermaknaan dalam hidupnya sendiri. Individu yang menerima dirinya ditandai dengan perasaan sadar terhadap standar-standar dan pengetahuan terhadap dirinya tanpa terpaku pada apa yang orang lain katakan terhadap dirinya (Permatasari & Gamayati, 2016). Hal ini juga sejalan dengan Shofiefany (2022) yang mengatakan bahwa penerimaan diri merupakan sebuah tahap awal sebagai gerbang bagi individu untuk mengembangkan diri dan menghayati hidup yang dijalani. Bila kebermaknaan hidup berhasil dicapai, individu akan merasakan kehidupan yang berarti dan dan berujung pada timbulnya perasaan bahagia serta dengan adanya kebermaknaan hidup individu akan merasa dirinya dicintai, diinginkan, dihargai, dan diterima sehingga individu mampu menghargai dirinya sendiri (Effendi & Haryati 2022).

Seorang individu yang mampu untuk menerima pujian ataupun kritikan secara objektif, tidak menyalahkan diri atas kekurangan ataupun kelebihan serta menganggap dirinya berharga dan sederajat dengan orang lain juga menunjukkan bentuk dari penerimaan diri. Individu yang berhasil menerima dirinya tanpa menghakimi, menyalahkan, mengkritik pikiran, perasaan dan emosinya maka akan jauh lebih mudah bagi dirinya untuk mengatur dan menjaga keseimbangan diri dan kedamaian batin (Xu dkk., 2016). Bentuk penerimaan diri seperti itu yang menghantarkan individu untuk menemukan kebermaknaan dalam hidupnya. Hal ini sejalan dengan Pratiwi dan Bahari (2017) yang mengatakan bahwa individu yang mampu untuk mencintai dan menerima

cinta kasih orang lain maupun menerima celaan merupakan salah satu yang dapat menjadikan hidup ini bermakna.

Kebermaknaan hidup diartikan sebagai sesuatu yang dirasa penting, berharga dan diyakini sebagai sesuatu yang benar serta dapat menjadi tujuan hidupnya (Utomo & Meiyuntari, 2015). Kebermaknaan hidup pada remaja yang tinggal di panti asuhan Salatiga termasuk kategori tinggi dengan persentase 67,2% sehingga hal ini mengindikasikan bahwa remaja yang tinggal di panti asuhan Salatiga telah mampu dalam menghayati setiap perjalanan hidup mereka serta menentukan tujuan dalam hidup mereka. Remaja yang dapat menemukan kebermaknaan hidup akan membuat mereka dalam mengambil hikmah positif dari setiap kejadian yang terjadi dalam kehidupan mereka, dapat menghargai diri sendiri sehingga mereka dapat bangkit dan mengatasi setiap permasalahan yang dialaminya dalam kehidupannya (Effendi & Haryati, 2022). Maka dari itu, penerimaan diri merupakan salah satu faktor yang dapat membantu individu untuk menemukan kebermaknaan hidup.

Seseorang dikatakan sudah menerima dirinya sendiri ketika ia mampu untuk berpikir positif dan tidak menganggap orang lain menolak dirinya. Papalia dan Martorell (2021) menyatakan bahwa ketika seseorang menerima dirinya maka ia akan mempertahankan perasaan positif tentang dirinya sendiri, merangkul setiap aspek positif maupun negatif yang bersifat multidimensi seperti puas dengan pilihan hidupnya pada masa lampau. Penerimaan diri juga berarti bahwa individu tidak menganggap dirinya berbeda dari orang lain atau

tidak normal. Piran, dkk. (2017) menyatakan bahwa seorang individu yang memiliki penilaian yang positif terhadap dirinya akan menyukai dan menerima keadaan dirinya sehingga mereka akan mengembangkan rasa percaya diri, harga diri, dan dapat melakukan interaksi sosial secara tepat. Individu yang dapat menerima dirinya juga akan hidup dengan hal-hal positif, mampu berpikir dan bertindak dengan positif, mengabaikan segala pendapat-pendapat yang bersifat negatif orang lain terhadap dirinya, mampu bersosialisasi dengan lingkungan dan dapat mencapai proses aktualisasi diri yang baik (Sang dkk., 2022). Individu yang menerima diri mampu bersosialisasi dengan lingkungan sekitar juga dapat membantu dalam menemukan kebermaknaan hidupnya. Hal ini sejalan dengan Bastaman (dalam Putri dkk, 2022) yang menyatakan bahwa hidup yang bermakna merupakan hidup yang bermanfaat bukan hanya untuk diri sendiri melainkan untuk lingkungan sosialnya juga.

Individu yang tidak malu pada dirinya sendiri dan tidak rendah diri juga termasuk dalam individu yang telah mampu menerima dirinya sendiri. Hal ini sejalan dengan Shereer (dalam Piran, 2017) bahwa individu yang tidak malu dan tidak rendah diri mempunyai orientasi keluar dirinya sehingga mereka mampu menuntun langkahnya untuk dapat bersosialisasi dan menolong sesamanya tanpa melihat atau mengutamakan dirinya sendiri. Penerimaan diri yang diwujudkan melalui pandangan-pandangan positif pada diri maupun lingkungan dapat membantu individu untuk menemukan kebermaknaan hidup. Hal tersebut didukung dengan penelitian dari Mony (2021) yang menyatakan bahwa seseorang yang mampu menyesuaikan

diri dengan lingkungan merupakan individu yang mampu memberikan makna pada setiap lembar kehidupannya dan mempunyai pegangan dalam hidup dalam mencapai tujuan hidupnya.

Melalui penelitian ini, dapat diketahui bahwa penerimaan diri memiliki keterhubungan dengan kebermaknaan hidup pada remaja yang tinggal di panti asuhan Salatiga. Seseorang yang mampu menerima diri dan menemukan kebermaknaan dalam kehidupannya akan mencapai kesejahteraan dalam hidupnya (Ryff, dalam Hardjo dkk., 2020). Orang (2018) berpendapat bahwa menemukan makna dalam kehidupan dianggap sebagai faktor terpenting dalam mental kesehatan dan kebahagiaan. Maka dari itu kebermaknaan hidup yang berhasil ditemukan oleh remaja yang tinggal di panti asuhan melalui penerimaan diri akan menuntun mereka pada kebahagiaan dan kesejahteraan dalam menjalani hidup.

Penelitian mengenai penerimaan diri dan kebermaknaan hidup pada remaja yang tinggal di panti asuhan Salatiga ini tidak terlepas dari keterbatasan khususnya dalam mengungkap faktor-faktor selain penerimaan diri yang dapat membentuk kebermaknaan hidup remaja yang tinggal di panti asuhan sehingga diharapkan peneliti selanjutnya untuk dapat meneliti lebih lanjut mengenai kebermaknaan hidup dan faktor yang membentuk kebermaknaan hidup itu sendiri sehingga mampu membantu remaja yang tinggal di panti asuhan untuk lebih meningkatkan kebermaknaan hidup mereka.

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, maka

dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup pada remaja yang tinggal di panti asuhan Salatiga. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi penerimaan diri pada remaja yang tinggal di panti asuhan Salatiga maka akan semakin tinggi pula kebermaknaan hidup yang ditemukan. Ketika seorang remaja yang tinggal di panti asuhan mampu menerima diri mereka seutuhnya maka dapat membantu mereka untuk menemukan makna dalam kehidupannya. Penelitian ini juga menemukan bahwa tingkat penerimaan diri dari kebanyakan partisipan penelitian berada pada kategori sedang, sedangkan tingkat kebermaknaan hidup berada pada kategori tinggi. Penerimaan diri memiliki sumbangan efektif sebesar 17,9% terhadap kebermaknaan hidup, sehingga dapat diasumsikan bahwa penerimaan diri merupakan salah satu faktor yang memiliki hubungan kuat dengan kebermaknaan hidup.

Adapun saran yang perlu disampaikan bagi remaja yang tinggal di panti asuhan, diharapkan untuk dapat menerima diri seutuhnya yang meliputi kelebihan maupun kekurangan yang ada pada diri masing-masing sehingga kedepannya remaja mampu untuk menemukan kebermaknaan hidup yang dapat mengantarkan remaja pada kesejahteraan dan kebahagiaan dalam menjalankan hidup di panti asuhan. Kemudian, bagi penelitian selanjutnya, diharapkan untuk meneliti lebih lanjut mengenai faktor-faktor lain apa saja yang mampu untuk membentuk kebermaknaan hidup pada remaja yang tinggal di panti asuhan serta mempertimbangkan latar belakang dari partisipan untuk melihat apakah perbedaan latar belakang mampu mempengaruhi kebermaknaan hidup

yang dimiliki oleh remaja yang tinggal di panti asuhan.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Aesijah, S., Prihartanti, N., & Pratisti, W. D. (2016). Pengaruh Pelatihan Regulasi Emosi Terhadap Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan Yatim Piatu. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1), 39-47.
- Bastaman, H. D. (2007). Logoterapi: Psikologi Untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna, Jakarta: PT. Raja Grafindo.
- Denmark, K. L. (1973). Self-acceptance and Leader Effectiveness. In *Journal of Extension*. 11(4), 6–12.
- Dumaris, S., & Rahayu, A. (2019). Penerimaan Diri dan Resiliensi Hubungannya Dengan Kebermaknaan Hidup Remaja Yang Tinggal di Panti Asuhan. *Ikra-Ith Humaniora: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 3(1), 71-77.
- Effendi, F. A., & Haryati, E. (2022). Hubungan Kebermaknaan Hidup dengan Resiliensi pada Remaja di Panti Asuhan Bani Adam-As Medan. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 5(1), 814-819.
- Frankl, V. E. (2003). Logoterapi: Terapi Psikologi Melalui Pemaknaan Eksistensi. *Yogyakarta: Kreasi Wacana*.
- Gross, G. M., Laws, H., Park, C. L., Hoff, R., & Hoffmire, C. A. (2019). Meaning in Life Following Deployment Sexual Trauma: Prediction of Posttraumatic Stress Symptoms, Depressive Symptoms, And Suicidal Ideation. *Psychiatry research*, 278, 78-85.
- Hailegiorgis, M. T., Berheto, T. M., Sibamo, E. L., Asseffa, N. A., Tesfa, G., & Birhanu, F. (2018). Psychological Wellbeing of Children at Public Primary Schools in Jimma Town: An orphan and Non-orphan Comparative Study. *PloS one*, 13(4), e0195377.
- Hardjo, S., Aisyah, S., & Mayasari, S. I. (2020). Bagaimana Psychological Well Being pada Remaja? Sebuah Analisis Berkaitan Dengan Faktor Meaning in Life. *Jurnal Diversita*, 6(1), 63-76.
- Hurlock, E. B. (1991). Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (Terjemahan oleh Istiwidayanti dan Soedjarwo). *Jakarta: Penerbit Erlangga*.
- Mony, W., Kardo, R., & Adison, J. (2021). Hubungan Dukungan Sosial dengan Kebermaknaan Hidup pada Penyandang Tuna Netra di Panti Sosial Bina Netra” Tuah Sakato” Padang. *Edumaspul: Jurnal Pendidikan*, 5(1), 320-326.
- Nafisah, A., Hendriyani, R., & Martiarini, N. (2018). Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Self Compassion Remaja di Panti Asuhan. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 10(2), 160-166.
- Orang, S., Hashemi Razini, H., Ramshini, M., & Orang, T. (2018). Investigating the Meaning of Life and Psychological Well-Being, in Youth, Adults, and Elderly (A Comparative Study of Three Age Groups). *Iranian Journal of Ageing*, 13(2), 182-197.
- Pambudi, H. B., & Darmawanti, I. (2022). Gambaran Penerimaan Diri pada Remaja Yatim/Piatu. *Character:*

- Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(8), 23-33.
- Papalia, Diane E., & Martorell, G. (2021). Experience Human Development. In *McGraw-Hill Education* (Fourteenth). McGraw-Hill Education. <https://id1lib.org/book/5658773/ad59b6>
- Piran, A. Y. A., Yuliwar, R., & Ka'arayeno, A. J. (2017). Hubungan Antara Penerimaan Diri dengan Kepercayaan Diri dalam Interaksi Sosial pada Remaja Penyandang Cacat Fisik di Panti Asuhan Bhakti Luhur Kecamatan Sukun Malang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 2(1).
- Pratiwi, I. W., and R. J. P. Bahari. 2017. "Kebermaknaan Hidup Pemulung di Jakarta." *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Pengembangan SDM*, 6(1):21-36.
- Permatasari, V., & Gamayanti, W. (2016). Gambaran Penerimaan Diri (Self-Acceptance) pada Orang yang Mengalami Skizofrenia. *Psynpathic, Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(1), 139-152.
- Putri, P., Rifayanti, R., & Kristanto, A. A. (2022). Tingkat Religiusitas dengan Kebermaknaan Hidup pada Survivor COVID-19. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(3), 566-574.
- Pramono, R. B., & Astuti, D. (2017). Cognitive Behavioral Therapy as an Effort to Improve Self Acceptance of Adolescents in Orphanage. *The Open Psychology Journal*, 10, 161-169.
- Pramono, R. B., & Astuti, D. (2017). Cognitive Behavioral Therapy as an Effort to Improve Self Acceptance of Adolescents in Orphanage. *The Open Psychology Journal*, 10(1).
- Reber, Arthur. S & Emile S. Reber. 2010. *Kamus Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Sang, M. E. L., Junias, M. S., & Anakaka, D. L. (2022). Self Acceptance in Stay at Home and Orphanage Teens. *Journal of Health and Behavioral Science*, 4(3), 411-421.
- Setiarini, M., & Stevanus, K. (2021). Dinamika Psikologis Remaja di Panti Asuhan: Studi Fenomenologi. *DIEGESIS: Jurnal Teologi Kharismatika*, 4(1), 10-20.
- Shofiefany, N.C. (2022). Hubungan antara Penerimaan Diri dengan Kebermaknaan Hidup pada Penyandang Tunanetra Anggota Komunitas Sahabat Mata Semarang. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Walisongo.
- Siddik, I. N., Oclaudya, K., Ramiza, K., & Nashori, F. (2018). Kebermaknaan hidup odha ditinjau dari ikhlas dan dukungan sosial. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*, 3(1), 98-114.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the Presence of and Search for Meaning in Life. *Journal of counseling psychology*, 53(1), 80.
- Sugiyono, D. (2010). Metode Penelitian Kuantitatif dan R&D. *Bandung: Alfabeta*.
- Sulistyo, S. I., Suwarni, E., & Novianti, M. (2022). Pengaruh Penerimaan Diri Terhadap Tingkat Stress Pada Orang Tua yang Memiliki Anak Cerebral Palsy di Yayasan Sayap

- Ibu Banten (Unit Pelayanan Disabilitas) Tangerang Selatan. *Fakultas Psikologi Universitas Al Azhar Indonesia*.
- Sulistiyowati, E. (2019). Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Makna Hidup Pada Mantan Pekerja Seks Komersial (PSK) di Komunitas X Surakarta. *Doctoral Dissertation*. Universitas Setia Budi, Surakarta.
- Utami, A. B., & Rista, K. (2021). Forgiveness, Kebermaknaan Hidup Dan Kebahagiaan Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan. *INNER: Journal of Psychological Research*, 1(3), 112-119.
- Utomo, R. H. R. P., & Meiyuntari, T. (2015). Kebermaknaan Hidup, Kestabilan Emosi dan Depresi. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 4(03).
- Winarsih, M., Nasution, E. S., & Ori, D. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Penerimaan Diri Orang Tua yang Memiliki ABK di SLB Cahaya Pertiwi Kota Bekasi. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 4(2), 73-82.
- Wulandari, A. R., & Sulistiawati, L. K. (2016). Peran Penerimaan Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Konsep Diri Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan di Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3(3), 509-518.
- Xu, W., Oei, T. P., Liu, X., Wang, X., & Ding, C. (2016). The Moderating and Mediating Roles of Self-Acceptance and Tolerance to Others in the Relationship Between Mindfulness and Subjective Well-Being. *Journal of health psychology*, 21(7), 1446-1456.
- Zhou, Y., & Xu, W. (2019). The Mediator Effect of Meaning in Life in the Relationship Between Self-Acceptance and Psychological Wellbeing Among Gastrointestinal Cancer Patients. *Psychology, Health & Medicine*, 24(6), 725-731.