DZIKIR HASBUNALLAH UNTUK MENUMBUHKAN *SELF ACCEPTANCE* PADA LANSIA DI PANTI TRESNA WERDHA HARGO DEDALI SURABAYA

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Proses Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Oleh :

IFFA RAHMATUL HUSNIA

NIM. B73214063

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

JURUSAN DAKWAH

FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA

2018

PERNYATAAN

PERTANGGUNGJAWABAN PENULISAN SKRIPSI

Bismillahirrohmanirrahim

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Iffa Rahmatul Husnia

NIM : B73214063

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Alamat : Jl. Kebohan RT.02 RW.08, Kel. Gunung Gedangan, Kec. Magersari, Kota Mojokerto, Jawa Timur

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa :

1. Skripsi ini tidak pernah disampaikan kepada lembaga pendidikan tinggi manapun untuk mendapatkan gelar akademik apapun.
2. Skripsi ini adalah benar-benar hasil karya saya secara mandiri dan bukan merupakan hasil plagiasi atas karya orang lain.
3. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skrispi ini sebagai hasil plagiasi, saya akan bersedia menanggung segala konsekuensi hukum yang terjadi.

Surabaya, 23 Januari 2018

Saya yang menyatakan,

METERAI TEMPEL

TGL 20

3AE04AEF818168970

6000

ENAM RIBU RUPIAH

Iffa Rahmatul Husnia

B73214063

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Nama : Iffa Rahmatul Husnia

NIM : B73214063

Judul : Dzikir Hasbunallah untuk Menumbuhkan *Self Acceptance* pada Lansia di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh dosen pembimbing untuk diujikan.

Surabaya, 23 Januari 2018

Telah disetujui oleh

Dosen Pembimbing,

Yusria Ningsih, S.Ag, M.Kes

NIP. 197605182007012022

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi oleh Iffa Rahmatul Husnia ini telah dipertahankan di depan
Tim Penguji Skripsi

Surabaya, 31 Januari 2018
Mengesahkan,
Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Dekan,

Dr. Hj. Rr. Suhartini, M.Si
NIP. 195801131982032001

Penguji I,

Yusria Ningsih. S.Ag, M.Kes
NIP. 197605182007012022

Penguji II,

Dr. H. Rudy Al-Hana, M.Ag
NIP. 196803091991031001

Penguji III,

Dr. Agus Santoso, S.Ag, M.Pd
NIP. 197008251998031002

Penguji IV,

Dr. H. Abd. Syakur, M.Ag
NIP.196607042003021001

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN
Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Iffa Rahmatul Husnia
NIM : B73214063
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi / Bimbingan dan Konseling Islam
E-mail address : iffarahmatul@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :
☑ Sekripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)
yang berjudul :
Dzikir Hasbunallah untuk Menumbuhkan Self Acceptance pada Lansia di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara ***fulltext*** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 9 Februari 2018

Penulis

(IFFA RAHMATUL H.)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Iffa Rahmatul Husnia (B73214063), Dzikir Hasbunallah untuk Menumbuhkan *Self Acceptance* pada lansia di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya.

Fokus Penelitian adalah (1) Bagaimana proses Dzikir Hasbunallah untuk menumbuhkan *self acceptance* pada Lansia di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya? (2) Bagaimana hasil Dzikir Hasbunallah untuk menumbuhkan *self acceptance* pada Lansia di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya?

Dalam menjawab permasalahan tersebut, peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan analisis uji-T (*Paired Sample T-test*). Dalam hal ini menggunakan alat ukur yakni sebuah angket *(kuesioner*) *Pretsest* dan *Posttest*, observasi, wawancara, dan dokumentasi. Adapun subyek penelitian kali ini yaitu berjumlah 20 orang lansia muslim Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya.

Adapun indikator dari masing-masing variabel yaitu 1) Meyakini untuk selalu mengingat Allah SWT, memiliki keyakinan bahwa cukup Allah sebagai penolong, mendorong manusia untuk selalu bersikap positif, menenangkan hati, membuat manusia untuk mudah mensyukuri ni'mat Allah. 2) Tidak menyalahkan diri sendiri, pantang menyerah, lebih percaya diri, menerima keadaan dengan lapang, berfikir positif.

Dalam kali ini, proses konseling menggunakan dzikir hasbunallah untuk menumbuhkan *self acceptance* pada lansia di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya. Langkah awal yang dilakukan peneliti agar dapat diketahui perbedaan atau tidaknya sebelum dan sesudah dilakukannya *treatment* dzikir hasbunallah untuk menumbuhkan *self acceptance* pada lansia, yaitu dengan melakukan penyebaran angket data *pretest* dan *posttest*. Langkah selanjutnya yaitu angket tersebut nantinya akan membuktikan dengan melihat hasil uji-T (*Paired Sample T-test*) menunjukkan bahwa nilai sig. (2-tailed) yaitu 0,243 > 0,005 yang berarti tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara *self acceptance* pada data *pretest* dan *posttest*. Hal tersebut juga telah membuktikan bahwasannya "tidak terdapat pengaruh" dzikir hasbunallah untuk menumbuhkan *self acceptance* pada lansia di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya.

Kata Kunci : Dzikir Hasbunallah, *Self Acceptance*

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

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL i
HALAMAN PERSETUJUAN ii
PENGESAHAN iii
MOTTO iv
PERSEMBAHAN v
PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI vii
ABSTRAK viii
KATA PENGANTAR ix
DAFTAR ISI x
DAFTAR TABEL xii
BAGIAN INTI
BAB I : PENDAHULUAN
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 6
C. Tujuan Penelitian 6
D. Manfaat Penelitian 6
E. Metode Penelitian
1. Pendekatan dan Jenis Penelitian 8
2. Populasi 9
3. Variabel dan Indikator Penelitian 10
4. Definisi Operasional 11
5. Teknik Pengumpulan Data 17
6. Teknik Analisis Data 20
F. Sistematika Pembahasan 21
BAB II : TINJAUAN PUSTAKA
A. Kajian Teoritik
1. Dzikir Hasbunallah
a. Pengertian Dzikir Hasbunallah 23
b. Manfaat Dzikir Hasbunallah 33
2. Penerimaan Diri (Self Acceptance)
a. Pengertian Penerimaan Diri (Self Acceptance) 35
b. Faktor-faktor yang membentuk Penerimaan Diri 41
c. Dampak Penerimaan Diri 46
d. Aspek-aspek Penerimaan Diri 47
e. Karakteristik Individu yang Dapat Menerima 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

dengan Baik 52
f. Tahapan Penerimaan Diri (Self Acceptance)..... 55
B. Hasil Penelitian Terdahulu yang Relevan..... 57
C. Hipotesis Penelitian 58

BAB III : PENYAJIAN DATA

A. Deskripsi Umum Objek Penelitian
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian
a. Profil Panti Tresna Werdha Hargo Dedali 60
b. Visi, Misi, dan Tujuan 62
c. Struktur Organisasi 63
d. Sarana Prasarana 64
e. Bentuk dan Kegiatan..... 66
f. Sumber Pendanaan..... 69
2. Deskripsi Konselor 69
3. Identitas Yayasan 70
4. Kondisi Obyektif Yayasan
a. Letak Yayasan..... 71
b. Luas Wilayah 71
B. Deskripsi Pelaksanaan Penelitian 71
C. Deskripsi Hasil Penelitian..... 74
1. Uji Validitas Data 79
2. Uji Reliabilitas Data..... 82
D. Pengujian Hipotesis 85

BAB IV : ANALISIS DATA DAN PEMBAHASAN

A. Pengambilan Data Dzikir Hasbunallah untuk Menumbuhkan *Self Acceptance* pada Lansia 88
B. Pembahasan..... 96

BAB V : PENUTUP

A. Kesimpulan 98
B. Saran 99

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

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

Daftar Tabel

Tabel 3.1 Sarana Panti Tresna Werdha Hargo Dedali

Tabel 3.2 Persentase Skala Ukur Self Acceptance

Tabel 3.3 Skoring Skala Angket

Tabel 3.4 Keterangan skala dzikir hasbunallah (variabel X)

Tabel 3.5 Keterangan skala *self acceptance* pada lansia (variable Y)

Tabel 3.6 Validitas Item SkalaVariabel X

Tabel 3.7 Validitas Item Skala Variabel Y

Tabel 3.8 Kriteria Reliabilitas Menurut Alpha

Tabel 3.9 Hasil Uji Reliabilitas Skala Variabel X

Tabel 3.10 Hasil Uji Reliabilitas Skala Variabel Y

Tabel 4.1 Hasil Perhitungan Angket Sebelum Dzikir Hasbunallah (Variabel X dan Y)

Tabel 4.2 Hasil Perhitungan Angket Setelah Dzikir Hasbunallah (Variabel X dan Y)

Tabel 4.3 Hasil Angket Sebelum dan Sesudah Dzikir Hasbunallah

Tabel 4.4 Paired Samples Statistics

Tabel 4.5 Paired Samples Test

Tabel 4.6 Skala Ukur Observasi Responden

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

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia adalah makhluk Allah yang dilahirkan tanpa ada kesamaan secara keseluruhan antara satu sama lain. Dilahirkan secara berbeda bukan berarti yang satu memiliki kelebihan saja dan satunya memiliki kekurangan saja. Akan tetapi dalam setiap manusia tentunya memiliki suatu kelebihan dan kekurangan tertentu. Dan dari segi kekurangan bukan berarti manusia itu mengeluh dan terpuruk dalam keadaan itu. Disinilah *self acceptance* harus ditumbuhkan dalam diri seseorang agar dapat memahami dan menerima sesuatu yang ada dalam dirinya dengan lapang.

Penerimaan merupakan rasa tulus dan mampu menerima atas segala yang terjadi, tidak menolaknya atau bahkan menyalahkan diri sendiri dan orang lain. Seringkali, seseorang ketika mengalami keberhasilan atau kesuksesan, mereka berpikir bahwa dirinya adalah satu-satunya penyebabnya, tetapi jika mengalami kegagalan atau permasalahan, mereka menganggapnya sebagai kesalahan orang lain. Kebalikan dari sikap inilah yang merupakan menyalahkan diri sendiri secara tidak rasional.[3]

[3] George Boeree, *Dasar-dasar Psikologi Sosial*, (Jogjakarta : Prismasophie, 2006) hal. 78

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

Self adalah segala sesuatu yang dapat dikatakan orang tentang dirinya sendiri, bukan hanya tentang tubuh dan keadaan psikisnya sendiri saja, melainkan juga tentang anak istrinya, rumahnya, pekerjaannya, nenek moyangnya, teman-temannya, miliknya, uangnya, dan lain-lain. Kalau memang bagus, ia merasa senang dan bangga. Akan tetapi, kalau ada yang kurang baik, rusak, hilang, dan lain-lain, ia merasa putus asa, kecewa, dan lain-lain. Jadi, diri (*self*) adalah semua ciri, jenis kelamin, pengalaman sifat-sifat, latar belakang budaya, pendidikan, dan sebagainya yang melekat pada seseorang. Makin dewasa dan makin tinggi kecerdasan seseorang, makin mampu dia menggambarkan dirinya sendiri, makin baik konsep dirinya.[4] Baumeister menggambarkan diri sebagai "yang Anda maksudkan ketika berkata saya". Penelitian psikologi telah mengungkap bahwa banyak aspek diri : motivator, perilaku, sumber umpan balik tentang pengetahuan diri, fenomena antar dan intrakelompok.[5] Sehubungan dengan itu, istilah "diri" dapat disebut sebagai "diri cermin" (*looking-glass self*), karena seakan-akan orang melihat dirinya sendiri dalam cermin. Menamakan diri cermin itu adalah "diri publik" (*public self* atau *Me*) yang dibedakannya dari "diri pribadi" atau "aku" (*private self* atau *I*). Jadi, menurut James ada dua jenis diri, yaitu "diri" dan "aku". Diri adalah aku sebagaimana dipersepsikan oleh orang lain atau diri sebagai

[4] Sarlito Wirawan Sarwono, *Psikologi Sosial:Individu dan Teori-teori Psikologi Sosial*, (Jakarta : Balai Pustaka, 2002)

[5] Jenny Mercer & Debbie Clayton, *Psikologi Sosial*, (Jakarta : Erlangga, 2012) hal.43

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

objek (*objective self*), sedangkan aku adalah inti dari diri aktif, mengamati, berpikir, dan berkehendak.[6]

Dari berbagai penjelasan diatas, bahwa pengertian penerimaan diri menurut Hurlock, adalah suatu tingkat kemampuan dan keinginan individu untuk hidup dengan segala karakteristik dirinya. Individu dapat menerima dirinya diartikan sebagai individu yang tidak mempunyai masalah dengan diri sendiri, yang tidak memiliki beban perasaan terhadap diri sendiri sehingga individu lebih banyak memiliki kesempatan untuk beradaptasi dengan lingkungan.[7] Merupakan suatu karunia Tuhan yang memberikan 3 aspek yang melekat dalam diri manusia, yaitu : (1) Aspek organik jasmaniah, (2) aspek psikis rohaniah, (3) dan aspek sosial kebersamaan. Ketiga-tiganya itulah yang akan dibawa oleh manusia dalam menghadapi hidup ini.[8] Dalam penerimaan diri juga dapat melibatkan dengan yang disebut penyesuaian diri. Fungsi penyesuaian diri berarti bahwa orang cenderung mengembangkan sikap yang akan membantu untuk mencapai tujuannya secara maksimal. Setelah adanya penyesuaian diri itulah secara tidak langsung juga akan dapat menumbuhkan penerimaan diri seseorang.[9]

Mengenai penerimaan diri tersebut juga harus tertanam pada segala tingkatan, baik itu tua ataupun muda. Karena jika dari diri sendiri sudah menolak, tidak menutup kemungkinan ia akan selalu minder, menyalahkan

---

[6] Sarlito Wirawan Sarwono, *Psikologi Sosial : Individu dan Teori-teori Psikologi Sosial*, (Jakarta : Balai Pustaka, 2002)

[7] E. B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan : suatu pendekatan sepanjang rentan kehidupan*, (Jakarta: Erlangga, 1980)

[8] Hamim Rosyidi, *Psikologi Sosial*, (Surabaya : CV. Jaudar, 2012) hal. 73

[9] Fattah Hanurawan, *Psikologi Sosial suatu pengantar*, (Bandung : PT Remaja Rosdakarya, 2010) hal.66

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

atas segala yang terjadi, bahkan bisa juga ia tidak dapat mengaktualisasikan dirinya. Sangatlah penting hal ini ditanamkan sejak kecil, karena dari situ menjadi terbiasa dan dapat mengevaluasi untuk menjadi yang lebih baik agar masalah yang tidak diinginkan tidak terjadi lagi. Segala yang terjadi bukanlah sepenuhnya kesalahan diri sendiri, akan tetapi tiada penerimaan diri akan menjadi masalah pada diri sendiri. Untuk mengembangkan diri dengan cara menerima diri tersebut juga dibutuhkan oleh seseorang yang sudah lanjut usia. Masa lansia atau masa tua merupakan masa hidup manusia yang terakhir, dimana pada masa ini seseorang mengalami kemunduran fisik, mental dan sosial dengan sejalannya waktu, sehingga tidak dapat melakukan kegiatan secara maksimal lagi. Menua atau menjadi tua tidak pernah dihindari oleh siapapun. Dari masa ke masa, manusia selalu berusaha untuk mencari resep awet muda dan umur panjang.[10] Secara umum, orang lanjut usia dalam meniti kehidupannya dapat dikategorikan dalam dua macam sikap. Pertama, masa tua akan diterima dengan wajar melalui kesadaran dan penerimaan yang mendalam, sedangkan yang kedua, manusia lanjut usia dalam menyikapi hidupnya cenderung menolak datangnya masa tua, kelompok ini tdak mau menerima keadaan yang ada.[11]

Adanya penolakan datangnya masa tua, seringkali yang menjadi penyebab utama adalah munculnya rasa kesepian. Dimana seorang lansia

[10] Hanna Santoso, Andar Ismail, *Memahami Krisis Lanjut Usia*, (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2009)

[11] E. B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan : suatu pendekatan sepanjang rentan kehidupan*, (Jakarta: Erlangga, 1996)

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

ketika berada dirumah hanya mengharapkan teman untuk bisa mendampinginya. Karena yang membuat mereka kurang bersemangat adalah tidak adanya pendamping yang mampu menghibur mereka. Terutama di zaman modern seperti saat ini, anak cucu dari orang tua seringkali sudah menyibukkan diri dengan pekerjaan masing-masing, mulai dari pagi hari yang sudah bergegas untuk bekerja, kemudian sepulang kerja sisa waktu hanya untuk beristirahat saja, begitu juga seterusnya sampai hari-hari berikutnya. Sehingga perhatian yang diberikan kepada orang tua menjadi berkurang. Padahal sebagian besar permasalahan yang dialami para lansia hanyalah kesepian. Oleh karena itu, disinilah salah satu penyebab lansia untuk ditempatkan keluarganya di Panti Werdha.

Begitu juga yang sudah pernah saya jumpai dan saya dapatkan informasinya, bahwa para oma-oma yang ada di Panti Werdha tidak semuanya berada disitu atas keinginan diri sendiri. Seperti salah satu yang bercerita, bahwa keberadaan beliau disini karena cucunya yang membohonginya untuk jalan-jalan, menghibur diri, tetapi yang terjadi adalah justru oma itu ditempatkan disini. Dan yang menjadi lebih mengharukan setelah kebohongan itu terjadi, oma ini sama sekali tidak pernah dijenguk. Sehingga beliau merasa bahwa dirinya ini dibuang oleh keluarganya. Selain itu, terdapat lagi salah satu dari mereka, yang mana anak-anaknya saling melontarkan sang ibu ini untuk bertugas merawatnya. Mereka merasa keberatan untuk merawat ibunya sendiri. Akhirnya oma ini

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

mengajukan dirinya sendiri untuk tinggal di Panti Werdha, karena beliau tidak ingin menjadi pokok permasalahan yang timbul diantara anak-anaknya.

Sehingga, dari situlah yang membuat saya tertarik untuk mempelajari lebih dalam, dan berkeinginan untuk meneliti serta mengangkat permasalahan tersebut dengan judul "Dzikir Hasbunallah untuk Menumbuhkan *Self Acceptance* pada Lansia di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya"

B. Rumusan Masalah

Peneliti merumuskan sebuah rumusan masalah yang dianggap sangat urgen untuk diketahui, yaitu:

1. Bagaimana pengaruh Dzikir Hasbunallah untuk menumbuhkan *self acceptance* pada Lansia di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui pengaruh Dzikir Hasbunallah untuk menumbuhkan *self acceptance* pada lansia di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini, diharapkan mampu memperluas khazanah keilmuan tentang Dzikir Hasbunallah dan mampu mengembangkannya baik secara teoritis maupun praktis.

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

Adapun beberapa manfaat Dzikir Hasbunallah untuk menumbuhkan *self acceptance* adalah sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

   Adanya penelitian ini, diharapkan mampu memberikan sumbangan penelitian (referensi) terhadap ilmu pengetahuan yang terkait penggunaan dzikir Hasbunallah sebagai media untuk menumbuhkan *self acceptance* yang kemudian dilanjutkan dengan tindakan yang rasional untuk dapat menerima segala yang terjadi dalam diri dengan lapang dan semangat. Karena dengan adanya lantunan Dzikir Hasbunallah, para lansia akan menjadi semangat dan siap menerima suatu keadaan yang terjadi dalam diri mereka dengan lapang dan tenang.

2. Manfaat Praktis

   a. Bagi Pengelola Panti Tresna Werdha Hargo Dedali

      Hasil dari penelitian ini bisa dijadikan sebagai salah satu media untuk menumbuhkan *self acceptance* pada lansia dengan perantara Dzikir Hasbunallah agar semakin tenang dalam menerima keadaan yang terjadi pada diri sendiri.

   b. Bagi subyek penelitian

      Hasil penelitian ini bisa dijadikan sebagai instrumen intropeksi dan peningkatan *self acceptance* dalam jiwa para lansia, agar mereka memiliki keyakinan, berpikir positif bahwa walaupun

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

sudah keadaan lanjut usia tapi masih semangat dan mampu ikhlas saat menghadapi keadaan yang sebenarnya.

c. Bagi Masyarakat

Peneliti berharap hasil penelitian ini dapat memberikan contoh atau teladan yang baik bagi masyarakat mengenai proses Dzikir Hasbunallah untuk menumbuhkan *self acceptance*.

E. Metode Penelitian

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pendekatan yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan penelitian kuantitatif. Metode kuantitaif dinamakan metode tradisional, karena metode ini sudah cukup lama digunakan sehingga sudah mentradisi sebagai metode untuk penelitian. Metode ini disebut sebagai metode positivistik karena berlandaskan pada filsafat positivisme. Metode ini sebagai metode ilmiah/*scientific* karena ia telah memenuhi kaidah-kaidah ilmiah yaitu konkrit/empiris, obyektif, terukur, rasional, dan sistematis. Metode ini juga disebut metode *discovery*, karena dengan metode ini dapat ditemukan dan dikembangkan berbagai iptek baru. Metode ini disebut metode kuantitatif karena data penelitian berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik.[12]

Jenis penelitian yang digunakan penelitian eksperimental. Penelitian eksperimental dapat didefinisikan sebagai penelitian untuk

[12] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung : Alfabeta, 2015), hal.7

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

mengetes hipotesis dengan cara melakukan percobaan terhadap kelompok-kelompok eksperimen yang dikenakan perlakuan-perlakuan tertentu dengan kondisi-kondisi yang dapat dikontrol.[13]

Jenis eksperimen yang digunakan adalah eksperimen *one group pretest posttest design.* Maksudnya adalah meneliti keadaan sebelum diberi perlakuan dan meneliti keadaan setelah diberi perlakuan. Dengan demikian, hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum dan diberi perlakuan.[14]

2. Populasi

Secara etimologi populasi diartikan sebagai jumlah orang atau benda di suatu daerah yang memiliki sifat universal.[15] Populasi adalah obyek secara keseluruhan yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari atau diteliti.[16] Sedangkan menurut Dr. Riduwan, M.B.A dalam bukunya pengantar statistik sosial mengatakan populasi merupakan objek atau subjek yang berada pada suatu wilayah dan memenuhi syarat-syarat tertentu berkaitan dengan masalah penelitian.[17]

---

[13] Deni Darmawan, *Metode Penelitian Kuantitatif,* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2014), hal. 39

[14] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D,* (Bandung: Alfabeta, 2009), hal. 74

[15] Mahi M. Hikmat, *Metode Penelitian dalam Perspektif Ilmu Komunikasi dan Sastra,* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2011), hal. 60

[16] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D,* (Bandung: Alfabeta, 2009), hal. 80

[17] Riduwan, *Pengantar Statistik Sosial,* (Bandung: Alfabeta, 2009), hal. 6

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

Populasi dalam penelitian kali ini adalah beberapa lansia yang beragama Islam dan masih aktif di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya, yakni jumlahnya adalah 20 dari 43 orang.

3. Variabel dan Indikator Penelitian

Secara sederhana variabel dikatakan sebagai konsep yang mengalami variasi nilai. Jika konsep dipakai untuk menggambarkan realitas atau fenomena sosial secara netral, maka dengan menggunakan variabel peneliti memberi nilai "tinggi" atau "rendah" terhadap konsep yang digambarkannya tersebut.[18]

Untuk memudahkan peneliti dalam melakukan penelitian, maka sebelumnya haruslah membuat variabel beserta indikator-indikator untuk dapat melakukan pengumpulan data. Variabel dan indikator penelitian ini adalah sebagai berikut :

a. Variabel bebas (*Independent Variabel*)

Variabl bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau menjadi penyebab berubahnya atau timbulnya *dependent variabel* (variabel terikat).[19]

Peneliti menjadikan Dzikir Hasbunallah sebagai variabel bebas yang diberi simbol X. Indikator-indikator dari variabel X adalah sebagai berikut :

[18] Erwan Agus Purwanto, Dyah Ratih Sulistyastuti, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Yogyakarta : Gava Media, 2017), hal. 17

[19] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2009), hal. 39

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

1) Meyakini untuk selalu mengingat Allah SWT
2) Memiliki keyakinan bahwa cukup Allah sebagai penolong
3) Mendorong manusia untuk selalu bersikap positif
4) Menenangkan hati
5) Membuat manusia untuk mudah mensyukuri ni'mat Allah

b. Variabel Terikat (*Dependent variabel*)

Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas.[20]

Peneliti menjadikan penerimaan diri (*self acceptance*) sebagai variabel terikat, dengan disimbolkan sebagai Y. Indikator-indikator dari variabel Y diantaranya, sebagai berikut :

1) Tidak menyalahkan diri sendiri
2) Pantang menyerah
3) Lebih percaya diri
4) Menerima keadaan dengan lapang
5) Berfikir positif

4. Definisi Operasional

Dzikir Hasbunallah merupakan suatu perantara untuk menumbuhkan *self acceptance* pada lansia. Hal ini karena dzikir Hasbunallah memiliki kekuatan untuk berkeyakinan bahwa cukup Allah sebagai penolong para lansia ketika merasa bahwa dirinya

[20] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D,* (Bandung: Alfabeta, 2009), hal. 39

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

dikucilkan oleh keluarganya, atau juga karena keluarga yang tidak sanggup untuk merawat orang tuanya karena faktor pekerjaan. Oleh karena itu, disinilah akan dibahas mengenai konsep dari judul tersebut, yaitu :

a. Dzikir Hasbunallah

Hasbunallah Wa Ni'mal Wakil, Ni'mal Maula Wa Ni'man Nashir merupakan kalimat dzikir sederhana, namun mengandung makna yang luar biasa. Dzikir ini menandakan bahwa seorang hamba hanya pasrah pada Allah dan menjadikanNya sebagai tempat bersandar. Dzikir Hasbunallah memiliki inti tertentu yaitu barangsiapa yang bertawakkal kepada Allah niscaya Allah akan mencukupkan (keperluan)nya.

Cukup Allah yang menjadi penolong kita. Artinya, hendaknya kita memegang teguh dan yakin akan janjiNya. Sebab Allah tidak pernah sekalipun ingkar janji. Setiap kali sholat kita juga menyatakan hal itu dihadapanNya, " إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاك نَسْتَعِينُ " (hanya kepada Engkau kami menyembah dan hanya kepada Engkau kami memohon pertolongan). Maka tidak benar, jika kita menyembah kepadaNya, namun meminta pertolongan kepada yang lain. Hal itu menunjukkan rapuhnya iman kita. Keyakinan ini harus selalu tertanam dalam jiwa kita, karena merupakan puncaknya iman. Orang yang imannya sempurna pasti mendapatkan kekuatan dalam jiwanya, sehingga menjadi penyabar. Hal itu telah dialami

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

para nabi dan orang-orang suci. Ketika menghadapi persoalan-persoalan berat, mereka selalu yakin bahwa Allah swt pasti menolongnya.

Rasulullah pun ketika menghadapi intimidasi orang-orang kafir yang hendak membunuh beliau. Nabi membaca sperti pada dalam QS. Ali Imran 173 :

حَسْبُنَا اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ

Cukuplah Allah menjadi Penolong kami dan Allah adalah sebaik-baik Pelindung.[21]

Kalimat "*hasbunallah*" adalah tanda bahwa manusia benar-benar membutuhkan Allah. Lalu tidak ada keselamatan kecuali dari dan dengan pertolongan Allah. Tidak ada tempat berlari kecuali pada Allah. Disaat seseorang menghadapi musibah ataupun masalah, lalu dia yakini bahwa Allah menolongnya, maka rasa percaya diri akan meningkat. Semangat menjadi berlipat ganda. Seperti yang dilakukan Rasulullah saw dan para sahabatnya saat perang Uhud, pasukan kafir sudah bersiap-siap menyerang, perkataan yang keluar dari mulut mereka adalah "*hasbunallah wa ni'mal wakiil.*" Akhirnya mereka pulang dengan membawa kemenangan.[22]

---

[21] Agus Abdurahim Dahlan, *Al-Quran Al-Karim*, (Bandung : Jumanatul Ali-Art, 2006) hal.55

[22] Muhammad Khatib, *Misteri Dzikir Hasbunallah Wa Ni'mal Wakil*, (Jakarta : Mitapress, 2012)hal. 80

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

Makna dari Dzikir Hasbunallah dalam penelitian ini adalah, apapun yang terjadi pada lansia, baik itu atas keterpaksaan atau memang keinginan sendiri untuk berada disini, haruslah dapat diterima dengan tabah dan ikhlas. Karena, walaupun usia yang sudah tua dengan keadaan berpisah dari keluarga seperti itu, bukan berarti mereka tidak mampu untuk menjalani hidup tanpa tuntunan. Justru jika mereka mampu menerima keadaan yang dialaminya dan berserah diri pada Allah, Insya'allah akan menjadi terarah atas keyakinan pada Allah sebagai penolong dan pelindung dalam hidupnya. Karena dalam dzikir hasbunallah sendiri telah terungkap bahwasannya kita sebagai hamba diperintahkan untuk meminta tolong kepada Allah, bukan bergantung meminta pertolongan kepada manusia. Karena hanya Allah lah sebaik-baik pelindung. Mungkin dalam arti yang terkandung setiap manusia hanya mampu mengetahui bahwa cukup Allah sebagai penolong, tetapi dalam penelitian kali ini menggunakan dzikir hasbunallah karena apabila lafadz tersebut dihayati lebih dalam, maka akan mampu merasakan dahsyatnya makna yang sesungguhnya. Dimulai dengan menghilangkan segala pikiran sejenak, merenungkan bagaimana apabila dalam dunia ini tidak ada seorang pun yang dapat membantu masalah kita, kemudian kita begitu keras meminta pertolongan kepada Allah dengan tulus, dengan sangat berharap karena hanya Dia satu-satunya penolong dan pelindung, hingga

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

mampu merasakan ketenangan dan keikhlasan dalam hati masing-masing.

b. *Self Acceptance* (penerimaan diri)

Pannes menyatakan bahwa penerimaan diri adalah suatu keadaan dimana individu memiliki keyakinan akan karakteristik dirinya, serta mampu dan mau untuk hidup dengan keadaan tersebut. Jadi, individu dengan penerimaan diri memiliki penilaian yang realistis tentang potensi yang dimiliknya, yang dikombinasikan dengan penghargaan atas dirinya secara keseluruhan. Artinya, individu ini memiliki kepastian akan kelebihan-kelebihannya, dan tidak mencela kekurangan-kekurangan dirinya. Individu yang memiliki penerimaan diri mengetahui potensi yang dimilikinya dan dapat menerima kelemahannya. Penerimaan diri (*self acceptance*) juga merupakan suatu kemampuan seorang individu untuk dapat melakukan penerimaan terhadap keberadaan diri sendiri. Hasil analisa, evaluasi atau penelitian 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 kelebihan-kelebihan diri sendiri secara obyektif.

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

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 buruk yang ada dalam dirinya, misalnya pengalaman traumatis masa lalu.[23]

Seperti halnya yang mereka (para lansia) ungkapkan, bahwa beberapa diantaranya merasa bahwa keberadaannya disitu atas ulah keluarga yang telah membohonginya, ada juga atas keterpaksaan dirinya, dan ada juga yang memang atas kehendak dirinya sendiri. Berbagai macam alasan yang mereka ungkapkan, menandakan bahwa mereka masih membutuhkan penerimaan dalam dirinya.

Jadi, makna *self acceptance* (penerimaan diri) pada penelitian kali ini yaitu meyakinkan para lansia untuk mampu menerima dan menghadapi kenyataan dengan baik, bahwa kondisi yang sekarang mereka alami bukanlah suatu masalah besar yang membuatnya terpuruk berlarut-larut. Karena dalam Panti Werdha tersebut mampu membantu para lansia untuk dapat memposisikan dirinya dengan baik melalui berbagai kegiatan atau interaksi yang ada di dalamnya.

[23] Agoes Dariyo, *Psikologi Perkembangan Anak Tiga Tahun Pertama*, (Bandung : PT Refika Aditama, 2011) hal. 205

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. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dapat dilakukan dalam berbagai setting, berbagai sumber, dan berbagai cara. Bila dilihat dari sumber datanya, maka pengumpulan data dapat menggunakan sumber primer, dan sumber sekunder. Sumber primer adalah sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data, dan sumber sekunder merupakan sumber yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data, misalnya melalui orang lain atau dokumen. Selanjutnya bila dilihat dari segi cara atau teknik pengumpulan data, maka teknik pengumpulan data dapat dilakukan dengan *interview* (wawancara), *kuesioner* (angket), *observasi* (pengamatan), dan gabungan ketiganya. Berikut ini pengumpulan data berdasarkan tekniknya, yaitu :

a. *Interview* (wawancara)

Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti. Dan juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam dan jumlah respondennya sedikit/kecil.[24]

Jadi pada kali ini, kami akan menggali data dengan cara mewawancarai beberapa lansia yang ada disana tentang kondisi yang mereka rasakan. Selain itu, kami juga mewawancarai ketua

[24] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitataif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2009), hal. 137

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

panti beserta salah satu perawat yang sehari-harinya berada disitu, untuk memastikan juga tentang kebenaran yang diucapkan lansia. Dan juga untuk mengetahui aktifitas sehari-hari disini yang belum terungkap dari lansia.

b. *Kuesioner* (angket)

Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pertanyaan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. *Kuesioner* merupakan teknik pengumpulan data yang efisien bila peneliti tahu dengan pasti variabel yang akan diukur dan tahu apa yang bisa diharapkan dari responden. *Kuesioner* dapat berupa pertanyaan-pertanyaan tertutup atau terbuka, dapat diberikan kepada responden secara langsung atau dikirim melalui pos atau internet.

Pengumpulan data dengan menggunakan angket tersebut merupakan proses penggalian data dari para lansia dengan cara menjawab pertanyaa-pertanyaan yang telah kami siapkan. Dari jawaban yang mereka tuliskan tersebut, kami dapat mengetahui dan mengukur rasa penerimaan diri pada lansia di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya.

c. *Observasi* (Pengamatan)

Observasi merupakan suatu proses yang kompleks, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis. Dua diantara yang terpenting adalah proses-proses pengamatan dan

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

ingatan. Teknik pengumpulan data dengan observasi digunakan apabila, penelitian berkenaan dengan perilaku manusia, proses kerja, gejala-gejala alam dan bila responden yang diamati tidak terlalu besar.[25]

Pada proses ini, peneliti dapat mengamati secara langsung dari berbagai lansia disana tentang respon atau ekspresi ungkapan mereka mengenai keadaan yang terjadi dalam dirinya. Mereka mampu mengungkapkan dengan tenang, atau justru dengan keadaan emosi. Kemudian juga mereka mampu bercerita dengan santai atau justru mereka enggan menceritakannya. Selain itu juga dapat kami ketahui tentang gerak-gerik tubuh lansia yang kami teliti. Dari gerak-gerik tersebut secara tidak langsung akan terungkap tentang kondisi hati yang mereka rasakan saat itu.

d. Dokumentasi

Dokumentasi adalah rekaman peristiwa yang lebih dekat dengan percakapan, menyangkut persoalan pribadi, memerlukan interpretasi yang berhubungan sangat dekat dengan konteks rekaman peristiwa tersebut.[26]

Teknik ini juga digunakan untuk bukti proses penelitian serta sebagai bukti otentik visual saat melakukan berbagai proses pengumpulan data diatas. Mulai dari pada saat melakukan

[25] Sugiyono,*Metode Penelitian Kuantitatif Kualitataif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2009), hal. 145

[26] Burhan Bungin, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2006), hal. 130

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

wawancara pada lansia ataupun ketua panti, kemudian saat proses penyebaran angket pada lansia, hingga proses observasi baik dalam obyek maupun alam.

6. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian kuantitatif, teknik analisis data yang digunakan sudah jelas, yaitu diarahkan untuk menjawab rumusan masalah atau menguji hipotesis yang telah dirumuskan dalam proposal. Karena datanya kuantitatif, maka teknik analisis data menggunakan metode statistik yang sudah tersedia.[27] Pada kali ini, peneliti menggunakan instrumen penelitian berupa *kuesioner* (angket). Setelah data terkumpul, lalu data diukur dan dimasukkan pada formulasi analisis *uji Paired Samples T-Test* yang merupakan bagian dari *T-Tes correlated sample*. Tujuannya adalah untuk melihat pengaruh dan membandingkan antara variabel bebas dan variabel terikat. Sehingga dapat menjawab rumusan masalah yang telah dijelaskan di atas.

$$t = \frac{\overline{X_1} - \overline{X_2}}{\sqrt{\frac{{s_1}^2}{n_1} + \frac{{s_2}^2}{n_2} - 2r\left(\frac{s_1}{\sqrt{n_1}}\right)\left(\frac{s_2}{\sqrt{n_2}}\right)}}$$

Keterangan:

$\overline{X_1}$: Rata-rata sampel 1 (sebelum perlakuan)

$\overline{X_2}$: Rata-rata sampel 2 (sesudah perlakuan)

S_1 : Simpangan baku sampel 1

[27] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung : Alfabeta, 2015), hal. 243

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

S_2 : Simpangan baku sampel 2

S_1^2 : Varian 1

S_2^2 : Varian 2

n_1 : Jumlah sampel sebelum perlakuan

n_2 : Jumlah sampel sesudah perlakuan

r : Korelasi antar dua variabel

F. Sistematika Pembahasan

Secara substansial isi dari skripsi ini saling memiliki relevansi, mulai dari bab pertama sampai dengan bab kelima. Tujuan penulisan sistematika pembahasan adalah untuk memberikan gambaran alur pembahasan agar pembaca dengan mudah memahami dan mengetahui isi dari skripsi yang peneliti lakukan.

Sistematika pembahasan penelitian Dzikir Hasbunallah untuk menumbuhkan *self acceptance* pada lansia di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya, adalah sebagai berikut :

Bagian awal, terdiri dari judul penelitian (sampul laporan), persetujuan dosen pembimbing, pengesahan tim penguji, motto dan persembahan, pernyataan dan otentisitas skripsi, abstrak, kata pengantar, daftar isi, daftar tabel, daftar gambar dan daftar grafik

Bab I, pendahuluan. Bab ini berisi latar belakang mengapa melakukan penelitian ini, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, metode penelitian yang meliputi ; pendekatan dan jenis penelitian; populasi, sampel dan teknik sampling; variabel dan indikator

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

penelitian; definisi operasional; teknik pengumpulan data; dan teknik analisis data.

Bab II, Tinjauan Pustaka, yang terdiri dari kajian teoritik meliputi kajian tentang Dzikir Hasbunallah beserta *self acceptance*; hasil penelitian terdahulu yang relevan: dan hipotesis penelitian.

Bab III, Penyajian Data, yang meliputi deskripsi umum objek penelitian, deskripsi hasil penelitian, dan hipotesis penelitian.

Bab IV, Analisis Data, membahas mengenai uji hipotesis penelitian, analisis data mengenai Dzikir Hasbunallah untuk menumbuhkan *self acceptance* pada lansia di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya.

Bab V, Penutup. Bab ini berisi tentang kesimpulan dan saran. Pada sub bab kesimpulan, peneliti memberikan kesimpulan jawaban dari rumusan masalah yang sudah dipaparkan di awal. Sedangkan pada sub bab saran, peneliti akan memberikan saran dan rekomendasi kepada instansi, serta individu yang terkait dalam penelitian, serta seluruh mahasiswa BKI sehingga memberikan manfaat penelitian yang lebih maksimal.

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

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teoritik

1. Dzikir Hasbunallah

   a. Pengertian Dzikir Hasbunallah

Hasbunallah merupakan kalimat dzikir sederhana akan tetapi mengandung makna yang luar biasa. Lafadz lengkap pada kalimat dzikir ini yaitu *Hasbunallah Wa Ni'mal Wakil, Ni'mal Maula Wa Ni'man Nashir.* Dzikir ini mengungkapkan bahwa seorang hamba hanya pasrah pada Allah dan menjadikanNya sebagai tempat bersandar. Ibnul Jauzi dalam *Zaadul Masiir* berkata bahwa maksud "*hasbunallah*" adalah Allah-lah yang mencukupi segala urusan mereka. Sedangkan "*al wakiil*", kata Al Faro' berarti orang yang mencukupi. Demikian pula kata Ibnul Qosim. Sedangkan Ibnu Qutaibah berkata bahwa makna "*al wakiil*" adalah yang bertanggung jawab (yang menjamin). Al Khottobi berkata bahwa "*al wakiil*" adalah yang bertanggung jawab memberi rizki dan berbagai maslahat bagi hamba.[28]

Dari penggalan arti tersebut telah diringkas bahwasannya memang Allah yang Maha Mencukupi, Maha Menolong, jadi

[28] Muhammad Abduh Tuasikal, MSc, *Hasbunallah wa Ni'mal Wakiil*, (https://muslim.or.id/7790-hasbunallah-wa-nimal-wakiil.html, diakses 18 Desember 2011)

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 segala yang terjadi pada setiap orang merupakan sudah pasti dalam ketentuan Allah dan juga pada kadar kemampuan kita, sehingga harus diyakini bahwa jalan keluar akan ada juga dari Allah.

Sesuai arti diatas, dzikir Hasbunallah ini masih memiliki beberapa makna yang terkandung didalamnya, diantaranya yaitu :

1) Tawakkal

Secara etimologis, tawakkal (bahasa Arab : توكُل) atau *tawakkul* dari kata *wakala* yang artinya, meyerah kepadaNya.[29] Sedangkan secara terminologis tawakkal adalah suatu sikap mental seorang yang merupakan hasil dari keyakinannya yang bulat kepada Allah, karena di dalam tauhid ia diajari agar meyakini bahwa hanya Allah yang menciptakan segala-galanya, pengetahuanNya Maha Luas, Dia yang menguasai dan mengatur alam semesta ini. Keyakinan inilah yang mendorongnya untuk menyerahkan segala persoalannya kepada Allah. Hatinya tenang dan tenteram serta tidak ada rasa curiga, karena Allah Maha Tahu dan Maha Bijaksana.[30]

[29] Abdullah bin Umar Ad-Dumaiji, *At-Tawakkal Alallah Ta'al* (Jakarta : PT Darul Falah, 2006) hal.1

[30] Labib Mz, *Rahasia Kehidupan Orang Sufi, Memahami Ajaran Thoriqot & Tashowwuf* (Surabaya: Bintang Usaha Jaya) hal.55

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

Dalam islam, tawakkal merupakan berserah diri sepenuhnya kepada Allah dalam menghadapi atau menunggu hasil pekerjaan setelah usahanya.[31]

Jadi tawakkal bukan berarti suatu sikap pasrah tanpa ada usaha sama sekali. Seringkali definisi tawakkal diartikan seperti itu yang merupakan pasrah pada nasib. Banyak juga ketika seseorang melakukan suatu usaha satu kali, kemudian gagal dan tidak bersedia lagi untuk berusaha kembali, sehingga menyebutnya dengan istilah tawakkal.

Dari segi tujuannya, tawakkal memiliki dua aspek, yaitu :

a) Tawakkal kepada Allah dalam rangka memperoleh segala kebutuhan hidup kita, atau dalam rangka menghindari hal-hal yang tidak disukai.
b) Tawakkal kepadaNya dalam rangka memperoleh sesuatu yang disukai dan diridhai oleh Allah SWT.[32]

Sebagian besar perintah dari tawakkal adalah didahului oleh perintah melakukan sesuatu. Seperti yang telah dijelaskan dalam QS. Ali Imron / 3 : 159 sebagai berikut :

فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللهِ إِنَّ اللهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ ١٥٩

Kemudian, apabila engkau telah membulatkan tekad, maka bertawakallah kepada Allah. Sungguh, Allah Mencintai orang yang bertawakal.[33]

[31] Muhammad Khatib, *Misteri Dzikir Hasbunallah Wa Ni'mal Wakil*, (Jakarta : Mitapress, 2012) hal. 15

[32] Muhammad Khatib, *Misteri Dzikir Hasbunallah Wa Ni'mal Wakil*. Hal.9

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

Adapun derajat ataupun tingkatan pada tawakkal, diantaranya yaitu :

a) keyakinannya kepada Allah seperti keyakinannya kepada wakil yang telah dikenal kebenarannya, kejujurannya, perhatian, petunjuk dan kasih sayangnya.
b) keadaanya terhadap Allah SWT seperti keadaan anak kecil kepada ibunya. Ia tidak mengenal selain ibunya dan segala urusan hanya mengandalkannya. Ia adalah pikiran pertama yang terlintas dihatinya. Kedudukan ini menuntut manusia untuk tidak berdoa dan tidak memohon kepada selain Allah SWT. Kerena percaya pada kemurahan-Nya dan kasih sayang-Nya.
c) seperti pucatnya orang sakit, yang bisa terus berlangsung dan terkadang lenyap.

Perlu diketahui bahwasannya kedudukan ketiga menolak perencanaan ataupun keinginan selama cobaan secara langsung terjadi pada diri seseorang. Kedudukan kedua menolak perencanaan, kecuali mereka pasrah atau berserah diri kepada Allah SWT dengan berdoa dan merengek seperti anak kecil yang hanya memanggil ibunya.[34]

---

[33] Departemen Agama, *Al-Quran Al-Karim*, (Jakarta : "Menara" Kudus, 1974)
[34] Imam Ghazali, *Ihya' Ulumuddin* (Surabaya: Bintang Usaha Jaya, 2004) hal.247

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

Sebagai tanda tawakal kita kepada Allah, kita yakin bahwa segala sesuatu yang datang pada diri kita, adalah yang terbaik bagi kita. Tidak ada keraguan sedikit pun di dalam hati, apabila mempunyai perasaan untuk menghindarinya, segala sesuatu yang menimpa kita. Meskipun hal itu terasa pait dan pedih bagi kita, kalau hal itu datang dari-Nya, tentulah hal itu yang terbaik bagi kita. Inilah bentuk tawakal sesungguhnya. Karena Barang siapa bertawakal kepada Allah maka Allah akan mencukupinya dan memberinya rezeki dari arah yang tidak diduga-duga. Allah Maha Kuasa untuk memberikan bantuan kepada hamba-hamba-Nya dengan berbagai cara, termasuk cara yang bagi manusia tidak masuk akal. Allah adalah satu-satunya tempat mengadu saat kita susah. Allah senantiasa mendengar pengaduan hamba-hamba-Nya.[35]

2) Cukup Allah Sebagai Penolong

Ketika seorang hamba mengaku beriman kepada Allah SWT, berarti mereka haruslah meyakini bahwa Allah Maha Menolong dan juga cukip Allah sebagai penolong. Namun seringkali keyakinan ini masih belum dapat menenangkan hati setiap orang, sehingga masih ada yang mencoba meminta pertolongan kepada yang lain. Namun, apabila hal ini dibiarkan begitu saja, tentu akan dapat mengakibatkan rusaknya iman.

[35] Supriyanto, *Tawakal Bukan Pasrah* (Jakarta : QultumMedia, 2010) hal.98-99

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

Apalagi ketika memiliki ketergantungan kepada selain Allah maka dapat menjadikan seseorang musyrik (menyekutukan Allah).

Cukuplah Allah yang menjadi penolong kita. Artinya, sebaiknya kita memegang teguh dan yakin akan janjiNya. Sebab Allah tidak pernah ingkar janji. Jadi ketika kita sudah sempurna beriman dan yakin kepada Allah, maka yakin juga akan pertolongan dari Allah. Jika kita mempunyai keyakinan kuat bahwa Allah sebagai penolong, maka jiwa kita menjadi tenang. Tidak khawatir lagi dengan yang akan atau sedang terjadi, karena sudah percaya bahwa Allah pasti memberikan pertolongan. Orang yang seperti ini meyakini bahwa datangnya suatu masalah atau cobaan adalah dari Allah, maka sudah pasti yang akan memberikan pertolongan adalah Allah juga. Hanya saja masalah itu diturunkan untuk menguji kesabaran dan ketabahan kita saja.

Allah sebagai penolong kita, merupakan kalimat yang sangat penting untuk diingat. Seseorang seringkali merasa cemas dikarenakan lupa atau tidak yakin jika Allah sebagai penolongnya. Perasaan dan keyakinan untuk mengingat Allah merupakan sebuah energi yang sangat luar biasa. Sebuah kekuatan yang dapat memberikan semangat. Disaat seseorang menghadapi masalah, lalu dia yakin bahwa Allah akan

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

menolongnya, maka rasa percaya diri akan meningkat. Oleh sebab itu, jika mengaku beriman kepada Allah, hendaknya yakin kepada Allah karena Allah Maha Penolong dan Maha Kaya. Kita akan selamat dari berbagai kesulitan kehidupan kita jika berpedoman, "Cukuplah Allah sebagai Penolong kami".[36] Seperti yang telah dijelaskan dalam QS. Ali Imran / 3: 150 yang berbunyi :

-بَلِ اللّهُ مَوْلاَكُمْ وَهُوَ خَيْرُ النَّاصِرِينَ -١٥٠

Tetapi hanya Allah-lah Pelindungmu, dan Dia Penolong yang terbaik.[37]

3) Cukuplah Allah sebagai Pelindung

Allah SWT memiliki sifat *al-Waliy* (Yang Maha Melindungi), Dzat yang paling utama atas semua makhlukNya. Dia adalah yang memiliki kewenangan atas semua hambaNya, Dialah yang sanggup melindungi orang-orang yang beriman kepadaNya. Seperti yang telah dijelaskan dalam QS. Al-Baqarah / 2 : 257 sebagai berikut :

اللّهُ وَلِيُّ الَّذِينَ آمَنُواْ يُخْرِجُهُم مِّنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّوُرِ وَالَّذِينَ كَفَرُواْ أَوْلِيَآؤُهُمُ الطَّاغُوتُ يُخْرِجُونَهُم مِّنَ النُّورِ إِلَى الظُّلُمَاتِ أُوْلَـئِكَ أَصْحَابُ النَّارِ هُمْ فِيهَا خَالِدُونَ --٢٥٧

Allah Pelindung orang-orang yang beriman, Dia mengeluarkan mereka dari kegelapan (kekafiran) kepada cahaya (iman).[38]

---

[36] Muhamad Khatib, *Misteri Dzikir Hasbunallah Wa Ni'mal Wakil*. Hal.86
[37] Departemen Agama, *Al-Quran Al-Karim*, (Jakarta : "Menara" Kudus, 1974)
[38] Departemen Agama, *Al-Quran Al-Karim*, (Jakarta : "Menara" Kudus, 1974)

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

Janji Allah itu akan terwujud, tetapi ada syarat yang harus dipenuhi, yaitu kita harus menjadi kekasihNya. Namun untuk bisa menjadi kekasihNya juga harus menjalankan semua perintahNya dengan tujuan hanya ingin mendekatkan diri kepadaNya. Itulah sebabnya para kekasih Allah disebut *al-Ma'shum* (selalu terlindungi) dari perbuatan maksiat, kemungkaran, dan hal-hal yang membahayakan jiwanya. Seperti yang kita kenal disekeliling kita dengan sebutan "*waliyullah*" (kekasih Allah). Istilah itu mengandung makna sebagai orang yang dicintai Allah, yaitu orang yang dilindungi Allah di setiap urusannya, dan merupakan orang-orang yang sangat mencintai Allah. Sebagaimana yang telah dijelaskan dalam Al-Quran QS Al-A'raf / 7 :196 yang berbunyi:

-إِنَّ وَلِيِّـيَ اللهُ الَّذِي نَزَّلَ الْكِتَابَ وَهُوَ يَتَوَلَّى الصَّالِحِينَ -١٩٦

Dia melindungi orang-orang yang shalih.[39]

Dalam menjalani hidup, setiap manusia tentunya tidak lepas dengan yang namanya cobaan atau masalah. Terkadang tanpa disadari kita merasa bahwa seolah-olah tidak ada yang melindungi, padahal sudah jelas bahwa ujian itu dari Allah dan tentunya yang menyelesaikan adalah Allah juga. Jadi Dialah pelindung hambanya. Maka dari itu, diperintahkan agar senantiasa memohon perlindungan kepada Allah SWT seperti yang telah dijelaskan pada QS. An-Nas / 114 :1-6

[39] Departemen Agama, *Al-Quran Al-Karim*, (Jakarta : "Menara" Kudus, 1974)

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

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ -١- مَلِكِ النَّاسِ -٢- إِلَهِ النَّاسِ -٣- مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ -٤- الَّذِي يُوَسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ -٥- مِنَ الْجِنَّةِ وَ النَّاسِ -٦-

Katakanlah, "Aku berlindung kepada Tuhan (yang memelihara dan menguasai) manusia, Raja manusia, Sembahan manusia; dari kejahatan (bisikan) setan yang biasa bersembunyi, yang membisikkan (kejahatan) ke dalam dada manusi; dari (golongan) jin dan manusia".[40]

Adanya perintah seperti itu menunjukkan bahwa manusia adalah makhluk yang lemah, terbatas dan memerlukan perlindungan. Keyakinan inilah yang menjadikan manusia untuk memohon dan berdoa kepadaNya. Memohon perlindungan tersebut terdapat beberapa macam, diantaranya yaitu :

a) Mohon perlindungan dari kedzaliman manusia
b) Berlindung kepada Allah dari godaan syetan
c) Berlindung kepada Allah dari godaan nafsu

Terdapat pula dalam QS An-Nisa / 4 : 45 yang berbunyi :

وَاللهُ أَعْلَمُ بِأَعْدَائِكُمْ وَكَفَى بِاللهِ وَلِيّاً وَكَفَى بِاللهِ نَصِيراً -٤٥-

Dan Allah lebih Mengetahui tentang musuh-musuhmu. Cukuplah Allah menjadi Pelindung dan cukuplah Allah menjadi Penolong (bagimu).[41]

4) Sabar

Menuriut bahasa, sabar berasal dari kata "*shabara*" yang berarti mencegah atau menahan. Menurut istilah, adalah menahan diri dari sifat kegundahan dan rasa emosi, kemudian

[40] Departemen Agama, *Al-Quran Al-Karim*, (Jakarta : "Menara" Kudus, 1974)
[41] Abu Nizhan, *AL-Quran Tematis*, (Bandung : PT Mizan Pustaka, 2015) hal.27

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

menahan lisan dari keluh kesah serta menahan anggota tubuh dari perbuatan yang melanggar aturan., serta kuat dalam melawan berbagai godaan. Seperti dalam firman Allah mengenai perintah sabar dalam QS Az-Zumar / 39 : 10 yang berbunyi :

-إِنَّمَا يُوَفَّى الصَّابِرُونَ أَجْرَهُم بِغَيْرِ حِسَابٍ -١٠

Sesungguhnya hanya orang-orang yang bersabarlah yang disempurnakan pahalanya tanpa batas.[42]

Dan juga terdapat pula dalam firman Allah QS Al-Baqarah / 2: 153 yang berbunyi :

-يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُواْ اسْتَعِينُواْ بِالصَّبْرِ وَالصَّلاَةِ إِنَّ اللّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ -١٥٣

Wahai orang-orang yang beriman! Mohonlah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan shalat. Sungguh, Allah beserta orang-orang yang sabar.[43]

Kesabaran merupakan ciri-ciri orang yang bertakwa. Mereka selalu berfikir positif dalam memandang segala permasalahan yang diberikan oleh Allah, sehingga dapat menyikapinya dengan bijaksana. Seperti ketika mendapatkan kebahagiaan, kepuasan, dll mereka selalu merasa bersyukur atas nikmat yang diberikan. Namun, ketika mendapatkan musibah atau kesedihan, justru mereka menghadapinya dengan bersabar, tidak mengeluh. Karena yang mereka yakini yaitu segala sesuatu yang terjadi adalah dari Allah, tentunya untuk

[42] Departemen Agama, *Al-Quran Al-Karim*, (Jakarta : "Menara" Kudus, 1974)
[43] Departemen Agama, *Al-Quran Al-Karim*, (Jakarta : "Menara" Kudus, 1974)

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

penyelesaiannya juga dari Allah. Sehingga selalu mengembalikan kepada Allah SWT.[44]

Orang-orang yang telah memperoleh petunjuk yang benar itu sudah tentu akan memaksakan diri dan hatinya dengan sekuat tenaga yang ada, juga dengan berbagai pengorbanan yang pahit untuk mengalahkan jiwa dan hawa nafsunya, memerangi segala kebathilan juga menghindarkan diri dari segala macam keburukan, kejahatan dan perbuatan dosa.[45]

b. Manfaat Dzikir Hasbunallah

1) Allah akan mencukupinya

Tidaklah kurang suatu nikmat yang diberikan Allah kepada manusia, hingga terjadinya suatu masalahpun Dia tetap mencukupinya dengan suatu jalan keluar. Karena Allah Maha Kaya, yang akan selalu memberi segala yang dibutuhkan manusia. Disinilah peran manusia untuk diperintahkan bersyukur, dan tidak untuk mengeluh dengan keadaan yang terjadi.

2) Allah menjadi wakil (Yang diserahi) segala urusannya

Dalam dzikir Hasbunallah sendiri sudah ditegaskan bahwa cukup Allah sebagai penolong, sehingga dengan adanya

[44] Muhamad Khatib, *Misteri Dzikir Hasbunallah Wa Ni'mal Wakil*, hal. 193

[45] Abas Asyafah, *Proses Kehidupan Manusia dan Nilai Eksistensialnya*, (Bandung : Alfabeta, 2009) hal.75

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

suatu masalah yang terjadi yang datangnya dari Allah, maka tidak menutup kemungkinan suatu pertolongan juga akan datang dari Allah. Bukan mengandalkan pertolongan manusia atau selain Allah, karena apabila kita percaya bahwa mendapatkan pertolongan pada selain Allah termasuk golongan orang musyrik. Dan manusia hanyalah sebatas perantara dari Allah sebagai penolong.

3) Allah melindungi dari kejahatan makhluk-NYA

Allah tidak pernah membiarkan hambanya kesusahan, Allah memberikan suatu cobaan atau ujian juga tidak diluar kemampuan manusia itu. Jadi disinilah bukti bahwa Allah akan selalu melindungi hambanya yang selalu berdzikir atau mengingat-Nya.

4) Allah akan menguatkan pertolongan untuknya

Suatu timbal balik adalah hal wajar yang terjadi pada sesama manusia. Dengan timbal balik kebaikan pada manusia sehingga menjadikan baik pula pada manusia satunya lagi. Begitu juga berhubungan dengan Allah, apabila manusia itu selalu membaca dzikir Hasbunallah tersebut, maka Allah akan menguatkan pertolongan pada hamba-Nya.

5) Allah akan menjadikan rasa mahabbah/suka kepadanya pada hati semua makhluk

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

Melalui dzikirNya tersebut, Allah menjanjikan kepada manusia untuk ditenangkan atau ditenteramkan hati manusia tersebut melalui rasa suka orang lain kepadanya. Menjadikan orang disekeliling tidak membencinya.

6) Allah akan membuatnya kaya dengan anugerah-NYA[46]

Diberikan suatu kekayaan *lahiriyah* maupun *bathiniyah* kepada manusia yang selalu berdzikir Hasbunallah sebanyak-banyaknya. Dengan bacaannya tersebut dapat memberikan keyakinan hatinya kepada Allah, sehingga Allah akan memberikan kekayaan yang setimpal padanya.

2. Penerimaan Diri *(Self Acceptance)*

a. Pengertian penerimaan diri *(self acceptance)*

Penerimaan diri (*Self-acceptance*) adalah suatu kemampuan pada setiap orang untuk dapat melakukan penerimaan terhadap keberadaan diri sendiri. Hasil 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 dapat ditandai dengan memandang segi kelemahan-kelemahan maupun kelebihan-kelebihan diri secara obyektif. Sebaliknya penerimaan diri tidak realistis ditandai dengan upaya

[46] BeeAs, *Dahsyatnta Amalan Hasbunallah wa Ni'mal Wakil*, http://blogbeeas.blogspot.co.id/2017/09/dasyatnya-amalan-hasbunallah-wa-nimal.html, diakses 15 September 2017

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 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.[47]

Sutadipura mengatakan bahwa seseorang yang sudah memiliki penerimaan diri mampu mengetahui kelemahan-kelemahan, kesalahan-kesalahan yang harus diperbaikinya dan belajar untuk hidup berdampingan dengan orang lain dalam suasana damai. Dikatakan bisa damai karena tidak ada rasa penolakan atas segala yang terjadi. Tidak terlalu meberatkan dirinya ataupun orang lain sebagai faktor kesalahan atas terjadinya suatu hal. Dengan kejadian yang menimpanya baik itu positif maupun negatif, mampu diterima dengan hati yang tulus dan pantang menyerah.[48]

Chaplin juga telah membahas mengenai penerimaan diri, bahwa penerimaan diri adalah sikap yang pada dasarnya merasa puas dengan diri sendiri, kualitas-kualitas dan bakat-bakat sendiri, serta pengetahuan-pengetahuan akan keterbatasan-keterbatasan sendiri. Penerimaan diri ini mengumpamakan adanya kemampuan diri dalam psikologis seseorang, yang menunjukkan kualitas diri. Hal ini berarti bahwa tinjauan tersebut akan diarahkan pada seluruh kemampuan diri yang mendukung. Kesadaran diri pada suatu kelebihan dan kekurangan haruslah seimbang dan diusahakan

[47] Ariyo Agoes, 2007, *Psikologi Perkembangan Anak Usia Tiga Tahun Pertama*, (Jakarta : PT Refika Aditama) hal.205

[48] B. Sutadipura, *Kompetensi guru dan kesehatan mental*, (Bandung: Angkasa, 1984)

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 saling melengkapi satu sama lain, sehingga dapat menumbuhkan kepribadian yang sehat.[49]

Pengertian penerimaan diri (*Self Acceptance*) adalah suatu tingkat kemampuan dan keinginan individu untuk hidup dengan segala karakteristik dirinya. Individu dapat menerima dirinya diartikan sebagai individu yang tidak mempunyai masalah dengan diri sendiri, yang tidak memiliki beban perasaan terhadap diri sendiri sehingga individu lebih banyak memiliki kesempatan untuk beradaptasi dengan lingkungan.[50]

Menurut Ryff penerimaan diri adalah suatu keadaan dimana seseorang memiliki sikap positif terhadap dirinya sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek diri termasuk kualitas baik dan buruk, merasa positif dengan kehidupan yang dijalani. Ketika suatu cobaan menimpa, orang yang mampu menerima diri ini tidaklah menyalahkan orang lain ataupun dirinya, karena ia telah mampu berfikir positif juga dan bisa berusaha untuk memperbaiki dirinya.[51]

Penerimaan diri adalah sejauh mana seseorang dapat menyadari dan mengakui karakteristik pribadi dan menggunakannya dalam menjalani kelangsungan hidupnya. Sikap

---

[49] Chaplin, J.P. 2005, *Kamus Lengkap Psikologi*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada) hal.250

[50] E.B.Hurlock, *Psikologis Perkembangan : suatu pendekatan sepanjang rentan kehidupan*, (Jakarta : Erlangga, 1996)

[51] Endah Meilinda. "Hubungan antara Penerimaan diri dan Konformitas terhadap Intensi Merokok pada Remaja di SMK Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda". Jurnal Psikologi (online), vol. 1, no.1. (eJournal Psikologi, 2013, 1 (1): 9-22. Diakses tahun 2013)

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 ditunjukkan oleh pengakuan seseorang terhadap kelebihan-kelebihannya sekaligus menerima kelemahan-kelemahannya tanpa menyalahkan orang lain dan mempunyai keinginan yang terus menerus untuk mengembangkan diri.[52]

Hurlock menjelaskan *self acceptance* sebagai *"the degree to which an individual having considered his personal characteristics, is able and willing to live with them*". Maksudnya yaitu derajat dimana seseorang telah mempertimbangkan karakteristik personalnya, merasa mampu serta bersedia hidup dengan karakteristiknya tersebut.[53]

Selain itu, menurutnya penerimaan diri merupakan sikap positif yaitu ketika individu menerima dirinya sebagai manusia. Individu tersebut dapat mengatasi keadaan emosionalnya (takut, marah, cemas, dan lain-lain) tanpa mengganggu orang lain. Penerimaan diri yang baik hanya akan terjadi bila individu ingin dan mampu memahami keadaan dirinya sebagaimana adanya, bukan sebagaimana yang diiginkannya. Selain itu, memiliki harapan yang realistis sesuai dengan kemampuannya. Dengan demikian, jika individu memiliki konsep yang menyenangkan dan

[52] Muryantinah Mulyo Handayani, dkk, *"Efektivitas Pelatihan Pengenalan Diri Terhadap Peningkatan Penerimaan Diri dan Harga Diri"*, Jurnal Psikologi, 2 (Yogyakarta: Universitas Gajah Mada, 1998)

[53] E.B.Hurlock, *Perkembangan Anak (Jilid II)*, (Jakarta: Erlangga, 1995)

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

rasional mengenai dirinya, maka dapat dikatakan individu tersebut menyukai dan menerima dirinya.[54]

Sedangkan Aderson menyatakan bahwa penerimaan diri berarti kita telah berhasil menerima kelebihan dan kekurangan diri apa adanya. Menerima diri berarti kita telah menemukan karakter diri dan dasar yang membentuk kerendahan hati dan intergritas.[55]

Supratiknya menyatakan bahwa penerimaan diri (*Self Acceptance*) adalah memiliki penghargaan yang tinggi terhadap diri sendiri, atau tidak bersikap sinis terhadap diri sendiri. Penerimaan diri berkaitan dengan kerelaan membuka diri atau mengungkapkan pikiran, perasaan, dan reaksi terhadap orang lain. Tidak juga menyalahkan orang lain atas kejadiannya tersebut. Mereka mampu berfikir secara rasional bahwa ketika suatu hal buruk terjadi pada dirinya, yang perlu dilakukan adalah berusaha memperbaiki agar tidak terulang lagi hal tersebut. Dengan adanya usaha itulah mereka yakin akan mampu terselesaikan masalahnya. Begitu juga ketika hal positif yang menimpanya.[56]

Terdapat lagi seorang ahli lain seperti Sartain dkk, Hurlock, dan Skinner berpendapat bahwa penerimaan diri adalah keinginan untuk memandang diri seperti mengenali diri sebagaimana adanya.

---

[54] Nurhasyanah. "*Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penerimaan Diri Pada Wanita Infertilitas*". Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi (online), Vol.1, no. 1. (http://journal.unj.ac.id. Diakses Oktober 2012)

[55] Vera Permatasari dan Witrin Gamayanti, "*Gambaran Penerimaan Diri* (*Self-Acceptance*) *Pada Orang Yang Mengalami Skizofrenia*". Jurnal Ilmiah Psikologi (online), Vol. 3, no.1. (https://journal.uinsgd.ac.id. Diakses Juni 2016)

[56] A. Supraktiknya, *Komunikasi antar pribadi*, (Yogyakarta: Kanisius, 1995)

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

Ini tidak berarti kurangnya kemauan karena masih adanya keinginan-keinginan untuk meningkatkan diri, tetapi tetap menyadari bagaimana dirinya saat ini. Dengan kata lain, kemampuan untuk hidup dengan segala kelebihan dan kekurangan diri ini tidak berarti bahwa individu tersebut akan menerima begitu saja keadaannya, karena individu ini tetap berusaha untuk terus mengembangkan diri. Individu dengan penerimaan diri akan mengetahui segala kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya, dan mampu memperbaikinya.[57]

Dari berbagai pendapat mengenai pengertian *Self Acceptance* (penerimaan diri) diatas, dapat saya simpulkan secara sederhana bahwasannya penerimaan diri merupakan upaya atau kemampuan individu untuk menerima atas kelebihan dan kekurangan yang ada pada diri, serta mampu menjalankan hal tersebut melalui berbagai karakteristik diri dengan baik.

Begitu juga penerimaan diri yang harus ditumbuhkan pada lansia, bila seorang yang telah beranjak jauh dari periode hidupnya yang terdahulu, ia sering melihat masa lalunya, biasanya dengan penuh rasa penyesalan, dan ingin cenderung hidup pada masa sekarang, bahkan mencoba mengabaikan masa depan. Orang dalam usia 60an biasanya di golongkan sebagai usia tua, yang berarti antara sedikit lebih tua atau setelah usia madya dan usia lanjut setelah mereka mencapai usia 70, yang

[57] Endah Puspita Sari dan Sartini Nuryoto. "*Penerimaan Diri pada Lanjut Usia Ditinjau Dari Kematangan Emosi*". Jurnal Psikologi (online). No. 2. (https://jurnal.ugm.ac.id/jpsi/article/view/7017)

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

menurut standar beberapa kamus berarti semakin lanjut usia seseorang dalam periode hidupnya dan telah kehilangan kejayaan masa mudanya.[58]

Menurut Sari, lansia yang tidak bisa menerima perubahan tersebut akan menggunakan mekanisme pertahanan diri untuk menghadapinya. Berdasarkan hal tersebut, dapat diketahui bahwa individu dengan penerimaan diri memiliki kemampuan untuk mengekspresikan emosinya secara tepat, yaitu dengan memunculkan mekanisme psikologis yang sesuai dan bermanfaat untuk menghadapi berbagai keadaan dalam kehidupan sehari-hari. Kemampuan tersebut didasarkan pada pengalaman-pengalamannya di masa lalu dan keinginan individu untuk terus belajar dari kehidupannya.[59]

b. Faktor-faktor yang membentuk penerimaan diri (*self acceptance*)

Menurut Hurlock ada beberapa faktor yang membentuk penerimaan diri seseorang, yaitu :

1) Pemahaman diri (*self understanding*)

Pemahaman diri merupakan persepsi diri yang ditandai oleh *genuiness* (keaslian), realita, dan kejujuran. Semakin seseorang memahami dirinya, semakin baik penerimaan dirinya. Karena dari sini berarti individu sudah mampu

[58] E.B. Hurlock, *Psikologi perkembangan: Suatu perkembangan sepanjang rentang kehidupan*, (Jakarta: Erlangga, 2002)

[59] Ani Marni dan Rudy Yuniawati, "*Hubungan antara Dukungan Sosial dan Penerimaan diri pada Lansia di Panti Werdha Budhi Dharma Yogyakarta*". Jurnal Fakultas Psikologi (online), vol.3, no.1. (journal.uad.ac.id/index.php/EMPATHY/article/download/3008/174. Diakses Juli 2015)

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

menerima atas segala yang ada pada diri dan mampu melakukan segala hal dengan baik.

2) Harapan yang realistis

Ketika seseorang memiliki harapan yang realistis dalam mencapai sesuatu, hal ini akan mempengaruhi kepuasan diri yang merupakan esensi dari penerimaan diri. Harapan akan menjadi realistis jika dibuat sendiri oleh diri sendiri. Jadi seseorang mampu menyelaraskan antara harapan dan sesuatu yang seharusnya dilakukan. Karena dengan adanya perencanaan atau harapan yang ia bangun, tentunya sebagian besar juga akan mengusahakan untuk bisa terwujud.

3) Tidak adanya hambatan dari lingkungan (*absence of environment obstacles).*

Ketidakmampuan dalam mencapai tujuan yang realistis, dapat terjadi karena hambatan dari lingkungan yang tidak mampu dikontrol oleh seseorang seperti diskriminasi ras, jenis kelamin, atau agama. Apabila hambatan-hambatan itu dapat dihilangkan dan jika keluarga, *peer* atau orang-orang yang berada disekelilingnya memberikan motivasi dalam mencapai tujuan, maka seseorang akan mampu memperoleh kepuasan terhadap pencapaiannya. Karena faktor lingkungan juga dapat menjadi pengaruh pada diri seseorang. Ketika kerabat dekat mendukung ataupun membantu, tentu individu tersebut mampu

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

berfikir positif dan semangat untuk mencapai keinginannya, begitu juga sebaliknya jika lingkungan sekitar justru tidak mendukung maka akan bermunculan rasa ketidakyakinan pada diri.

4) Sikap sosial yang positif

Jika seseorang telah memperoleh sikap sosial yang positif, maka ia lebih mampu menerima dirinya. Tiga kondisi utama menghasilkan evaluasi positif antara lain adalah tidak adanya prasangka terhadap seseorang, adanya penghargaan terhadap kemampuan-kemampuan sosial dan kesediaan individu mengikuti tradisi suatu kelompok sosial.

Jadi ketika menghadapi segala hal yang bertolak belakang dengan pemikiran diri sendiri, kita mampu menerimanya dan tidak ada pemikiran-pemikiran negatif pada orang lain.

5) Tidak adanya stress yang berat

Tidak adanya stress atau tekanan emosional yang berat membuat seseorang bekerja secara optimal dan lebih berorientasi lingkungan daripada berorientasi diri dan lebih tenang dan bahagia. Karena orang seperti ini tidak menjadikan beban pikiran atas yang terjadi pada dirinya.Dengan segala kejadian yang menimpa diri, sebaiknya untuk tidak terlalu

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

memikirkan terlalu dalam yang dapat mengakibatkan diri sendiri menjadi stress dan tidak terkontrol.

6) Pengaruh keberhasilan

Pengalaman gagal dapat menyebabkan penolakan diri, sedangkan meraih kesusksesan akan menghasilkan penerimaan diri. Sehingga setiap orang haruslah berusaha mengontrol perasaan ketika kedua hal tersebut terjadi pada diri sendiri. Bukan berarti kita menuntut kejadian untuk selalu positif, hanya saja ketika hal negatif menimpanya, seseorang yang mampu menerima diri ini mampu juga untuk mengontrol emosi dan perasaan-perasaan lainnya sekaligus berusaha menyelesaikannya dengan baik.

7) Identifikasi dengan orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik

Sikap ini akan menghasilkan penilaian diri yang positif dan penerimaan diri. Proses identifikasi yang paling kuat terjadi pada masa kanak-kanak. Karena pada masa kanak-kanak sebagian besar yang dilakukannya adalah atas hasil tangkapan indera mata dari apa yang ia lihat pada lingkungan sekitarnya. Sehingga sampai dewasa pun ia akan bersikap seperti yang selama ini ia ketahui.

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

8) Perspektif diri

Seseorang yang memandang dirinya sebagaimana orang lain memandang dirinya akan mampu mengembangkan pemahaman diri daripada seseorang yang perspektif dirinya sempit.

Jadi ketika orang lain yakin atas kemampuan diri kita, seharusnya kita sebagai individu tersebut juga mampu untuk melaksanakannya. Karena dengan adanya keyakinan orang lain tersebut mampu mendorong semangat seseorang atau disebut mendapat respon positif dari luar, sehingga kita sebagai diri sendiri tersebut menjadi yakin dan mampu juga untuk melakukannya.

9) Pola asuh yang baik pada masa anak-anak

Pendidikan di rumah dan sekolah sangat penting, penyesuaian terhadap hidup, terbentuk pada masa kanak-kanak, karena itulah pelatihan yang baik di rumah maupun sekolah pada masa kanak-kanak sangatlah penting.

Seperti penjelasan dari Sigmund Freud bahwa pembentukan nila-nilai pada diri terjadi pada masa kanak-kanak. Salah satunya adalah melalui proses yang dinamakan *Oedipoes complex*, yang terjadi pada usia 3-6 tahun, yaitu ketika anak

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

sedang dalam tahap phalic dalam perkembangan psiko-seksualnya.[60]

10) Konsep diri yang stabil

Hanya konsep diri positif yang mampu mengarahkan seseorang untuk melihat dirinya secara tidak konsisten. Karena dalam hal ini individu mampu mengontrol secara baik atas kekurangan dirinya, akan tetapi mampu merubahnya dengan baik juga.[61]

c. Dampak Penerimaan Diri

Hurlock membagi dampak penerimaan diri menjadi dua kategori, yaitu :

1) Dalam penyesuaian diri

Mampu mengenali kelebihan dan kekurangannya, memiliki keyakinan diri (*self confidence*) dan harga diri (*self esteem*), lebih bisa menerima kritik, penerimaan diri yang disertai dengan rasa aman memungkinkan seseorang untuk menilai dirinya secara lebih realistis sehingga dapat menggunakan potensinya secara efektif.

2) Dalam penyesuaian sosial

Orang yang memiliki penerimaan diri akan merasa aman untuk menerima orang lain, memberikan perhatiannya pada

[60] Sarlito Wirawan S., *Psikologi Sosial*, (Jakarta : Balai Pustaka, 2002) hal.59

[61] Vera Permatasari dan Witrin Gamayanti, "*Gambaran Penerimaan Diri* (*Self-Acceptance*) *Pada Orang Yang Mengalami Skizofrenia*". Jurnal Ilmiah Psikologi (online), Vol. 3, no.1. (https://journal.uinsgd.ac.id. Diakses Juni 2016)

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

orang lain, menaruh minat terhadap orang lain, seperti menunjukan rasa empati dan simpati. Karena dalam hal ini individu tidak terlalu menilai buruk atas hubungan dirinya dengan lingkungan sekitar. Sehingga dengan mudahnya bersosialisasi dengan baik.[62]

d. Aspek-aspek Penerimaan Diri (*Self Acceptance*)

Dalam penerimaan diri (*Self Acceptance*) terdapat beberapa aspek yang terkandung di dalamnya, diantaranya yaitu :

1) Mempunyai keyakinan dan kemampuan dalam menghadapi kehidupan.
2) Sikap dan perilakunya berdasarkan nilai-nilai dan standar yang ada pada dirinya dari pada yang didasari oleh tekanan-tekanan dari luar dirinya.
3) Menganggap dirinya berharga sebagai manusia yang sederajat dengan orang lain.
4) Berani memikul tanggung jawab terhadap perilakunya.
5) Tidak merasa ditolak orang lain, tidak pemalu serta menganggap dirinya berbeda dengan orang lain.
6) Percaya pada diri sendiri tanpa diperbudak oleh pendapat orang lain.[63]

---

[62] Vera Permatasari dan Witrin Gamayanti, "*Gambaran Penerimaan Diri* (*Self-Acceptance*) *Pada Orang Yang Mengalami Skizofrenia*". Jurnal Ilmiah Psikologi (online), Vol. 3, no.1. (https://journal.uinsgd.ac.id. Diakses Juni 2016)

[63] E.B.Hurlock, *Psikologi Perkembangan : suatu pendekatan sepanjang rentankehidupan*. (Jakarta : Erlangga, 1996)

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

Selain itu, menurut Jersild yang juga mengemukakan beberapa aspek-aspek penerimaan diri yaitu sebagai berikut :

1) Persepsi mengenai diri dan sikap terhadap penampilan

   Individu yang memiliki penerimaan diri berpikir lebih realistik tentang penampilan dan bagaimna ia terlihat dalam pandangan orang lain. Ini bukan berarti individu tersebut mempunyai gambaran sempurna tentang dirinya, melainkan individu tersebut dapat melakukan sesuatu dan berbicara dengan baik mengenai dirinya yang sebenarnya.

2) Sikap terhadap kelemahan dan kekutan diri sendiri dan orang lain

   Individu yang memiliki penerimaan diri memandang kelemahan dan kekuatan dalam dirinya memiliki penerimaan diri memandang kelemahan dan kekuatan dalam dirinya lebih baik daripada individu yang tidak memiliki penerimaan diri. Individu tersebut kurang menyukai jika harus menyia-nyiakan energinya untuk menjadi hal yang tidak mungkin, atau berusaha menyembunyikan kelemahan dari dirinya sendiri maupun orang lain. Ia pun tidak berdiam diri dengan tidak memanfaatkan kemampuan yang dimilikinya. Sebaliknya, ia akan menggunakan bakat yang dimilikinya dengan lebih leluasa. Individu yang bersikap baik pula dalam menilai

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

kelemahan dan kekuatan dirinya akan bersikap baik pula dalam menilai kelemahan dan kekuatan orang lain.

3) Perasaan infeoritas sebagai gejala penolakan diri

Seseorang individu yang terkadang merasakan infeoritas atau disebut dengan *infeority complex* adalah seseorang individu yang tidak memiliki sikap penerimaan diri dan hal tersebut akan menunggu penilaian yang realistik atas dirinya.

4) Respon atas penolakan dan kritikan individu yang memiliki penerimaan diri tidak menyukai kritikan, namun demikian ia mempunyai kemampuan untuk menerima kritikan bahkan dapat mengambil hikmah dari kritikan tersebut. Ia berusaha untuk melakukan koreksi atas dirinya sendiri, ini merupakan hal yang penting dalam perkembangannya menjadi seorang individu dewasa dan dalam mempersiapkan diri untuk menghadapi masa depan individu yang tidak memiliki penerimaan diri justru menganggap kritikan sebagai wujud penolakan terhadapnya. Yang penting dalam penerimaan diri yang baik adalah mampu belajar dari pengalaman dan meninjau kembali sikapnya yang terdahulu untuk memperbaiki diri.

5) Keseimbangan antara "*real self*" dan "*ideal self*"

Keseimbangan antara "*real self*" dan "*ideal self*" individu yang memiliki penerimaan diri adalah ia mempertahankan harapan dan tuntutan dari dalam 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

dengan baik dalam batas-batas kemungkinan individu ini mungkin memiliki ambisi yang besar, namun tidak mungkin untuk mencapainya walaupun dalam jangka waktu yang lama dan menghabiskan energinya. Oleh karena itu, untuk memastikan ia tidak akan kecewa saat nantinya.

6) Penerimaan diri dan penerimaan orang lain

Penerimaan ini berarti apabila seorang individu menyanyangi dirinya, maka akan lebih memungkinan baginya untuk menyayangi orang lain, dan apabila seorang individu merasa benci pada dirinya, maka akan lebih memungkinkan untuk merasa benci pada orang lain. Terciptanya hubungan timbal balik antara penerimaan diri dan penerimaan orang lain adalah individu yang memiliki penerimaan diri merasa percaya diri dalam memasuki lingkungan sosial.

7) Penerimaan diri, menuruti kehendak, dan menonjolkan diri

Menerima diri dan menuruti diri merupakan dua hal yang berbeda. Apabila seorang individu menerima dirinya, hal tersebut bukan berarti ia memanjakan dirinya. Akan tetapi, ia akan menerima bahkan menuntut kelayakan dalam kehidupannya dan tidak akan mengambil yang bukan haknya dalam mendapatkan posisi yang menjadi incaran dalam kelompoknya. Ia tidak akan membiarkan orang lain selangkah lebih maju darinya dan menggagu langkahnya. Individu 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

penerimaan diri menghargai harapan orang lain dan meresponnya dengan bijak. Namun, ia memiliki pendirian yang terbaik dalam berfikir, merasakan dan membuat pilihan. Ia tidak hanya akan menjadi pengikut apa yang dikatakan orang lain.

8) Penerimaan diri, spontanitas, menikmati hidup individu

Dengan penerimaan diri mempunyai lebih banyak keleluasaan untuk menikmati hal-hal dalam hidupnya. Namun, terkadang ia kurang termotivasi untuk melakukan sesuatu yang rumit. Individu tersebut tidak hanya leluasa menikmati sesuatu yang dilakukannya. Akan tetapi, juga leluasa untuk menolak atau menghindari sesuatu yang tidak ingin dilakukannya.

9) Aspek moral penerimaan diri individu dengan penerimaan diri bukanlah individu yang berbudi baik dan bukan pula fleksibelitas dalam pengaturan hidupnya. Ia memiliki kejujuran untuk menerima dirinya sebagai apa dan untuk apa ia nantinya, dan ia tidak menyukai kepura-puraan. Individu ini dapat secara terbuka mengakui dirinya sebagai individu yang pada suatu waktu dalam masalah, merasa cemas, ragu, dan bimbang tanpa harus manipu diri dan orang lain.

10) Sikap terhadap penerimaan diri menerima diri merupakan hal peting dalam kehidupan seseorang. Individu yang dapat menerima beberapa aspek hidupnya, mungkin dalam keraguan

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

dan kesulitan dalam menghormati orang lain. Hal tersebut merupakan arahan agar dapat menerima dirinya individu dengan penerimaan diri membangun kekuatannya untuk menghadapi kelemahan dan keterbatasaannya. Banyak hal dalam perkembangan seorang individu yang belum sempurna, bagi seseorang individu akan lebih baik jika ia dapat menggunakan kemampuannya dalam perkembangan hidupnya.[64]

e. Karakteristik individu yang dapat menerima diri dengan baik

Di dalam penerimaan diri ada beberapa karakteristik penerimaan diri yang menyatakan seseorang mau menerima dirinya, yang diugkapkan beberapa tokoh dibawah ini yaitu :

Menurut Sheerer, ciri-ciri seseorang yang mau menerima diri adalah :

1) Mempunyai keyakinan akan kemampuannya untuk menghadapi kehidupannya.
2) Menganggap dirinya berharga sebagai seseorang manusia yang sederajat dengan orang lain.
3) Berani memikul tanggung jawab terhadap perilakunya.
4) Menerima pujian dan celaan secara objektif.
5) Tidak menyalahkan dirinya akan keterbatasan yang dimilikinya ataupun mengingkari kelebihannya.

[64] E.B Hurlock, *Personality Development*, (New Delhi : Mc Graw-Hill, 1974)

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

Sedangkan menurut Allport, ciri-ciri seseorang yang mau menerima diri yaitu sebagai berikut:

1) Memiliki gambaran yang positif tentang dirinya.
2) Dapat mengatur dan dapat bertoleransi dengan rasa frustasi dan kemarahannya.
3) Dapat berinteraksi dengan orang lain tanpa memusuhi mereka apabila orang lain beri kritik.
4) Dapat mengatur keadaan emosi mereka (depresi, kemarahan). Karakteristik individu yang menerima keadaan dirinya atau yang telah mengembangkan sikap penerimaan terhadap keadaannya dan menghargai diri sendiri, yakin akan standar-standar dan pengakuan terhadap dirinya tanpa terpaku pada pendapat orang lain dan memiliki perhitungan akan keterbatasan dirinya. Dan tidak melihat pada dirinya sendiri secara irrasional. Orang yang menerima dirinya menyadari asset diri yang dimilikinya, dan merasa bebas untuk menarik atau melakukan keinginannya. Mereka juga menyadari kekurangan tanpa menyalahkan diri sendiri.

Abraham Maslow memandang sifat dasar atau diri ini sebagai penguasaan dinamika untuk tumbuh dan aktualisasi, namun menjadi manusia lemah daripada kuat, mudah frustasi, ditolak dan tertekan yang kemudian menimbulkan penyakit dan neurosis. Seperti halnya Freud, Maslow menganggap

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

penolakan diri (*self denial*) sebagai penyebab dasar penyakit psikologis dan tekanan psikologis (*distress*). Sehingga dari situlah perlu adanya penerimaan diri (*self acceptance*).[65]

Hjelle, mengemukakan bahwa seseorang yang memiliki penerimaan diri mempunyai karakteristik bahwa individu tersebut memiliki gambaran positif terhadap dirinya dan dapat bertahan dalam kegagalan atau kesedihan serta dapat mengatasi keadaan emosionalnya seperti depresi, marah dan rasa bersalah.

Jadi kesimpulan karakteristik penerimaan diri dari beberapa tokoh di atas yaitu seseorang yang mau menerima dirinya sendiri mempunyai keyakinan akan kemampuannya untuk menghadapi kehidupannya, menganggap dirinya berharga sebagai seseorang manusia yang sederajat dengan orang lain, berani memikul tanggung jawab terhadap perilakunya, dapat menerima pujian dan celaan secara objektif. Serta dapat berinteraksi dengan orang lain tanpa memusuhi mereka apabila orang lain memberi kritikan, dapat mengatur keadaan emosi mereka (depresi, kemarahan). Dapat menerima keadaan dirinya atau yang telah mengembangkan sikap penerimaan terhadap keadaannya dan menghargai diri sendiri.

[65] Hellen Graham, *Psikologi Humanistik*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2005) hal. 86

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. Tahapan Penerimaan Diri (*Self Acceptance*)

Proses seorang individu untuk dapat menerima dirinya tidak dapat muncul begitu saja, melainkan terjadi melalui serangkaian proses secara bertahap. Tahapan penerimaan diri tersebut terjadi dalam 5 langkah, antara lain :

1) Penghindaran (*Aversion*)

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

2) 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.

3) Toleransi (*Tolerance*)

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

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

4) 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.

5) 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.[66]

Dalam proses penerimaan diri tersebut tentunya setiap orang membutuhkan suatu dorongan atau motivasi agar dapat tercapai dan mengenali serta memhamai dirinya sendiri. Motivasi adalah "pendorong", suatu usaha yang disadari untuk mempengaruhi tingkah laku seseorang agar dapat tergerak hatinya untuk bertindak melakukan sesuatu sehingga mencapai hasil atau tujuan tertentu.[67]

---

[66] Hurlock, E. B. *Personality Development*, (New Delhi : Mc Graw-Hill, 1974)

[67] Muhamad Thohir, *Pemahaman Individu*, (Surabaya : UIN Sunan Ampel Press, 2014) hal.96

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. Hasil Penelitian Terdahulu yang Relevan

1. Fatihul Mufidatul Z., yang berjudul "Studi Kasus Penerimaan Diri Remaja yang Memiliki Keluarga Tiri di Desa Banjarsari Kabupaten Tulungagung."

   Skripsi ini membahas tentang adanya studi kasus pada 2 objek yang berbeda, yang mana objek pertama diperlakukan semena-mena oleh keluarga tirinya, seperti melakukan pekerjaan rumah mencuci, menyapu semua ia yang melaksanakan. Bahkan tugas belajar pun ia lakukan setelah menyelesaikan tugas rumah tersebut. Akan tetapi pada objek kedua bertolak belakang perlakuannya dari objek pertama.

   Persamaan dari skripsi ini yaitu sama-sama membahas tentang penerimaan diri pada seseorang. Akan tetapi perbedaannya yaitu teknik dan metode dalam penelitian yang digunakan berbeda.

2. Alvidzius Gusti Wibawa, yang berjudul "Hubungan Dukungan Sosial Keluarga dengan Penerimaan Diri Ibu Anak Autis di SDLB-B dan Autis TPA (Taman Pendidikan Asuhan) Kecamatan Patrang Kabupaten Jember."

   Skripsi ini membahas tentang suatu hubungan antara dukungan sosial dan penerimaan diri dari keluarga seorang ibu yang memiliki anak autis. Tentunya hal tersebut ada faktor-faktor yang mempengaruhinya untuk mampu bersikap menerima ataupun sebaliknya.

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

Persamaan dari skripsi ini yaitu sama-sama membahas mengenai penerimaan diri, hanya saja melalui objek yang berbeda. Skripsi tersebut memiliki satu masalah yaitu tentang keadaan anaknya yang autis, sedangkan pada penelitian saya kali ini yaitu mengenai keadaan para lansia dari masing-masing keluarganya dahulu hingga keberadaannya saat ini yang ditempatkan di panti jompo.

3. Arlynda Rizky Antry, yang berjudul "Pengaruh Terapi Dzikir Terhadap Penerimaan diri (*Self Acceptance*) Lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar di Tulungagung."

   Pada kali ini terdapat suatu persamaan yaitu pembahasannya sama-sama mengenai penerimaan diri (*self acceptance*), treatmen yang saya gunakan juga mengenai terapi dzikir, dan juga pada objek yang sama yaitu lansia. Hanya saja terapi tersebut menggunakan dzikir secara global, sedangkan pada penelitian saya menggunakan satu dzikir sebagai treatmen yaitu dzikir Hasbunallah.

C. HIPOTESIS PENELITIAN

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, di mana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk pertanyaan. Dikatakan sementara, karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan datadiberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data. Jadi, hipotesis 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

dapat dinyatakan sebagai jawaban teoritis terhadap rumusan masalah penelitian, belum jawaban yang empirik.[68]

Terdapat dua macam hipotesis dalam penelitian kuantitatif, yaitu hipotesis kerja atau alternatif (Ha) dan hipotesis nol (Ho). Adapun maksud dari hipotesis yang pertama (Ha) adalah hipotesis yang menyatakan bahwa antara variabel X (Dzikir Hasbunallah*)* memiliki pengaruh terhadap variabel Y (*Self Acceptance* pada lansia).

[68] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitaif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung : Alfabeta, 2015) hal. 64

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

BAB III

PENYAJIAN DATA

A. Deskripsi Umum Objek Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

a. Profil Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya

Panti Tresna Werdha Hargo Dedali yang berlokasi di Jalan Manyar Kartika IX No. 22-24 Surabaya didirikan oleh sosok Pejuang Wanita ’45 Jawa Timur pada tanggal 30 Januari 1987 yang diprakarsai oleh almarhumah Ibu R. Soedarijah Soerodikoesoemo (Ibu Dar Mortir). Panti tersebut merupakan salah satu yayasan sosial yang bertugas sebagai pengganti keluarga dalam upaya memberikan perhatian dan perawatan terhadap para lansia, dan juga melaksanakan tugasnya sesuai dengan standar ketentuan yang berlaku dalam penanganan permasalahan lanjut usia.

Latar belakang berdirinya yayasan tersebut adalah bermula dari rasa keprihatinan Ibu Dar Mortir yang melihat banyaknya perempuan veteran seperjuangan yang hidup menjanda yang keadaannya perlu dibantu. Di samping karena tidak memiliki tempat tinggal (tuna wisma), juga sebagai wujud penghargaan atas jasa-jasa mereka yang telah memperjuangkan dan membela NKRI

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

hingga merdeka ini. Sehingga dari keprihatinan itulah kemudian Ibu Dar Mortir menyampaikan ke teman-temannya untuk bertekad mendirikan sebuah yayasan sosial yang kemudian diberi nama Yayasan Panti Tresna Werdha Hargo Dedali.

Luas bidang tanah panti tersebut berukuran 2000 m^2. Lahan tersebut merupakan tanah pemberian Walikota Surabaya yang saat itu dijabat oleh Bapak Muhaji Wijaya, yang kemudian diikuti oleh para dermawan yang secara sukarela ikut menyumbangkan kepada panti berupa material-material bangunan hingga fasilitas-fasilitas panti lainnya yang terdiri dari tempat tidur, almari, meja, kursi, dan fasilitas-fasilitas lainnya. Ketika bangunan panti telah berdiri, pihak pengurus panti akan mengurus izin operasional ke Departeman Sosial, akan tetapi dari Departemen Sosial memberi persyaratan bahwa untuk mendapatkan izin operasional, panti harus memiliki penghuni minimal 25 orang lansia yang berusia 60 tahun ke atas dan tidak dalam keadaan sakit. Setelah mendapayi persyaratan dari pihak Departemen Sosial tersebut, para pengurus panti berusaha mencari dan mengumpulkan para calon penghuni yang terdiri dari para pejuang wanita veteran.

Proses pencarian tersebut diselaraskan dengan tujuan didirikannya panti, yaitu sebagai wadah tempat tinggal para veteran wanita pejuang ’45. Setelah didapatkannya, akhirnya berdirilah yayasan sosial tersebut. Namun, seiring berjalannya

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

waktu, menjadi semakin berkurang para pejuang wanita sebagai penghuni-penghuni berikutnya, sehingga pengurus Panti Tresna Werdha Hargo Dedali memutuskan untuk menerima lansia dari masyarakat umum yang membutuhkan, khususnya para wanita yang berusia 60 tahun keatas dan tidak sedang dalam keadaan sakit. Sebagaimana syarat dan ketentuan dari Departeman Sosial saat itu.

Panti yang diketuai oleh Ibu Dra. Endang Sinar Gijanti ini mengelola penghuni yang berjumlah 43 lansia, yang mana 11 orang beragama non muslim. Kemudian terdapat juga 5 orang perawat, serta 6 orang pekerja serabutan yaitu sebagai juru masak, mencuci baju, termasuk merawat sebagian penghuni juga, dan 3 orang penjaga pintu gerbang.

b. Visi, Misi, dan Tujuan

1) VISI

"Tercapainya pola hidup dan perilaku sehat baik jasmani dan rohani agar lansia tetap dalam kondisi kehidupan sejahtera serta bemanfaat bagi sesamanya."

2) MISI

a) Meningkatkan kesejahteraan lansia, baik yang potensial maupun non potensial.

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) Memberikan pembinaan mental spritual agar semakin mendekatkan diri kepada Tuhan Yang Maha Esa di penghujung usianya.

c) Memberikan kemudahan dalam pelayanan yang bersifat umum

3) Tujuan

"Meningkatkan taraf hidup lansia, baik jasmani maupun rohani, sehingga di sisa perjalanan hidupnya mereka tetap dalam suasana kehidupan sejahtera lahir dan batin."

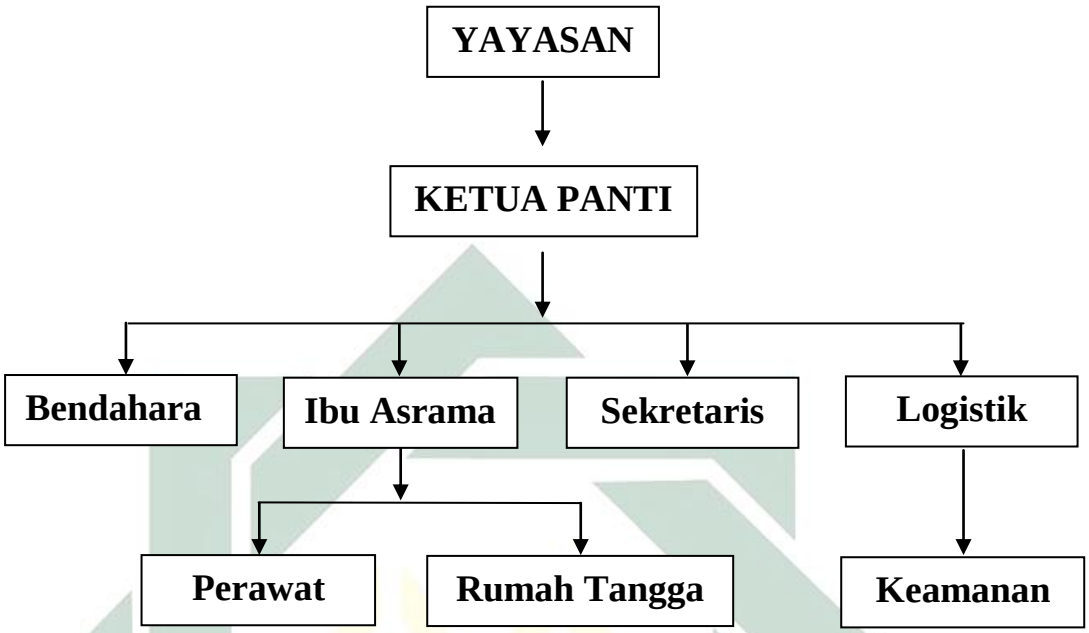
c. Struktur Organisasi

Panti Tresna Werdha Hargo Dedali secara struktur organisasi dibawah naungan Yayasan Hargo Dedali dan dikelola dengan adanya Ketua Panti yang membawahi Sekretaris, Keuangan, Logistik dan Ibu Asrama.

Didalam menjalankan roda kehidupan panti dibantu oleh tenaga keperawatan lulusan Sekolah Kejuruan dan tenaga kerja untuk ikut serta membantu dalam merawat para penghuni serta tenaga untuk perawatan bangunan dan keamanan. Untuk tenaga medis dan kesehatan dibantu dengan adanya kerja sama Yayasan dengan Perguruan Tinggi maupun Pendidikan Kejuruan, serta beberapa organisasi 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

Struktur Organisasi Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya



Keberadaan Panti Tresna Werdha Hargo Dedali sudah dikenal di kota Surabaya maupun di provinsi Jawa Timur, sehingga bantuan masyarakat dapat membantu meringankan beban panti dalam menjalanknan organisasi panti, selain kontribusi dari penghuni yang dilaksanakan secara subsidi silang.

d. Sarana-Prasarana

Di panti hargo dedali terdapat 3 blok kamar untuk para lansia, diantaranya yaitu kamar melati, kamar mawar, dan kamar kenanga. Kamar melati yaitu kamar untuk oma- oma yang masih sehat dan super aktif. Seperti halnya yang biasa datang dan mampu mengikuti kegiatan di aula, yang masih mampu makan dan mandi sendiri, dan juga panca indera yang masih baik fungsinya. Kemudian bagian tengah terdapat kamar mawar yaitu kamar oma-

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

oma yang dalam kondisi biasa atau sedang. Dalam bagian ini, terdapat beberapa yang masih baik pendengaran atau penglihatannya, namun tidak mampu berjalan. Terdapat juga beberapa yang bisa berjalan namun harus dengan mengendap-ngendap pada dinding, dan juga ada sedikit yang tidak mampu makan sendiri sehingga membutuhkan bantuan perawat untuk menyuapinya. Kemudian yang terakhir atau bagian belakang, terdapat kamar kenanga yaitu kamar oma-oma yang sudah tidak berdaya lagi, yang mana untuk makan atau mandi juga membutuhkan perawatan khusus, dan tidak bisa datang mengikuti kegiatan ke aula. Selain itu, bagian ini khusus bagi lansia yang panca inderanya sudah tidak dapat berfungsi dengan baik lagi. Dalam bagian ini merupakan khusus bagi para lansia yang kondisinya *bed rest*. Dengan kondisi yang seperti ini tentunya panti hargo dedali harus mampu mewadahi untuk kebutuhan-kebutuhannya. Oleh karena itu terdapat juga sarana lain yang telah tersedia, yaitu :

Tabel 3.1

Sarana Panti Tresna Werdha Hargo Dedali

No	Jenis	Jumlah
1	Aula	1
2	Kantor	1
3	Ruang Tamu	1
4	Ruang Kesehatan	1
5	Musholla	1

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	Kamar Karyawan	3
7	Kamar Penghuni	16
8	Dapur	2
9	Tempat Cuci Piring	2
10	Ruang Makan	1
11	Gudang	3
12	Kamar Mandi	21
13	Ruang Setrika	1
14	Taman	5
15	Parkiran	1

e. Bentuk dan kegiatan

Didalam panti tentunya tidak dibiarkan penghuninya untuk berdiam diri di kamar tanpa ada kegiatan, melainkan ada beberapa kegiatan guna untuk membuat para penghuni agar tetap bergerak dan berfikir aktif. Beberapa kegiatan tersebut, diantaranya yaitu :

1) Pengajian

Dalam kegiatan ini memberikan materi yang berupa pembelajaran mengaji yang di pimpin oleh ustadzah dari pihak luar, yang mana pengajaran tersebut dimulai dari membaca jilid bersama-sama kemudian dilanjutkan dengan membaca satu persatu namun tetap dalam pantauan ustadzah tersebut. Selain itu, kadang juga diisi dengan pembelajaran fiqih mengenai wudhu, sholat, dll. Juga diisi dengan berdzikir, berdoa, maupun sholawatan bersama. Dan diakhir selalu dibuka sesi pertanyaan dari para

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

penghuni. Kegiatan ini dilakukan rutin pada hari Jumat dan Sabtu pada pukul 08.00-10.00 WIB.

2) Pemeriksaan kesehatan

Penghuni yang berada di dalam panti tetap mendapatkan pemeriksaan kesehatan secara rutin, yang mana telah bekerja sama dengan dokter dari Rumah Sakit Dr. Soetomo, dokter gereja, dan Stikes-stikes di Surabaya. Selain itu terkadang untuk penyakit-penyakit ringan atau membutuhkan obat yang sederhana, perawat yang ada di panti membantu mengukur tinggi/rendahnya darah menggunakan tensimeter, dan juga telah menyiapkan beberapa obat yang diletakkan diruang kesehatan. Jadi jika sewaktu-waktu penghuni mengalami sakit ringan diluar jam pemeriksaan kesehatan, bisa langsung meminta kepada perawat panti. Tersedia juga alat ukur berat badan dan juga alat ukur tinggi badan yang ada di ruang kesehatan sekaligus aula.

3) Kunjungan sosial

Di dalam panti seringkali juga menerima kunjungan sosial dari berbagai pihak luar. Seperti contoh dari Universitas-universitas, komunitas dharma wanita Unair Surabaya, *Little Sun School*, dll. Didalam kunjungan sosial tersebut juga selalu mengadakan acara-acara tersendiri

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

seperti menyanyi, menari, membuat kerajinan tangan, hingga lomba-lomba guna untuk menghibur dan terus menjaga keaktifan lansia. Acara tersebut dapat diadakan sesuai dengan yang dikehendaki oleh pengunjung. Bisa juga berupa suatu perlombaan, baik dalam peringatan hari besar atau pada hari biasa. Karena dengan adanya perlombaan tersebut dapat memberikan antusias kepada lansia untuk bisa bergerak aktif. Perlombaan tersebut dapat berupa loma menyanyi, lomba menari, lomba membaca puisi, lomba *fashion show*, lomba merias wajah temannya, dan lomba-lomba lainnya yang sering diadakan pada saat Hari Kemerdekaan RI. Setelah usai perlombaan dilakukan, tak lupa pengunjung memberikan hadiah kejuaraan kepada lansia. Hal ini diberikan hanya sebatas *reward* agar semakin semangat dan bersedia mengikuti kegiatan-kegiatan berikutnya.

4) Kunjungan keluarga

Dalam hal ini merupakan kunjungan secara individual dari keluarga penghuni untuk menjenguk kondisinya, terkadang di jemput untuk pulang sementara 1-2 hari saja ketika ada acara keluarga, atau bahkan dijemput untuk melakukan pemeriksaan di sebuah Rumah Sakit atau lainnya. Namun untuk perizinan pulang pun pihak panti

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

tidak memperbolehkan jika yang menjemput adalah bukan orang yang pertama kali mengantar lansia ketika awal masuk sebagai penghuni. Hal ini ditegaskan karena untuk menjaga keamanan lansia yang diasuhnya, agar tidak terjadi kesalah pahaman pada keluarga lainnya, atau juga agar tidak terjadi hal-hal yang tidak diinginkan seperti kehilangan, dll.

f. Sumber Pendanaan

Sumber dana yang diperoleh adalah sebagai berikut :

1) Sumbangan sukarela dari keluarga penghuni
2) Dipungut secara subsidi silang (karena sebagian dari mereka memiliki latar belakang kehidupan yang berbeda; sebagian besar tidak memberikan sumbangan, sebagian memberi sekedarnya dan beberapa penghuni memberi cukup)
3) Yayasan DHARMAIS
4) Bantuan dana *Home Care*
5) Donator insidentil (kunjungan baksos masyarakat),
6) Keuntungan hasil ekonomi kreatif.

2. Deskripsi Konselor

Konselor merupakan seseorang yang bertugas membantu orang lain melalui bantuan konseling atau terapi-terapi dalam penyelesaian masalah yang di hadapi klien secara sukarela dan menerima apa adanya.

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

Dalam kali ini, sebuah penelitian juga terdapat konselor untuk membantu mengumpulkan data-data klien. Konselor tersebut adalah mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya yang juga sebagai peneliti dalam penelitian ini. Adapun biodatanya sebagai berikut :

Nama	: Iffa Rahmatul Husnia
Tempat/Tanggal Lahir	: Mojokerto/3 Juni 1996
Agama	: Islam
Status	: Belum menikah
Pekerjaan	: Mahasiswa
NIM	: B73214063
Prodi	: Bimbingan Konseling Islam
Riwayat Pendidikan	
TK	: TK Dharma Wanita Meri
SD	: SDN Meri 1
SMP	: MTs. Darul Hikmah
SMA	: MA Darul Hikmah

3. Identitas Yayasan

Nama yayasan	: Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya
Alamat	: Jln. Manyar Kartika IX No.22-24 Surabaya
No. Telp	: 031 5943219
Kode Pos	: 60118

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

Tahun berdiri : 1987

Kelurahan : Menur Pumpungan

Kecamatan : Sukolilo

Kota : Surabaya

Provinsi : Jawa Timur

4. Kondisi Obyektif Yayasan

a. Letak Yayasan

Panti Tresna Werdha Hargo Dedali ini terletak di Jln. Manyar Kartika IX No.22-24 Kelurahan Menur Pumpungan, Kecamatan Sukolilo, Kota Surabaya. Lokasi panti ini memanglah tidak terletak di tepi jalan raya, namun untuk pengarahan pada lokasi ini menurut saya mudah dijangkau, karena berdekatan dengan gedung-gedung besar sebelumnya, yaitu STIESIA, dan juga Badan Perpustakaan dan Kearsipan Provinsi Jawa Timur. Dari situ nanti sudah ada petunjuk arah menuju lokasi panti.

b. Luas Wilayah

Luas bidang tanah keseluruhan Panti Tresna Werdha Hargo Dedali secara singkat adalah berukuran 2000 m^2. Terhitung secara keseluruhan meliputi bagian-bagian kamar lansia serta perawat, halaman panti, kamar mandi, dapur umum, dan juga aula.

B. Deskripsi Pelaksanaan Penelitian

Tempat penelitian ini merupakan suatu yayasan sosial yang mana menampung para lansia untuk tinggal disini namun tetap dalam

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

pengawasan pengelola dan juga keluarga. Yayasan tersebut dinamakan Panti Tresna Werdha Hargo Dedali yang letaknya di Kota Surabaya. Tempat ini merupakan yayasan yang termasuk sebagai tempat peneliti untuk melakukan Praktek Pengalaman Lapangan juga. Sehingga untuk informasi awal didapat bersamaan dengan pelaksanaan Praktek Pengalaman Lapangan. Setelah informasi berhasil di dapat, peneliti mulai melakukan proses penelitian dengan deskripsi sebagai berikut :

1. Pada tanggal 13 November 2017, peneliti memberikan surat permohonan penelitian kepada pihak panti, yang mana saat itu kebetulan ketua panti sudah pamit izin pulang lebih dulu, sehingga surat diterima oleh pihak sekretaris.
2. Pada tanggal 12 Desember 2017, peneliti kembali datang kebetulan bersamaan dengan penutupan Praktek Pengalaman Lapangan, dan juga mendapatkan surat balasan atas perizinan penelitian yang sebelumnya telah diserahkan. Pada saat itu kebetulan pihak sekretaris baru meminta tanda tangan kepada ketua panti, sehingga surat balasan tersebut diterima secara langsung dari ketua panti. Di sisi lain peneliti juga bertanya kepada salah satu perawat guna memenuhi data mengenai panti yang nantinya akan dituliskan juga.
3. Pada tanggal 18 Desember 2017, peneliti melakukan penelitian kepada penghuni panti, yaitu mengadakan kegiatan berdzikir bersama bagi muslim saja. Dalam kegiatan tersebut dibantu oleh teman peneliti dan perawat panti untuk mendampingi para lansia dalam kegiatan

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

berlangsung. Kegiatan tersebut dimulai dari pukul 08.00-10.00 dengan susunan sebagai berkut :

a. 08.00-08.15 pengkondisian responden di aula panti
b. 08.15-08.30 pembukaan sekaligus perkenalan dari pihak peneliti
c. 08.30-09.00 penyebaran angket *pretest* pada responden (lansia)
d. 09.00-10 dzikir hasbunallah dimulai dengan cara diawali oleh peneliti kemudian diikuti para lansia secara bersama-sama sesuai panduan peneliti yang disebarkannya.

4. Pada tanggal 21 Desember 2017 peneliti kembali datang untuk melakukan kegiatan berdzikir bersama lagi. Acara tersebut hampir sama dilakukan seperti pada waktu sebelumnya, hanya saja untuk kali ini tidak menyebarkan angket namun langsung dimulai acara.
5. Pada tanggal 1 Januari 2018 peneliti datang lagi ke panti yamg terakhir kalinya untuk mengulang kembali acara dzikir hasbunallah seperti yang telah dilakukan sebelumnya. Setelah acara tersebut usai, barulah peneliti menyebarkan angket *posttest* sebagai hasil akhir penggalian data pada responden (lansia).

Langkah-langkah proses pelaksanaan dzikir hasbunallah kepada lansia adalah sebagai berikut :

1. Penyebaran lembar bacaan dzikir hasbunallah kepada lansia yang berisikan lafadz, bacaan dalam Bahasa Indonesia, serta terjemahan
2. Memimpin bacaan dzikir dengan memenggal kata demi kata dari lafadz hasbunallah berkali-kali

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. membaca *wa ni'mal wakil* secara berulang kali
4. Melanjutkan lagi pada lafadz *ni'mal maula* secara berulang kali
5. Lafadz terakhir yaitu *wa ni'man nashir* dibaca berulang kali juga
6. Disambungkan dari lafadz *hasbunallah wa ni'mal wakil* berkali-kali
7. Selanjutnya sambungan lafadz *ni'mal maula wa ni'man nashir* berulang kali
8. Disambungkan secara runtun kalimat *hasbunallah wa ni'mal wakil, ni'mal maula wa ni'man nashir* berkali-kali
9. Peneliti menjelaskan makna yang terkandung dalam dzikir tersebut, kemudian mengaitkan dengan kondisi yang dialami saat ini sesuai yang diteliti yaitu menumbuhkan penerimaan diri
10. Peneliti memandu lagi dengan dzikir tersebut secara berulangkali sekaligus memejamkan mata untuk menghayati atau meresapi makna yang terkandung

C. Deskripsi Hasil Penelitian

Untuk mengetahui hubungan antara dzikir hasbunallah untuk menumbuhkan *self acceptance* pada lansia di lansia di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya, maka peneliti melakukan penyebaran angket sebanyak dua kali, yaitu sebelum dan sesudah diadakannya kegiatan dzikir hasbunallah. Data tentang dzikir hasbunallah untuk menumbuhkan *self acceptance* pada lansia di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya diperoleh dari hasil angket sejumlah 21 pernyataan. Hal ini sengaja dibuat berupa pernyataan, bukan pertanyaan karena untuk

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

memudahkan berlangsungnya penyebaran angket pada lansia. Karena memang hal ini masih sangat membutuhkan dampingan dari beberapa perawat dan juga orang lain dalam pelaksanaannya. Adapun beberapa indikator lansia sebagai responden penelitian kali ini adalah :

1. Wanita usia minimal 60 tahun
2. Pendengaran mulai menurun
3. Penglihatan mulai kurang jelas
4. Tidak dapat menulis atau membaca (Tuna Aksara)
5. Kurang mampu dalam membaca tulisan arab, namun ada juga yang sebaliknya
6. Belum hafal dzikir hasbunallah
7. Daya ingat menurun

Skala ukur tentang *self acceptance* pada penelitian kali ini, diantaranya yaitu :

Tabel 3.2

Persentase Skala Ukur Self Acceptance

No.	Indikator	Sesudah Treatment		
		A	B	C
1.	Tidak menyalahkan diri sendiri		√	
2.	Pantang menyerah		√	
3.	Lebih percaya diri		√	
4.	Menerima keadaan dengan lapang		√	
5.	Berfikir positif		√	

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

Keterangan :

A : Ya

B : Kurang

C : Tidak

Dari berbagai indikator yang ada, setelah dilakukan treatment pada lansia dapat dikategorikan bahwa kondisi yang mereka alami saat ini masih belum maksimal dalam penumbuhan *self acceptance*. Namun, sedikit adanya perubahan pada lansia, yaitu terkadang masih muncul rasa ingin tercapai keinginan untuk bersama keluarga, hanya saja hal itu terjadi saat mereka teringat saja. Jadi apabila dalam kondisi tenang, mereka mulai mampu meyakinkan dirinya sendiri untuk menerima segala yang terjadi. Hal ini saya ketahui ketika mereka menceritakan kejadiannya kemudian mengingat atas penyampaian saya pada saat treatment melaui dzikir tersebut, sehingga mulai menyadari bahwa harus menerima dengan lapang.

Dalam penggalian data melalui angket tersebut secara rinci terdiri dari berbagai pernyataan dalam penelitian ini adalah 14 pernyataan untuk mencari data tentang dzikir hasbunallah (sebagai variabel X), dan 7 pernyataan berikutnya untuk memperoleh data tentang *self acceptance* (sebagai variabel Y). Instrumen penelitian yang digunakan peneliti berupa angket (*kuesioner*) dengan jenis *rating scale.* Jadi, data yang diperoleh tidak bersifat kualitatif. Maksudnya responden tidak menjawab dengan pernyataan senang ataupun tidak senang, setuju atau tidak setuju, pernah atau tidak pernah. Melainkan langsung berupa angka atau jawaban

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

kuantitatif yang telah disediakan. Sehingga instrumen *kuesioner* jenis *rating scale* ini tidak terbatas pengukuran sikap saja. Tetapi, untuk mengukur persepsi responden terhadap fenomena lainnya, sehingga jenis ini lebih fleksibel.[69]

Dalam pengumpulan data lansia, angket tersebut disusun dalam bentuk *favourable* dan *unfavourable*. Item yang berbentuk *favourable* merupakan pernyataan yang menunjukkan sikap posisitif, sedangkan *unfavourable* merupakan pernyataan yang menunjukkan sikap negatif.

Adapun skoring skala angket adalah sebagai berikut :

Tabel 3.3

Skoring Skala Angket

Favourable		**Unfavourable**	
Pilihan	**Skala**	**Pilihan**	**Skala**
YA	1	YA	1
TIDAK	0	TIDAK	0

Kemudian *blue print* akan membantu memberikan gambaran mengenai isi skala yang akan mendukung validitas data. Adapun skala untuk menumbuhkan *self acceptance* adalah sebagai berikut :

[69] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D...,* hal. 98

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

Tabel 3.4
Keterangan skala dzikir hasbunallah (variabel X)

NO.	Komponen	Favourable	unfavourable	Total
1.	Meyakini untuk selalu mengingat Allah SWT	1,2	3,4	4
2.	Memiliki keyakinan bahwa cukup Allah sebagai penolong	5,6	7,8	4
3.	Mendorong manusia untuk selalu bersikap positif	9,11	10,12	4
4.	Menenangkan hati	14,15	13,16	4
5.	Membuat manusia untuk mudah mensyukuri ni'mat Allah	19,20	17,18	4

Tabel 3.5
Keterangan skala *self acceptance* pada lansia (variable Y)

NO.	Komponen	favourable	unfavourable	Total
1.	Tidak menyalahkan diri sendiri	21,22	23,24	4
2.	Pantang menyerah	25,27	26,28	4

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.	Lebih percaya diri	31,32	29,30	4
4.	Menerima keadaan dengan lapang	33,35	34,36	4
5.	Berfikir positif	37,39	38,40	4

Setelah melakukan tes pada skala variabel X dan variabel Y, peneliti melakukan uji validitas dan realibitas item terhadap data yang diperoleh dari angket.

Prosedur melakukan uji validitas dan realibitas alat ukur adalah sebagai berikut :

1. Uji Validitas Data

   Validitas atau kesahihan adalah menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur mampu mengukur apa yang ingin diukur *(a valid measure if it successfully measure the phenomenon).* Misalkan, seseorang ingin mengukur berat suatu benda, maka alat ukur yang digunakan adalah timbangan. Setelah membuat kuisioner (instrumen penelitian) langkah selanjutnya adalah menguji apakah kuisioner yang dibuat valid atau tidak.

   Jadi, uji validitas adalah uji statistik yang digunakan untuk mengukur kevalidan atau kesahihan suatu item pernyataan yang digunakan untuk mengukur variabel yang diteliti. Untuk menguji validitas, peneliti menggunakan IBM *Statistical Package for the Social Science (SPSS) versi 16.0 windows.* Untuk proses ini, akan digunakan

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

Uji Korelasi Person Product Moment. Dalam uji validitas ini, setiap item akan diuji relasinya dengan skor total variabel yang dimaksud. Dalam hal ini, masing-masing item yang ada di dalam variabel X dan Y akan diuji relasinya dengan skor total variabel tersebut. Dalam penelitian ini menggunakan 20 responden dijadikan sampel penelitian, untuk mengetahui koefisien product moment menggunakan rumus: r-tabel (α = n-2) n = jumlah sampel, maka (α = 20-2), jadi nilai r tabel 18 pada taraf signifikan 5% adalah 0,468.

Agar penelitian lebih teliti, sebuah item sebaiknya memiliki korelasi (r) dengan skor total masing-masing variabel ≥ 0,468, item yang skor r hitung < 0,468 akan disingkirkan. Dan jika hasil dari SPSS koefisien hasilnya sama 0,468 atau lebih, maka dapat dikatakan item instrumen tersebut dinyatakan valid. Adapun skoring skala angket adalah sebagai berikut :

Tabel 3.6

Validitas Item SkalaVariabel X

Item	Koefisien Korelasi	r-tabel	Keterangan
1	.671		Valid
2	.509		Valid
3	.473		Valid
4	.626		Valid
5	.585		Valid
6	.543		Valid
7	.141		Tidak valid
8	.418		Tidak Valid
9	.516		Valid

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

10	.550	0,468	Valid
11	.524		Valid
12	.405		Tidak valid
13	.006		Tidak valid
14	.628		Valid
15	.554		Valid
16	.047		Tidak valid
17	.512		Valid
18	.362		Tidak valid
19	.512		Valid
20	.613		Valid

Tabel 3.7
Validitas Item Skala Variabel Y

Item	Koefisien Korelasi	r-tabel	Keterangan
1	.261	0,468	Tidak valid
2	.546		Valid
3	.052		Tidak valid
4	.237		Tidak valid
5	.020		Tidak valid
6	.181		Tidak valid
7	.275		Tidak valid
8	.258		Tidak valid
9	.597		Valid
10	.448		Tidak Valid
11	.090		Tidak valid
12	.183		Tidak valid
13	.192		Tidak valid
14	.522		Valid

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

15	.570		Valid
16	.026		Tidak valid
17	.544		Valid
18	.574		Valid
19	.495		Valid
20	.365		Tidak Valid

2. Uji Reliabilitas Data

Reliabilitas adalah tingkat atau derajat konsistensi dari suatu instrumen. Reliabilitas berkenaan dengan pertanyaan, apakah suatu tes teliti dan dapat dipercaya sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan. Suatu tes dapat dikatakan *reliable*, jika selalu memberikan hasil yang sama bila diteskan pada kelompok yang sama pada waktu atau kesempatan yang berbeda.[70] Reliabilitas tes perlu, tetapi tidak memadai sebagai syarat validitas tes. Supaya tes valid, maka dia harus *reliable*. Namun demikian tes yang reliable belum tentu valid. Uji reliabilitas digunakan untuk mengetahui adanya konsistensi alat ukur dalam penggunaannya, atau dengan kata lain alat ukur tersebut mempunyai hasil yang konsisten. Apabila digunakan berkali-kali pada waktu yang berbeda. Dalam penelitian ini, peneliti menguji reliabilitas menggunakan ujian *Alpha Cronbach.* Pengujian *Alpha Cronbach* digunakan untuk menguji tingkat keandalan *(reliability)* dari masing-masing angket variabel. Rumus yang digunakan untuk mencari nilai

[70] Zaenal Arifin, *Evaluasi Pembelajaran*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2010), hal. 258

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

reliabilitas instrumen adalah alpha. Syarat instrumen dikatakan reliable jika nilai *Alpha Cronbach* lebih besar dari alpha minimal yaitu 0,6. Jika koefisien reliabilitas > alpha 0,6 maka instrumen dinyatakan *reliable*, dan jika koefisien reliabilitas < 0,6 maka instrumen dinyatakan tidak *reliable*, atau jika nilai *Alpha Cronbach* semakin mendekati 1, maka teridentifikasi bahwa semakin tinggi pula konsistensi reliabilitasnya.[71]

Tabel 3.8

Kriteria Reliabilitas Menurut Alpha

Alpha	**Tingkat Reliabilitas**
Antara 0,000 – 0,200	Kurang *Reliable*
Antara 0,200 – 0,400	Agak *Reliable*
Antara 0,400 – 0,600	Cukup *Reliable*
Antara 0,600 – 0,800	*Reliable*
Antara 0,800 – 1000	Sangat *Reliable*

Adapun untuk menguji reliabilitas, peneliti menggunakan program IBM *Statistical Package for the Social Science (SPSS) versi 16.0 windows* dan hasilnya adalah sebagai berikut:

[71] Sugiyono, *Metode Penelitian Administrasi*, (Bandung: Alfabeta, 2007), hal. 137

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

Tabel 3.9

Hasil Uji Reliabilitas Skala Variabel X

Case Processing Summary

		N	%
Case	Valid	20	100.0
	Excluded	0	0
	Total	20	100.0

a.Listwise deletion based on all variables in the procedure

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.653	14

Dari hasil perhitungan menggunakan SPSS, variabel X memperoleh alpha 0,653. Jika alpha antara 0,600 sampai dengan 0,800 maka *reliable*. Dapat disimpulkan bahwa pada variabel X telah diperoleh alpha 0,653 yang berarti bahwa pada setiap item-item instrumennya merupakan *reliable*.

Berikut ini hasil perhitungan reliabilitas variabel Y menggunakan perhitungan SPSS:

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

Tabel 3.10

Hasil Uji Reliabilitas Skala Variabel Y

Case Processing Summary

		N	%
Case	Valid	20	100.0
	Excluded	0	0
	Total	20	100.0

a.Listwise deletion based on all variables in the procedure

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.774	7

Dari hasil perhitungan menggunakan SPSS, variabel X memperoleh alpha 0,774. Jika alpha antara 0,600 sampai dengan 0,800 maka *reliable.* Dapat disimpulkan bahwa pada variabel X telah diperoleh alpha 0,774 yang berarti bahwa pada setiap item-item instrumennya merupakan *reliable*.

D. Pengujian Hipotesis

Hipotesis adalah dugaan sementara tentang kebenaran mengenai hubungan variabel atau lebih, berarti dugaan itu bisa benar atau salah, tergantung peneliti dalam mengumpulkan data sebagai pembuktian dari hipotesis. Hipotesis yang sudah dirumuskan kemudian harus diuji. Pengujian ini berguna untuk membuktikan apakah Ho diterima 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

ditolak dan apakah Ha diterima atau ditolak. Jika Ha diterima, maka Ho ditolak, begitu juga sebaliknya. Jika Ha ditolak, maka Ho diterima. Maka uji hipotesisnya sebagai berikut:

Ha : Dzikir Hasbunallah berpengaruh untuk meningkatkan *self acceptance* pada lansia di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya

Ho : Dzikir Hasbunallah tidak berpengaruh untuk menumbuhkan *self acceptance* pada lansia di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya

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

BAB IV
ANALISIS DATA DAN PEMBAHASAN

Dalam penelitian kuantitatif, analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. Kegiatan yang dilakukan dalam analisis data yaitu dengan mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, mentabulasi data berdasarkan variabel dan seluruh responden, menyajikan data tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah.[72]

Pada tahapan analisa data ini, peneliti melakukan analisis terhadap data sebelum diberikan perlakuan *(prestest)* dan setelah diberikan perlakuan *(posttest).* Selanjutnya, peneliti menguji kebenaran hipotesis dengan analisis *Product Moment Pearson* untuk mengetahui pengaruh Dzikir Hasbunallah untuk Menumbuhkan *Self Acceptance* pada Lansia. Langkah terakhir adalah menguji perbandingan dengan analisis *Paired Sample T-Test* untuk mengetahui adakah pengaruh serta perbedaan sebelum dan sesudah diberikan kegiatan Dzikir Hasbunallah untuk Menumbuhkan *Self Acceptance* pada Lansia di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya.

A. Pengambilan Data Dzikir Hasbunallah untuk Menumbuhkan Self Acceptance pada Lansia

Peneliti melakukan penyebaran angket (*pretest dan posttest*) pada lansia yang berjumlah 20 orang. Jumlah tersebut diambil dari para lansia yang

[72] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*, (Bandung : Alfabeta, 2015) hal. 147

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

masih aktif dan mampu untuk berkomunikasi dengan orang lain. Peneliti menguji dengan membuktikan jika Ha diterima dan Ho ditolak, begitu pula dengan sebaliknya. Maka untuk mengetahui hubungan antar kedua variabel yakni (Dzikir Hasbunallah) sebagai variabel bebas dan (untuk Menumbuhkan *Self Acceptance* pada Lansia) sebagai variabel terikat, dilakukan pengujian hipotesis sebagai berikut:

Ha = Dzikir Hasbunallah berpengaruh untuk Menumbuhkan *Self Acceptance* pada Lansia di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya

Ho = Dzikir Hasbunallah tidak berpengaruh untuk Menumbuhkan *Self Acceptance* pada Lansia di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya

Untuk mencari r hitung, peneliti menggunakan korelasi Product moment, sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{N\sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N\sum X^2) - (\sum X)^2\}\{N(\sum Y^2) - (\sum Y)^2\}}}$$

$$r_{xy} = \frac{(20 \times 285) - (247)(228)}{\sqrt{\{20(3299) - (61009)\}\{20(2686) - (51984)\}}}$$

$$r_{xy} = \frac{57020 - 56316}{\sqrt{(65980 - 61009)(53720 - 51984)}}$$

$$r_{xy} = \frac{704}{\sqrt{4971\ x\ 1736}}$$

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

$$r_{xy} = \frac{704}{\sqrt{8629656}}$$

$$r_{xy} = \frac{704}{29376}$$

= 0,023

Setelah diperoleh hasil perhitungan statistik di atas, langkah selanjutnya yakni membandingkan r hitung dengan r tabel, dengan terlebih dahulu mencari nilai df yang dirumuskan sebagai berikut:

Df = N-nr

Keterangan:

Df : *Degrees Freedom*

N : *Number of Class*

nr : Banyaknya variabel yang dikorelasikan

Yakni : Df = N-nr

= 20 – 2 = 18

Untuk mengetahui diterima atau tidaknya hipotesis dapat dilihat dalam pernyataan berikut ini:

1. Jika r hitung lebih > r tabel, maka Ho ditolak dan Ha diterima, ini artinya bahwa Dzikir Hasbunallah ada pengaruh untuk Menumbuhkan *Self Acceptance* pada Lansia
2. Jika r hitung < r tabel, maka Ho diterima dan Ha ditolak, ini artinya bahwa Dzikir Hasbunallah tidak ada pengaruh untuk Menumbuhkan *Self Acceptance* pada Lansia

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

Df sebesar 18 dengan taraf signifikan 5% adalah 0,468. Sedangkan r hitung adalah 0,023 dengan demikian r hitung lebih besar daripada r tabel. Sehingga pada penelitian, Ha ditolak dan Ho diterima, yakni Dzikir Hasbunallah tidak ada pengaruh untuk Menumbuhkan *Self Acceptance* pada Lansia di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya**.**

Dalam analisis kali ini menggunakan sebuah rumus *Paired Sample T-Test*, yang mana bertujuan untuk membandingkan rata-rata dua variabel dalam satu grup. Dalam hal ini dua variabel tersebut adalah dari satu grup yang sama namun diuji dua kali dalam *pretest* dan *posttest*. Adapun rumur *Paired Sample T-Test* tersebut adalah :

$$t = \frac{\overline{X_1} - \overline{X_2}}{\sqrt{\frac{{s_1}^2}{n_1} + \frac{{s_2}^2}{n_2} - 2r\left(\frac{s_1}{\sqrt{n_1}}\right)\left(\frac{s_2}{\sqrt{n_2}}\right)}}$$

Keterangan:

$\overline{X_1}$	: Rata-rata sampel 1 (sebelum perlakuan)
$\overline{X_2}$	: Rata-rata sampel 2 (sesudah perlakuan)
S_1	: Simpangan baku sampel 1
S_2	: Simpangan baku sampel 2
S_1^2	: Varian 1
S_2^2	: Varian 2
n_1	: Jumlah sampel sebelum perlakuan
n_2	: Jumlah sampel sesudah perlakuan
r	: Korelasi antar dua variabel

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

Tabel 4.1

Hasil Perhitungan Angket Sebelum Dzikir Hasbunallah (Variabel X dan Y)

No.	Nama	Variabel X	Variabel Y
1.	Ari	9	4
2.	Yani	6	2
3.	Sukandar	7	1
4.	Itiek Maymunah	12	4
5.	Titik S.	11	4
6.	Hermin	10	5
7.	Paulina	11	4
8.	Diyah	11	5
9.	Yatmani	9	4
10.	Sri Yuni Utami	7	3
11.	Larassati	9	5
12.	Priyani	9	5
13.	Sulis	11	4
14.	Suarni	11	4
15.	Lastri	8	5
16.	Darti	11	5
17.	Ayun	14	4
18.	Siti	11	6
19.	Nur	9	5
20.	Hari	9	5

Tabel 4.2

Hasil Perhitungan Angket Setelah Dzikir Hasbunallah (Variabel X dan Y)

No.	Nama	Variabel X	Variabel Y
1.	Ari	10	4
2.	Yani	11	5
3.	Sukandar	10	2
4.	Itiek Maymunah	10	4
5.	Titik S.	10	5
6.	Hermin	9	5
7.	Paulina	11	4

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

8.	Diyah	10	4
9.	Yatmani	11	4
10.	Sri Yuni Utami	10	4
11.	Larassati	9	4
12.	Priyani	10	5
13.	Sulis	10	4
14.	Suarni	10	4
15.	Lastri	11	4
16.	Darti	11	5
17.	Ayun	11	4
18.	Siti	11	5
19.	Nur	12	5
20.	Hari	10	5

Tabel 4.3

Hasil Angket Sebelum dan Sesudah Dzikir Hasbunallah

No.	Nama	Pretest		Posttest		Jumlah Pretest	Jumlah Posttest
		X	Y	X	Y		
1.	Ari	9	4	10	4	13	14
2.	Yani	6	2	11	5	8	16
3.	Sukandar	7	1	10	2	8	12
4.	Itiek Maymunah	12	4	10	4	16	14
5.	Titik S.	11	4	10	5	15	15
6.	Hermin	10	5	9	5	15	14
7.	Paulina	11	4	11	4	15	15
8.	Diyah	11	5	10	4	16	14
9.	Yatmani	9	4	11	4	13	15
10.	Sri Yuni Utami	7	3	10	4	10	14
11.	Larassati	9	5	9	4	14	13
12.	Priyani	9	5	10	5	14	15
13.	Sulis	11	4	10	4	15	14
14.	Suarni	11	4	10	4	15	14
15.	Lastri	8	5	11	4	13	15
16.	Darti	11	5	11	5	16	16
17.	Ayun	14	4	11	4	18	15
18.	Siti	11	6	11	5	17	16
19.	Nur	9	5	12	5	14	17

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

20.	Hari	9	5	10	5	14	15
Jumlah		195	84	207	86	279	293

Dari tabel diatas telah diketahui bahwasannya kedua variabel sebelum diberikan *(pretest)* mencapai hasil 279, kemudian setelah diberikan *treatment (posttest)* mengalami kenaikan angka menjadi 293.

Dalam hal itu, peneliti memilih menggunakan IBM *Statistical Package for the Social Science (SPSS) versi 16.0 windows* sebagai alat bantu yang lebih sederhana untuk mengetahui hasil perbandingan. Adapun hasilnya adalah sebagai berikut :

Tabel 4.4

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PRE TEST	13.9500	20	2.64525	.59150
	POST TEST	14.6500	20	1.13671	.25418

Tabel 4.5

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	PRE TEST - POST TEST	-.70000	2.59757	.58083	-1.91570	.51570	-1.205	19	.243

1. Pada tabel pertama *Paired Sample Statistics*

   Pada tabel tersebut telah diketahui ringkasan deskriptif dari kedua sampel atau data *pretest* dan *posttest* dan juga mengenai *mean,* standar

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

deviasi, dan standar *error mean*. Dalam tabel *mean* diketahui hasil dari *pretest* mencapai angka 16,9500 dan *mean* dari *posttest* menunjukkan angka 14,6500. Selisih *mean* dari *pretest* dan *posttest* adalah sebesar 2,3.

2. Pada tabel kedua *Paired Sample Test*

Dalam tabel tersebut telah memuat dua hasil Uji-T dua sampel berpasangan yang meliputi thitung dan signifikan. Setelah itu nantinya akan terbukti adanya pengaruh atau tidak pada dzikir hasbunallah untuk menumbuhkan *self acceptance* lansia. Pengambilan keputusan hasil uji tersebut dapat diketahui dari ketentuan sebagai berikut :

a. Jika nilai sig. (2-tailed) < 0,005, maka terdapat perbedaan yang signifikan antara *self acceptance* pada data *pretest* dan *posttest*. Hal ini berarti "terdapat pengaruh" dzikir hasbunallah dalam menumbuhkan *self acceptance* pada lansia di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya.
b. Jika nilai sig. (2-tailed) > 0,005, maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara *self acceptance* pada data *pretest* dan *posttest*. Hal ini memiliki arti bahwa "tidak terdapat pengaruh" dzikir hasbunallah dalam menumbuhkan *self acceptance* pada lansia di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya.

Dari tabel *Paired Sample Test* telah menunjukkan nilai sig. (2-tailed) yaitu 0,243 > 0,005 yang berarti tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara *self acceptance* pada data *pretest* dan *posttest*. Hal tersebut juga telah membuktikan bahwasannya "tidak terdapat pengaruh"

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

dzikir hasbunallah untuk menumbuhkan *self acceptance* pada lansia di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya.

Hasil tersebut dapat di analisis pada tabel 3.2, yang mana persentase berada pada tingkat "kurang" dalam pencapaian *self acceptance*. Selain itu, salah satu faktor lain adalah terdapat pada indikator responden, diantaranya yaitu berkurangnya pendengaran, berkurangnya penglihatan, melemahnya daya pikir, dan juga tingkat keagamaan yang bermacam-macam. Sehingga kebiasaan untuk menyalahkan keadaan atau siapapun terkadang masih terjadi pada lansia. Hal inilah penyebab masih tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah dilakukannya dzikir hasbunallah.

B. Pembahasan

Secara sederhana penilaian tentang kurangnya signifikasi pada lansia itu dapat dilihat dan diukur dari kebiasaan yang mereka lakukan, diantaranya yaitu :

Tabel 4.6
Skala Ukur Observasi Responden

No.	Indikator	Kondisi Real	Proses
1.	Tidak menyalahkan diri sendiri	Sedikit menyadari bahwa semua bukan karena kesalahan diri sendiri	Setelah menceritakan masalahnya, mereka dengan sendirinya menyadari mungkin yang dilakukannya tidak sepenuhnya salah
2.	Pantang menyerah	Berusaha bertahan di panti	Mereka mengatakan untuk setiap harinya selalu berdoa untuk

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

			diri sendiri dan keluarganya
3.	Lebih percaya diri	Mencoba tidak mengingat hal-hal yang telah terjadi	Masih belum bisa melupakan kejadian yang dialami sebelumnya karena sering menceritakan masa lalunya kepada orang sekitar
4.	Menerima keadaan dengan lapang	Tidak mengeluh	Masih terbiasa untuk becerita tentang kisahnya dan masih ada sedikit keluhan
5.	Berfikir Positif	Meyakini akan ada hikmah nantinya	Sering bertanya-tanya untuk mensugesti dirinya bahwa nanti pasti akan ada kebahagiaan tersendiri untuknya

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

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah penelitian usai dilakukan, dapat ditarik kesimpulan sebagai jawaban dari rumusan masalah yang telah dijelaskan, yaitu :

1. Untuk mengetahui hasil perbedaan sebelum dan sesudah diberikan dzikir hasbunallah untuk menumbuhkan *self acceptance* pada lansia, dapat diketahui pada tabel 4.5 tentang *Paired Sample Test* yang menunjukkan nilai sig. (2-tailed) yaitu 0,243 > 0,005 yang berarti tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara *self acceptance* pada data *pretest* dan *posttest*. Hal tersebut juga telah membuktikan bahwasannya "tidak terdapat pengaruh" dzikir hasbunallah untuk menumbuhkan *self acceptance* pada lansia di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya. Melihat hasil yang tidak signifikan tersebut, juga berdasarkan indikator-indikator responden yang telah di paparkan sebelumnya. Seperti kurang jelasnya penglihatan, pendengaran, dan juga daya pikir mulai melemah. Sehingga hal ini juga menjadi salah satu faktor tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara *pretest* dan *posttest*.
2. Proses penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti yaitu menggunakan *kuesioner* sebagai alat bantu untuk menggali data *pretest* dan *posttest* dari *treatment* yang telah diberikan. Proses tersebut adalah menyebarkan angket pada responden sebelum diberikan *treatment* atau *pretest*. Lalu, peneliti memberikan *treatment* berupa dzikir hasbunallah

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

pada lansia dengan cara membaca lembaran dzikir dan mengikuti panduan yang telah diberikan peneliti. Hal ini dilakukan secara berkali-kali, agar responden mampu memahami bacaan dan makna dzikir tersebut. Setelah *treatment* dilakukan, hal yang dilakukan berikutnya yaitu melakukan penyebaran angket *posttest.*

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut :

1. Untuk Panti Tresna Werdha Hargo Dedali

   Berbagai kisah dan berbagai alasan yang telah terungkap oleh para penghuni panti, telah memberikan banyak pelajaran pada kita, yang mana tentang rasa syukur dan penerimaan diri sangatlah penting diterapkan pada siapapun. Oleh karena itu, penelitan ini akan menjadi lebih baik dan berhasil apabila pihak pengelola panti terus memberikan semangat pada lansia untuk tetap menerima atas segala yang terjadi dengan rasa syukur kepada Allah SWT, sehingga para lansia menjadi terbiasa melakukan hal-hal baik tanpa ada rasa menyalahkan diri sendiri atau orang lain.

2. Untuk Konseli (lansia)

   Usia bukanlah menjadi alasan untuk tidak dapat tercapainya suatu kebahagiaan. Dengan kondisi yang dialami saat ini justru menjadikan para oma untuk semakin bersyukur dan tidak ada rasa penyesalan atau bahkan menyalahkan diri sendiri dan orang lain. Karena hingga saat ini

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

masih diberikan kesempatan sebagai hamba Allah yang tetap mampu berjuang untuk dirinya sendiri dan orang lain. Oleh karena itu, penelitian ini akan semakin lebih baik apabila lansia juga dibiasakan untuk melakukan hal baik dan berfikir positif untuk meningkatkan rasa penerimaan pada diri atas segala yang terjadi.

3. Untuk Peneliti Selanjutnya (kususnya mahasiswa BKI)

   Hendaknya peneliti selanjutnya lebih mendalami lagi untuk meneliti tentang rasa penerimaan diri atau *self acceptance* pada lansia ataupun sasaran lainnya. Karena hal ini sangatlah penting untuk ditumbuhkan sejak muda hingga tua.

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

DAFTAR PUSTAKA

Abdullah bin Umar Ad-Dumaiji. 2006. *At-Tawakkal Alallah Ta'al*. Jakarta : PT Darul Falah

Agoes, Ariyo. 2007. *Psikologi Perkembangan Anak Usia Tiga Tahun Pertama*. Jakarta : PT Refika Aditama

Arifin, Zaenal. 2010. *Evaluasi Pembelajaran*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya

Asyafah, Abas. 2009. *Proses Kehidupan Manusia dan Nilai Eksistensialnya*. Bandung : Alfabeta

BeeAs,"*Dahsyatnta Amalan Hasbunallah wa Ni'mal Wakil*", http://blogbeeas.blogspot.co.id/2017/09/dasyatnya-amalan-hasbunallah-wa-nimal.html, diakses 15 September 2017

Boeree, George. 2006. *Dasar-dasar Psikologi Sosial*. Jogjakarta: Prismasophie

Bungin, Burhan. 2006. *Metode Penelitian Kualitatif*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada

Chaplin, J.P. 2005. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada

Dahlan, Agus Abdurahim. 2006. *Al-Quran Al-Karim*. Bandung : Jumanatul Ali-Art

Dariyo, Agoes. 2011. *Psikologi Perkembangan Anak Tiga Tahun Pertama*. Bandung : PT Refika Aditama

Darmawan, Deni. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya

Departemen Agama. 1974. *Al-Quran Al-Karim*. Jakarta : "Menara" Kudus

Ghazali, Imam. 2004. *Ihya' Ulumuddin*. Surabaya: Bintang Usaha Jaya

Graham, Hellen. 2005. *Psikologi Humanistik*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar

Halim, Andreas. 2000. *Kamus Lengkap 20 Milyar*. Surabaya : Sulita Jaya

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

Handayani, Muryantinah Mulyo, dkk. *"Efektivitas Pelatihan Pengenalan Diri Terhadap Peningkatan Penerimaan Diri dan Harga Diri"*. Jurnal Psikologi. 2. Yogyakarta: Universitas Gajah Mada. 1998

Hanurawan, Fattah. 2010. *Psikologi Sosial suatu pengantar*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya

Hikmat, Mahi M. 2011. *Metode Penelitian dalam Perspektif Ilmu Komunikasi dan Sastra.* Yogyakarta: Graha Ilmu

Hurlock, E. B. 1996. *Psikologi Perkembangan : suatu pendekatan sepanjang rentan kehidupan*. Jakarta: Erlangga

Hurlock, E. B.. 1980. *Perkembangan : suatu pendekatan sepanjang rentan kehidupan*. Jakarta: Erlangga

Hurlock, E.B. 1974. *Personality Development*. New Delhi : Mc Graw-Hill

Hurlock, E.B. 1995. *Perkembangan Anak (Jilid II)*. Jakarta: Erlangga

Kementerian Agama RI. 2014. *Al-Qur'an Terjemah*. Bandung : PT Sygma Examedia Arkanleema

Khatib, Muhammad. 2012. *Misteri Dzikir Hasbunallah Wa Ni'mal Wakil*. Jakarta : Mitapress

Labib Mz, *Rahasia Kehidupan Orang Sufi, Memahami Ajaran Thoriqot & Tashowwuf*. Surabaya: Bintang Usaha Jaya

Marni, Ani dan Rudy Yuniawati. "*Hubungan antara Dukungan Sosial dan Penerimaan diri pada Lansia di Panti Werdha Budhi Dharma Yogyakarta*". Jurnal Fakultas Psikologi (online). vol.3. no.1. journal.uad.ac.id/index.php/EMPATHY/article/download/3008/174. Diakses Juli 2015

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

Meilinda, Endah. "*Hubungan antara Penerimaan diri dan Konformitas terhadap Intensi Merokok pada Remaja di SMK Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda*". Jurnal Psikologi (online). vol. 1. no.1. Journal Psikologi. 2013, 1 (1): 9-22. Diakses tahun 2013

Mercer, Jenny dan Debbie Clayton. 2012. *Psikologi Sosial*. Jakarta : Erlangga

Nizhan, Abu. 2015. *AL-Quran Tematis*. Bandung : PT Mizan Pustaka

Nurhasyanah. "*Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penerimaan Diri Pada Wanita Infertilitas*". Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi (online), Vol.1, no. 1, http://journal.unj.ac.id. Diakses Oktober 2012

Permatasari Vera dan Witrin Gamayanti. "*Gambaran Penerimaan Diri* (*Self-Acceptance*) *Pada Orang Yang Mengalami Skizofrenia*". Jurnal Ilmiah Psikologi (online), Vol. 3, no.1, https://journal.uinsgd.ac.id. Diakses Juni 2016

Purwanto, dkk. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta : Gava Media

Riduwan. 2009. *Pengantar Statistik Sosial.* Bandung: Alfabeta

Rosyidi, Hamim. 2012. *Psikologi Sosial*, Surabaya : CV. Jaudar

Santoso, Hanna dan Andar Ismail. 2009. *Memahami Krisis Lanjut Usia*. Jakarta : BPK Gunung Mulia

Sari, Endah Puspita dan Sartini Nuryoto. "*Penerimaan Diri pada Lanjut Usia Ditinjau Dari Kematangan Emosi*". Jurnal Psikologi (online), No. 2, https://jurnal.ugm.ac.id/jpsi/article/view/7017

Sarwono, Sarlito Wirawan. 2002. *Psikologi Sosial:Individu dan Teori-teori Psikologi Sosial*. Jakarta : Balai Pustaka

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

Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D.* Bandung: Alfabeta

Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta

Supratiknya, A. 1995. *Komunikasi antar pribadi*. Yogyakarta: Kanisius

Supriyanto. 2010. *Tawakal Bukan Pasrah*. Jakarta : QultumMedia

Sutadipura, B. 1984. *Kompetensi guru dan kesehatan mental*. Bandung: Angkasa

Thohir, Muhamad. 2014. *Pemahaman Individu*. Surabaya : UIN Sunan Ampel Press

Tuasikal, Muhammad Abduh MSc. ”*Hasbunallah wa Ni’mal Wakiil”*. https://muslim.or.id/7790-hasbunallah-wa-nimal-wakiil.html. diakses 18 Desember 2011

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