

**GAMBARAN PENERIMAAN DIRI MAHASISWA PSIKOLOGI YANG DI  
TINGGAL IBU AKIBAT COVID-19**



**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

**disusun oleh:**

**Julian Miswag**

**NIM 17107010106**

**Dosen Pengampu :**

**Mayreyna Nurwardani, S.Psi., M.Psi**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA**

**YOGYAKARTA**

**2023**



## PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-846/Un.02/DSH/PP.00.9/08/2023

Tugas Akhir dengan judul : Gambaran Penerimaan Diri Mahasiswa Psikologi Yang Di Tinggal Ibu Akibat Covid-19

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : JULIAN MISWAG  
Nomor Induk Mahasiswa : 17107010106  
Telah diujikan pada : Selasa, 04 Juli 2023  
Nilai ujian Tugas Akhir : A/B

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

### TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Mayreyna Nurwardani, S.Psi., M.Psi  
SIGNED

Valid ID: 64d5b67e32580



Penguji I

Very Julianto, M.Psi.  
SIGNED

Valid ID: 64d2ea256e10f



Penguji II

Syaiful Fakhri, S.Psi., M.Psi.  
SIGNED

Valid ID: 64cb32e6a5102



Yogyakarta, 04 Juli 2023

UIN Sunan Kalijaga  
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si.  
SIGNED

Valid ID: 64d5b70dbb653

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Julian Miswag

NIM : 17107010106

Program Studi : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul “Penerimaan Diri Mahasiswa Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Yang Di Tinggal Orang Tua Akibat Covid-19” adalah karya yang belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana diperguruan tinggi manapun. Skripsi ini adalah asli hasil karya saya sendiri dan bukan plagiasi dari karya orang lain. Apabila di kemudian hari dalam skripsi saya ditemukan plagiasi dari karya orang lain, maka saya bersedia menerima konsekuensi sesuai dengan aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sepenuh hati dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 21 Juni 2023

Yang menyatakan,

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA



Julian Miswag  
NIM 17107010106

## NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI

Hal : Persetujuan Skripsi/Tugas Akhir

Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

di Yogyakarta

*Assalamu'alaikum wr. wb.*

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Julian Miswag

NIM : 17107010106

Judul Skripsi : Penerimaan Diri Mahasiswa Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Yang Di Tinggal Orang Tua Akibat Covid-19

sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam Program Studi Psikologi.

Dengan ini, kami berharap agar skripsi/tugas akhir Saudara tersebut dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih

*Wassalamu'alaikum wr.wb.*

Yogyakarta, 21 Juni 2023

Pembimbing,



Mayreyna Nurwardani, S.Psi., M.Psi  
NIP. 19810505 200901 2 011

**INTISARI**  
**PENERIMAAN DIRI MAHASISWA PSIKOLOGI**  
**FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA YANG DI TINGGAL**  
**ORANG TUA AKIBAT COVID-19**

Julian Miswag  
17107010106

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran penerimaan diri mahasiswa dalam menghadapi tekanan akibat peristiwa kematian orang tua berdasarkan faktor penerimaan diri. Kriteria informan dalam penelitian ini dipilih berdasarkan tiga ketentuan: pria/wanita mahasiswa S1, telah mengalami peristiwa duka (kematian orang tua), bertempat tinggal di daerah Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus. Teknik pengumpulan data menggunakan teknik wawancara semi-terstruktur. Sedangkan teknik analisis menggunakan empat tahap, yakni penyajian data, koding, reduksi data dan penarikan kesimpulan. Temuan dari penelitian dapat dilihat dari adanya 2 tema terkait gambaran penerimaan diri, antara lain penanaman kesadaran diri, menerima kehadiran keluarga dan orang terdekat. Sedangkan faktor yang mempengaruhi penerimaan diri meliputi pemahaman diri, harapan yang realistis, tidak adanya hambatan lingkungan, prasangka baik, tekanan emosional, percaya akan keberhasilan, identifikasi, cara pandang, pola asuh, dan konsep diri yang baik. Selain itu adapun dampak penerimaan diri bagi kehidupan informan meliputi, merasa lebih mudah menerima keadaan, mengetahui nilai-nilai atau hikmah penerimaan diri.

**Kata Kunci:** *Covid-19, Kematian, Penerimaan Diri, Studi Kasus*



**ABSTRACT**  
**SELF-ACCEPTANCE OF PSYCHOLOGY STUDENTS**  
**FACULTY OF SOCIAL SCIENCES AND HUMANITIES RESIDENT**  
**PARENTS DUE TO COVID-19**

Julian Miswag  
17107010106

This study aims to describe the self-acceptance of students in dealing with pressure due to the death of their parents based on the self-acceptance factor. The criteria for informants in this study were selected based on three conditions: male/female undergraduate students, having experienced a bereavement event (death of a parent), and residing in the Yogyakarta area. This research uses a case study approach. Data collection techniques using semi-structured interview techniques. While the analysis technique uses four stages, namely data presentation, coding, data reduction, and conclusion. The findings from this research can be seen from the existence of 2 themes related to the description of self-acceptance, including the cultivation of self-awareness, and accepting the presence of family and closest people. While the factors that influence self-acceptance include self-understanding, realistic expectations, absence of environmental barriers, good prejudice, emotional pressure, belief in success, identification, perspective, upbringing, and good self-concept. In addition, the impact of self-acceptance on the life of informants includes feeling easier to accept circumstances and knowing the values or wisdom of self-acceptance.

**Keywords:** *Covid-19, Death, Self Acceptance, Case Study*

## MOTTO

*“Mulailah lebih awal, karena kesukeksesan  
Itu dibentuk bukan datang tanpa proses.  
Dan percayalah bahwa keberhasilan  
bukanlah milik orang pintar. Keberhasilan  
adalah milik mereka yang senantiasa berusaha”*

**B.J. Habibie**



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Penelitian ini penulis mempersembahkan kepada:

Allah SWT, Tuhan Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang

Almamater tercinta:

Program Studi Psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga

Kedua orang tua saya:

Bapak Diaz Sasongko dan Ibu Dyah Utami

Serta untuk diri saya sendiri:

Terimakasih sudah berjuang sampai pada titik ini



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA



## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT karena atas limpahan rahmat, taufiq, hidayah serta ma'unah-Nya, peneliti diberikan kekuatan sekaligus kemudahan sehingga proses penulisan skripsi yang berjudul “Penerimaan Diri Mahasiswa Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Yang Ditinggal Orang Tua Akibat Covid-19” ini dapat terselesaikan. Shalawat serta Salam tak lupa peneliti haturkan kepada junjungan Nabi Agung, Nabi Muhammad SAW yang mana melalui perjuangan beliauah peneliti dapat merasakan keindahan Islam hari ini. Semoga peneliti senantiasa mendapatkan *syafa'at* Baginda Nabi Muhammad kelak di hari akhir. Aamiin.

Bagi peneliti, penulisan tugas akhir ini merupakan proses yang panjang yang takkan terselesaikan tanpa adanya dukungan serta do'a dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan ucapan rasa syukur serta terimakasih sebanyak-banyaknya kepada pihak-pihak yang terlibat dalam menyusun tugas akhir ini, baik secara langsung maupun tidak langsung, di antaranya sebagai berikut:

1. Prof Dr. Phil Al Makin, S.Ag., MA., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Bapak Dr. Moch. Sodik, S.Sos., M.Si., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Ibu Lisnawati, S.Psi., M.Psi., selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Ibu Ismatul Izzah, S.Th.I., M.A., selaku Dosen Pembimbing Akademik yang sudah kebersamai serta memberi nasehat selama peneliti menempuh studi.

5. Ibu Mayreyna Nurwardani, S.Psi., M.Psi., selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah mencurahkan perhatian dalam membahas, membimbing, dan memberi arahan pada saya selama penyusunan tugas akhir ini.
6. Segenap dosen Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta atas semua pengalaman serta pelajaran berharga yang diberikan pada peneliti selama ini.
7. Seluruh jajaran karyawan Tata Usaha Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang membantu peneliti selama masa perkuliahan hingga penyusunan tugas akhir.
8. Bapak Diaz Sasongko serta Ibu Dyah Utami yang tak henti-hentinya mengirimkan do'a serta dukungan penuh bagi peneliti.
9. Mbak Ike Puspita dan Mas Catur Anton yang turut mencurahkan perhatiannya kepada peneliti selama menyusun tugas akhir.
10. Mas Candra selaku bapak kos yang telah memberikan kemudahan fasilitas tempat tinggal bagi peneliti selama menempuh masa studi.
11. Mbak KMW dan Mas BS selaku informan yang telah meluangkan banyak waktunya untuk berbagi pengalaman dengan peneliti.
12. Teman-teman dari Program Studi Psikologi, utamanya kelas C, yang sudah seperti keluarga sendiri bagi peneliti.
13. Teman-teman kosan: Gilang, Gibran, Adam, Yusron, Faza yang memberikan lingkungan positif bagi peneliti setiap hari.
14. Teman-teman di kedai kopi: Fajar, Andre, Bhanu yang menjadi tempat berbagi cerita kala penat.

15. Teman-teman KKN 102 Gingsangtani: Alfian, Hilmi, Huda, Muklis, Rara, Ria dan Sasmitha yang memberikan berbagai pengalaman baru yang peneliti belum alami sebelumnya.

Serta semua pihak yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu yang turut memberikan dukungan sekaligus do'a bagi peneliti, terimakasih sebesar-besarnya. Semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal atas kebaikan yang telah dicurahkan.

Yogyakarta, 21 Juni 2023



Julian Miswag

17107010106



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI .....	iv
INTISARI.....	v
<i>ABSTRACT</i> .....	vi
MOTTO.....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI .....	xii
DAFTAR TABEL .....	xv
DAFTAR BAGAN .....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Manfaat Penelitian .....	6
BAB II.....	8
TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Studi Literatur .....	8
B. Penerimaan Diri .....	9
1. Pengertian.....	9
2. Aspek-Aspek Penerimaan Diri .....	12
3. Faktor yang Mempengaruhi Penerimaan Diri .....	13

C. Kematian.....	16
1. Pengertian.....	16
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kematian .....	18
D. Masa Dewasa Awal.....	20
1. Pengertian.....	20
2. Perkembangan Dewasa Awal.....	23
3. Ciri-Ciri Masa Dewasa Awal .....	24
4. Tugas-Tugas Perkembangan Masa Dewasa Awal.....	25
5. Perkembangan Kognitif Masa Dewasa Awal.....	26
E. Corona Virus-19 (Covid-19).....	26
1. Pengertian.....	26
2. Upaya Pencegahan Covid-19 .....	28
F. Kerangka Teoritik .....	30
G. Pertanyaan Penelitian .....	33
BAB III.....	34
METODE PENELITIAN.....	34
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian .....	34
B. Fokus Penelitian.....	34
C. Kriteria Informan dan <i>Setting</i> Penelitian.....	35
D. Metode Pengumpulan dan Teknik Pengumpulan Data.....	35
E. Teknik Analisa dan Interpretasi Data.....	36
F. Keabsahan Data Penelitian .....	38
BAB IV .....	39
HASIL DAN PEMBAHASAN .....	39
A. Orientasi Kacah dan Persiapan Penelitian .....	39
1. Orientasi Kacah .....	39
2. Persiapan Penelitian.....	40
B. Pelaksanaan Penelitian .....	42

C. Temuan Penelitian.....	43
1. Informan KMW .....	43
2. Informan BS .....	58
D. Pembahasan .....	72
BAB V.....	80
KESIMPULAN DAN SARAN.....	80
A. Kesimpulan.....	80
B. Saran.....	81
Daftar Pustaka .....	82





## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Data Diri Informan .....	40
Tabel 2. Rincian Proses Pelaksanaan Pengambilan Data .....	43



## DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Skema Kerangka Teoritik .....	33
Bagan 2. Dinamika Penerimaan Diri Subjek KMW .....	57
Bagan 3. Dinamika Penerimaan Diri Subjek BS .....	71
Bagan 4. Dinamika Penerimaan Diri Subjek KMW dan BS .....	79



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Panduan Wawancara .....	88
Lampiran 2. Informed Consent KMW .....	91
Lampiran 3. Informed Consent BS .....	93
Lampiran 4. Tabel Verbatim Informan KMW .....	95
Lampiran 5. Tabel Reduksi Informan KMW .....	117
Lampiran 6. Tabel Kategorisasi Informan KMW .....	129
Lampiran 7. Member Cheking Informan KMW .....	145
Lampiran 8. Tabel Verbatim Informan BS .....	146
Lampiran 9. Tabel Verbatim Informan BS .....	151
Lampiran 10. Tabel Reduksi Informan BS .....	164
Lampiran 11. Tabel Kategorisasi Informan BS .....	172
Lampiran 12. Member Cheking Informan BS .....	187



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Pandemi Corona Virus Disease (Covid-19) ialah bencana yang dapat dikatakan multidimensional. Bencana covid-19 telah menyebabkan dampak diberbagai sektor, seperti sektor ekonomi, sektor manufaktur, sektor pariwisata, dan sektor transportasi. Pandemi covid-19 juga tidak hanya mempengaruhi sektor melainkan juga mempengaruhi kehidupan sosial, pendidikan, dan tekanan psikologis yang tidak terkendali bagi orang-orang di Indonesia ketika menghadapi situasi darurat kesehatan yang dapat mengakibatkan masalah mental. Disamping itu bencana covid-19 juga telah menyebabkan kematian, apalagi kematian pada orang-orang terdekat seperti keluarga, teman, dan saudara (Rahayu & Wiryosutomo, 2021). Adapun laporan data dari Dinas Kesehatan menyatakan bahwa kasus covid-19 di Daerah Istimewa Yogyakarta menunjukkan sebanyak 93 orang dinyatakan positif dan meninggal, positif covid-19 dan dinyatakan sembuh sebanyak 3147 orang, kemudian kasus terkonfirmasi covid-19 3835 orang (Yohana Puji D. U. Rizaldy T. & Andreasta M. 2021)

Kematian merupakan sesuatu yang pasti terjadi dalam kehidupan manusia dan tidak ada yang bisa mengindarnya. Kematian telah menjadi sesuatu yang terdengar menakutkan bagi semua orang karena kematian

membuat individu kehilangan orang yang disayangi untuk selamanya seperti kematian orang tua, keluarga, teman, dan pasangan (Fitria, 2013). Kematian tidak hanya berkaitan dengan orang-orang yang ditinggalkan melainkan juga berkaitan bagi keluarga dekat sahabat dan orang-orang lain yang sangat berharga, bahkan dari peristiwa kematian tersebut berdampak pada tatanan kehidupan individu yang ditinggalkan menjadi berubah. Pada akhirnya membuat individu takut dalam menghadapi peristiwa kematian bahkan tidak menutup kemungkinan banyak individu berusaha melakukan berbagai cara untuk menghindari setiap yang membawanya dekat dengan kematian (Hana Nur Bacty A., 2022)

Pada hakekatnya keluarga menjadi salah satu tempat untuk berbagi cerita yang dialami seorang anak. Keluarga juga menjadi sarana tumbuh dan kembang anak karena di dalamnya terdapat orang tua. Orang tua merupakan orang yang paling dekat dengan anak, khususnya ibu karena ibulah yang melahirkan anak dan membesarkannya sedari kecil. Kaitannya dengan ibu tentunya terdapat kedekatan dengan anak yang diberikan sejak lahir dan menumbuhkan rasa aman dan nyaman saat bersama keluarga. Selain itu ibu juga mengajarkan anaknya untuk mengenal lingkungan disekitarnya supaya anak dapat mempersepsikan dirinya berfikir, merasa dan bertindak dalam lingkungan sosial budaya yang ada (Dita Cahayatiningsih, 2022). Terlebih lagi jika seorang anak kehilangan ibu yang disebabkan oleh penyakit,

kecelakaan, atau tertimpa musibah lainnya tentu anak akan merasa berat untuk menerimanya sehingga anak menjadi terkejut dan terpukul, apalagi jika anak tersebut sedang berada di usia remaja akhir menuju dewasa awal yang mana anak mengalami semua aspek baik biologis, psikologis maupun sosial (Papalia, 2017).

Peristiwa meninggalnya ibu tentunya membawa dampak besar bagi anak. Setiap anak akan memberikan reaksi yang berbeda-beda, salah satunya dengan reaksi psikologis seperti merasa kesepian, putus asa, dan takut. Berbagai reaksi yang dialami merupakan hal yang normal bagi anak yang mengalami peristiwa ibu meninggal (Ramadhan, Rio F. & Ardias, 2019). Berbicara tentang permasalahan anak akibat kematian ibu tentunya juga mencakup seluruh emosi yang ada pada diri individu. Hal itu pun sebagai proses dari respon emosional, kognitif, fisik, dan perilaku individu akibat kesedihan yang dialami karena peristiwa meninggalnya ibu (Yulianti Dwi Astuti, 2021). Kematian ibu juga memberikan dampak signifikan terhadap kehidupan seorang anak dan tentunya menjadi pengalaman yang menyakitkan dan sulit diterima karena ibu telah mengajarkan berbagai hal mulai dari berbicara, berjalan, dan mengenal dirinya.

Disamping itu kematian ibu juga merupakan penyebab stres bagi anak. Apalagi anak yang telah memasuki masa dewasa awal tentu akan memenuhi tugasnya seperti kemampuan finansial, tanggung jawab serta menegangkannya hubungan dengan orang lain (Puspasari, 2020). Selain itu faktor pemicu yang



membuat anak mengalami masalah serius dalam perkembangan kesehatan mentalnya ialah kematian atas ibunya (Karakartial & Tillquist, 2018). Seorang anak yang telah masuk pada tahap dewasa awal yang merupakan periode transisi yang terdapat peluang besar untuk mengeksplorasi diri dimana individu memungkinkan hal-hal baru dan cara hidup yang berbeda. Masa dewasa awal juga merupakan masa dimana individu dihadapkan untuk dapat menyesuaikan diri terhadap perubahan dan tuntutan tertentu (Feldman, 2018).

Selain contoh di atas terdapat juga ulasan berita yang mengungkapkan bahwa ada banyak hal indah dan menyenangkan dalam hidup, namun ada pula peristiwa sedih seperti kehilangan orang yang sangat disayangi dan akan sangat menguras emosi seperti meninggalnya pasangan atau anggota keluarga. Kehilangan orang-orang tersayang bisa memicu kesedihan yang mendalam bagi beberapa orang, dan kesedihan itu bisa menimbulkan depresi. Setiap orang memiliki reaksi kesedihan yang berbeda. Beberapa orang menunjukkan perasaan duka yang sama seperti depresi yang membuat individu menarik diri dari lingkungan sosial dan merasakan kesedihan yang amat mendalam. Dari segi penerimaan dukungan, orang-orang yang mengalami depresi sering kali menutup diri dari dan enggan berinteraksi dengan orang disekitarnya (Tashandra, 2020)

Terlebih lagi mahasiswa psikologi yang sedang mengalami peristiwa meninggalnya orang yang dicintai terutama ibu, tentu akan merasakan sedih yang amat mendalam karena ia belajar tentang proses mental yang melatih

emosional sehingga akan menimbulkan traumatik yang amat panjang. Selain itu peristiwa meninggalnya ibu juga akan mengganggu pola kognitif yang dapat mengakibatkan kebingungan, tidak percaya, dan ketergantungan dengan ibu. Lebih lanjut pola afektif juga terganggu yang mana berakibat menjadi putus asa dan perasaan sedih yang berlebihan (Vastya C., 2021).

Kesedihan yang dialami bisa dilalui dengan cara bertahap dan tentunya mencoba bangkit keterpurukan dari mimpi yang menjadi kenyataan dalam hidupnya (Tillquist 2018). Adapun individu yang tidak bisa mengatasi keterpurukan yang dialaminya akan cenderung mengarah ke perilaku negatif, individu akan berperilaku agresif dibandingkan yang lain (Buhanuddin 2022). Selain itu individu yang telah masuk pada masa peralihan remaja akhir menuju dewasa awal memiliki emosional yang tidak menentu dan akan menimbulkan perasaan sedih, atau merasa kurang diperhatikan. Pada usia ini individu sering merasakan emosi yang berubah-ubah sehingga dapat menyebabkan untuk menutup diri, tertekan, putus asa, mudah marah, bahkan tidak tahu arah dan tujuan hidup (Ramadhan, Rio F. & Ardias, 2019)

Pada kasus individu yang telah dihadapkan dengan meninggalnya ibu dan berlarut dalam kesedihannya tentunya dapat menyebabkan kesulitan dalam mencapai kesejahteraan psikologis yang optimal (Ismail dan Indrawati, 2015). Kesejahteraan psikologis ialah suatu potensi psikologi dan pencapaian penuh yang mana individu dapat menerima diri apa adanya, memiliki tujuan hidup, mampu mengendalikan lingkungan, dan akan tumbuh secara personal.

Kesejahteraan psikologis juga merupakan hal penting bagi individu untuk menjadi sehat secara utuh sehingga dapat menggunakan potensi yang dimiliki secara maksimal. Individu yang bisa mencapai kesejahteraan psikologis secara maksimal, maka ia lebih menerima kekuatan dan kelemahan diri (Awaliyah & Listiyandini, 2017)

Kesejahteraan psikologis juga berkaitan erat dengan penerimaan diri. Penerimaan diri di artikan sebagai sikap yang pada dasarnya merasa puas dengan diri sendiri, kualitas dan bakat dari dalam diri serta pengetahuan akan keterbatasan sendiri, hal ini berarti di tujukan pada kemampuan individu yang mendukung. Kesadaran diri akan segala kelebihan dan kekurangan diri haruslah dan harus saling melengkapi satu sama lain sehingga dapat menumbuhkan kepribadian yang sehat (Chaplin, 2014). Selain itu individu yang telah menerima dirinya atas kejadian yang telah dialami tentunya mampu untuk mengatasi masalah seperti perasaan kehilangan akibat peristiwa kematian orang tuanya (Nurriyana & Savira, 2021)

Penerimaan diri pada dewasa awal dianggap sebagai faktor penting terhadap perkembangan, karena sebagai dasar pembentukan identitas dalam diri individu. Penerimaan diri juga erat kaitannya dengan kondisi yang sehat secara psikologis, yang memiliki kesadaran dan penerimaan penuh terhadap siapa dan apa dirinya. Setelah individu memiliki kesadaran atas penerimaan dirinya berarti ia bebas dari rasa bersalah, rasa malu, dan rendah diri karena

keterbatasan diri, serta terbebas dari rasa takut terhadap penilaian dari orang lain terhadap keadaan dirinya (Syafitasari 2020).

Berdasarkan penjabaran di atas, peneliti berinisiatif untuk menggambarkan bagaimana cara individu mampu menerima kondisi dirinya dan penyesuaian diri melalui sikap dan perilaku dalam menghadapi tekanan akibat kematian orang tua serta meningkatkan pemahaman terhadap pentingnya kesadaran akan penerimaan diri. Topik ini tentunya menarik untuk dikaji guna melihat bagaimana tanggapan individu mengenai penerimaan diri yang harus ditumbuhkan akibat kematian orang tua.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pemaparan latar belakang di atas, maka penelitian ini memiliki rumusan masalah mengenai bagaimana gambaran penerimaan diri yang dimiliki oleh mahasiswa dalam menghadapi tekanan akibat kematian ibu?

## **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran penerimaan diri mahasiswa dalam menghadapi tekanan akibat kematian ibu berdasarkan faktor penerimaan diri.

## **D. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian yang ini, diharapkan dapat memberikan informasi baru, wawasan serta pengetahuan yang dapat memperkaya khazanah keilmuan khususnya bagi keilmuan psikologi, seperti psikologi perkembangan, dan psikologi kognitif.

## 2. Manfaat praktis

### 1. Bagi informan

Informan diharapkan mengetahui tentang pentingnya penerimaan diri yang harus ditumbuhkan karena dengan penerimaan diri informan mampu menerima atas kejadian yang telah dialami serta mampu mengambil hikmah sehingga tidak berlarut dalam kesedihan dan bisa melanjutkan kehidupannya.

### 2. Bagi peneliti berikutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu sumber bagi peneliti lain yang melakukan penelitian khususnya dibidang psikologi bahwa peristiwa kematian orang tua perlu dikaji karena berkaitan dengan penerimaan diri anak dalam menghadapi peristiwa tersebut.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil/temuan serta analisis yang dilakukan dalam penelitian ini, dapat ditarik beberapa kesimpulan yang meliputi gambaran, faktor serta dampak penerimaan diri dari informan penelitian. Berikut penjabaran terkait kesimpulan dari gambaran, faktor, dan dampak penerimaan diri:

1. Penerimaan diri yang muncul pada informan meliputi 2 tema, yakni: (a) penanaman kesadaran dalam diri, (b) menerima kehadiran keluarga dan orang terdekat.
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi penerimaan diri informan meliputi 10 tema, yakni: (a) pemahaman diri, (b) harapan yang realistis, (c) tidak adanya hambatan lingkungan, (d) prasangka baik, (e) tekanan emosional, (f) percaya akan keberhasilan, (g) identifikasi, (h) cara pandang, (i) pola asuh, (j) konsep diri yang baik.
3. Dampak penerimaan diri bagi kehidupan meliputi 2 tema, yakni: (a) merasa lebih mudah menerima keadaan, (b) mengetahui nilai-nilai atau hikmah penerimaan diri.



## **B. Saran**

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kata sempurna, sehingga peneliti memerlukan masukan terkait pengembangan tema penelitian ini. Berikut saran yang diromendasikan peneliti terkait pengembangan penelitian kedepan:

1. Bagi subjek

Penerimaan diri merupakan proses dinamis yang tidak berhenti dalam sekali waktu saja, melainkan dapat dikembangkan menjadi lebih baik sepanjang waktu. Oleh karenanya, peneliti memandang bahwa ada baiknya informan menjalin hubungan lebih dekat dengan keluarga, orang sekitar, ataupun teman-teman terdekat untuk menumbuhkan kasih sayang yang dapat menunjang kehidupan menjadi lebih baik.

2. Bagi peneliti berikutnya

Tema penerimaan diri saat ini mendapat perhatian yang besar di kajian keilmuan psikologi, terlebih pada kajian psikologi positif. Hal ini tentunya menjadi peluang besar bagi peneliti selanjutnya untuk mengeksplorasi lebih jauh bagaimana seseorang dapat menjalani kehidupan yang layak dengan menerima seluruh kejadian, baik yang buruk maupun yang baik, di dalam kehidupannya. Sehingga, peneliti berharap penelitian kedepan dapat mengembangkan tema penerimaan diri ini menjadi lebih komprehensif.

## DAFTAR PUSTAKA

- Acceptance, S. (2017). Penerimaan Diri Dan Kecemasan Terhadap Status Narapidana. *Intuisi : Jurnal Psikologi Ilmiah*, 9(3), 234–242.  
<https://doi.org/10.15294/intuisi.v9i3.14114>
- Agustang, A., Mutiara, I. A., & Asrifan, A. (2021). *Genealogi Stigma Sosial Terhadap Pasien Covid 19*. 93–105. <https://doi.org/10.31219/osf.io/ep7jf>
- Anastasya, G., & Susilarini, T. (2021). Konsep Diri Pada Dewasa Awal Yang Pernah Menjadi Korban Pedofilia Di Kota Medan, Sumatera Utara. *IKRA-ITH Humaniora*, 5(2), 18–25.
- Apriliza Gita. (2022). Pengaruh Kematian Orang Tua Terhadap Kecerdasan Emosional Anak Di Jorong Simarasok Kecamatan Baso. *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora*, 1(8.5.2017), 2003–2005.
- Awaliyah, A., & Listiyandini, R. A. (2017). Pengaruh Rasa Kesadaran terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa The Influence of Trait Mindfulness toward Psychological Well-Being among University Students. *Psikogenesis*, 5(2), 90–101.
- Buhanuddin, Suriyati, & Anis, M. (2022). Pengaruh Kehilangan Orang Tua Terhadap Kondisi Psikologis Anak Di Desa Saohiring Kec. Sinjai Tengah Kabupaten Sinjai. *Jurnal Media Intelektual Muslim Dan Bimbingan Rohani*, 8(2), 45–51.  
<https://doi.org/10.47435/mimbar.v8i2.1202>
- Creswell, Jhon W. (2019). *Reseach Design : Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif, dan Campuran*. Pustaka Pelajar.
- Creswell, John W. (2019). *Research Design: Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif, dan Campuran* (Edisi Keem). Pustaka Pelajar.

- D., N. A. A. & I. (2022). Gambaran Strategi Coping pada Perempuan yang Kehilangan Orang Tua di Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(1), 85–99.  
<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/44823/38009>
- Dita Cahayatiningsih. (2022). Depresi Remaja dengan Orang Tua Tunggal. *Journal of Language and Health*, 3(1), 23–28. <https://doi.org/10.37287/jlh.v3i1.1185>
- Erpiana, A., & Fourianalistyawati, E. (2018). Peran Trait Mindfulness terhadap Psychological Well-Being pada Dewasa Awal. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 67–82. <https://doi.org/10.15575/psy.v5i1.1774>
- Feldman. (2018). Ketercapaian Tugas Perkembangan Mahasiswa Pada Masa Dewasa Awal Di Universitas PGRI Sumatera Barat. *Jurnal Wahana Konseling*, 3(1), 27–37.
- Fitri, A. (2021). *Penerimaan diri dengan konseling realita terhadap larangan perkawinan sesuku di minangkabau*. 6(1), 102–108.
- Goldman, Ian. and Pabari, M. (2021). Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif. *Jurnal Ilmiah Keagamaan*, 3(2), 249–266.
- Hajiyanti Makatita, S. (2021). Upaya Pencegahan Covid-19 Melalui Edukasi PHBS Pada Masyarakat Desa Saliong. *BAKTI (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 1(1), 17–27. <https://doi.org/10.51135/baktivol1iss1pp17-27>
- Hana Nur Bacty A. (2022). Pendampingan Psikososial Terhadap Anak Yang Kehilangan Orang Tua. *Jurnal Ilmiah Teologi, Pendidikan, Sains, Humaniora Dan Kebudayaan*, 15(2), 78–88. <https://doi.org/10.36588/sundermann.v15i2.88>
- Irwan S. (2016). Studi Kasus: Analisis Faktor Penyebab Kematian Bahasa. *Psikologi Tasawuf*, 14(2), 127–133. <https://doi.org/10.31958/jt.v14i2.204>
- Iryana, I., & Kawasati, R. (2017). *Teknik Pengumpulan Data Metode Kualitatif*.
- Karakartial & Tillquist. (2018). Ketakutan akan Kematian Orang yang Beragama Katolik Ditinjau dari Keterlibatan dalam Kelompok Kategorial. *Psychopreneur Journal*, 6(1), 76–85.
- N.W. Ajeng Putri. (2019). Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Kecemasan

- Pada Warga Binaan Pemasarakatan Wanita Kasus Narkotika Di Kalimantan Timur. *Jurnal Empati*, 8, 173–184.
- Nafrin, I. A., & Hudaidah, H. (2021). Perkembangan Pendidikan Indonesia di Masa Pandemi Covid-19. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(2), 456–462.  
<https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i2.324>
- Nurfitri, D., & Waringah, S. (2019). Ketangguhan Pribadi Orang tua Tunggal : Studi Kasus pada Perempuan Pasca Kematian Suami. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 4(1), 11. <https://doi.org/10.22146/gamajop.45400>
- Nurriyana, A. M., & Savira, S. I. (2021). Mengatasi Kehilangan Akibat Kematian Orang Tua : Studi Fenomenologi Self-Healing pada Remaja. *Character : Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(3), 46–60.
- Pambudi, H. B., & Darmawanti, I. (2022). Gambaran Penerimaan Diri Pada Remaja Yatim/Piatu. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(8), 23–33.
- Papalia. (2017). Adaptabilitas Karir Dewasa Awal. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 18(3), 361–370. <https://doi.org/10.17509/jpp.v18i3.15008>
- Parebong, R. E. (2021). Pendekatan trauma healing untuk mengatasi Panthological Grief pada usia remaja yang ditinggal mati orang tuanya. *Journal of Pasoral Counseling*, 1(2), 109–120.
- Purwoko, B., & Sartinah, E. P. (2021). *Studi pendekatan terapi psikologis untuk kesehatan mental masyarakat pada masa pandemic Covid-19*. 5(1), 141–151.  
<https://doi.org/10.26539/terapeutik.51609>
- Puspasari. (2020). Quarterlife Crisis Pada Masa Dewasa Awal di Pekanbaru. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 5(2), 145–156.  
<https://doi.org/10.33367/psi.v5i2.1036>
- Puspita, I. M., Rozifa, A. W., & Nadhiroh, A. M. (2021). Gambaran Kecemasan Dan Kepatuhan Remaja Putri Terhadap Kebiasaan Baru Di Masa Pandemi Covid-19. *JOMIS (Journal of Midwifery Science)*, 5(1), 52–61.  
<https://doi.org/10.36341/jomis.v5i1.1492>
- Putri, A. F. (2019). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas

- Perkembangannya. *Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2548–3234), 35–40.
- Putri Hastari, E. S. . and D. R. D. (n.d.). *Makna Pernikahan Sirri pada Pria Dewasa Awal*. 1–13.
- Putri, I. A. K., & Tobing, D. H. (2016). Gambaran penerimaan diri pada perempuan Bali pengidap HIV-AIDS. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3(9), 395–406.
- Putri, R. K., & Kunci, K. (2018). *Meningkatkan self-acceptance ( penerimaan diri ) dengan Konseling Realita berbasis Budaya Jawa*. 2(1), 118–128.
- Qonita, R., & Dahlia, D. (2019). Hubungan Penerimaan Diri Dengan Harga Diri Pada Pengemis Di Kota Banda Aceh. *Seurune Jurnal Psikologi Unsyiah*, 2(1), 33–49. <https://doi.org/10.24815/s-jpu.v2i1.13271>
- Rahayu, S. A. K., & Wiryosutomo, H. W. (2021). Studi Kepustakaan Efektivitas Teknik Relaksasi Guna Mengurangi Kecemasan Pada Usia Dewasa Awal di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Mahasiswa Bimbingan Konseling UNESA*, 12(2), 10–21. <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/36430>
- Rakasiwi, G. A. (2021). Penerimaan Diri Pada Perempuan Dengan HIV/AIDS (PDHA). *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8, No. 9, 24–37.
- Ramadhan, Rio F. & Ardias, W. S. (2019). Konstrual Diri (Self Construal) Remaja Yang Mengalami Kematian Orang Tua. *Al-Qalb : Jurnal Psikologi Islam*, 10(1), 79–90. <https://doi.org/10.15548/alqalb.v10i1.831>
- Ridlo, I. A. (2020). Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental Pandemi COVID-19 dan Tantangan Kebijakan Kesehatan Mental di Indonesia. *Departemen Administrasi Dan Kebijakan Kesehatan, Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga*, 155–164. <https://doi.org/10.20473/jpkm.v5i12020.155-164>
- Syafitasari, J., Djannah, S. N., Rosida, L., & Hakimi, H. (2020). Gambaran Penerimaan Diri Pada Orang Dengan Hiv/Aids (Odha) Di Yayasan Victory Plus Yogyakarta (Studi Fenomenologi). *Jurnal Media Kesehatan*, 13(1), 30–39. <https://doi.org/10.33088/jmk.v13i1.471>



- Tabi'in, A. (2020). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat(Phbs) Pada Anak Usia Dini Sebagai Upaya Pencegahan Covid 19. *JEA (Jurnal Edukasi AUD)*, 6(1), 58. <https://doi.org/10.18592/jea.v6i1.3620>
- Tashandra, N. (2020, February 18). *Mengatasi Kesedihan dan Depresi Setelah Kematian Orang Tercinta*. Kompas. <https://lifestyle.kompas.com/read/2020/02/18/161044120/mengatasi-kesedihan-dan-depresi-setelah-kematian-orang-tercinta?page=all>
- Utami, Y. P. D., Pinzon, R. T., & Meliala, A. (2021). Evaluasi Kesiapan Rumah Sakit Menghadapi Bencana Non-Alam: Studi Kasus COVID-19 di Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta. *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia: JKKI*, 10(2), 100–106. <https://journal.ugm.ac.id/jkki/article/view/61686>
- Vasty, C. (2021). Motivasi Belajar Remaja yang Mengalami Kematian Orang Tua. *Journal of Psychological Perspective*, 3(1), 7–15. <https://doi.org/10.47679/jopp.31962021>
- Wahyudhi, Q. I., Winarsunu, T., & Amalia, S. (2019). Kematangan sosial dan problem focused coping pada laki-laki usia dewasa awal. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 7(1), 52. <https://doi.org/10.22219/jipt.v7i1.7835>
- Yulianti Dwi Astuti. (2021). *Regulasi Emosi Remaja Putri yang Kehilangan Ayah Karena Kematian*. 4, 11–20.