BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Penerimaan Diri *(Self Acceptance)*

1. Pengertian penerimaan diri

Germer (2009) mendefinisikan penerimaan diri sebagai kemampuan individu untuk dapat memiliki suatu pandangan positif mengenai siapa dirinya yang sebenar-benarnya, dan hal ini tidak dapat muncul dengan sendirinya, melainkan harus dikembangkan oleh individu. Sedangkan menurut Hurlock (1979) penerimaan diri adalah sejauh mana seorang individu mampu menyadari karakteristik kepribadian yang dimilikinya dan bersedia untuk hidup dengan karakteristik tersebut.

Selain pendapat diatas, Johnson (1993) juga mendefinisikan penerimaan diri sebagai suatu bentuk sikap positif terhadap dirinya sendiri yang akhirnya mengarah pada suatu kemampuan untuk dapat mencintai dirinya sendiri, dan individu tersebut dapat menerima dirinya sebagai manusia yang memiliki kelebihan dan kelemahan.

Menurut Johnson (1993), penerimaan diri dipandang sebagai suatau keadaan dimana seseorang memiliki penghargaan yang tinggi pada dirinya sendiri. Untuk mencapai suatu konsep diri maka seseorang harus dapat menjalankan penerimaan atas dirinya. Jika seseorang memiliki konsep diri yang positif maka ia akan memiliki penerimaan diri yang positif, dan jika ia memiliki konsep diri yang negatif maka ia tidak akan memiliki penerimaan atas dirinya (Burns, 1993). Johnson (1993) juga

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menjelaskan ciri-ciri orang yang menerima dirinya adalah menerima diri sendiri apa adanya, tidak menolak diri sendiri, apabila memiliki kelemahan dan kekurangan. Seseorang memiliki keyakinana bahwa untuk mencitai diri sendiri, seseorang tidak harus dicintai oleh orang lain dan dihargai oleh orang lain.

Menurut Dariyo (2007) penerimaan diri ialah suatu kemampuan seorang individu untuk dapat melakukan penerimaan terhadap keadaan diri sendiri. Hasil analisa, evaluasi atau penilaian terhadap diri sendiri akan dijadikan dasar bagi seorang individu untuk dapat mengambil suatu keputusan dalam rangka penerimaan terhadap keberadaan diri sendiri. Sikap penerimaan diri dapat dilakukan secara realistis, tetapi juga dapat dilakukan secara tidak realistis. Sikap penerimaan realistis ditandai dengan kemampuan memandang segi kelemahan-kelemahan maupun keleihan-kelebihan diri sendiri secara objektif. Sebaliknya sikap penerimaan diri yang tidak realistis ditandai dengan upaya untuk menilai secara berlebihan terhadap diri sendiri, mencoba untuk menolak kelemahan diri sendiri, mengingkari atau menghindari hal-hal yang buruk dari dalam dirinya, misalnya pengalaman traumatis masa lalu.

Pendapat lain dikemukan oleh Supratiknya (2009) yang dimaksud penerimaan diri adalah memiliki penghargaan yang tinggi terhadap diri sendiri, atau lawannya, tidak bersikap sinis terhadap diri sendiri. Jersild (1964) juga memaparkan bahwa individu yang menerima dirinya sendiri adalah individu yang yakin akan standar-standar dan pengakuan terhadap

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dirinya tanpa terpaku pada pendapat orang lain dan memiliki perhitungan akan keterbatasan dirinya serta tidak melihat dirinya sendiri secara irasional.

Berdasarkan pengertian dari beberapa tokoh diatas, maka peneliti menyimpulkan bahwa penerimaan diri adalah suatu sikap positif terhadap keadaan dirinya, mampu menerima dirinya baik kekurangan maupun kelebihannya. Orang-orang yang dapat menerima dirinya adalah seseorang yang dapat memahami karakteristik dirinya dan mampu menerima kondisi sebagaimana adanya, serta menyadari potensi-potensi yang dimilikinya. Pada dasarnya seseorang dalam menerima dirinya mempunyai hubungan yang realistis antara kedaaan dirinya dengan keinginannya termasuk dalam mengembangkan bakat dan potensinya untuk dijadikan sesuatu yang berguna.

2. Ciri-ciri Penerimaan Diri

Individu dengan penerimaan diri yang baik adalah orang yang memiliki penghargaan yang realistik terhadap potensi diri, menghargai diri sendiri dengan segala kekurangan dan kelebihan tanpa memaksakan diri untuk menjadi orang lain yang bukan dirinya. Ciri-ciri seseorang yang menerima dirinya dengan baik yang dijelaskan oleh Jersild (1963) adalah sebagai berikut:

a. Menghargai diri sendiri

Seseorang yang menerima dirinya berarti belajar untuk mengetahui keberadaan dirinya secara rasional. Individu mengetahui karakteristik

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dirinya, mengetahui seperti apa dirinya yang sesungguhnya. Seseorang yang dapat memahami dirinya sendiri secara rasional maka akan dapat menyukai dirinya dengan segala kekurangan dan kelebihannya.

b. Memiliki penilaian yang realistik atas kemampuan diri sendiri.

Seseorang yang dapat menghargai dirinya akan mampu mengenali dan menerima kelebihan dan kekurangannya. Individu dapat mengetahui potensi dirinya dan bebas untuk menggunakan dan mengembangkannya.

c. Memiliki keyakinan diri tanpa selalu mengikuti pendapat orang lain

Seseorang yang tidak mudah goyah harga dirinya oleh pujian maupun kritikan orang lain akan memiliki rasa penerimaan diri yang besar tanpa diperbudak oleh pendapat orang lain. Individu akan mampu membuat berbagai keputusan dengan pertimbangannya sendiri serta bertanggung jawab atas keputusan tersebut.

d. Memiliki spontanitas dan tanggung jawab untuk diri sendiri.

Mereka menerima kualitas kemanusiaan mereka tanpa mengutuk diri mereka sendiri untuk kondisi di luar kendali mereka. Mereka tidak melihat diri mereka sebagai orang-orang yang seharusnya berada di atas kemarahan atau ketakutan atau tanpa keinginan yang bertentangan, terbebas dari kesalahan manusia. Mereka merasa memiliki hak untuk memiliki gagasan, aspirasi, dan keinginan mereka sendiri.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3. Faktor-faktor pendukung penerimaan diri

Individu berbeda-beda dalam menerima dirinya dikarenakan masing-masing individu memiliki *ideal self* yang lebih tinggi dibandingkan *real self* yang dimilikinya. Apabila *ideal self* itu tidak bersifat realistis dan sulit untuk diraih dalam kehidupan yang nyata, maka hal itu akan menyebabkan frustasi dan perasaan kecewa (Hurlock, 1979).

Lebih lanjut Hurlock (1979) menjelaskan beberapa kondisi yang mendukung terbentuknya penerimaan diri, yaitu:

a. Pemahaman Diri *(Self-Understanding)*

Pemahaman diri adalah persepsi tentang dirinya sendiri yang dibuat secara jujur, tidak berpura-pura dan bersifat realistis. Persepsi atas diri yang ditandai dengan keaslian *(genuineness)*, tidak berpura-pura tetapi apa adanya, tidak berkhayal tetapi nyata (benar adanya), tidak berbohong tetapi jujur, dan tidak menyimpang. Pemahaman diri bukan hanya terpaku pada mengenal atau mengakui fakta tetapi juga merasakan pentingnya fakta-fakta.

b. Harapan yang Realistis *(Realistic Expectations)*

Harapan yang realistis muncul jika individu menentukan sendiri harapannya yang disesuaikan dengan pemahaman mengenai kemampuan dirinya, bukan harapan yang ditentukan oleh orang lain.Hal tersebut dikatakan realistis jika individu memahami segala kelebihan dan kekurangan dirinya dalam mencapai harapan dan tujuannya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Tidak adanya Hambatan Lingkungan *(Absence of Environmental Obstacle)*

Ketidakmampuan untuk meraih harapan realistis mungkin disebabkan oleh adanya berbagai hambatan dari lingkungan. Bila lingkungan sekitar tidak memberikan kesempatan atau bahkan malah menghambat individu untuk dapat mengekspresikan dirinya, maka penerimaan diri akan sulit untuk dicapai. Namun jika lingkungan, dan *significant others* turut memberikan dukungan, maka kondisi ini dapat mempermudah penerimaan diri seorang individu.

d. Sikap Sosial yang Menyenangkan *(Favorable Social Attitudes)*

Tiga kondisi utama yang menghasilkan evaluasi positif terhadap diri seseorang antara lain, tidak adanya prasangka terhadap seseorang, adanya penghargaan terhadap kemampuan-kemampuan sosial, dan kesediaan individu mengikuti tradisi suatu kelompok sosial. Individu yang memiliki hal tersebut diharapkan mampu menerima dirinya.

e. Tidak Adanya Stress Emosional *(Absence of Severe Emotional Stress)*

Ketiadaan gangguan stress yang berat akan membuat individu dapat bekerja sebaik mungkin, merasa bahagia, rileks, dan tidak bersikap negatif terhadap dirinya. Kondisi positif ini diharapkan membuat individu mampu melakukan evaluasi diri sehingga penerimaan diri yang memuaskan dapat tercapai.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

f. Jumlah Keberhasilan *(Preponderance of Successes)*

Saat individu berhasil ataupun gagal, ia akan memperoleh penilaian sosial dari lingkungannya. Ketika seseorang memiliki aspirasi tinggi, maka ia tidak akan mudah terpengaruh oleh penilaian sosial tentang kesuksesan maupun kegagalan. Dia kemudian akan menjadi lebih mudah dalam menerima dirinya sendiri terkait dengan kondisi dimana ia telah terpuaskan dengan keberhasilan yang telah dicapainya tanpa memikirkan pendapat lingkungan sosial.

g. Identifikasi dengan orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik *(Identification with Well-Adjusted People)*

Saat individu dapat mengidentifikasikan diri dengan orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik, maka hal itu dapat membantu individu untuk mengembangkan sikap positif dan menumbuhkan penilaian diri yang baik. Lingkungan rumah dengan model identifikasi yang baik akan membentuk kepribadian sehat pada seseorang sehingga ia mampu memiliki penerimanaan diri yang baik pula.

h. Perspektif diri *(Self-Persperctive)*

Individu yang mampu melihat dirinya sebagaimana perspektif orang lain memandang dirinya, akan membuat individu tersebut menerima dirinya dengan baik. Dimana hal ini diperoleh melalui pengalaman dan belajar.Usia dan tingkat pendidikan seseorang juga berpengaruh untuk dapat mengembangkan perspektif dirinya. Sebuah perspektif diri yang baik memudahkan akses terhadap penerimaan diri.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

i. Pola Asuh Masa Kecil Yang Baik *(Good Childhood Training)*

Meskipun penyesuaian diri pada seseorang dapat berubah secara radikal karena adanya peningkatan dan perubahan dalam hidupnya, hal tersebut dianggap dapat menentukan apakah penyesuaiannya dikatakan baik jika diarahkan oleh masa kecilnya. Konsep diri mulai terbentuk sejak masa kanak-kanak sehingga pengaruhnya terhadap penerimaan diri seseorang tetap ada walaupun usia individu terus bertambah. Dengan demikian, pola asuh juga turut mempengaruhi bagaimana seseorang dapat mewujudkan penghayatan penerimaan diri.

j. Konsep Diri yang Stabil *(Stable Self-concept)*

Individu dianggap memiliki konsep diri yang stabil, jika dalam setiap waktu ia mampu melihat kondisinya dalam keadaan yang sama. Jika seseorang ingin mengembangkan kebiasaan penerimaan diri, ia harus melihat dirinya sendiri dalam suatu cara yang menyenangkan untuk menguatkan konsep dirinya, sehingga sikap penerimaan diri itu akan menjadi suatu kebiasaan.

4. Langkah meningkatkan penerimaan diri pada remaja.

Menurut Hurlock (1973) menyebutkan langkah-langkah meningkatkan penerimaan pada remaja, sebagai berikut:

a. Meyakinkan remaja bahwa dia tidak akan selalu melampaui sifat yang tidak diinginkan dan pola kepribadiannya akan berubah menjadi lebih baik seiring perubahan tubuhnya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Membantu remaja meningkatkan wawasan dirinya sehingga ia memiliki pemahaman yang lebih baik tentang kekuatan dan kelemahan ini
c. Dengan wawasan sosial yang lebih baik, yang dapat dicapai dengan meningkatkan wawasan diri, remaja akan dapat bertindak sesuai dengan cara orang lain melihatnya, tidak seperti harapannya melihatnya.
d. Karena kestabilan konsep diri sangat penting bagi penerimaan sosial dan diri sendiri, masa remaja membutuhkan bantuan untuk belajar melihat dirinya secara konsisten dalam satu cara. Yang lebih penting lagi, konsep diri yang stabil pasti menguntungkan
e. Untuk meningkatkan penerimaan diri, remaja harus selalu waspada terhadap gangguan ringan dan harus segera mengambil langkah untuk memperbaikinya sebelum berkembang menjadi kebiasaan. Mungkin perlu mengubah lingkungan untuk mencapai tujuan ini.

5. Tahapan proses penerimaan diri

Proses seorang individu untuk dapat menerima dirinya tidak dapat muncul begitu saja, melainkan terjadi melalui serangkaian proses secara bertahap. Menurut Germer (2009), tahapan penerimaan diri terjadi dalam 5 fase, antara lain:

a. Penghindaran (*Aversion)*

Pertama, reaksi naluriah seorang individu jika dihadapkan dengan perasaan tidak menyenangkan (*uncomfortable feeling)* adalah menghindar, contohnya kita selalu memalingkan pandangan kita saat kita melihat adanya pemandangan yang tidak menyenangkan. Bentuk

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

penghindaran tersebut dapat terjadi dalam beberapa cara, dengan melakukan pertahanan, perlawanan, atau perenungan.

b. Keingintahuan *(Curiosity)*

Setelah melewati masa *aversion,* individu akan mengalami adanya rasa penasaran terhadap permasalahan dan situasi yang mereka hadapi sehingga mereka ingin mempelajari lebih lanjut mengenai permasalahannya tersebut walaupun hal tersebut membuat mereka merasa cemas.

c. Toleransi *(Tolerance)*

Pada tahap ketiga ini, individu akan menahan perasaan tidak menyenangkan yang mereka rasakan sambil berharap hal tersebut akan hilang dengan sendirinya.

d. Membiarkan Begitu Saja (*Allowing)*

Setelah melalui proses bertahan akan perasaan tidak menyenangkan telah selesai, individu akan mulai membiarkan perasaan tersebut datang dan pergi begitu saja. Individu secara terbuka membiarkan perasaan itu mengalir dengan sendirinya.

e. Persahabatan (*Friendship)*

Seiring dengan berjalannya waktu, individu akan mulai bangkit dari perasaan tidak menyenangkan tadi dan mencoba untuk dapat memberi penilaian atas kesulitan tersebut. Bukan berarti ia merasakan kemarahan, melainkan individu dapat merasa bersyukur atas manfaat yang didapatkan berdasarkan situasi ataupun emosi yang hadir.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

6. Efek Penerimaan Diri

Hurlock (1973) membagi dampak penerimaan diri menjadi dua kategori:

a. Dalam Penyesuaian Diri *(Effects on Self-Adjustment)*

Orang yang memiliki penerimaan diri, mampu mengenali kelebihan dan kekurangannya. Individu biasanya memiliki keyakinan diri (*self confidence*) dan harga diri (*self esteem*). Selain itu individu juga lebih dapat menerima kritik demi perkembangan dirinya. Penerimaan diri yang disertai dengan adanya rasa aman untuk mengembangkan diri ini memungkinkan seseorang untuk menilai dirinya secara lebih realistis sehingga dapat menggunakan potensinya secara efektif.

Dengan penilaian yang realistis terhadap diri, seseorang akan bersikap jujur dan tidak berpura-pura. Seseorang juga mampu membuat penilaian diri yang kritis (*critical self-appraisals*) yang membantunya mengenal dan mengoreksi kekurangan yang ada pada dirinya. Selain itu yang paling penting adalah individu juga merasa puas dengan menjadi dirinya sendiri tanpa ada keinginan untuk menjadi orang lain.

b. Dalam Penyesuaian Sosial (*Effects on Social Adjustments*)

Penerimaan diri biasanya disertai dengan adanya penerimaan pada orang lain. Orang yang memiliki penerimaan diri akan merasa aman untuk menerima orang lain, memberikan perhatiannya pada orang lain, memiliki perasaan toleransi terhadap sesama yang dibarengi dengan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

rasa selalu ingin membantu orang lain, serta menaruh minat terhadap orang lain, seperti menunjukan rasa empati dan simpati. Dengan demikian orang yang memiliki penerimaan diri dapat melakukan penyesuaian sosial yang lebih baik dibandingkan dengan orang yang merasa rendah diri. Ia dapat mengatasi keadaan emosionalnya tanpa mengganggu orang lain.

B. Remaja

1. Pengertian Remaja dan Batasan Usia Masa Remaja

Istilah *adolescene* atau remaja berasal dari kata latin *(adolescere)* (kata bendanya, adolescentia yang berarti remaja) yang berarti "tumbuh" atau "tumbuh mnejadi dewasa". Bangsa primitive demikian pula orang-orang zaman purbakala memandang masa puber dan masa remaja tidak berbeda dengan periode-periode lain dalam rentang kehidupan, anak dianggap sudah dewasa apabila sudah mampu mengadakan reproduksi (Hurlock, 1980).

Istilah *adolescence,* seperti yang dipergunakan saat ini, mempunyai arti yang lebih luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik. Pandangan ini diungkapkan oleh Piaget (dalam Hurlock, 1980) secara psikologis, masa remaja adalah usia di mana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-rang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak, integrasi dalam masyarakat (dewasa) mempunyai banyak aspek efektif, kurang lebih

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

berhubungan dengan masa puber, termasuk juga perubahan intelektual yang mencolok, trasformasi intelektual yang khas dari cara berpikir remaja ini memungkinkannya untuk mencapai integrasi dalam hubungan sosial orang dewasa, yang kenyataannya merupakan ciri khas yang umum dari periode perkembangan ini.

Biasanya masa remaja dianggap mulai pada saat anak secara seksual menjadi matang dan berakhir saat ia mencapai usia matang secara hukum. Namun, penelitian tentang perubahan perilaku, sikap, dan nilai-nilai sepanjang masa remaja tidak hanya menunjukkan bahwa setiap perubahan terjadi lebih cepat pada awal masa remaja daripada tahap akhir masa remaja, tetapi juga menunjukkan bahwa perilaku, sikap, nilai-nilai pada awal masa remaja berbeda dengan masa akhir masa remaja. Sehingga, dengan demikian secara umum masa remaja dibagi menjadi dua bagian, yaitu awal masa dan akhir masa remaja (Hurlock, 1980).

Menurut Mappiare (dalam Panuju, 1999) batasan usia remaja yaitu dimulai saaat individu berusia 15-21 tahun. Jersild (dalam Panuju, 1999) tidak memberikaan batasan pasti rentangan usia masa remaja. Jersild membicarakan remaja dalam rentang usia 11 tahun samapi usia 20 awal. Ditulis antara lain bahwa masa remaja mencakup periode atau masa bertumbuhnya seseorang dalam masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa.

Hurlock (dalam Panuju, 1999) memaparkan bahwa jika dibagi berdasarkan bentuk-bentuk perkembangan dan pola-pola perilaku yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tampak khas bagi usia-usia tertentu, maka batasan untuk usia remaja yaitu pubertas (*preadolescence)* usia 10/12 tahun – 13/14 tahun. Kemudian, masa remaja awal 13/14 tahun – 17 tahun. Remaja akhir usia 17 tahun – 21 tahun. Para ahli Indonesia juga memberikan batasan usia remaja, Gunarso (dalam Panuju, 1999) walaupun awalnya menyatakan bahwa ada beberapa kesulitan menetukan batasan usia masa remaja di Indonesia, akhirnya menetapkan bahwa usia 12-22 tahun sebagai masa remaja. Selanjutnya Susilowindradini (dalam Panuju, 1999) untuk menghindari salah paham, berpatokan pada literatur Amerika dalam mnetukan masa pubertas (12-15/16 tahun). Kemudian menguraikan tentang batasan pada masa remaja awal atau *Early Adolescene* (13-17 tahun) dan masa remaja akhir atau *Late Adolescene* (17-21 tahun).

Berdasarkan teori yang dipaparkan oleh para ahli diatas, dapat disimpulkan bahwa remaja merupakan tahap perkembangan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, dimana masa remaja ini, individu belajar menjadi individu dewasa bukan hanya dilihat dari kemampuan mengadakan reproduksi, melainkan juga arti yang lebih luas, mencakup kematangan mental, emosioanl, sosial, dan fisik. Batasan usia remaja di mulai saat usia 13-21 tahun, yang terbagi menjadi masa dewasa awal (13-17 tahun) dan masa remaja akhir (17-21 tahun).

2. Ciri-ciri Masa Remaja

Seperti halnya dengan semua periode yang penting selama rentang kehidupan, masa remaja mempunyai ciri-ciri tertentu yang membedakan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dengan periode sebelum dan sesudahnya. Ciri-ciri masa remaja menurut Hurlock (1980) adalah sebagai berikut:

a. Masa remaja sebagai periode yang penting

Kendatipun semua periode dalam rentang kehidupan adalah penting. Namun kadar kepentingannya berbeda-beda. Ada beberapa periode yang lebih penting daripada beberapa periode lainnya, karena akibatnya yang langsung terhadap sikap dan perilaku, dan ada lagi yang penting karena akibat-akibat jangka panjangnya. Pada periode remaja, baik akibat langsung maupun akibat jangka panjang tetap penting. Ada periode yang penting Karena akibat fisik dan ada lagi karena akibat psikologis. Pada periode remaja keduanya sama-sama penting.

b. Masa remaja sebagai periode peralihan

Dalam setiap periode peralihan, status individu tidaklah jelas dan terdapat keraguan akan peran yang harus dilakukan. Pada masa ini, remaja bukan lagi seorang anak dan juga bukan orang dewasa. Jika remaja berperilaku seperti anak-anak, remaja akan diajari untuk bertindak sesuai umurnya. Kalau remaja berusaha berperilaku seperti orang dewasa, seringkali dimarahi karena mencoba bertindak seperti orang dewasa. Di lain pihak, status remaja yang tidak jelas ini menguntungkan karena status memberi waktu kepadanya untuk mencoba gaya hidup yang berbeda dan menentukan pola perilaku, nilai dan sifat yang paling sesuai dengan dirinya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Masa remaja sebagai periode perubahan

Tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku selama masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Selama awal masa remaja, ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat, perubahan perilaku dan sikap juga berlangsung pesat. Kalau perubahan fisik menurun maka perubahan sikap dan perilaku juga menurun.

d. Masa remaja sebagai usia bermasalah

Karena ketidakmampuan mereka untuk mengatasi sendiri masalahnya menurut cara yang mereka yakini, banyak remaja akhirnya menemukan bahwa penyelesainnya tidak selalu sesuai dengan harapan mereka. Seperti yang dijelaskan Anna Freud (dalam Hurlock, 1980) banyak kegagalan, yang seringkali disertai akibat tragis, bukan karena ketidakmampuan individu tetapi karena kenyataan bahwa tuntutan yang diajukan kepadanya justru pada saat semua tenaganya telah dihabiskan untuk mencoba mengatasi masalah pokok yang disebabkan oleh pertumbuhan dan perkembangan seksual yang normal.

e. Masa remaja sebagai masa mencari identitas

Erikson (dalam Hurlock, 1980) menjelaskan identirtas diri yang dicari remaja berupa usaha untuk menjelaskan siapa dirinya, apa perannya dalam masyarakat. Apakah individu tersebut seorang anak atau seorang dewasa, apakah nantinya individu dapat menjadi seorang suami atau ayah, apakah individu mampu percaya diri sekalipun latar

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

belakang ras atau agama atau nasionalnya membuat beberapa orang merendahkannya, secara keseluruhan apakah individu akan berhasil atau gagal.

f. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan

Anggapan stereotip budaya bahwa remaja adalah anak-anak yang tidak rapi, tidak dapat dipercaya, dan cenderung merusak dan berperilaku merusak, menyebabkan orang dewasa yang harus membimbing dan mengawasi kehidupan remaja.Stereotip ini mempengaruhi konsep diri dan sikap remaja sehingga membuat peralihan ke masa dewasa menjadi sulit.

g. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistik

Remaja cenderung memandang kehidupan melalui kaca berwarna merah jambu. Remja melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang remaja inginkan dan bukan sebagaimana adanya, terlebih dalam hal cita-cita.

h. Masa remaja sebagai Ambang Masa Dewasa

Dengan semakin mendekatnya usia kematangan yang sah, para remaja menjadi gelisah untuk meninggalkan stereotip belasan tahun dan untuk memberikan kesan bahwa mereka sudah hampir dewasa. Berpakaian dan bertindak seperti orang dewasa ternyata belumlah cukup. Oleh karena itu, remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan denagn status dwasa seperti merokok, minum-

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

minuman keras, menggunakan obat-obatan, dan terlibat dalam perbuatan seks.

3. Tugas-Tugas Perkembangan Remaja

Mempelajari perkembangan remaja berarti kita harus mengetahui tugas perkembangan yang harus dicapai oleh seorang remaja. Hal ini sangat penting dalam rangka memberikan bimbingan dan arahan pada individu remaja. Tugas perkembangan memiliki tiga macam tujuan yang sangat berguna. Pertama, sebagai petunjuk bagi individu untuk mengetahui apa yang diharapakan masyarakat dari mereka pada usia-usia tertentu. Kedua, memberi motivasi kepada setiap individu untuk melakukan apa yang diharapkan dari mereka oleh kelompok sosial pada usia tertentu sepanjang kehidupan mereka. Ketiga, menunjukkan kepada setiap individu tentang apa yang akan mereka hadapi dan tindakan apa yang diharapkan dari mereka pada tingkat perkembangan berikutnya (Hurlock, 1980).

Havighurst (dalam Panuju, 1999) dalam bukunya *Human Development and Education* menyebutkan beberpat tugas remaja yaitu:

a. Mencapai hubungan sosial yang matang dengan teman sebayanya, baik dengan teman sejenis maupun lawan jenis. Remaja dapat bekerjasama dengan orang lain dengan tujuan-tujuan bersama, dapat menahan dan mengendalikan perasaan-perasaan pribadi, dan belajar memimpin orang lain dengan tau tanpa dominasi.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Dapat menjalankan peranan sosial menurut jenis kelamin masing-masing. Mempelajari dan menerima peranan masing-masing sesuai dengan ketentuan-ketentuan/norma-norma masyarakat.
c. Menerima kenyataan (realistis) jasmaniah serta menggunakannya seefektif-efektifnya dengan perasaan puas.
d. Mencapai kebebasan emosional dari orang tua atau orang dewasa lainnya. Remaja tidak kekanak-kanakan lagi, yang selau terikat pada orang tuanya. Remaja membebaskan dirinya dari ketergantungan terhadap orang tua atau orang lain.
e. Mencapai kebebasan ekonomi. Individu merasa sanggup untuk hidup berdasarkan usaha sendiri. Ini terutama sangat penting bagi laki-laki. Namun dewasa ini bagi kaum wanita pun tugas ini berangsur-angsur menjadi tambah penting.
f. Memilih dan mempersiapkan diri untuk pekerjaan atau jabatan. Artinya belajar memilih satu jenis pekerjaan sesuai dengan bakat dan mempersiapkan diri untuk pekerjaan tersebut.
g. Mempersiapkan diri untuk melakukan perkawinan dan hidup berumah tangga. Mengembangkan sikap yang positif terhadap kehidupan keluarga dan memiliki anak. Bagi wanita hal ini harus dilengkapi dengan pengetahuan dan keterampilan bagaimana mengurus rumah tangga *(home management)* dan mendidik anak
h. Mengembangkan kecakapan intelektual serta konsep-konsep yang diperlukan untuk kepentingan hidup bermasyarakat. Artinya bahwa

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

untuk menjadi warga negara yang baik perlu memiliki pengetahuan tentang hokum, pemerintah, ekonomi, politik geografi, tentang hakikat manusia dan lembaga-lembaga kemasyarakatan.

i. Memperlihatkan tingkah laku yang secara sosial dapat dipertanggung jawabkan. Ikut serta dalam kegiatan-kegiatan sosial sebagai orang dewasa yang bertanggung jawab, menghormati serta mentaati nilai-nilai sosial yang berlaku dalam lingkungannya, baik regional maupun nasional.

j. Memperoleh sejumlah norma-norma sebagai pedoman dalam tindakan-tindakannya dan sebagai pandangan hidup. Norma-norma tersebut secara sadar dikembangkan dan direalisasikan dalam menetapkan kedudukan manusia dalam hubungannya dengan sang pencipta, alam semesta dan dalam hubungannya dengan manusia-manusia lain, membentuk suatu gambaran dunia dan memelihara harmoni antara nilai-nilai pribadi yang lain.

Dari sepuluh tugas perkembangan ini, dapat terlihat hubungan yang cukup erat antara lingkungan kehidupan sosial dan tugas-tugas yang harus diselesaikan remaja dalam hidupnya. Hal ini merupakan fondasi supaya mereka dapat hidup dalam masyarakat.

4. Kebutuhan-Kebutuhan Remaja

Menurut Panuju (1999) Kebutuhan sebagaimana kebutuhan manusia lainnya dibagi menjadi dua golongan besar yaitu kebutuhan fisik jasmaniah dan kebutuhan mental rohaniah (psikis dan sosial).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a. Kebutuhan fisik jasmaniah

Kebutuahn fisik jasmaniah merupakan kebutuhan pertama yang disebut juga dengan kebutuhan primer, seperti makan, minum, seks dan sebagainya. Remaja sebagaimana layaknya manusia dewasa, dalam pemenuhan kebutuhan fisik jasmani ini tidak bnayak berbeda dibandingkan dengan makhluk lain. Perbedaannya terletak pada tata cara memenuhi kebutuhan tersebut. Remaja atau individu lain meletakkan pemenuhan kebutuhannya dengan jalan tidak mengurangi kebutuhan-kebutuahn jiwa (kasih sayang, rasa aman serta harga diri dan sebagainya).

Kebutuhan fisik remaja yang lainnya misalnya dorongan seksual yang ingin dipenuhi. Orang sehat pasti bisa menangguhkan pemuasan dorongan-dorongan tersebut samapi pada waktu dan suasana yang mengizinkan. Bagi orang-orang yang tidak percaya kepada Tuhan, dorongan itu akan dipenuhi tanpa memikirkan waktu yang baik.

b. Kebutuhan mental rohaniah (psikis dan sosial)

Kebutuhan mental rohaniah inilah yang membedakan manusai dengan makhluk Allah lainnya. Ada beberapa kebutuhan rohaniah yaitu sebagai berikut:

1. Kebutuhan akan agama
2. Kebutuhan akan kasih sayang dan rasa kekeluargaan
3. Kebutuhan akan rasa aman
4. Kebutuhan akan penyesuaian diri

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

5. Kebutuahn akan kebebasan
6. Kebutuhan akan pengendalian diri
7. Kebutuhan akan penerimaan sosial

C. HIV/AIDS *(Human Immunodeficiency Virus/Acquired Immune Deficiency Syndrome)*

1. Pengertian HIV/AIDS

Diantara berbagai virus yang telah dikenal saat ini, yang dianggap paling berbahaya adalah HIV *(Human Immunodeficiency Virus)* yang menyebabkan penyakit AIDS *(Acquired Immune Deficiency Syndrome).* Tidak seperti virus lain, mikroorganisme ini secara total melumpuhkan aktivitas sistem kekebalan manusia. HIV menyebabkan kerusakan yang belum dapat diperbaiki pada tubuh manusia yang disebabkan karena rusaknya sistem kekebalan, yang membuat tubuh menjadi lebih rentan terhadap segala penyakit yang masuk, dan mengakibatkan kondisi yang sangat fatal (Hasan, 2008).

Hasan (2008) juga menjelaskan, salah satu fakta penting tentang HIV adalah virus ini hanya menyerang sel T yang merupakan elemen paling efektif dalam sistem kekebalan manusia. Ketika sel T diserang, sistem kekebalan mengalami kesulitan untuk mengenali benda asing atau musuh yang masuk ke dalam tubuh manusia. Antibodi yang dihasilkan tubuh manusia tidak dapat melawan HIV, sehingga pasien AIDS meskipun dapat terus menghasilkan antibodi tidak dapat bekerja secara efektif dengan hilangnya kemampuan membunuh dari sel T.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Penjelasan lainnya tentang HIV adalah singkatan dari *Human Immunodeficiency Virus.* Virus ini menyerang sistem kekebalan tubuh dan melemahkan kemampuan tubuh untuk melawan infeksi dan penyakit. HIV belum bisa disembuhkan, tapi ada pengobatan yang bisa digunakan untuk memperlambat perkembangan penyakit. Pengobatan ini juga akan membuat penderitanya hidup lebih lama. Sehingga bisa menjalani hidup dengan normal, dengan diagnosis HIV dini dan penanganan yang efektif, seseorang yang positif HIV tidak akan berubah menjadi AIDS. AIDS adalah stadium akhir dari infeksi virus HIV. Pada tahap ini, kemampuan tubuh untuk melawan infeksi sudah hilang sepenuhnya (Alodokter.com)

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa HIV*(Human Immuno Deficiency Virus)* adalah virus yang menyerang sistem kekebalan tubuh manusia dan menimbulkan AIDS. AIDS merupakan kumpulan penyakit yang disebabkan oleh virus HIV yang merusak sistem kekebalan tubuh manusia. Sehingga tubuh mudah diserang penyakit-penyakit lain yang dapat berakibat fatal. Peyakit ini belum bisa disembuhkan, namun ada pengobatan yang dapat memperlambat perkembangan virus HIV.

2. Penularan HIV

Informasi medis menyatakan bahwa AIDS tidak ditularkan pada orang lain melalui kontak biasa. Jabatan tangan sehari-hari, bernafas pada udara yang sama atau makan makanan yang dipersiapkan oleh seseorang yang terinfeksi AIDS, serta gigitan serangga atau menggunakan toilet atau

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kolam renang yang sama tidak akan memberikan resiko penularan HIV (Hasan, 2008).

Hasan (2008) memaparkan penularan terjadi melalui salah satu cara berikut:

a. Melakukan hubungan seksual (vaginal, oral atau anal) dengan orang yang terinfeksi.
b. Menggunakan jarum suntik intravena bersama-sama, yang langsung diinjeksikan dari satu aliran darah orang ke orang lainnya memiliki resiko penularan HIV. Hal ini merupakan alasan kenapa banyak pengguna narkoba jarum suntik intravena menjadi terinfeksi. Demikian juga, menggunakan pisau silet yang telah dipergunakan orang yang terinfeksi AIDS mengandung resiko penularan.
c. Tranfusi darah yang dalam jumlah besar dipindahkan dari satu orang ke orang lainnya juga mengandung resiko penularan virus tersebut.
d. Perempuan yang terinfeksi memindahkan penyakit pada bayinya, baik selama kehamilan ataupun selama persalinan.

Berdasarkan informasi diatas, tidak ada kebutuhan untuk melakukan isolasi dari orang yang terinfeksi AIDS dalam karantina. Mereka harus dirawat dalam keranga yang direkomendasikan oleh spesialis dokter.

3. Pengujian HIV

*Family Health International (*FHI) menjelaskan pengujian HIV sebagai berikut:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a. Infeksi HIV dapat diketahui melalui sebuah pengujian antibodi mengenai HIV. Ketika seseorang terinfeksi dengan HIV, antibodinya dihasilkan dalam jangka waktu 3–8 minggu. Tahap berikutnya sebelum antibodi tersebut dapat dideteksi dikenal sebagai "tahap jendela" *(window period).*
b. Pengujian dapat dilakukan dengan mengunakan sampel darah, air liur atau air kencing.
c. Pengujian yang cepat ada dan menyediakan suatu hasil diantara 10–20 menit. Suatu hasil positif biasanya menuntut suatu test konfirmatori lebih lanjut.
d. Pengujian HIV harus dilakukan sejalan dengan bimbingan sebelum–selama–dan sesudahnya.

4. Stigma terhadap ODHA

Pada umumnya masyarakat tidak mengetahui secara memadai tentang pengertian penyakit HIV/AIDS. Pengetahuan tentang berbagai faktor yang menyebabkan penyakit HIV/AIDS misalnya, masyarakat umumnya juga kurang mengetahui secara rinci. Masyarakat hanya mengetahui penyebab penyakit HIV/AIDS, yang berasal dari perilaku seksual yang menyimpang. Sehingga stigma masyarakat pada ODHA cenderung negatif.

Menurut Merati (dalam Cholil, 1997) stigma utama masyarakat terhadap ODHA adalah karena infeksi HIV/AIDS segala macam bentuk yang negatif, karena fakta menyebutkan 80% ditularkan melalui

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

hubungan seksual, sisanya adalah pecandu narkoba dengan jarum suntik, PSK (Pekerja Seks Komersial), istri yang tertular dari suami dan seorang istri yang melahirkan anak positif HIV. Singkatnya, stigma masyarakat terhadap ODHA adalah orang yang pergaulannya bebas (hubungan seks bebas), pecandu narkoba, orang yang melanggar norma-norma agama dan sosial.

Menurut Hasan (2008) memberikan stigma pada penderita ini terlihat membawa dampak negatif. Masyarakat menjadi terhambat (malu/takut) untuk mencari dan memberi informasi sehingga mempersulit melakukan tindakan pencegahan atau pengobatan yang seharusnya dapat dilakukan. Hal ini terjadi di Negara yang berpenduduk islam padahal menurut ahli fiqih islam memberikan stigma pada orang yang kurang bernasib baik bukanlah sifat seorang muslim sejati. Seorang muslim harus menghindari menyerang perasaan meraka yang mendapatkan penyakit ini.

Dengan demikian, pasien HIV/AIDS tidak dapat diberlakukan berbeda hanya karena mereka menderita HIV/AIDS. Sebaliknya, mereka harus diperlakukan dengan baik dan diberikan kebutuhan pengobatan dan perawatan yang seharusnya. Masing-masing Negara harus berusaha untuk mencegah penyebaran penyakit ini. Namun jika telah terjadi, perhatian penuh harus diberikan untuk mengatasi penderitaan dan memelihara kualitas kehidupannya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

5. Kematian akibat HIV/AIDS

AIDS atau disebut dengan sindrom kehilangan kekebalan, sedangkan HIV yaitu jasad renik yang menyebabkan AIDS. HIV melumpuhkan system kekebalan tubuh, terutama sel-sel darah putih yang membantu dalam menghadang penyakit (Hutapea, 2004).

Setelah memasuki tubuh manusia, virus HIV dapat memproduksi dirinya lebih dari 10 juta virus dalam satu hari. Jumlah ini sangat banyak untuk dapat dikontrol oleh tubuh. Sebagai tambahan, HIV juga dapat mengenali berbagai bentuk untuk melindungi dirinya agar tidak ditangkap oleh sistem kekebalan manusia.

AIDS merupakan merupakan suatu penyakit dimana sistem kekebalan tubuh sangat menurun karena HIV, sehingga menyebabkan individu beresiko tinggi menderita penyakit fatal *Sarcoma Kaposi,* jenis kanker limpa yang jarang terjadi dan berbagai macam infeksi jamur, virus dan bakteria yang berbahaya (Davidson, 2004).

Sehingga ODHA harus menghadapi diagnosis kematian. Hal ini dapat mendorong mereka untuk mengalami stres atau depresi, yang dapat membuat mereka mengisolasi diri dari orang lain. Beberapa pasien bahkan terdorong untuk melakukan bunuh diri karena takut akan menderita sakit ketika mengalami penyakit ini lebih lanjut. Pada kenyataannya, mereka masih dapat hidup cukup lama, sampai diatas 10 tahun (Hasan, 2008).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

6. Rasa Sakit Pada ODHA

Ketidakpastian nasib ODHA akan menimbulkan perasaan cemas dan depresi. Sering dihinggapi perasaan menjelang maut, rasa bersalah akan perilaku yang membuat terinfeksi dan rasa diasingkan oleh orang lain. Stres akan ikut melemahkan sistem imun, yang terlebih dahulu sudah dilumpuhkan oleh HIV. Banyak orang yang tertular HIV/AIDS ditinggalkan oleh teman atau kekasih mereka. Stres yang disebabkan kehilangan ini pun akan ikut melemahkan sistem imun tubuh.

Menurut Kaplan (1997) orang HIV/AIDS berbeda kondisinya dengan orang yang menderita penyakit parah lainnya seperti kanker atau stroke. Infeksi HIV/AIDS selain berpengaruh terhadap fisiknya, juga memiliki pengaruh terhadap psikososial seperti hubungan status emosi, perubahan dalam pola adaptasi perilaku dan fungsi kognitifnya, perilaku hidup sehat, perubahan tujuan, hidup dan peranannya dimasyarakat, perubahan kehidupan spiritual sampai persipaan menjelang kematian.

Pasien HIV/AIDS harus berusaha untuk mempertahankan kesehatan fisik dan emosi yang dimilikinya. Dukungan sosial yang diberikan sangat membantu mereka menghadapi stres yang dialami. Intervensi psikospiritual pada penderita HIV/AIDS dapat mengembalikan makna hidup mereka serta memperkuat efikasi dan kontrol diri. Untuk itu mereka dapat mengikuti terapi individu, kelompok, keluarga, maupun kelompok dukungan diri yang dapat membantu mereka berusaha hidup seperti orang normal lainnya. Kesehatan fisik juga sangat penting di jaga

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bagi penderita HIV/AIDS. Mereka yang memiliki olah raga teratur terlihat lebih memiliki kemungkinan bertahan hidup yang lebih lama. Sehingga rasa sakit baik berupa fisik maupun psikis pada penderita HIV/AIDS dapat dihindari (Hasan, 2008).

D. Penerimaan Diri pada Remaja ODHA

Kasus HIV/AIDS di Indonesia bagaikan fenomena gunung es. Jumlah penderita yang melapor hanyalah sebagian kecil dari kasus sesungguhnya yang terjadi. Salah satu penyebabnya adalah karena masih banyaknya stigma dan diskriminasi pada ODHA dari masyarakat. Sehingga setiap warga masyarakat takut untuk memeriksakan status HIV. Hasan (2008) mengungkapkan bahwa para ODHA memiliki tiga tantangan utama yaitu menghadapi reaksi terhadap penyakitnya yang mengandung stigma, kemungkinan waktu kehidupan yang terbatas serta mengembangkan strategi untuk mempertahankan kondisi fisik dan emosi.

Individu yang mengalami AIDS harus bertahan dari ketakutan akan prasangka dari masyarakat umum, terutama jika mereka gay atau pengguna narkoba jarum suntik masyarakat akan menyalahkan korban HIV/AIDS. Masyarakat juga secara irasional takut tertular oleh penyakit ini, meskipun mereka tidak memiliki kontak langsung dengan penderita HIV/AIDS. Penolakan ini memberikana perasaan tidak nyaman bagi para ODHA, sehingga akan berpengaruh pada kesehatan fisik dan psikologinya.

Kubler dan Ross (dalam Sarafino, 1998) menjelaskan bahwa terdapat lima tahapan reaksi emosi yang dialami individu ketika harus berhadapan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dengan penyakit yang menyebabkan kematian yaitu reaksi penyangkalan *(denial),* kemarahan *(anger),* tawar-menawar *(bargaining),* depresi *(depression)* dan penerimaan diri *(self accptance).* Reaksi pertama yang umum terjadi pada ODHA adalah sebuah penyangkalan, mereka akan merasa tidak percaya dengan apa yang terjadi pada dirinya, kemudian memunculkan kemarahan pada diri sendiri, selanjutnya lambat laun mereka akan melakukan tawa-menawar dengan diri sendiri mencoba untuk menerima keadaannya, namun belum sepenuhnya, sehingga saat melakuka tawar-menawar jika ODHA belum menemukan sisi positif setelah individu terinfeksi, individu akan depresi. Sehingga pada tahap akhir apabila ODHA telah mampu mengendalikan depresinya mereka akan menerimaa keadaan dirinya saat ini dan melakukan hal-hal yang positif dan bermanfaat untuk dirinya.

Individu yang mengaktualisasikan diri, menerima diri, kelemahan-kelemahan dan kekuatan-kekuatan mereka tanpa keluhan atau kesusahan. Sebenarnya, mereka tidak terlampau banyak memikirkannya. Meskipun individu-individu yang sangat sehat memiliki kelemahan-kelemahan atau cacat-cacat, tetapi mereka tidak merasa malu atau merasa bersalah terhadap hal-hal tersebut.Individu tersebut menerima kodrat mereka sebagaimana adanya. Karena, individu ini begitu menerima kodrat mereka, maka mereka tidak harus mengubah atau memalsukan diri sendiri. Individu ini tidal defensif dan tidak bersembunyi di belakang topeng-topeng atau peranan-peranan sosial. Individu tersebut santai dan puas dengan diri mereka dan penerimaan ini berlaku bagi semua tigkat kehidupan (Schultz, 1991).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Penerimaan diri adalah suatu sikap positif terhadap keadaan dirinya, mampu menerima dirinya baik kekurangan maupun kelebihannya. Orang-orang yang dapat menerima dirinya adalah seseorang yang dapat memahami karakteristik dirinya dan mampu menerima kondisi sebagaimana adanya, serta menyadari potensi-potensi yang dimilikinya. Pada dasarnya seseorang dalam menerima dirinya mempunyai hubungan yang realistis antara kedaaan dirinya dengan keinginannya termasuk dalam mengembangkan bakat dan potensinya untuk dijadikan sesuatu yang berguna.

Remaja merupakan masa transisi atau masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Menurut Hurlock (1980) remaja cenderung memandang kehidupan melalui kaca berwarna merah jambu. Ia melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang ia inginkan dan bukan sebagaimana adanya, terlebih dalam hal cita-cita. Cita-cita atau harapan yang tidak realistik ini, tidak hanya bagi dirinya sendiri tetapi juga bagi keluarga dan teman-temannya, sehingga menyebabkan meningginya emosi yang merupakan ciri dari awal masa remaja. Remaja akan sakit hati dan kecewa apabila orang lain mengecewakannya atau remaja tersebut tidak berhasil mencapai tujuan yang ditetapkannya sendiri.

Maka bukanlah suatu hal yang mengejutkan, ketika remaja didiagnosa terkena HIV, mereka akan merasa terkejut, terhina dan merasa tidak adil. Setelah didiagnosa mengidap HIV remaja sering berada dalam tahap krisis yang ditandai dengan ketidakstabilan fisik, sosial dan psikis. HIV dapat mengakibatkan perubahan drastis dalam konsep diri dan harga diri bagi

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ODHA. Perubahan ini dapat terjadi secara sementara namun dapat juga menetap. Seperti pada hasil penelitian terdahulu yang dilakukan Rizkiani dan Retnaningsih (2009) tentang penerimaan diri pada remaja penderita leukemia, dalam penelitian ini subjek berusia 14 tahun mampu menerima dirinya dengan baik. Hal tersebut ditunjukkan dengan adanya pemahaman tentang diri sendiri dan mengenali apa yang menjadi kekurangan dan kelebihannya serta adanya harapan yang realistis terhadap keadaan diri dan tidak merasa rendah diri dengan adanya penyakit yang dialami subjek.

Selanjutnya Penelitian Matyja (2014) mengenai kepribadian remaja dan penerimaan diri mereka terhadap keluarga yang lengkap, keluarga yang tidak lengkap dan keluarga yang direkonstruksi. Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan yang signifkan pada tingkat penerimaan diri secara statistik pada kelompok remaja tersebut. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Indra dan Widiasavitri (2015) yaitu proses penerimaan diri pada remaja tunadaksa berprestasi yang bersekolah di sekolah umum dan sekolah luar biasa. Hasil penelitian menjelaskan bahwa terdapat beberpa perbedaan dinamika pada setiap fase yang dilalui antara kedua kategori remaja tunadaksa tersebut. Penelitian serupa yang dilakukan Virlia dan Wijaya (2015) tentang penerimaan diri pada penyandang tunadaksa. Subjek berjumlah 2 orang. Dari penelitian tersebut ditemukan hasil penelitian bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi penerimaan diri pada penyandang tuna daksa adalah faktor eksternal dan faktor internal. Kemudian subjek satu belum dapat menerima keadaan dirinya meskipun keterbatan yang ada sudah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dimiliki sejak lahir. Berbeda dengan subjek dua, sebenarnya cukup dapat menerima dirinya meskipun masih ada perasaan-perasaan negatif yang terkadang muncul ketika mengingat pengalaman traumatis yang dialaminya.

Penerimaan diri pada remaja, dapat berjalan dengan baik jika remaja tersebut dapat menerima kondisi atau keadaan dirinya secara positif, selain itu adanya dukungan dari orang-orang disekitarnya. Namun, adanya diagnosa HIV pada diri remaja dan berbagai pengobatan dengan efek samping yang dihasilkan dari pengobatan tersebut dan stigma dari masyarakat sehingga berdampak pada kehidupan remaja, hal-hal seperti ini kemungkinan dapat mempengaruhi penerimaan diri terhadap remaja. Sedangkan, Hurlock (1980) menjelaskan salah satu tugas perkembangan pada masa remaja adalah menerima kenyataan (realistis) jasmaniah serta menggunakannya seefektif-efektifnya dengan perasaan puas. Remaja yang dapat menerima keadaan dirinya baik dari sisi kelebihan maupun kekuranngannya, individu tersebut akan mudah memahami dirinya sehingga mampu mengoptimalkan potensi yang dimilikinya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id