



GAMBARAN PENERIMAAN DIRI PADA LANSIA DI INDONESIA

Fildzah Malahati

Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Email : fildzahmalahati@unisayogya.ac.id

Article History:

Received: 25-02-2023

Revised: 03-03-2023

Accepted: 11-03-2023

Keywords:

Penyesuaian Diri,

Lansia, Literature

Review

Abstract: Memasuki fase lanjut usia merupakan hal yang tidak dapat dihindari. Individu yang memasuki masa lanjut usia menghadapi berbagai perubahan, baik masalah fisik maupun masalah psikis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran penerimaan diri pada lansia dengan menggunakan metode literature review. Metode literature review yang dilakukan adalah dengan melakukan penelusuran pada data base Garuda dan Google Scholar dari tahun 2013-2023 dengan jumlah artikel yang memenuhi kriteria ($n=12$). Hasilnya adalah penerimaan diri pada lansia berhubungan secara signifikan dengan dukungan sosial, dukungan emosional keluarga, positive thinking, successful aging dan penyesuaian diri, aging proses, dan konsep diri. Untuk meningkatkan penyesuaian diri lansia, terdapat beberapa intervensi yang dapat diberikan seperti konseling individu dengan pendekatan gestalt dan kegiatan religious seperti konseling dan dzikir. Faktor faktor yang mempengaruhi penerimaan diri pada lansia dapat digolongkan menjadi dua, yaitu faktor eksternal dan faktor internal.

© 2023 SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah

PENDAHULUAN

Memasuki masa lanjut usia merupakan fase yang pasti akan dilewati oleh setiap manusia. Secara alamiah, setiap manusia akan mengalami fase tersebut. Lansia merupakan suatu periode penutup dalam rentang hidup seseorang, yaitu periode dimana ketika seseorang sudah beranjak jauh dari periode terdahulu yang lebih menyenangkan atau berganti waktu dari yang penuh bermanfaat (Akbar et al. 2021). Penuaan merupakan hal yang normal yang diikuti perubahan fisik dan juga tingkah laku yang bisa terjadi pada semua orang saat mereka sudah mencapai usia pada perkembangan kronologis tertentu (Kusumawardani and Andanawarih 2018). Menurut undang undang No. 13 Tahun 1998, seseorang dikatakan sebagai lansia jika sudah berusia 60 tahun.

Menurut Direktorat Jenderal Kependudukan dan Pencatatan Sipil (Dukcapil), ada 30,16 juta jiwa penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia pada 2021. Penduduk lansia adalah mereka yang berusia 60 tahun ke atas. Kelompok ini persinya mencapai 11,01% dari total penduduk Indonesia yang berjumlah 273,88 juta jiwa (Kusnandar 2022). Pada tahun 2022, Data Susenas memperlihatkan bahwa sebanyak 10,48 persen penduduk

merupakan lansia (Badan Pusat Statistik 2022). Dengan demikian, terdapat penurunan jumlah lansia dari tahun sebelumnya.

Individu yang memasuki masa lanjut usia menghadapi berbagai perubahan, baik masalah fisik maupun masalah psikis. Masa lansia ditandai dengan perubahan yang dialami antara lain tumbuhnya uban, kulit yang mulai keriput, berat badan menurun, tanggalnya gigi sehingga sulit makan. Selain itu, terdapat pula perubahan-perubahan yang mempengaruhi kehidupan psikologis lansia seperti perasaan dikucilkan, tidak lagi dibutuhkan, tidak manusiawi untuk menerima kenyataan baru dan perubahan terkait interaksi lansia dengan lingkungan sosial (Munandar 2001).

Perubahan yang dihadapi lansia dapat mempengaruhi kehidupan sehari-hari, baik kehidupan dirumah maupun dalam kehidupan sosial bermasyarakat. Lansia terkadang tidak mampu atau belum siap menghadapi masa tua dengan segala permasalahan yang dihadapi. Perubahan yang terjadi pada lansia menuntut lansia untuk dapat menyesuaikan diri mengikuti perkembangannya. Perubahan yang terjadi pada lansia menuntut lansia untuk dapat menyesuaikan diri dengan tugas-tugas yang mengikuti perkembangannya. Salah satu hal yang harus dimiliki agar lansia dapat menyesuaikan diri adalah kemampuan menerima diri dan lingkungan dengan baik.

Menurut Ellis dan Bernard (Bernard 2013), penerimaan diri adalah kemampuan individu secara penuh dan tanpa syarat menerima dirinya terlepas apakah dia telah berperilaku cerdas, benar atau kompeten dan apakah orang lain menyetujui, menghormati atau mencintai. Penerimaan tanpa syarat dapat diartikan bahwa individu tersebut yakin bahwa keberadaan dirinya berharga terlepas dari pandangan orang lain. Selain itu individu menyadari bahwa manusia bisa salah dan tampil tidak sempurna sehingga mereka sadar dan menerima kesalahan atau kekurangan. Faktor-faktor yang dapat membantu penerimaan diri lansia antara lain dukungan sosial seperti keluarga, pemahaman diri yang baik, nilai-nilai religiusitas, sikap masyarakat sekitar yang mendukung kehadiran mereka, kesehatan, dan ekonomi (Sangian, Wowiling, and Malara 2017; Ajisuksmo and Permatasari 2021; Triningtyas and Muhayati 2018).

Lansia yang mampu meningkatkan penerimaan diri diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup lansia sehingga mampu produktif dan bermanfaat di usia senjanya. Penting bagi lansia untuk menerima diri sehingga dapat mencapai tugas perkembangannya, seperti ego-integrity, kebahagiaan, keutuhan abadi, memiliki hubungan yang baik dengan orang lain seperti keluarga, menerima dan memahami bahwa setiap insan manusia memiliki kelebihan maupun kekurangan. Dengan demikian, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian menggunakan literature review dengan tujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran penerimaan diri pada lansia.

LANDASAN TEORI

Penerimaan diri individu (Syarif, 2010) adalah sikap dalam menilai diri dan keadaannya secara objektif, sehingga mampu menerima segala yang ada pada dirinya termasuk kelebihan-kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki. Penerimaan diri adalah hal yang penting dalam kondisi psikologis seseorang dan merupakan pendapat yang positif terhadap dirinya sendiri (Ryff and Singer 2008). Erikson (D. K. Putri, Krisnatuti, and Puspitawati 2019) menyatakan bahwa di masa ini, seseorang memiliki tugas perkembangan psikososial yaitu *ego-integrity vs despair*. *Ego-integrity* merupakan proses untuk melakukan kebijaksanaan dalam merefleksikan kehidupan yang sudah dilalui sebagai sebuah kesuksesan. Bukan sebuah Proses yang mudah untuk bisa sampai pada tahap tersebut, sehingga ketika lansia sudah mampu meneruma diri maka lansia akan

merasakan keutuhan pribadi (*enduring wholesome*) (Westerhof, Bohlmeijer, and McAdams 2015).

Terdapat dua aspek penerimaan diri, yaitu 1) kesadaran diri dan penghargaan akan karakteristik positif serta pengembangan potensi (Kepribadian, karakteristik budaya, bakat, agama, keluarga), dan 2) Penerimaan tanpa syarat meskipun memiliki kekurangan, melakukan kesalahan atau kegagalan, mendapatkan kritik atau mengalami penolakan dari orang lain (Bernard 2013).

Hurlock (Selvi and Sudraji 2017) mengemukakan bahwa ada 10 faktor yang mempengaruhi penerimaan diri, yaitu: 1) Pemahaman diri, 2) Harapan realistis, 3) Tidak ada hambatan lingkungan, 4) Sikap masyarakat yang menyenangkan, 5) Tidak memiliki gangguan emosional yang berat, 6) Keberhasilan yang dialami, 7) Mengidentifikasi diri dengan orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik, 8) Perspektif diri yang positif, 9) Konsep diri yang stabil. 10) Pola asuh. Penerimaan diri menjadi kajian penting pada lansia.

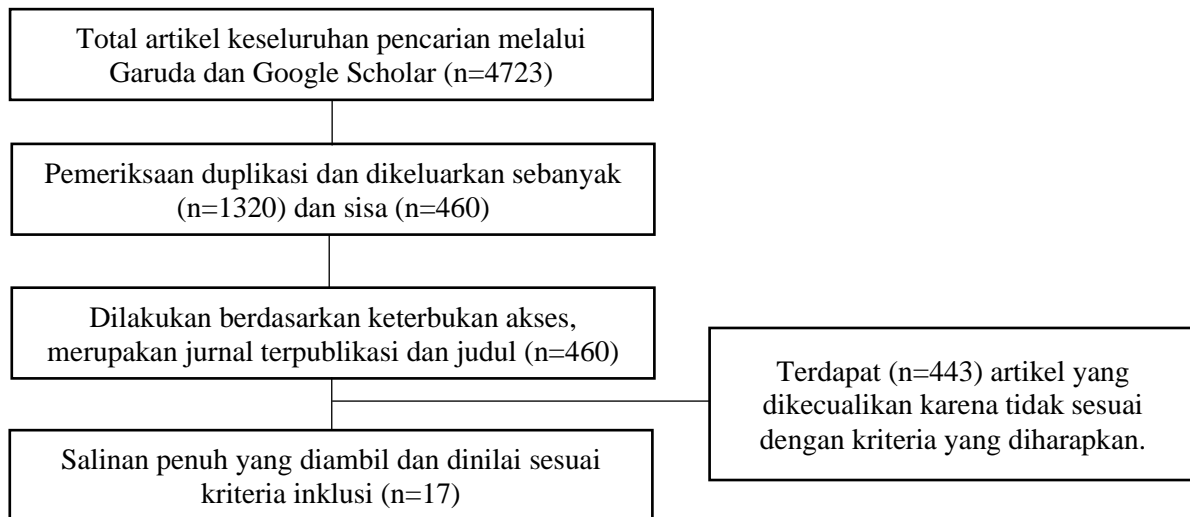
METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian dengan kajian *literature review*. *Literature review* diidentifikasi sebagai alat yang ampuh untuk mensintesis literatur yang tersedia pada topik tertentu. Pendekatan ini menggabungkan data dari literatur teoretis dan empiris dan memungkinkan pemahaman mengenai topik yang tengah diteliti (Souza, Silva, and Carvalho 2010). Dalam proses *literature review* di penelitian ini, langkah langkah yang dilakukan adalah: mendefinisikan tujuan ulasan, mengembangkan strategi pencarian yang akan dilakukan, menentukan kata kunci pencarian, memilih sumber pencarian dan database, memilih kriteria inklusi dan pengecualian, penyaringan dan pengkodean artikel, menilai kualitasnya, dan akhirnya mensintesis serta melaporkan hasilnya.

Penelitian ini menggunakan beberapa sumber pencarian database yang relevan, antara lain Portal Garuda dan *Google Scholar*. Artikel dicari dengan menggunakan kata kunci 1)“penerimaan diri lansia”; 2)“penerimaan diri pada lansia”; 3)“penerimaan diri lanjut usia”; 4)“penerimaan diri pada lanjut usia”; 5)“*self acceptance* lansia”; 6)“*self acceptance* pada lansia”; 7)“*self acceptance*” lansia; 8)“*self acceptance elderly*” indonesia; 9)“*self acceptance on elderly*” Indonesia; 10)“*self acceptance in elderly*” Indonesia; dan 11)“ *self acceptance*” *elderly* Indonesia. Jurnal yang digunakan pada *literature review* dibatasi mulai tahun 2015-2023 dengan subjek penelitian individu lanjut usia berusia diatas 60 tahun. Selain itu hanya penelitian yang memiliki akses terbuka (*open access*), penelitian yang dilakukan di Indonesia dan sudah terpublikasi yang dapat menjadi bahan kajian literatur.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pencarian literatur melalui dua database dengan kata kunci yang telah ditentukan, peneliti mendapatkan total dari keseluruhan pencarian adalah 4723 artikel yang memenuhi. Selanjutnya peneliti memeriksa duplikasi dan mengecualikan (n=1320) artikel karena memiliki judul yang sama sehingga terdapat 460 artikel. Peneliti kemudian melakukan *screening* berdasarkan keterbukan akses, merupakan jurnal terpublikasi dan judul (n=460), terdapat 443 artikel yang dikecualikan karena tidak sesuai dengan kriteria yang diharapkan peneliti. Total artikel yang diperoleh adalah 17 artikel. Dari artikel yang telah diperoleh (n=17), terdapat 7 artikel yang merupakan penelitian dengan metode kuantitatif, 5 artikel dengan metode penelitian kualitatif, 3 artikel dengan *literature review*, 1 artikel dengan metode eksperimen, dan 1 artikel dengan *mix metode*.



Gambar 1. Diagram Hasil Seleksi Artikel

Tabel. 1 Ekstraksi Data Hasil Penelitian

Judul & Penulis	Tujuan	Bahan & Metode	Hasil
Elderly Self-Acceptance Based On Gender And Residence And Its Implications To The Guidance And Counseling Services Alvi Rahmi, Daharnis, Syahniar	Untuk mendiskripsikan penerimaan diri lansia berdasarkan gender dan tempat tinggal, dan implikasinya pada pelayanan bimbingan dan konseling.	- Kuantitatif dengan desain diskripsi komparasi - Pengambilan data qesionare penerimaan diri - Sample 115 lansia, 67 tinggal di rumah, 49 di Tresna Werdha Kasih Sayang Ibu Nursing Home - Analisis Anova	- Terdapat perbedaan penerimaan diri antara lansia laki-laki dan lansia perempuan. - Terdapat perbedaan penerimaan diri antara lansia yang tinggal di rumah dengan lansia yang tinggal di Tresna Werdha Kasih Sayang Nursing Home - Terdapat interaksi antara gender dan tempat tinggal pada penerimaan diri lansia. - lansia Perempuan yang tinggal dengan keluarga memiliki hasil yang paling tinggi, sedangkan penerimaan diri lansia laki-laki yang tinggal di Tresna Werdha Kasih Sayang Ibu Nursing Home yang mendapatkan nilai terendah
Gambaran Penerimaan Diri Pada Lansia Yang Dititipkan Oleh Keluarga Di Panti Sosial Puteri Qurrota Ayyunin Maulidhea, Muhammad Syafiq	Untuk mengetahui gambaran penerimaan diri pada lansia yang dititipkan oleh keluarga di panti sosial, serta faktor-faktor yang mempengaruhi penerimaan dirinya	- Kualitatif Studi Kasus - Sample 3 orang perempuan di Yayasan Hargododali Surabaya - Teknik pengambilan data dengan wawancara semi terstruktur - Analisis dengan teknik tematik	-Terdapat empat tema terkait penerimaan diri yaitu kesadaran diri, pengembangan potensi, persepsi terhadap peristiwa negatif, dan penilaian positif terhadap diri sendiri. - Faktor-faktor yang mempengaruhi penerimaan diri antara lain pemahaman diri, harapan realistis, tidak ada hambatan lingkungan, Sikap masyarakat yang menyenangkan, Tidak memiliki gangguan emosional yang berat, Keberhasilan yang dialami, mengidentifikasi diri dengan orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik, Perspektif diri yang positif, Konsep diri yang stabil. Pola asuh, dan Religiusitas. - Ketiga lansia memiliki penerimaan diri yang cukup baik, namun pada dua partisipan masih memiliki kontrol emosi yang buruk ketika menghadapi peristiwa negatif seperti perselisihan dengan teman
Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penerimaan Diri Pada Lansia Di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta Ani Marni, Rudy Yuniawati	Untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri pada lansia di panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta.	- Kuantitatif - Sample 45 orang lansia penghuni Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta - Pengambilan data Skala penerimaan diri dan Skala dukungan sosial - Analisis Product Moment	- Adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri pada lansia di panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta.
Hubungan Dukungan Emosional Keluarga Dengan Penerimaan Diri	Untuk menganalisa hubungan antara dukungan emosional	- Survey analitik dengan rancangan cross sectional - Sampel 70 lansia yang	- Dukungan emosional keluarga pada lansia di Desa Watutumou III didapatkan sebagian besar memiliki dukungan emosional keluarga yang cukup.

Judul & Penulis	Tujuan	Bahan & Metode	Hasil
Pada Lansia Di Desa Watutumou Iii Liliyanti M L Sangian, Ferdinand Wowiling, Reginus Malara	keluarga dengan penerimaan diri pada lansia di Desa Watutumou III.	tinggal di Desa - Pengambilan data dengan questionare - Analisis Diskriptif dan Uji Chi Square	- Penerimaan Diri pada lansia di Desa Watutumou III didapatkan sebagian besar memiliki penerimaan diri yang cukup. - Ada hubungan yang signifikan antara Dukungan Emosional Keluarga dengan Penerimaan Diri pada Lansia
Hubungan Dukungan Sosial Dan Penerimaan Diri Dengan Fungsi Kognitif Pada Lansia Di Tegalmulyo Nusukan Surakarta Nanik Dewi Wahyuni, Eska Dwi Prajayanti	Untuk mengetahui apakah ada hubungan antara dukungan sosial dan penerimaan diri dengan fungsi kognitif pada lansia di Kampung Tegalmulyo Kelurahan Nusukan.	- Kuantitatif - Sample 57 orang - Instrumen Questionare dukungan sosial, penerimaan diri, dan lembar MME - Analisis univariat dan bivariat dengan uji Spearman Rank	- ada hubungan yang signifikan antara penerimaan diri dengan fungsi kognitif lansia di Desa Tegalmulyo Kelurahan Nusukan - terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan fungsi kognitif lansia di Desa Tegalmulyo Kelurahan Nusukan
Konseling Lansia: Upaya Lanjut Usia Dalam Membangun Kemandirian Hidup Dan Penerimaan Diri Terhadap Kesiapan Memasuki Masa Pensiun (Studi Pada Lansia Di Bina Keluarga Lansia Posyandu Cempaka Kabupaten Ngawi) Diana Ariswanti Triningtyas, Siti Muhayati	Untuk mendeskripsikan dan menganalisis dampak psikologis yang mempengaruhi kesiapan memasuki masa pensiun, serta bagaimana membangun kemandirian hidup dan penerimaan diri menuju kesiapan memasuki masa pensiun.	- Kualitati Diskriptif - Sampel 16 partisipan berusia lanjut - Pengambilan data dengan In-depth Interview dan dokumentasi - Analisis data terdiri dari tahap reduksi, data presentasi dan kesimpulan	- Kemandirian hidup lansia bersifat relatif. - Faktor yang mempengaruhi dukungan keluarga, kesehatan dan juga ekonomi. - Konseling lansia membantu membangun dan memberi pemahaman kemandirian hidup dan penerimaan diri terhadap kesiapan memasuki masa pensiun di Bina Keluarga Lansia (BKL) Posyandu Cempaka Kabupaten Ngawi. - Layanan konseling bagi lansia akan tepat diberikan dan sangat membantu apabila fleksibel dan praktis serta berfokus langsung pada penyelesaian masalah yang dihadapi oleh lanjut usia.
Konsep Narima Ing Pandum Dalam Penerimaan Diri Lansia Jawa Lintang Seira Putri	Untuk mengetahui konsep narima ing pandum yang berupa makna dan aspek-aspeknya dalam penerimaan diri lansia jawa.	- Kualitatif fenomenologi - responden lansia suku jawa asli - pengambilan data dengan wawancara mendalam dan LGD	Penerimaan diri dalam masyarakat jawa diwakilkan dalam konsep narimo ing pandum. Narimo ing pandum dalam konteks lansia jawa merupakan kondisi menerima terhadap apapun yang telah diberikan oleh Tuhan bagaimanapun kondisinya dan berapapun jumlahnya setelah individu berusaha sesuai dengan tingkat kemampuannya. Aspek yang menyusun konsep narimo ing pandum antara lain adalah rasa syukur, Ora ngoyo/ ngongso, dan kesederhanaan. Lansia yang memiliki sikap penerimaan diri dengan sikap narimo ing pandum akan memiliki rasa tenang atau ayem dalam menjalani kehidupan.
Literature Review: Penerimaan Diri Lansia Terhadap <i>Aging Process</i> Putri Fatmawati, Sulisty Andarmoyo, Elmie Muftiana	Untuk mengidentifikasi penerimaan diri lansia dalam menghadapi aging process	- Literature Review - Database google scholar, pubmed dan science direct, dari tahun 2015-2020 - 10 Jurnal	Hasil ulasan dari 10 jurnal menunjukkan bahwa sebagian besar penerimaan diri lansia tinggi. Namun ada hasil penelitian yang menunjukkan bahwa penerimaan diri lansia rendah. Berdasarkan review penerimaan diri lansia tinggi disebabkan karena lansia telah menyadari dan menerima perubahan yang terjadi akibat aging process. Untuk penerimaan diri lansia rendah disebabkan karena lansia menolak/ belum siap akan perubahan yang terjadi akibat aging process. Penerimaan diri lansia rendah dipengaruhi oleh citra dan penampilan tubuh, usia, jenis kelamin, tempat tinggal
The Relationship Between Positive Thinking And Selfacceptance On Elderly In The Nursing Homes: A Literature Review Retno Indarwati, Neisya Pratiwindya Sudarsiwi, Erna Dwi Wahyuni	To know the relationship between positive thinking and selfacceptance elderly in nursing homes.	- Literature Review used A Whittemore and Khanfl's integrative review. - 4 database Scopus, Proquest, Pubmed, Science Direct that published in 2015- 2020. - A total of 11 papers	Positive thinking related to self-acceptance of the elderly in nursing homes. Elders who think positively have a positive mind about themselves, acknowledge and accept various aspects including the good and bad and look at life positively, so they get life satisfaction. The elderly more often feels happiness, enthusiasm to support life, actively appreciate the environment. Good quality of life will increase welfare.
Penerimaan Diri Warga Lanjut Usia Yang Hidup Sendiri	Untuk memperoleh gambaran penerimaan diri warga lanjut usia yang tinggal seorang diri, serta faktor apa saja yang	- Kualitatif- Sampel 4 orang Lansia - Pengambilan data dengan wawancara	Penerimaan dan pemahaman akan diri diungkapkan dalam aspek perasaan sederhana dengan individu lain, percaya dengan kemampuan diri, bertanggung jawab, berorientasi keluar diri, berpendirian, menyadari keterbatasan dan

Judul & Penulis	Tujuan	Bahan & Metode	Hasil
Dyah Ayu Permatasari, Clara R.P. Ajisuksmo	mempengaruhi penerimaan diri mereka		menerima sifat-sifat kemanusiaan dirinya. Faktor yang mendukung penerimaan diri yang tinggi adalah pemahaman diri yang baik, nilai-nilai religiusitas, dan sikap masyarakat sekitar yang mendukung kehadiran mereka. Penerimaan diri yang rendah disebabkan oleh faktor, ketidakberhasilan diri meraih impian atau harapan, kurangnya dukungan sosial dari anak, dan kondisi ekonomi yang lemah
The Effect Of The Combination Of Counseling And Dhikr Interventions: Self-Acceptance Of The Elderly in Nursing Home Kastubi N Fadilah Minarti, Fathimath Shifaza	To analyze counseling and dhikr intervention on the attitude of self-acceptance of the elderly	- Experimental design through a pre-test post-test control group approach - 30 elderly ini nursing home - Analyze used paired t-test	Religious support for dhikr and counseling needs to be carried out intensively for the elderly as religious activities can provide a sense of peace, surrender, and surrender to Allah Almighty. The combination of counseling and dhikr is an effort to improve oneself spiritually and has a positive correlation with the attitude of self-acceptance of the elderly living in nursing homes. Institutions where services for the elderly can contribute to the elderly living in nursing homes by carrying out programmatic activities, namely counseling, especially for the elderly who have just entered special institutions for the elderly, spiritual approaches also need to be improved both in groups and individuals such as prayer, dhikr, and worship. others according to ability. A very important contribution is the guidance carried out by cleric so that elderly worship is more focused. This is an effort so that the elderly can accept the conditions they are facing and can accept themselves living in the orphanage.
Hubungan Konsep Diri Dengan Penerimaan Diri Dan Kemandirian Pada Lansia : Literatur Review Novie Ismawati, Dya Sustrami, Puji Hastuti, Hidayatus Syadiah	Untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan penerimaan diri dan kemandirian pada lansia.	- Literature Review. - Data base Science Direct, Google Scholar, Sinta dan Sage, 2010-2020. - 11 jurnal	Konsep diri dan penerimaan diri yang positif dan negatif dipengaruhi oleh adanya depresi, tidak adanya dukungan keluarga dan sosial. Lansia yang mengalami ketergantungan disebabkan oleh adanya depresi dan kecemasan yang dialami, hal ini dibuktikan oleh penelitian yang telah ditelaah oleh peneliti bahwa adanya hubungan yang sangat signifikan
Hubungan Antara Successfull Aging Dan Penyesuaian Diri Lanjut Usia Dengan Penerimaan Diri Khoiriya Ulfah, Annisa Fatin A.T, Abd. Qohar	Untuk mengetahui hubungan antara successfull aging dan penyesuaian diri dengan penerimaan diri para pensiunan anggota organisasi (PWRI) Persatuan Wredatama Republik Indonesia Provinsi Lampung.	-Kuantitatif - Sample 60 orang anggota PWRI - pengumpulan data dengan skala penerimaan diri, skala successfull aging dan skala penyesuaian - Analisa dengan uji regresi dua prediktor	- Ada hubungan antara successfull aging dan penyesuaian diri lanjut usia dengan penerimaan diri - Ada hubungan yang signifikan antara successfull aging dan penerimaan diri - Ada hubungan yang signifikan antara penyesuaian diri dan penerimaan diri
Penerimaan Diri, Dukungan Sosial Dan Kebahagiaan Pada Lanjut Usia Fitrie Uraningsari, M As'ad Djalali	Tujuan penelitian ini untuk menguji hubungan antara penerimaan diri dengan dukungan sosial dengan kebahagiaan pada komunitas lanjut usia.	- Kualitatif - Sampelnya adalah lansia yang bermukim di wilayah ketintang- skala kebahagiaan, skala penerimaan diri, dan skala dukungan sosial. - Analisis dengan Analisis Regresi	- kebahagiaan memiliki hubungan signifikan dengan penerimaan diri dan dukungan sosial - tidak ada hubungan antara penerimaan diri dengan kebahagiaan - ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan kebahagiaan.
Peran Konseling Individu Dengan Pendekatan Gestalt Terhadap Kemampuan Penerimaan Diri Lansia Di Pos Lansia Bina Sejahtera Kadipiro Surakarta Tahun 2017 Saiful Anwar & Fadjeri	Tujuan penelitian ini adalah Untuk mengetahui Peran Konseling Individu dengan Pendekatan Gestalt Terhadap Kemampuan Penerimaan Diri Lansia di POS Lansia Bina Sejahtera Kadipiro Surakarta 2017.	- Mix metode, Kualitatif & Eskperimen berupa konseling individu - Subjek penelitian 2 orang - Pengambilan data kualitatif dari observasi, wawancara, dokumentasi	Sebelum Konseling individu dengan pendekatan Gestalt dalam penerimaan diri, klien menganggap akan ketidak mampuan diri, tidak menghargai diri sendiri, Setelah diberikan konseling individu dengan pendekatan gestalt, maka ada perubahan sudah memiliki rasa penerimaan akan kelebihan maupun pada kekurangan pada diri sendiri, jadi untuk penerimaan diri lansia di pos bina sejahtera untuk klien S dan M ada kemajuan.
Studi Korelasi Dukungan Sosial Dengan Penerimaan Diri Pada Lansia Bekerja Aur Kuning Bukittinggi	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui studi korelasi dukungan sosial dengan penerimaan diri lansia bekerja	- Kuantitatif korelasional - Sample 65 orang - pengambilan data dengan Skala dukunan sosial dan skala	Terdapat korelasi yang signifikan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri lansia bekerja di Aur Kuning Bukittinggi.

Judul & Penulis	Tujuan	Bahan & Metode	Hasil
Jeki Zen Pranata, Nurmina		penerimaan diri - Analisis product moment	
The Comparative Study: Self Acceptance, Environmental Development And Depression On Elderly	To identify elderly's self-acceptance and environment development, identify depression in elderly, and analyses the difference of self-acceptance and environment development among elderly who live in nursing home and community	- comparative study with cross sectional approach - Sample 100 Elderly - Colect data used The Geriatric Depression Scale (GDS) questionnaire and self-acceptance questionnaires and environmental mastery - Spearman correlation test and Mann Whitney U test.	The elderly, in general, face various challenges that are associated with physical and psychological changes commonly associated with the aging process. Although many attributed the changes asnormal and acceptable among elderly, there are certain aspects in mental health thatare pathological and need to be recognized and treated early, especially those leading to emotional instability and overt depression
Pipit Festi Wiliyanarti, Irma Rofiatin, Dede Nasrullah, Yulianto			

Penerimaan diri pada lansia berhubungan secara signifikan dengan dukungan sosial (Uraningsari and Djalali 2016; Marni and Yuniawati 2015; Pranata and Nurmina 2021), dukungan emosional keluarga (Sangian, Wowiling, and Malara 2017), *positive thinking* (Retno Indarwati, Sudarsiwi, and Wahyuni 2021), *successful aging* dan penyesuaian diri (Ulfah, Thoha, and Qohar 2019), *aging proses* (Fatmawati et al. 2020), dan konsep diri (Ismawati et al. 2021). Dukungan sosial memiliki peran penting terhadap penerimaan diri lansia, artinya semakin baik dukungan sosial yang didapatkan lansia, maka semakin baik penerimaan diri lansia terhadap kondisinya saat ini. Dukungan sosial yang dapat diberikan kepada lansia adalah dapat berupa nasehat, rasa sayang, perhatian, bimbingan, dan berupa barang atau juga jasa yang diberikan oleh keluarga, teman dan lingkungan (Marni and Yuniawati 2015). Hal tersebut juga termasuk dukungan emosional keluarga yang memiliki peran penting terhadap penerimaan diri lansia (Sangian, Wowiling, and Malara 2017).

Selain itu, ketika lansia mampu menumbuhkan konsep diri yang positif dan mampu membangun penyesuaian diri yang baik, akan meningkatkan penerimaan dirinya. Konsep diri yang negatif dalam diri lansia dapat mempengaruhi penerimaan diri yang dimilikinya, dengan demikian lansia juga akan kesulitan untuk beradaptasi dengan lingkungannya (Ismawati et al. 2021; Ulfah, Thoha, and Qohar 2019). Lansia yang mampu melalui aging proses dengan *successful aging* mempengaruhi penerimaan diri pada lansia. Individu yang mempunyai tingkat penerimaan diri yang baik biasanya memiliki sikap yang positif terhadap diri sendiri, menerima dan mengetahui aspek-aspek yang ada didalam dirinya baik itu negative maupun positif, dan juga memiliki persepsi yang positif terhadap masa lalunya (Ulfah, Thoha, and Qohar 2019). Hal ini sejalan dengan bahwa lansia harus berberfikir positif agar dapat menerima dirinya dengan baik (Retno Indarwati, Sudarsiwi, and Wahyuni 2021).

Penerimaan diri yang baik oleh lansia juga mempengaruhi berbagai aspek, salah satunya adalah tingkat depresi (Festi Wiliyanarti, Rofiatin, and Nasrullah 2018) dan fungsi kognitif (Dewi Wahyuni and Dwi Prajayanti 2022). Penerimaan diri yang kurang adekuat dapat meningkatkan tingkat depresi lansia. Seseorang yang memiliki penerimaan diri yang buruk biasanya disebabkan oleh kurangnya rasa percaya diri dengan kemampuannya dalam menghadapi masalah dan merasa dirinya tidak berharga dan tidak berguna bagi orang lain, akibatnya ia juga akan kesulitan menyesuaikan diri dengan kondisi perubahan dirinya (Festi Wiliyanarti, Rofiatin, and Nasrullah 2018). Begitu pula dengan fungsi kognitif lansia, Jika lansia belum bisa menerima dirinya dan dibiarkan secara terus menerus, maka dapat menyebabkan penurunan kemampuan konsentrasi terhadap stimulus, proses berpikir yang tidak tertata, gangguan persepsi, disorientasi waktu, tempat, orang serta gangguan terhadap daya ingat (Dewi Wahyuni and Dwi Prajayanti 2022).

Untuk meningkatkan penyesuaian diri lansia, terdapat beberapa intervensi yang dapat diberikan seperti konseling individu dengan pendekatan gestalt (Anwar and Fadjeri 2017) dan kegiatan religious seperti konseling dan dzikir (Minarti and Fadilah 2022). Penelitian yang dilakukan oleh (Anwar and Fadjeri 2017) setelah diberikan konseling dengan metode gestalt menghasilkan bahwa ada perubahan pada lansia menuju kearah yang lebih ideal yaitu sudah memiliki rasa penerimaan akan kelebihan maupun pada kekurangan pada diri sendiri, jadi untuk penerimaan diri lansia subjek penelitian. Begitu pula pada penelitian Minarti dan Fadilah (2022) mendapatkan hasil bahwa konseling dan dzikir merupakan upaya peningkatan spiritual diri dan berkorelasi positif dengan sikap penerimaan diri lansia yang tinggal di panti jompo yang jika dilakukan secara intensif bagi lansia dapat memberikan rasa tenteram, pasrah, dan berserah diri kepada Allah SWT.

Faktor faktor yang mempengaruhi penerimaan diri pada lansia dapat digolongkan menjadi dua, yaitu faktor eksternal dan faktor internal (Triningtyas and Muhayati 2018; Maulidhea and Syafiq 2022; Ajisuksmo and Permatasari 2021). Faktor eksternal yang mendukung penerimaan diri pada lansia antara lain dukungan sosial, dukungan keluarga dan sikap masyarakat dan lingkungan terhadap kehadiran mereka. Sedangkan Faktor internal yang mempengaruhi penerimaan diri pada lansia adalah Adanya harapan yang realistis terhadap masa depan, kesempatan untuk mencapai keberhasilan, memahami diri dengan baik, dan nilai-nilai religiusitas. Salah satu filosofi jawa yaitu nerimo ing pandum (Putri 2020) dapat menjadi aspek yang dapat membangun penerimaan diri pada lansia, seperti adanya rasa syukur, sederhana dan tidak ngoyo (tidak memaksakan diri).

KESIMPULAN

Penerimaan diri pada lansia berhubungan secara signifikan dengan dukungan sosial, dukungan emosional keluarga, *positive thinking*, *successful aging* dan penyesuaian diri, *aging proses*, dan konsep diri. Untuk meningkatkan penyesuaian diri lansia, terdapat beberapa intervensi yang dapat diberikan seperti konseling individu dengan pendekatan gestalt dan kegiatan religious seperti konseling dan dzikir. Faktor faktor yang mempengaruhi penerimaan diri pada lansia dapat digolongkan menjadi dua, yaitu faktor eksternal dan faktor internal

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Penulis mengucapkan terimakasih kepada pihak-pihak yang membantu menyelesaikan proses penyelesaian penelitian ini. Dengan ini penulis menyatakan bahwa penulis tidak memiliki konflik kepentingan dalam penelitian, penulisan hasil penelitian, dan/atau publikasi penelitian ini. Dana yang dikeluarkan untuk penelitian ini berasal dari pendanaan pribadi penulis.

DAFTAR REFERENSI

- [1] Ajisuksmo, Clara Rosa Pudjiyogyanti, and Dyah Ayu Permatasari. 2021. "PENERIMAAN DIRI WARGA LANJUT USIA YANG HIDUP SENDIRI." *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)* 8, no. 02 (October): 141–52. <https://doi.org/10.21009/jkkp.082.03>.
- [2] Akbar, Fredy, Darmiati Darmiati, Farmin Arfan, and Andi Ainun Zanzadila Putri. 2021. "Pelatihan Dan Pendampingan Kader Posyandu Lansia Di Kecamatan Wonomulyo." *Jurnal Abdidas* 2, no. 2 (April): 392–97. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v2i2.282>.
- [3] Anwar, Saiful, and Fadjeri. 2017. "PERAN KONSELING INDIVIDU DENGAN

- PENDEKATAN GESTALT TERHADAP KEMAMPUAN PENERIMAAN DIRI LANSIA DI POS LANSIA BINA SEJAHTERA KADIPIRO SURAKARTA TAHUN 2017.” *JURNAL PRODI BIMBINGAN DAN KONSELING UNISRI SURAKARTA* *JURNAL PRODI BIMBINGAN DAN KONSELING UNISRI SURAKARTA* 2, no. 2: 1–6.
- [4] Badan Pusat Statistik. 2022. *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2022*.
- [5] Bernard, Michael E. 2013. *The Strength of Self-Acceptance*. Edited by Michael E. Bernard. New York, NY: Springer New York. <https://doi.org/10.1007/978-1-4614-6806-6>.
- [6] Dewi Wahyuni, Nanik, and Eska Dwi Prajayanti. 2022. “Hubungan Dukungan Sosial Dan Penerimaan Diri Dengan Fungsi Kognitif Pada Lansia Di Tegalmulyo Nusukan Surakarta.” *SOSMANIORA (Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora)* 1, no. 3: 306–12. <https://doi.org/10.55123/sosmaniora.v1i3.879>.
- [7] Fatmawati, Putri, Sulisty Andarmoyo, Elmie Muftiana, and Sejarah Artikel. 2020. “LITERATURE REVIEW: PENERIMAAN DIRI LANSIA TERHADAP AGING PROCESS.” <http://studentjournal.umpo.ac.id/index.php/HSJ>.
- [8] Festi Wiliyanarti, Pipit, Irma Rofiatin, and Dede Nasrullah. 2018. “The Comparative Study: Self Acceptance, Environmental Development and Depression on Elderly.” *Health Notions* 2, no. 2. <http://heanoti.com/index.php/hnhttp://heanoti.com/index.php/hn/article/view/hn20213>.
- [9] Ismawati, Novie, Dya Sustrami, Puji Hastuti, Hidayatus Syadiah, Mahasiswa Prodi S1, Keperawatan (Stikes, Hang Tuah Surabaya, Dosen Pengajar, and Prodi S1. 2021. “HUBUNGAN KONSEP DIRI DENGAN PENERIMAAN DIRI DAN KEMANDIRIAN PADA LANSIA: LITERATUR REVIEW THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-CONCEPT WITH SELF-ACCEPTANCE AND INDEPENDENCE IN THE ELDERLY: A LITERATURE REVIEW.” *Jurnal Keperawatan Malang* 6, no. 1. <https://jurnal.stikespantiwaluya.ac.id/>.
- [10] Kusnandar, Viva Budy. 2022. “Ada 30 Juta Penduduk Lansia Di Indonesia Pada 2021.” *May* 30, 2022. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/05/30/ada-30-juta-penduduk-lansia-di-indonesia-pada-2021#:~:text=Menurut%20Direktorat%20Jenderal%20Kependudukan%20dan,berjumlah%20273%2C88%20juta%20jiwa>.
- [11] Kusumawardani, Dian, and Putri Andanawarih. 2018. “PERAN POSYANDU LANSIA TERHADAP KESEHATAN LANSIA DI PERUMAHAN BINA GRIYA INDAH KOTA PEKALONGAN.” *Siklus: Journal Research Midwifery Politeknik Tegal* 7, no. 1 (January): 273–77. <https://doi.org/10.30591/siklus.v7i1.748>.
- [12] Marni, Ani, and Rudy Yuniawati. 2015. “HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN PENERIMAAN DIRI PADA LANSIA DI PANTI WREDHA BUDHI DHARMA YOGYAKARTA.” *Jurnal Fakultas Psikologi* 3, no. 1.
- [13] Maulidhea, Puteri Qurrota Ayyunin, and Muhammad Syafiq. 2022. “Gambaran Penerimaan Diri Pada Lansia Yang Dititipkan Oleh Keluarga Di Panti Sosial.” *Character :Jurnal Penelitian Psikologi* 9, no. 1: 206–17.
- [14] Minarti, Kastubi, and Fathimath Shifaza N Fadilah. 2022. “The Effect of the Combination of Counseling And Dhikr Interventions: Self-Acceptance of the

- Elderlyin Nursing Home.” *International Journal of Advanced Health Science and Technology* 2, no. 2 (January): 80–85. <https://doi.org/10.35882/ijahst.v2i1.5>.
- [15] Munandar, Utami. 2001. *Bunga Rampai Psikologi Perkembangan Pribadi: Dari Bayi Sampai Lanjut Usia*. Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia.
- [16] Pranata, Jeki Zen, and Nurmina. 2021. “STUDI KORELASI DUKUNGAN SOSIAL DENGAN PENERIMAAN DIRI PADA LANSIA BEKERJA AUR KUNING BUKITTINGGI.” *Jurnal Riset Psikologi* 2021, no. 2.
- [17] Putri, D.K., D. Krisnatuti, and H. Puspitawati. 2019. “Kualitas Hidup Lansia: Kaitannya Dengan Integritas Diri, Interaksi Suami-Istri, Dan Fungsi Keluarga.” *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen* 12, no. 3 (September): 181–93. <https://doi.org/10.24156/jikk.2019.12.3.181>.
- [18] Putri, Lintang Siera. 2020. “KONSEP NARIMA ING PANDUM DALAM PENERIMAAN DIRI LANSIA JAWA.” *Academic Journal of Psychology and Counseling* 1, no. 2 (October): 77–94.
- [19] Retno Indarwati, Neisya Pratiwindya Sudarsiwi, and Erna Dwi Wahyuni. 2021. “THE RELATIONSHIP BETWEEN POSITIVE THINKING AND SELF ACCEPTANCE ON ELDERLY IN THE NURSING HOMES: A LITERATURE REVIEW.” *Nurse and Health: Jurnal Keperawatan* 10, no. 2 (December): 228–39. <https://doi.org/10.36720/nhjk.v10i2.257>.
- [20] Ryff, Carol D., and Burton H. Singer. 2008. “Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being.” *Journal of Happiness Studies* 9, no. 1 (January): 13–39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>.
- [21] Sangian, Liliyanti M L, Ferdinand Wowiling, and Reginus Malara. 2017. “HUBUNGAN DUKUNGAN EMOSIONAL KELUARGA DENGAN PENERIMAAN DIRI PADA LANSIA DI DESA WATUTUMOU III.” *E-Jurnal Keperawatan (e-Kp)* 5, no. 2 (August): 1–8.
- [22] Selvi, and Shanty Sudraji. 2017. “GAMBARAN FAKTOR YANG MEMPERNGARUHI PENERIMAAN DIRI ORANGTUA YANG MEMILIKI ANAK AUTISME.” *Jurnal Psibernetika* 10, no. 2: 70–80. <http://journal.ubm.ac.id>.
- [23] Souza, Marcela Tavares de, Michelly Dias da Silva, and Rachel de Carvalho. 2010. “Integrative Review: What Is It? How to Do It?” *Einstein (São Paulo)* 8, no. 1 (March): 102–6. <https://doi.org/10.1590/s1679-45082010rw1134>.
- [24] Triningtyas, Diana Ariswanti, and Siti Muhayati. 2018. “Konseling Lansia: Upaya Lanjut Usia Dalam Membangun Kemandirian Hidup Dan Penerimaan Diri Terhadap Kesiapan Memasuki Masa Pensiun (Studi Pada Lansia Di Bina Keluarga Lansia Posyandu Cempaka Kabupaten Ngawi).” *JKI (Jurnal Konseling Indonesia* 4, no. 1: 16–21. <http://ejournal.unikama.ac.id/index.php/JKI>.
- [25] Ulfah, Khoiriya, Annisa Fatin Thoha, and Abdul Qohar. 2019. “Hubungan Antara Successfull Aging Dan Penyesuaian Diri Lanjut Usia Dengan Penerimaan Diri.” *ANFUSINA: Journal of Psychology* 2, no. 2 (October): 181–94. <https://doi.org/10.24042/ajp.v2i2.6099>.
- [26] Uraningsari, Fitrie, and M As’ad Djalali. 2016. “Penerimaan Diri, Dukungan Sosial Dan Kebahagiaan Pada Lanjut Usia.” *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia* 5, no. 1: 15–27.
- [27] Westerhof, Gerben J., Ernst T. Bohlmeijer, and Dan P. McAdams. 2015. “The Relation of Ego Integrity and Despair to Personality Traits and Mental Health.” *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, October (October), gbn062. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbn062>