

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Penerimaan Diri

1. Pengertian Penerimaan Diri

Ada beberapa tokoh yang mendefinisikan mengenai penerimaan diri, salah satunya menurut Allport (dalam Hjelle, dkk., 1992), penerimaan diri adalah toleransi individu atas peristiwa-peristiwa yang membuat frustrasi atau menyakitkan sejalan dengan menyadari kekuatan-kekuatan pribadinya. Allport mengkaitkan definisi ini dengan *emotional security* sebagai salah satu dari beberapa bagian positif kesehatan mental, dimana penerimaan diri merupakan bagian lain dari kepribadian yang matang. Hal ini terjadi ketika individu menerima diri sebagai seorang manusia, dan ini membuatnya mampu mengatasi keadaan emosionalnya sendiri tanpa mengganggu orang lain. Maslow (dalam Hjelle, dkk., 1992) menjelaskan menempatkan penerimaan akan diri, penerimaan akan orang lain dan alam pada urutan kedua dalam daftar karakteristik orang yang dirinya teraktualisasi, atau disebut dengan *self actualizing person*.

Individu yang sehat akan menunjukkan rasa hormat terhadap dirinya dan orang lain, menerima dirinya dengan keterbatasan, kelemahan, kerapuhannya individu ini bebas dari rasa bersalah, malu, dan rendah diri, juga dari kecemasan akan penilaian orang lain

terhadap dirinya. Jadi, dari penjelasan beberapa ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri merupakan suatu keadaan dimana seorang individu memiliki penilaian positif terhadap dirinya, serta mengakui segala kelebihan maupun segala keterbatasan yang ada di dalam dirinya tanpa malu atau perasaan bersalah terhadap kodrat dirinya (Dini Pramitha Susanti dkk., 1998). Penerimaan diri merupakan suatu tingkatan kesadaran individu tentang karakteristik kepribadiannya, akan kemauan untuk hidup dengan keadaan tersebut (Hurlock, 1994). Penerimaan diri mengandung arti kepuasan yang penuh suka cita menjadi saya apa adanya, menjadi saya siapa adanya. Menerima diri saya seperti apa/siapa adanya adalah penerimaan untuk “menjadi lebih baik atau lebih buruk” (Powell, 1992).

2. Faktor – Faktor Penerimaan Diri

(Hurlock, 1994) menyatakan bahwa banyak faktor yang mempengaruhi orang menyukai dan menerima dirinya.

a. Pemahaman Diri

Pemahaman diri adalah suatu persepsi atas diri sendiri yang ditandai oleh keaslian bukan kepura-puraan, *realistis* bukan khayalan, kebenaran bukan kebohongan, keterusterangan bukan berbelit-belit.

b. Harapan yang *realistis*

Ketika pengharapan seseorang terhadap sukses yang akan dicapai merupakan pengharapan yang *realistis*, kesempatan untuk mencapai sukses tersebut akan muncul. Adanya kesempatan tersebut akan mendukung terbentuknya kepuasan diri sendiri yang pada akhirnya membentuk sikap penerimaan terhadap diri sendiri.

c. Tidak hadirnya hambatan-hambatan dari lingkungan

Ketidakmampuan untuk mencapai tujuan yang *realistis* dapat disebabkan oleh ketidakmampuan individu untuk mengontrol adanya hambatan-hambatan dari lingkungan. Begitu juga sebaliknya, hambatan tersebut misalnya: diskriminasi, ras, *gender*, dan kepercayaan.

d. Tidak adanya tekanan emosi yang berat

Tekanan yang berat dan terus menerus seperti yang terjadi di lingkungan kerja atau rumah, dimana kondisi sedang tidak baik, dapat mengakibatkan gangguan yang berat, sehingga tingkah laku orang tersebut dinilai menyimpang dan orang lain menjadi terlihat selalu mencela dan menolak orang tersebut.

Tidak adanya tekanan emosi membuat seseorang dapat melakukan yang terbaik dan dapat berpandangan ke luar dan tidak memiliki pandangan hanya kedalam diri saja. Tanpa tekanan emosi juga dapat membuat orang santai bukan tegang, bahagia bukan marah, benci dan frustrasi. Kondisi-kondisi ini memberikan sumbangan

positif bagi penilaian terhadap lingkungan sosial yang menjadi dasar terhadap penerimaan diri.

e. Sukses yang sering terjadi

Kegagalan yang sering menimpa menjadikan seseorang menolak terhadap diri sendiri, sebaliknya kesuksesan yang sering terjadi menumbuhkan penerimaan terhadap diri sendiri.

f. Konsep diri yang stabil

Konsep diri yang stabil adalah suatu cara seseorang melihat dirinya sendiri dan hasilnya sama setiap waktu. Konsep diri yang baik akan menghasilkan penerimaan diri yang baik namun sebaliknya bila konsep diri yang buruk secara alami akan menghasilkan penolakan terhadap diri sendiri.

3. Tanda-Tanda Penerimaan Diri

Tanda-tanda penerimaan diri ini akan kelihatan di dalam hidup saya sehari-hari (Powell, 1992). Tanda-tanda tersebut sebagai berikut:

a. Orang yang menerima diri adalah orang yang bahagia

Aneh, tanda pertama penerimaan diri yang sejati adalah kebahagiaan. Dalam suka dan duka, orang yang menyenangkan dan karib itu selalu menemani. Tidak banyak hal yang dapat membuatnya tak bahagia.

- b. Orang yang menerima diri mudah bergaul dengan orang lain
Semakin besar penerimaan diri apa adanya, semakin besar dugaan kita bahwa orang lain akan menyukai diri kita.
- c. Orang yang menerima diri sendiri selalu terbuka untuk dicintai dan dipuji
Jika saya benar-benar menerima dan merasa senang menjadi diri saya apa/siapa adanya, saya akan memahami jika orang lain juga mencintai saya.
- d. Orang yang menerima diri mampu menjadi dirinya yang “*real*”
Saya harus menerima diri saya sendiri sebelum dapat menjadi diri saya sendiri.
- e. Orang yang menerima diri, menerima dirinya sendiri seperti apa/siapa adanya sekarang ini
Satu-satunya penerimaan diri yang *real* harus berpusat pada siapa saya sekarang ini. Penerimaan diri saya sekarang ini juga tidak berisi angan-angan akan diri saya kelak atau hari esok.
- f. Orang yang menerima diri dapat tertawa kepada dirinya sendiri, sering dan dengan mudah
Mampu mengakui dan menertawakan kelemahan dan kebodohan sendiri memerlukan keamanan batin yang lahir dari penerimaan diri saja

- g. Orang yang menerima diri mampu mengenali dan mengurus kebutuhan-kebutuhannya sendiri

Pertama-tama orang yang menerima dirinya sendiri mengenal kebutuhan-kebutuhannya sendiri fisik, emosional, intelektual, sosial, dan spiritual.

- h. Orang yang menerima diri adalah orang yang menentukan nasib sendiri

Orang ini mengambil petunjuk-petunjuk dari dalam dirinya sendiri, bukan dari orang lain.

Jika saya benar-benar dan bergembira menerima diri saya sendiri, saya akan melakukan apa yang saya pikir baik dan selaras, bukan apa yang dipikirkan atau dikatakan oleh orang lain

- i. Orang yang menerima diri menjalin hubungan yang baik dengan *realitas*

Sikap menerima diri sendiri menjauhkan kesukaan melamun atau berangan-angan dirinya hidup lain seperti orang lain

- j. Orang yang menerima diri tegas menyatakan sesuatu

Sebagai orang yang menerima diri sendiri, saya dengan tegas menyatakan hak untuk dipandang secara serius, hak untuk berpikir sendiri dan untuk memilih sendiri

B. *Diabetes Mellitus*

1. Pengertian *Diabetes Mellitus*

Diabetes Mellitus merupakan penyakit dari saluran yang keluar terus-menerus seperti air pompa yang memiliki rasa manis karena adanya kelalaian yang menyangkut zat *insulin* (Retno Novita Sari, 2012). Suatu kondisi yang ditandai oleh ketidakcukupan pembentukan *insulin* atau *resisten* jaringan tubuh terhadap aksi *insulin*, yang mengakibatkan berlebihnya kadar glukosa dalam darah (Michael Bryer, 2012).

Pankreas yang di dalamnya terdapat sel-sel *beta* mengalami kekurangan dalam memproduksi *insulin* sehingga timbulah gejala-gejala mudah lelah kemudian, kadar glukosa yang berlebihan tersebut dikeluarkan melalui ginjal bersama urin. Gula memiliki sifat menarik air sehingga penderita banyak buang air kecil dan sering merasa kehausan. Ada saatnya ketika pankreas tidak bisa menyebarkan *insulin* yang telah dibentuk untuk sel-sel karena adanya hambatan yang menghalangi karena hal tersebut gula tidak bisa masuk ke dalam sel dan akhirnya gula di dalam aliran darah tetap tinggi.

Setelah pankreas yang rusak karena kurangnya produksi *insulin*, kerja *insulin* yang mengalami hambatan serta pankreas tidak bisa sama sekali menghasilkan *insulin*, *diabetes mellitus* pun menyerang semua organ tubuh yang dapat menyebabkan berbagai macam keluhan.

2. Faktor-Faktor yang Menyebabkan *Diabetes Mellitus*

Faktor keturunan, virus dan bakteri *rubella mumps*, dan *human coxsackievirus*, bahan beracun yang berasal dari singkong yang mengandung *glikosida sianogenik* yang melepaskan *sianida* yang menyebabkan kerusakan pankreas akhirnya menimbulkan gejala *diabetes mellitus* jika disertai dengan kekurangan protein, nutrisi yang berlebihan (Retno Novita Sari, 2012).

3. Tipe-Tipe *Diabetes Mellitus*

a. *Diabetes mellitus* tipe 1

Banyak yang menyebutnya *baby diabetes mellitus* karena menjangkit *diabetis* di masa anak-anak serta usia kurang dari 35 tahun. Dalam *diabetes mellitus* tipe 1 ini pankreas benar-benar tidak dapat menghasilkan insulin karena rusaknya sel-sel *beta* yang ada dalam pankreas oleh virus atau *autoimunitas*. Jadi, antibody yang ada dalam tubuh manusia membunuh siapa saja yang tidak dikenalnya termasuk zat-zat penghasil *insulin* maka dari itu *diabetes mellitus* disebut dengan IDDM atau *insulin depend diabetes mellitus*.

Pada kasus ini *diabetis* mutlak memerlukan asupan *insulin* semasa hidupnya untuk menggantikan *insulin-insulin* yang rusak maka dari itu gejala yang timbul pada *diabetes* tipe 1 adalah terjadi pada usia muda, penderita tidak gemuk, dan gejala timbul mendadak.

b. *Diabetes mellitus* tipe 2

Ada dua bentuk *diabetes mellitus* tipe 2 yakni mengalami sekali kekurangan *insulin* dan yang kedua *resistensi insulin*. Untuk yang pertama berat badan cenderung normal sedangkan yang kedua *diabetes* memiliki berat badan besar atau gemuk. *Diabetes mellitus* tipe 2 ini disebut penyakit yang lama dan tenang karena gejalanya yang tidak mendadak seperti tipe 1, tipe 2 cenderung lambat dalam mengeluarkan gejala hingga banyak orang yang baru mengetahui dirinya terdiagnosa berusia lebih dari 40 tahun. Riwayat keturunan serta obesitas dianggap sebagai faktor pencetus *diabetes mellitus* tipe 2 karena lemak-lemak yang ada dalam tubuh menghalangi jalannya *insulin* apalagi diperburuk dengan kurangnya melakukan olahraga.

c. *Gestational Diabetes Mellitus (GDM)*

Diabetes mellitus tipe ini menjangkit wanita yang tengah hamil. Lebih sering menjangkit di bulan ke enam masa kehamilan (Retno Novita Sari, 2012). Tiga hal yang tidak bisa dipisahkan dari gejala kalsik *diabetes mellitus* adalah *polyuria* (banyak kencing), *polydipsia* (banyak minum), dan *polyphagia* (banyak makan)

C. *Caregiver*

1. **Pengertian *Caregiver***

Caregiver merupakan individu yang secara umum merawat dan mendukung individu lain (pasien) dalam kehidupannya (Awad & Voruganti, 2008). *Caregiver* adalah individu yang memberikan bantuan informal dan tidak dibayar kepada orang lain yang membutuhkan bantuan fisik dan emosional. Cheng (2005) menyatakan bahwa *caregiver* adalah orang yang memberikan cinta, kasih sayang bantuan, dukungan sosial, dan pengetahuan profesional kepada orang yang dirawatnya.

Berdasarkan uraian diatas, *caregiver* adalah individu baik anggota keluarga, teman, kerabat ataupun tetangga yang memberikan bantuan , dukungan sosial tanpa pamrih kepada orang yang tidak mampu melakukan kegiatan sehari-hari.

2. **Aktivitas *Caregiver***

Aktivitas *caregiver* merupakan dimensi yang saling tergantung satu sama lain (Bealands, Horsburgh, Fox, & Howe, 2005) yaitu:

a. Menghargai

Merupakan pekerjaan kognitif dari kegiatan caregiving. Hal ini termasuk kegiatan mengawasi, mengevaluasi, dan menyelesaikan masalah. Siklus pengawasan dan saling menghargai yang tercipta antara *caregiver* dengan orang yang memberikan perawatan

membuat *caregiver* mengembangkan suatu pengetahuan yang khas tentang kondisi medis penerima perawatan dan respons mereka terhadap perawatan dan menempatkan mereka dengan baik untuk kemudian *caregiver* melakukan peran *advokasi*.

b. Memberi *advikasi*

Caregiver berbicara atas individu yang dirawat. Pengetahuan yang dimiliki *caregiver* tentang individu yang dirawat dalam hal pribadi muncul dari pengawasan dan penghargaan yang berlangsung yang membuat *caregiver* mengenali situasi yang membuat mereka kemudian perlu berbicara atas nama individu yang dirawat.

c. Juggling

Aktivitas ini meliputi kegiatan menjaga lebih dari satu aktivitas yang bernilai dari waktu ke waktu dan biasanya dibutuhkan rasa menghargai terhadap aktivitas yang cukup penting tersebut.

d. Melakukan kebiasaan

Aktivitas ini menciptakan sejumlah aktivitas yang dikembangkan seiring berjalannya waktu dan umumnya dilakukan secara teratur. Bila tercipta rutinitas yang baik, maka kegiatan merawat lebih terkontrol, terprediksi, dan tidak menakutkan.

e. Melatih

Aktivitas yang dilakukan untuk memfasilitasi individu yang dirawat untuk melakukan perawatan diri sendiri. Hal ini meliputi mengizinkan individu yang dirawat untuk merawat diri sendiri

termasuk mematuhi pengobatan medis, sampai kepada peningkatan kesehatan

D. Perkawinan

1. Pengertian Perkawinan

Arti perkawinan menurut Undang-undang perkawinan (UU no.1/1974) sebagai disebutkan dalam pasal adalah sebagai berikut :

“Perkawinan adalah ikatan lahir batin antara seorang pria dengan seorang wanita sebagai suami-isteri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa” (Mohammad Kartono, 1991).

2. Kewajiban Suami dan Kewajiban Isteri

a. Kewajiban Suami

Menurut pandangan agama, suami sebagai kepala atau pemimpin rumah tangga maka ia mempunyai kewajiban. Cakramanggilingan (dalam Susetya, 2008). Menyatakan beberapa kewajiban suami, yaitu:

1) Tugas sebagai pemimpin

Suami memiliki peran penting dalam kehidupan rumah tangga yakni sebagai pemimpin yang berhak dan berkewajiban mengatur atau memimpin rumah tangganya

2) Memenuhi kebutuhan keluarga

Suami berkewajiban memenuhi atau mencukupi semua kebutuhan keluarganya (isteri dan anak-anaknya). Suami memberikan nafkahnya dalam memenuhi kebutuhan keluarganya sesuai dengan kesanggupannya.

b. Kewajiban Isteri

Sebuah rumah tangga suami dan isteri memiliki kewajiban masing-masing, seorang isteri mempunyai beberapa kewajiban (Jehani, 2008), yaitu:

- 1) Kewajiban utama seorang isteri ialah berbakti lahir dan batin kepada suami
- 2) Isteri berkewajiban menyelenggarakan dan mengatur keperluan rumah tangga sehari-hari dengan sebaik-baiknya.

E. Kerangka Teoritik

Setiap manusia pasti akan menemukan masalah dalam kehidupannya. Masalah adalah bagian dari kehidupan yang tidak terelakan. Sikap menerima dalam menghadapi suatu cobaan akan menjadikan kita pribadi yang baik. Dalam kehidupan rumah tangga saat suami yang merupakan kepala keluarga dan menjadi tulang punggung keluarga menderita sakit *diabetes mellitus* perlahan-lahan kekuatan fisiknya tidak mampu untuk bekerja lagi dan menafkahi keluarganya serta pemenuhan secara batin kepada isterinya juga akan menjadi bermasalah.

Diabetes mellitus merupakan penyakit induk, yang banyak menyebabkan terjadinya penyakit lain (komplikasi) penderita *diabetes mellitus* bisa mengalami berbagai komplikasi jangka panjang jika *diabetes mellitus* tidak dikelola dengan baik. Dalam keadaan demikian, sang isteri sebagai *caregiver* utama harus mampu beradaptasi dan melewati banyak proses bagaimana cara menerima keadaan dengan kondisi yang berubah dan kebutuhan-kebutuhan yang akan diterima menjadi berbeda. Pemberian perawatan yang dilakukan isteri terhadap suami penderita *diabetes mellitus* dapat menimbulkan tekanan dalam dirinya dikarenakan perawatan ini dilakukan setiap waktu dan berlangsung seumur hidup.

Hurlock (1976), menggambarkan penerimaan diri melalui pemahaman proses yang mencakup kesadaran diri (*self awareness*) dan realisasi diri (*self realization*)

1. Kesadaran diri (*self awarness*)

Kesehatan mental yang baik memerlukan pemahaman dan apresiasi dari kebutuhan dasar yang menggaris bawahi dan memotivasi tingkah laku individu. Manusia memiliki kebutuhan untuk dicintai, afeksi, rasa aman, berprestasi dan kekuasaan. Jika individu dapat menyadari kebutuhan dalam dirinya, ia akan merasa nyaman akan kehadirannya dan mampu menggunakan kebutuhan tersebut untuk memperkaya kehidupan dan untuk menghadapi realitas dengan lebih adekuat. Seseorang akan berusaha untuk memuaskan kebutuhan, mengatasi hambatan dan mencapai tujuan yang digunakan, untuk itu

diperlukan adanya pemahaman yang baik tentang bagaimana memuaskan kebutuhan tersebut dan mengatasi hambatan. Pemahaman tersebut juga akan membantu individu untuk mengenal dan menerima tingkah laku yang sebelumnya tidak dikehendaki.

2. Realisasi diri (*self realization*)

Seseorang yang puas akan apa yang sudah dilakukan dengan kemampuannya mencerminkan individu yang mau menerima diri dan keterbatasannya. Penerimaan atas keterbatasan diri bukan berarti bahwa ia dikalahkan oleh kekurangannya namun lebih dari itu ia dapat mengenali dan memperbaiki perbuatan ataupun hal-hal yang terjadi sepanjang kehidupannya. Ketika seseorang menyadari kelebihan yang dimilikinya, maka hal itu digunakan untuk menambah kepercayaan diri. Selanjutnya, realisasi diri merupakan lanjut yang menjadikan seseorang sebagai individu yang unik.

Adapun skema proses penerimaan diri pada isteri yang mempunyai suami penderita diabetes mellitus, sebagai berikut:

Skema 1.

Kerangka Teoritik

