

**HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN  
KEBERMAKNAAN HIDUP PADA PENYANDANG TUNANETRA  
ANGGOTA KOMUNITAS SAHABAT MATA SEMARANG**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna  
Memperoleh Gelar Strata (S-1) Psikologi (S. Psi)



**Diajukan Oleh:**

**CROSSITA NABILA SHOFIEFANY**

**NIM. 1807016155**

**PRODI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
SEMARANG**

**2022**

## LEMBAR PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
JURUSAN PSIKOLOGI  
Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

### PENGESAHAN

Naskah skripsi berikut ini:

Judul : HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN KERBERMAKNAAN  
HIDUP PADA PENYANDANG TUNANETRA ANGGOTA KOMUNITAS  
SAHABAT MATA SEMARANG

Nama : Crossita Sabila ShofieFany

NIM : 1807016155

Jurusan : Psikologi

Telah diajukan dalam sidang munaqabah oleh dosen pengaji Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN  
Walisongo Semarang dan dapat diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana dalam  
Bidang Psikologi.

Semarang, 6 Juli 2022

### DEWAN PENGUJI

Penguji I

Wening Wihartati, S. Psi., M. Si.  
NIP. 197711022006042004



Penguji II

Dewi Khurun Aini, S. Pd.L., M. A.  
NIP. 198605232018012002

Penguji III

Dr. Nikmah Rochmawati, M. Si.  
NIP. -

Penguji IV

Nadya Ariyani H. N., M. Psi., Psikolog  
NIP. 199211172019032019

Pembimbing I

Wening Wihartati, S. Psi., M. Si.  
NIP. 197711022006042004

Pembimbing II

Dewi Khurun Aini, S. Pd.L., M. A.  
NIP. 198605232018012002

**PERNYATAAN KEASLIAN**

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Crossita Nabila Shofiefany

NIM : 1807016155

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul :

**HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN  
KEBERMAKNAAN HIDUP PADA PENYANDANG TUNANETRA  
ANGGOTA KOMUNITAS SAHABAT MATA SEMARANG**

Secara keseluruhan merupakan hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali bagian tertentu yang dirujuk sumbernya.

Semarang, 20 Juni 2022

Pembuat Pernyataan



Crossita Nabila Shofiefany

NIM. 1807016155

## PERSETUJUAN PEMBIMBING



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

---

### PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.  
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan  
UIN Walisongo Semarang  
Di Semarang

*Assalamu'alaikum. wr. wb.*

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN KEBERMAKNAAN  
HIDUP PADA PENYANDANG TUNANETRA ANGGOTA KOMUNITAS  
SAHABAT MATA SEMARANG

Nama : Crossita Nabila Shofiefany  
NIM : 1807016155  
Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

*Wassalamu'alaikum. wr. wb.*

Mengetahui  
Pembimbing I,

Wening Wihartati, S.Psi., M.Si  
NIP 197711022006042004

Semarang, 16 Juni 2022  
Yang Bersangkutan

Crossita Nabila Shofiefany  
NIM 1807016155

## PERSETUJUAN PEMBIMBING



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

---

### PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.  
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan  
UIN Walisongo Semarang  
Di Semarang

*Assalamu'alaikum. wr. wb.*

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN KEBERMAKNAAN  
HIDUP PADA PENYANDANG TUNANETRA ANGGOTA KOMUNITAS  
SAHABAT MATA SEMARANG

Nama : Crossita Nabila Shofiefany  
NIM : 1807016155  
Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

*Wassalamu'alaikum. wr. wb.*

Mengetahui  
Pembimbing II,

Dewi Khurun Aini, S.Pd.I., M.A.  
NIP 198605232018012002

Semarang, 16 Juni 2022  
Yang Bersangkutan

Crossita Nabila Shofiefany  
NIM 1807016155

## KATA PENGANTAR

Segala puji syukur senantiasa terpanjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan segala rahmat dan karunianya kepada kita. Sholawat serta salam terhaturkan kepada Nabi Muhammad SAW. Semoga kelak kita mendapat syafaatnya di hari akhir. Aamiin

Alhamdulillahirobbil 'alamin.

Teriring syukur atas limpahan rahmat Allah SWT dan dukungan dari berbagai pihak yang membuat peneliti mampu menyelesaikan skripsi ini. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat dalam memperoleh gelar Sarjana (S1) dalam ilmu Psikologi (S.Psi) Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang.

Dalam proses penelitian skripsi ini tentunya jauh dari kata sempurna dan telah melewati banyak kendala serta memiliki banyak kekurangan. Namun hal tersebut dapat terselesaikan dengan baik dikarenakan bantuan dari dosen pembimbing dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti haturkan terima kasih sebanyak-banyaknya kepada:

1. Allah SWT atas segala rahmat, nikmat, dan karunia-Nya yang telah diberikan kepada hamba-Nya sehingga tugas akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.
2. Prof. Dr. KH. Imam Taufiq, M.Ag selaku Rektor UIN Walisongo Semarang beserta jajarannya.
3. Ibu Wening Wihartati, S.Psi., M.Si., selaku dosen pembimbing I dan Ibu Dewi Khurun Aini, S.Pd.I., M.A selaku dosen pembimbing II sekaligus dosen wali yang telah memberikan bimbingan, dukungan, arahan, dan penguatan selama proses penyusunan skripsi berlangsung.
4. Jajaran dosen Fakultas Psikologi & Kesehatan UIN Walisongo yang telah dengan ikhlas memberikan ilmu dan bimbingan selama masa perkuliahan.
5. Seluruh civitas akademik Fakultas Psikologi & Kesehatan UIN Walisongo yang telah memberikan pelayanan dan fasilitas sebaik mungkin.
6. Keluarga tercinta, kedua orang tua saya Ibu Saida Umiyati dan Alm. Bapak Ahmad Daerobi, adik saya Queenza.
7. Pak Basuki, Mas Andhi, dan seluruh anggota Komunitas Sahabat Mata Semarang.

8. Sahabat saya, Nadia Putri Anggraini dan Fa'ilatul Hasanah.
9. Coldiac.
10. Teman-teman PsychoD 2018 yang telah kebersamai selama masa perkuliahan.
11. Kepada semua pihak yang namanya tidak dapat disebutkan satu persatu.

Semarang, 20 Juni 2022

Pembuat Pernyataan



Crossita Nabila Shofiefany

NIM. 1807016155

## PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada :

1. Ibu Wening Wihartati, S.Psi., M.Si., selaku dosen pembimbing I dan Ibu Dewi Khurun Aini, S.Pd.I., M.A selaku dosen pembimbing II sekaligus dosen wali yang telah memberikan bimbingan, dukungan, arahan, dan penguatan selama proses studi berlangsung.
2. Kedua orang tua saya, Ibu Saida Umiyati dan Alm. Bapak Ahmad Daerobi
3. Komunitas Sahabat Mata Semarang.
4. Seluruh pihak yang tidak dapat peneliti sebut satu persatu dan telah memberikan kontribusi serta dukungan dalam proses penyelesaian skripsi ini.

Akhir kata, peneliti mengucapkan terima kasih dan besar harapan skripsi ini dapat bermanfaat serta berguna bagi banyak orang.

Semarang, 20 Juni 2022

Pembuat Pernyataan



Crossita Nabila Shofiefany

NIM. 1807016155



**MOTTO**

*“Hidup adalah pembelajaran tiada henti”*

## DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN .....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN .....	iii
PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	iv
MOTTO .....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK.....	xv
<b>BAB I : PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	5
E. Keaslian Penelitian.....	6
<b>BAB II : LANDASAN TEORI.....</b>	<b>8</b>
A. Konseptualisasi Variabel Kebermaknaan Hidup .....	8
1. Definisi Kebermaknaan Hidup.....	8
2. Aspek-Aspek Kebermaknaan Hidup.....	10
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebermaknaan Hidup .....	13
4. Kebermaknaan Hidup dalam Perspektif Islam.....	16
B. Konseptualisasi Variabel Penerimaan Diri .....	17
1. Definisi Penerimaan Diri.....	17
2. Aspek-Aspek Penerimaan Diri.....	18
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penerimaan Diri .....	19
4. Penerimaan Diri dalam Perspektif Islam.....	21
C. Hubungan Antara Penerimaan Diri dengan Kebermaknaan Hidup .....	22
D. Hipotesis .....	24
<b>BAB III : METODOLOGI PENELITIAN.....</b>	<b>25</b>
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian .....	25
B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	25

1. Variabel Penelitian .....	25
2. Definisi Operasional.....	26
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	27
1. Tempat Penelitian.....	27
2. Waktu Penelitian .....	27
D. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling .....	27
1. Populasi dan Sampel .....	27
2. Teknik Sampling .....	28
E. Teknik Pengumpulan Data.....	28
F. Validitas dan Reliabilitas .....	32
1. Validitas .....	32
2. Reliabilitas.....	38
G. Teknik Analisis Data.....	39
1. Uji Asumsi.....	39
2. Uji Hipotesis.....	39
<b>BAB IV : PEMBAHASAN .....</b>	<b>41</b>
A. Hasil Penelitian .....	41
1. Deskripsi Subjek .....	41
2. Kategorisasi Variabel Penelitian .....	43
B. Hasil Uji Asumsi.....	45
1. Uji Normalitas .....	45
2. Uji Linieritas .....	46
C. Hasil Analisis Data .....	46
D. Pembahasan.....	47
<b>BAB V : PENUTUP .....</b>	<b>52</b>
A. Kesimpulan .....	52
B. Saran .....	52
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>86</b>

**DAFTAR TABEL**

Tabel 3. 1 Skala Likert.....	29
Tabel 3. 2 Blueprint Kebermaknaan Hidup .....	29
Tabel 3. 3 Blueprint Penerimaan Diri .....	31
Tabel 3. 4 Blueprint Skala Kebermaknaan Hidup Pasca Uji Validitas.....	34
Tabel 3. 5 Blueprint Skala Penerimaan Diri Pasca Uji Validitas.....	36
Tabel 3. 6 Interpretasi Nilai (r) Reliabilitas Instrumen .....	38
Tabel 3. 7 Reliabilitas Skala Kebermaknaan Hidup .....	38
Tabel 3. 8 Reliabilitas Skala Penerimaan Diri .....	38
Tabel 3. 9 Kriteria Koefisien Korelasi .....	40
Tabel 4. 1 Kategorisasi Rentang Usia Anggota Komunitas.....	42
Tabel 4. 2 Deskripsi Data Kebermaknaan Hidup dan Penerimaan Diri .....	43
Tabel 4. 3 Kategorisasi Skor Variabel Penerimaan Diri.....	43
Tabel 4. 4 Distribusi Penerimaan Diri .....	44
Tabel 4. 5 Kategorisasi Skor Variabel Kebermaknaan Hidup .....	44
Tabel 4. 6 Distribusi Kebermaknaan Hidup.....	45
Tabel 4. 7 Hasil Uji Normalitas Dengan Teknik Kolmogorov-Smirnov .....	45
Tabel 4. 8 Uji Linieritas Penerimaan Diri dengan Kebermaknaan Hidup .....	46
Tabel 4. 9 Uji Hipotesis Penerimaan Diri dengan Kebermaknaan Hidup .....	47

**DAFTAR GAMBAR**

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir Penelitian.....	24
Gambar 4. 1 Persentase Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin .....	41
Gambar 4. 2 Persentase Subjek Berdasarkan Kategori Usia .....	42

**DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 <i>Blueprint</i> Penelitian .....	59
Lampiran 2 Skala Penelitian .....	67
Lampiran 3 Uji Validitas dan Reliabilitas.....	75
Lampiran 4 Deskriptif Data .....	82
Lampiran 5 Uji Asumsi dan Uji Hipotesis.....	84
Lampiran 6 Dokumentasi.....	85

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-ACCEPTANCE WITH THE  
MEANING IN LIFE OF THE VISUALLY IMPAIRED PEOPLE  
MEMBERS OF KOMUNITAS SAHABAT MATA SEMARANG**

CROSSITA NABILA SHOFIEFANY

**ABSTRACT**

***Abstract:***

*The meaning in life for people with visual impairments is influenced by several factors, one of which is the process of self-acceptance. This study aims to empirically test the relationship between self-acceptance and the meaning in life of people with visual impairments who are members of Komunitas Sahabat Mata Semarang. The hypothesis proposed in this study is that there is a correlation between self-acceptance and the meaning in life of people with visual impairments who are members of Komunitas Sahabat Mata Semarang. The study population was 43 people, the total of which was used as a research sample using saturated sampling techniques. The measuring instruments used in the study are the scale of self-acceptance and the scale of meaning in life. The results showed that there was a relationship between self-acceptance and the meaning in life of people with visual impairments who are members of Komunitas Sahabat Mata Semarang with a significance value of 0.001 with a correlation coefficient value of 0.408 which means it is in the moderate category.*

***Keywords:*** *self-acceptance, meaning in life*

**Abstrak:**

Hidup yang bermakna bagi penyandang tunanetra dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah proses penerimaan diri. Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup pada penyandang tunanetra anggota Komunitas Sahabat Mata Semarang. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah adanya korelasi antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup pada penyandang tunanetra anggota Komunitas Sahabat Mata Semarang. Populasi penelitian berjumlah 43 orang yang total keseluruhan dijadikan sampel penelitian dengan menggunakan teknik sampling jenuh. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian adalah skala penerimaan diri dan skala kebermaknaan hidup. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup pada penyandang tunanetra anggota Komunitas Sahabat Mata Semarang dengan nilai signifikansi sebesar 0,001 dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,408 yang berarti berada pada kategori sedang.

**Kata kunci:** penerimaan diri, kebermaknaan hidup

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Penyandang disabilitas merupakan orang dengan keterbatasan fisik atau mental yang mengalami hambatan dalam melakukan kegiatan dasar sehari-hari. Stigma masyarakat pada umumnya melabeli penyandang disabilitas sebagai pribadi dengan keterbatasan dengan penilaian subjektif dalam konteks yang negatif (Yusuf, 2015:23). Tak jarang penyandang disabilitas ditempatkan pada hierarki menengah ke bawah dikarenakan memiliki kemampuan fisik dan mentalitas yang dianggap lebih rendah dibandingkan orang normal pada umumnya. Stigma masyarakat turut andil besar dalam memberikan dampak berupa gambaran atas kekurangan yang dimiliki para penyandang sebagai suatu hal yang bersifat negatif. Hal ini dapat menjadi salah satu penyebab kesulitan para penyandang disabilitas dalam menerima kondisi dirinya.

Menurut data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2017, jumlah penyandang disabilitas tunanetra di Indonesia mencapai 1,5% dari total sekitar 250 juta penduduk. Sekitar tiga juta lebih penduduk Indonesia merupakan penyandang disabilitas netra, baik dalam kategori tunanetra total maupun lemah penglihatan (*low vision*) (Persatuan Tunanetra Indonesia, 2017). Disabilitas netra adalah orang yang memiliki kerusakan pada indera penglihatan yang menyebabkan kurang atau tidak berfungsinya indera penglihatan secara maksimal (Rahmah, 2019:2). Istilah tunanetra bukan hanya merujuk pada seseorang yang mengalami kebutaan total, melainkan juga pada individu yang memiliki kemampuan penglihatan yang terbatas, seperti setengah melihat dan rabun (*low vision*).

Keterbatasan yang dimiliki para penyandang tunanetra berpengaruh terhadap kondisi fisik maupun mental, misalnya perasaan tidak percaya diri atas kondisi fisik yang dimiliki, takut, dan meragukan potensi yang dimiliki (Rahmah, 2019:2). Penyandang tunanetra dihadapkan pada masalah dengan keterbatasan dalam hal penglihatan, yang mana hal ini dapat menjadi salah satu hambatan yang berujung pada keyakinan bahwa mereka tidak berharga dan tidak berguna dalam



hidup (Mony dkk., 2021:320). Konflik intrapersonal tersebut menjadi problematika yang harus dihadapi oleh para penyandang tunanetra. Kegagalan individu dalam menemukan esensi kehidupan berpotensi mendatangkan kecemasan dan konflik lainnya yang dapat mengancam kebermaknaan hidup (Sumanto, 2006:115).

Krisis kebermaknaan hidup umumnya ditemui setelah mengalami sebuah peristiwa kehilangan atau peristiwa lain yang beresiko mengguncang kondisi psikis. Orang dengan keterbatasan kondisi fisik maupun mental memiliki kecenderungan dalam melabeli bahwa dirinya berbeda dari orang lain. Reaksi terhadap kondisi diri maupun lingkungan akan berdampak dalam proses pencarian makna hidup yang berbeda pada setiap orang (Puspasari & Alfian, 2012:152). Menurut Koeswara (dalam Puspasari & Alfian, 2012:152), makna dapat diungkap atau ditemukan dalam setiap situasi atau kejadian dalam hidup yang hadir sebagai sebuah tantangan bagi individu. Kebermaknaan hidup tidak datang dengan sendirinya, melainkan datang melalui beberapa fase hidup yang telah dilewati.

Frankl (2006:135) menyebutkan bahwa kebermaknaan hidup tidak didapat dengan diciptakan melainkan ditemukan. Kebermaknaan hidup dapat menjadikan seseorang berkomitmen dalam menjalani hidup. Keinginan untuk menjadi orang yang berharga dan bermanfaat untuk lingkungan akan mendorong seseorang dalam mewujudkan kebermaknaan hidup (Arista, 2017:377). Jika melewati masa krisis, orang yang memaknai hidup akan cenderung lebih tabah dan dapat mengambil pesan positif dari setiap kejadian (Bahkrudinsyah, 2016:50). Makna hidup dianggap sebagai sebuah pengalaman yang berharga, khas, dan layak dijadikan sebagai tujuan utama dalam hidup (Bastaman, 2020:38). Keinginan untuk hidup bermakna mendorong manusia untuk melakukan upaya-upaya dalam menemukan makna tersebut. Apabila makna tersebut berhasil dipenuhi, efek yang didapat adalah perasaan berharga dan berarti (*meaningful*). Sebaliknya, apabila makna tersebut tidak berhasil ditemukan atau dipenuhi akan menyebabkan perasaan tidak bermakna (*meaningless*).

Kondisi kebermaknaan hidup seseorang dapat dipengaruhi oleh berbagai hal. Menurut Bastaman (2020:47) terdapat tiga faktor utama yang mempengaruhi kebermaknaan hidup yaitu nilai kreatif yang merupakan nilai yang diperoleh dari

proses kegiatan berkarya atau bekerja. Kemudian terdapat nilai penghayatan yang merupakan faktor dimana kebermaknaan hidup dapat ditemui dari pengalaman-pengalaman positif seperti mendapatkan cinta dan dukungan sosial dari orang terdekat. Kemudian faktor lain yang dapat mempengaruhi kebermaknaan hidup adalah nilai sikap yang berkaitan dengan kemampuan individu dalam menerima diri dan situasi ataupun peristiwa yang tidak dapat diubah.

Peneliti telah melakukan pra riset dalam bentuk wawancara pada beberapa anggota komunitas. Pada tanggal 16 Agustus 2021 dengan empat anggota komunitas berinisial A, T, L, dan F, diperoleh temuan sebagai berikut:

A (28 tahun) merupakan penyandang tunanetra *low vision* yang memiliki kesulitan penglihatan. Sekarang A merupakan mahasiswa aktif di UIN Walisongo Semarang. Menjadi mahasiswa dengan keterbatasan penglihatan membuat A pada awalnya cukup kesulitan dalam beradaptasi, terlebih ketika menggunakan layanan transportasi umum ketika hendak berangkat ke kampus, kesulitan dalam mengikuti pembelajaran tatap muka di kelas maupun *online* selama pandemi. A mengaku bukan hal yang mudah untuk menerima kondisinya karena bukan merupakan tunanetra sejak lahir. Sementara itu, T (23 tahun) merupakan tunanetra total yang baru saja menyelesaikan studi pendidikan S1 di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Dalam beberapa bulan terakhir, T belum lama ini bergabung dengan Komunitas Sahabat Mata. Dengan keterbatasan yang dialami, T mengaku merasa minder, takut mengambil resiko, serta kerap kesulitan dalam menentukan keputusan.

Subjek L (20 tahun) dan F (17 tahun) yang belum lama ini bergabung dengan Komunitas Sahabat Mata juga merasakan hal yang sama. Keduanya masih dalam tahap beradaptasi dengan lingkungan baru. Subjek L merupakan tunanetra total sejak kecil dikarenakan sakit. Dalam proses wawancara, L bersikap sangat tertutup dan enggan menjawab pertanyaan yang diajukan oleh peneliti. L hanya mengaku bahwa keterbatasan yang dimiliki sulit untuk diterima. Sementara itu, F menceritakan pengalaman dan masa pertumbuhannya menjadi penyandang tunanetra sejak lahir dan selama masa sulit yang pernah dialami. Dari hasil wawancara, didapati beragam jawaban yang mengerucut pada inti yang sama. Para anggota komunitas yang notabennya merupakan tunanetra, baik *low vision* maupun tunanetra total mengalami masa sulit ketika dihadapkan

dengan kondisi penglihatan yang kurang atau tidak awas. Para subjek dalam proses wawancara mengaku menghadapi masa krisis dan merasakan dampak yang berbeda, seperti mendapat stigma negatif, minder, terpuruk, malu, merasa tak berdaya, kerap dikasihani, merasa bahwa hidup tidak adil, dan mengalami kendala dalam bersosialisasi dikarenakan keterbatasan yang dimiliki. Anggota Komunitas Sahabat Mata (KSM) Semarang berada pada rentang usia remaja hingga dewasa tengah dengan berbagai latar belakang. Dengan keterbatasan yang dimiliki membuat para anggota harus menyesuaikan diri dalam melakukan aktivitas maupun pekerjaan sehari-hari.

Makna hidup dirasa sangat penting bagi penyandang tunanetra dikarenakan dengan keterbatasan penglihatan yang dimiliki, para penyandang mengalami beberapa kesulitan dan masa krisis dalam hidup yang berbeda-beda. Dilihat dari beberapa faktor di atas salah satunya adalah nilai sikap yang berkaitan dengan kemampuan individu dalam menerima diri serta peristiwa yang tidak dapat terelakkan lagi. Penerimaan diri merupakan suatu kemampuan yang dimiliki individu dalam menerima dirinya secara utuh, baik berupa kekurangan maupun kelebihan yang melekat pada dirinya. Sehingga individu dapat tetap berpikir secara logis ketika dihadapkan dengan situasi atau peristiwa yang kurang menyenangkan. Penerimaan diri diharapkan dapat menjadikan penyandang tunanetra mampu berdamai dengan kondisi dirinya dan menjadikan kehidupan menjadi lebih bermakna.

Penerimaan diri didefinisikan sebagai bentuk penegasan atas sikap menerima diri, terlepas dari kelemahan dan kelebihan yang melekat pada diri seseorang. Coleridge (1997:39) mendefinisikan penerimaan diri sebagai sikap positif sebagai wujud menerima diri dan tidak membuat harga diri menjadi menurun, bahkan dapat meningkat. Arista (2017:366) mengemukakan bahwa penerimaan diri dapat dicapai apabila individu berhenti melontarkan kritik negatif terhadap diri sendiri dan berusaha menerima kondisi dirinya. Artinya seseorang dapat memberikan toleransi bahwa tidak masalah untuk menjadi pribadi yang tidak sempurna. Dalam proses pencarian dan pencapaian hidup yang bermakna, individu perlu dihadapkan dan melewati beberapa fase seperti fase penderitaan, fase penerimaan diri, fase penemuan makna, fase realisasi makna, dan fase penghargaan atas makna. Berdasarkan penjelasan di atas, terlihat letak pentingnya penerimaan diri pada penyandang tunanetra dalam menerima kondisi

diri dan situasi yang dialami agar dapat menjalani hidup dengan bermakna. Penerimaan diri menjadi gerbang awal bagi penyandang tunanetra dalam menerima dan berdamai dengan diri sendiri sebelum akhirnya berhasil berdamai dengan kondisi yang menyimpannya.

Dari uraian latar belakang dan urgensi permasalahan yang telah dijabarkan di atas, peneliti ingin mengkaji lebih dalam mengenai penerimaan diri dan kebermaknaan hidup dengan latar belakang subjek yang merupakan tunanetra anggota Komunitas Sahabat Mata. Sehingga dalam penelitian ini, peneliti mengangkat judul “Hubungan Antara Penerimaan Diri dengan Kebermaknaan Hidup Pada Penyandang Tunanetra Anggota Komunitas Sahabat Mata Semarang”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, maka muncul permasalahan penelitian yaitu, apakah terdapat hubungan antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup pada penyandang tunanetra anggota Komunitas Sahabat Mata Semarang?

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji secara empiris mengenai hubungan antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup pada penyandang tunanetra anggota Komunitas Sahabat Mata Semarang.

## **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat dari penelitian ini adalah:

### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai hubungan antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup pada penyandang tunanetra anggota Komunitas Sahabat Mata Semarang. Selain itu, diharapkan penelitian ini dapat memberikan sumbangsih dalam mempelajari kajian mengenai ilmu psikologi, utamanya pembahasan mengenai penerimaan diri dan kebermaknaan hidup. Diharapkan hasil penelitian ini dapat membantu munculnya penelitian-penelitian lebih lanjut mengenai hubungan antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Pihak Komunitas

Memberikan pemahaman bagi para pengurus dan juga relawan Komunitas Sahabat Mata Semarang tentang hubungan antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup, sehingga dapat memahami cara yang tepat dalam memberikan arahan serta bimbingan terhadap anggota komunitas dalam memaknai hidup disebabkan oleh kesulitan dalam proses penerimaan diri yang dimiliki. Harapannya penelitian ini dapat memberikan sumbangsih terkait dengan masalah penerimaan diri dan kebermaknaan hidup pada anggota komunitas.

### b. Bagi Anggota Komunitas

Memberikan pemahaman bagi para anggota Komunitas Sahabat Mata Semarang tentang hubungan antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup. Sehingga anggota komunitas dapat memiliki penerimaan diri yang baik, terlepas dari kelebihan dan kekurangan yang dimiliki sebagai salah satu upaya dalam memaknai hidup secara utuh.

## **E. Keaslian Penelitian**

Terdapat beberapa penelitian yang sebelumnya telah meneliti tentang kebermaknaan hidup, diantaranya adalah:

1. Penelitian milik Kurniawan (2017) tentang “Hubungan Penerimaan Diri dengan Kebermaknaan Hidup Pada Lansia”. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif dengan subjek penelitian merupakan lansia di sekitar kelurahan Nginden Jangkungan sejumlah 75 orang. Temuan ini mengungkapkan adanya hubungan positif yang cukup substansial dan signifikan antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup. Hal ini menunjukkan bahwa lansia yang memiliki penerimaan diri yang tinggi akan memiliki kebermaknaan hidup yang tinggi pula.
2. Penelitian milik Sari dan Purwaningsih (2012) tentang “Hubungan Kebermaknaan Hidup dengan Penerimaan Diri pada Kaum Waria di Yogyakarta” dengan subjek 70 waria di Lembaga Swadaya Masyarakat “Kebaya” Yogyakarta. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif korelasional dan menunjukkan hasil berupa hubungan positif

antara kebermaknaan hidup dan penerimaan diri. Artinya, semakin tinggi kebermaknaan hidup yang dimiliki maka semakin tinggi pula penerimaan dirinya.

3. Penelitian milik Megasari (2016) tentang “Hubungan Penerimaan Diri dengan Kebermaknaan Hidup Pada Remaja Tuna Daksa” dengan 42 subjek remaja tuna daksa yang berada di BBRSD Prof. Dr. Soeharso Surakarta dengan menggunakan metode kuantitatif korelasional. Hasil penelitian menunjukkan adanya korelasi positif antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup pada remaja tuna daksa. Maka, semakin tinggi penerimaan diri, semakin tinggi pula kebermaknaan hidup.

Ditinjau dari beberapa penelitian terdahulu yang tercantum di atas, terdapat beberapa perbedaan seperti lokasi dan subjek penelitian walaupun variabel yang digunakan sama. Perbedaan kondisi subjek dan lokasi penelitian dapat mempengaruhi dinamika psikologis individu. Karena urgensi masalah tersebut untuk diteliti kembali, maka peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian berjudul “Hubungan Antara Penerimaan Diri dengan Kebermaknaan Hidup Pada Penyandang Tunanetra Anggota Komunitas Sahabat Mata Semarang.

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Konseptualisasi Variabel Kebermaknaan Hidup

##### 1. Definisi Kebermaknaan Hidup

Menurut Chaplin (2011:292), makna merupakan sesuatu yang berarti, diharapkan, dan memiliki signifikansi tertentu dalam hidup seseorang. Makna mengidentifikasi frasa yang dianggap signifikan dan khas yang berarti bagi kehidupan seseorang. Kebermaknaan hidup merupakan konsep yang dianggap penting, berharga, dan memberikan makna khusus bagi seseorang sehingga layak dijadikan sebagai sebuah tujuan hidup (Susanti & Yusuf, 2019:803). Menurut Frankl (2006:133), kebermaknaan hidup merupakan ekspresi dari penghayatan individu terhadap eksistensi dirinya, memuat unsur-unsur yang dianggap penting, berharga, serta dapat memberikan makna khusus yang menjadi tujuan hidup.

Makna hidup dimanifestasikan dalam bentuk perasaan berharga dan masuk akal, kepuasan, serta dalam bentuk tujuan hidup dalam diri seseorang (Bahkrudinsyah, 2016:50). Definisi ini selaras dengan yang dikemukakan oleh Bukhori (2012:5) bahwa makna hidup dinilai berdasarkan pada standar yang dimiliki setiap orang terhadap eksistensi dirinya, berupa hal-hal penting yang dapat menghadirkan kebahagiaan dan perasaan berharga bagi dirinya, serta nilai yang dianggap benar oleh individu yang memberikan arti atau makna khusus dan menjadi tujuan hidup seseorang. Maka hidup sendiri bersifat personal, temporer, unik, dan dinamis karena dapat berubah (Bukhori, 2006:96). Dengan demikian, makna hidup merupakan sesuatu yang bermakna, benar, berharga, dan menjadi sesuatu yang khas bagi seseorang dan layak untuk dijadikan sebagai tujuan hidup (Bastaman, 2020:38).

Makna hidup menjadi sesuatu yang dianggap penting, berharga, serta dipercayai sebagai suatu nilai yang benar dan patut menjadi tujuan hidup. Hal ini dimaksudkan sebagai wujud pemenuhan diri atas makna dalam perjalanan hidup (Puspasari & Alfian, 2012:153). Kebermaknaan hidup merupakan

faktor yang menjadikan manusia dapat berkomitmen dalam menjalani hidup (Arista, 2017:368). Dengan kata lain, hidup berawal dari alasan mengapa seseorang terus bertahan hidup. Makna hidup merupakan hal yang amat berharga dan penting, yang mana apabila terpenuhi akan menimbulkan perasaan berarti dan menumbuhkan rasa bahagia (Bastaman, 2020:45).

Setiap orang memiliki hasrat untuk mencapai hidup yang bermakna (*the will to meaning*) yang jika dipenuhi akan menumbuhkan perasaan puas atas hidup yang bermanfaat, berharga, dan penuh arti. Sementara sebaliknya, apabila makna hidup tidak terpenuhi maka akan muncul perasaan tidak bermakna. Makna hidup merupakan sumber daya psikologis yang dapat muncul selama masa-masa sulit, namun juga dapat muncul dalam kondisi apa pun (Hicks & King, 2009:640). Makna hidup dapat ditemui dalam setiap situasi, sekalipun dalam bentuk penderitaan atau kejadian menyedihkan (Bastaman, 2020:38). Hicks & King (2009:639) mengatakan bahwa makna hidup memang sering menjadi hal yang dipertanyakan eksistensinya ketika manusia berada dalam situasi sulit, namun begitu pada dasarnya individu memiliki intuisi yang menjadi pengarah dalam menentukan makna hidup yang sesungguhnya. Kondisi yang mendesak atau sulit secara alami memiliki pengaruh kuat terhadap pencapaian makna hidup seseorang.

Makna hidup dapat ditemui dalam setiap kejadian dalam hidup, walaupun kenyataannya tidak mudah untuk ditemukan dan sering kali hadir dalam bentuk yang tersirat. Dengan kata lain, makna hidup bukanlah sebuah destinasi dalam perjalanan hidup melainkan proses dalam menjalani hidup itu sendiri (Puspasari & Alfian, 2012:153). Karena pada dasarnya makna hidup melekat dalam setiap momen kehidupan (Bastaman, 2020:38). Makna hidup merupakan sumber daya psikologis yang tidak hanya muncul selama masa-masa sulit namun juga dapat muncul setiap hari di kondisi apa pun (Hicks & King, 2009:640). Semua tergantung pada bagaimana reaksi individu dalam menerima dan memaknai peristiwa dalam hidup. Jika makna hidup tidak dicari, maka akan ada kecenderungan individu mengalami *vacuum existential* atau *meaninglessness* (Sujoko & Khasan, 2017:58).



Seseorang yang menghayati hidupnya sebagai sebuah perjalanan yang bermakna akan menjalani hidup dengan penuh semangat, terarah pada tujuan, menjadi pribadi yang adaptif dan luwes dalam bergaul dengan tetap memegang teguh nilai diri yang dimiliki. Di sisi lain, apabila dihadapkan pada kondisi sulit atau buruk, orang yang memaknai hidup akan cenderung lebih tabah dan dapat mengambil pesan positif dari kejadian tersebut (Bahkruddinsyah, 2016:50). Keinginan untuk menjadi orang yang berharga dan bermanfaat untuk lingkungan akan mendorong seseorang dalam mewujudkan kebermaknaan hidup (Arista, 2017:377). Pada dasarnya setiap peristiwa dalam hidup seseorang memiliki makna yang terkandung di dalamnya yang perlu ditemukan sebagai bentuk penemuan atas eksistensi manusia (Fridayanti, 2013:190).

Berdasarkan berbagai perspektif ahli, maka dapat disimpulkan bahwa kebermaknaan hidup merupakan bentuk penghayatan atas eksistensi diri individu yang dimanifestasikan dalam sikap menerima segala keadaan, termasuk dalam kondisi menderita serta munculnya perasaan puas, merasa berharga, dan adanya tujuan dalam menjalani hidup yang apabila terpenuhi akan memunculkan perasaan bahagia. Kebermaknaan hidup muncul secara tersirat dan berasal dari berbagai peristiwa hidup, termasuk dalam kondisi sulit.

## 2. Aspek-Aspek Kebermaknaan Hidup

Frankl (2006:121) menyebutkan tiga komponen dari kebermaknaan hidup yang berhubungan terkait satu sama lainnya, yaitu:

### a) Kebebasan Berkehendak (*The Freedom Of Will*)

Kebebasan kerap kali dipandang sebagai sesuatu yang mutlak dan tidak terbatas. Namun, konteks kebebasan yang dimaksud adalah kebebasan yang diimbangi dengan tanggung jawab untuk meraih kualitas kehidupan yang lebih baik (Bastaman, 2020:41). Manusia memiliki kebebasan sekaligus tanggung jawab pribadi dalam taraf tertentu untuk meraih makna serta tujuan hidupnya (Sujoko & Khasan, 2017:58).

Hal ini dimaksudkan agar individu senantiasa memiliki rasa tanggung jawab dan tidak sewenang-wenang. Sebagaimana manusia yang

memiliki keterbatasan, kebebasan yang dimiliki manusia juga memiliki batasan-batasan tertentu dalam aspek ragawi, jiwa, sosial budaya, dan religiusitas. Dengan demikian kebebasan berkehendak merupakan kebebasan yang dimiliki individu dalam menentukan sikap dan melaksanakan kegiatan yang bermanfaat dalam menunjang tujuan hidup yang dimiliki, dimana kebebasan yang dimiliki juga disertai dengan tanggung jawab.

b) Kehendak Hidup Bermakna (*The Will To Meaning*)

Frankl (2006:121) berpendapat bahwa tiap orang memiliki insting untuk menuju tingkat hidup yang bermakna dan individu perlu menemukan sumber kebermaknaan ini. Manusia memiliki keinginan untuk menjadi sosok yang berguna dan dihargai oleh dirinya dan orang lain. Hasrat ini merupakan motivasi utama yang melatar belakangi manusia dalam bertindak (Bastaman, 2020:38).

Manusia akan selalu mencari makna dalam setiap kegiatan yang dijalani, sehingga kehendak hidup bermakna akan selalu ada sebagai upaya dalam memenuhi kebutuhan akan makna hidup. Kehendak inilah yang akan menjadi motivasi bagi seseorang agar menjadi pribadi yang berharga dan berusaha memaknai hidup. Dengan kata lain, makna hidup dapat mendorong manusia untuk melakukan berbagai kegiatan yang dapat menjadi media untuk mencapai hidup yang berharga dan berarti.

c) Makna Hidup (*The Meaning Of Life*)

Makna hidup adalah sesuatu yang penting, berharga, dan sifatnya khas sehingga layak untuk dijadikan sebagai tujuan dalam hidup yang apabila dipenuhi akan menumbuhkan perasaan bahagia. Setiap situasi dalam hidup selalu mengandung makna yang tersirat, sekalipun dalam penderitaan atau situasi yang sulit (Bastaman, 2020:38).

Sementara itu, Battista dan Almond (1973:410) mengungkapkan bahwa apabila seseorang memiliki kehidupan bermakna akan cenderung terapkan dengan beberapa sikap seperti:

- a) Memperjuangkan (*commit*) terhadap beberapa konsep terkait kebermaknaan hidup
- b) Memiliki rencana konkrit dalam mencapai tujuan hidup
- c) Menyadari kondisi diri yang sedang berproses memenuhi tujuan hidup
- d) Menyadari adanya kesempatan (*fulfilment*) atas pengalaman emosi yang dapat mendatangkan kebermaknaan hidup

Bastaman (1996:45) merumuskan enam aspek yang mempengaruhi proses pencapaian makna hidup seseorang, yaitu:

- a) Pemahaman diri (*Self Insight*), merupakan keadaan yang menumbuhkan kesadaran individu tentang kondisi diri yang buruk yang disertai keinginan untuk membuat perubahan guna mengubah kondisi kearah yang lebih positif. Seseorang yang memahami dirinya sendiri akan bersikap dengan tepat dalam menyikapi peristiwa apapun.
- b) Makna hidup (*The Meaning of Life*), yakni nilai-nilai penting dan relevan bagi eksistensi pribadi seseorang. Nilai-nilai ini dianggap berfungsi sebagai pegangan atau tujuan hidup yang perlu untuk dipenuhi.
- c) Perubahan sikap (*Changing Attitude*) merupakan perubahan sikap negatif dan tidak tepat menjadi kemampuan untuk dapat bersikap secara positif dan tepat ketika mengambil keputusan dalam proses penyelesaian masalah.
- d) Keikatan diri (*Self Commitment*) merupakan sikap diri yang ditunjukkan sebagai bentuk dedikasi terhadap makna hidup yang ditemukan dan tujuan hidup yang telah ditetapkan. Komitmen diri akan membantu individu dalam menemukan makna hidup.
- e) Kegiatan terarah (*Directed Activities*) merupakan dedikasi diri yang diciptakan untuk membentuk potensi diri yang positif serta memanfaatkan relasi antar pribadi sebagai media penunjang dalam meraih makna dan tujuan hidup.

- f) Dukungan sosial (*Social Support*) merupakan bentuk dukungan yang diberikan oleh orang lain atau sekelompok orang terdekat yang sifatnya membangun dan diperlukan.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti menggunakan aspek-aspek kebermaknaan hidup yang dikemukakan oleh Bastaman (1996:45), yaitu pemahaman diri (*self insight*), makna hidup (*the meaning of life*), perubahan sikap (*changing attitude*), kegiatan terarah (*directed activities*), dan dukungan sosial (*social support*).

### 3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebermaknaan Hidup

Frankl (2006:88) mengemukakan tiga bidang potensial yang menjadi faktor sumber makna hidup. Nilai-nilai ini memungkinkan seseorang untuk menemukan makna hidup. Berikut ketiga nilai tersebut:

#### a) Nilai-nilai kreatif (*creative values*)

Nilai kreatif merupakan nilai yang memuat segala sesuatu yang dapat membuat hidup menjadi berharga dan berguna. Lingkup dari nilai kreatif sangat luas, beberapa bentuk dari nilai ini adalah bekerja, berkarya, menyalurkan potensi yang dimiliki, melakukan interaksi sosial, serta melaksanakan tugas dan kewajiban yang dimiliki dengan sebaik mungkin (Puspasari & Alfian, 2012:153). Bekerja bukan menjadi tujuan dalam mencapai hidup yang bermakna, melainkan sebagai media yang dapat memberikan peluang untuk meraih makna tersebut.

Kegiatan berkarya atau bekerja dapat memberikan makna tersendiri yang terletak pada dedikasi dan ketekunan yang menghasilkan karya-karya yang dapat memberikan makna. Mendalami *creative values* dapat membantu seseorang untuk lebih menekuni dan mencintai apa yang dilakukan. Pendalaman nilai ini dapat berarti sebagai sebuah kegiatan evaluasi pekerjaan yang dilakukan oleh individu sebagai sesuatu yang penting dan bermakna (Siahaan & Gatari, 2020:17). Berangkat dari hal tersebut seseorang dalam mendapat kesempatan untuk memaknai hidup.

#### b) Nilai-nilai penghayatan (*experiential values*)

Nilai penghayatan didapat dari lingkungan luar yang kemudian dihayati. Dengan kata lain, nilai ini dapat diperoleh dengan menerima apapun dengan penuh makna serta menghayatinya. Dalam menghayati

nilai ini berarti individu akan berusaha memahami dan menghayati berbagai nilai yang didapat dalam hidup. Nilai ini dapat dicapai apabila individu memiliki kemampuan yang baik dalam menerima diri, keyakinan diri, serta perasaan positif (Puspasari & Alfian, 2012:153). Bentuk dari nilai penghayatan sangat luas dan beragam karena didapat dari luar diri individu.

Keyakinan akan nilai-nilai ini diperoleh dari penghayatan atas nilai kebenaran, kebaikan, religiusitas, keindahan, dan cinta kasih yang didapat dari orang terdekat. Selaras dengan menghayati nilai cinta kasih dan dukungan dari sekitar, Krause (2007:458) berpendapat bahwa ketika individu menjadi bagian dari suatu kelompok, maka akan dengan mudah memperoleh makna dalam mendalami hidup dikarenakan individu mendapatkan dukungan dari orang-orang terdekat, baik dalam bentuk dukungan fisik maupun psikologis.

c) Nilai-nilai sikap (*attitudinal values*)

Nilai sikap direpresentasikan dalam bentuk penerimaan atas segala peristiwa sulit yang tidak mampu terelakkan lagi. Dalam situasi seperti ini, langkah yang dapat diambil adalah mengubah sikap dengan menerima peristiwa tragis. Dengan demikian, beban atas pengalaman tragis tersebut dapat berkurang. Nilai sikap dianggap paling tinggi karena jika individu memutuskan untuk merealisasikan nilai ini berarti individu telah menunjukkan kelegawaannya dalam menghadapi penderitaan atau peristiwa menyedihkan dalam hidup.

Realisasi dari nilai sikap tercermin dari perasaan ikhlas, bangga, optimis, serta dapat dengan positif mengambil hikmah dari setiap kejadian dalam hidup (Puspasari & Alfian, 2012:153). Peristiwa sulit atau penderitaan dapat mendatangkan makna apabila individu dapat menerima dan mengatasinya dengan baik. Dengan bersikap menerima dengan tabah atas semua peristiwa tragis yang sudah tidak dapat dielakkan lagi individu dapat mengambil makna dan hikmah.

Menurut Yalom (1980:443), kebermaknaan hidup berasal dari sumber makna tertentu yang memberikan jawaban pasti mengapa hidup seseorang menjadi bermakna. Frankl (2006:54) menyebutkan bahwa terdapat tiga nilai

kebermaknaan hidup yang saling terkait dan mempengaruhi, yakni sebagai berikut:

a) Kehidupan Keagamaan

Kehidupan keagamaan dapat menjadi salah satu sumber dalam menemukan makna hidup, namun tidak menutup kemungkinan bahwa kadang kala makna hidup juga dapat bersifat keduniawian. Pendapat bahwa kehidupan beragama dapat menjadi sumber makna hidup seseorang adalah dikarenakan seseorang yang memiliki kematangan dalam dimensi spiritual akan cenderung menempatkan agama sebagai sumber ajaran kebaikan. Dengan demikian, ajaran agama akan dijadikan individu sebagai tujuan untuk mencapai makna hidup.

b) Pekerjaan

Bekerja menjadi salah satu cara manusia untuk menemukan makna hidup. Makna hidup tak hanya berkaitan dengan pengalaman spiritual saja, melainkan juga dapat berkaitan dengan materi atau hal-hal duniawi. Bekerja dapat dimaknai sebagai kegiatan berkarya yang menjadi bentuk individu dalam menunjukkan eksistensinya. Dengan bekerja, seseorang dapat mencapai tujuan hidup yang dihayati dengan penuh makna. Dalam konteks makna hidup, bukan bekerja yang menjadi tujuan hidup melainkan sebagai media atau upaya dalam mencapai makna hidup.

c) Cinta Pada Sesama

Cinta dapat memberikan rasa aman dan berharga bagi manusia. Cinta dan kasih sayang dari orang terdekat dapat diproyeksikan dalam bentuk dukungan fisik dan psikis. Dengan demikian, seseorang dapat melihat nilai kehidupan dan menghayati perasaannya secara bermakna.

Menurut Putri (2018:35) terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi kebermaknaan hidup antara lain:

- a) Faktor Internal berupa temuan pribadi, perilaku yang baik positif, adaptif dengan lingkungan, pendalaman tri nilai, beribadah, dan kualitas diri seseorang.
- b) Faktor eksternal berupa materi, dukungan sosial, pekerjaan, dan orang-orang terdekat. Frankl (dalam Hayyu dkk., 2015:115) mengungkapkan

bahwa kebermaknaan hidup dapat dipengaruhi oleh faktor eksternal dalam wujud dukungan sosial yang berasal dari lingkungan sekitar individu. Dukungan sosial turut berkontribusi membantu individu dalam meningkatkan kebermaknaan hidup yang dimiliki. Gangguan hubungan sosial mengakibatkan menemukan kurang makna dalam hidup (Lambert dkk., 2013: 1419).

#### 4. Kebermaknaan Hidup dalam Perspektif Islam

Dalam pandangan Islam, hidup dipandang sebagai suatu perjalanan panjang dalam mencapai makna yang berkesinambungan antara hal duniawi dan ukhrawi. Dalam konteks memaknai hidup, Islam memberikan gambaran bahwa hidup yang bermakna merupakan hidup yang penuh arti dan dapat memberikan manfaat bagi sekitar (*anfa'uhum linnas*).

Allah berfirman dalam QS. Al-Hujurat Ayat 13:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا ۗ إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَىٰكُمْ ۗ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ

“Wahai manusia! Sungguh, Kami telah menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan, kemudian Kami jadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku agar kamu saling mengenal. Sesungguhnya yang paling mulia di antara kamu di sisi Allah ialah orang yang paling bertakwa. Sungguh, Allah Maha Mengetahui, Maha Teliti.” (Q.S. Al-Hujurat : 13)

Dijelaskan dalam Tafsir Al- Munir, ayat diatas menjelaskan tiga hal; persamaan, saling mengenal antar komunitas masyarakat, dan tolok ukur kemuliaan seseorang berdasarkan ketakwaan dan amal saleh. Ayat di atas berbicara tentang manusia yang tidak hanya terdiri dari berbagai bangsa dan suku, melainkan juga terdiri dari berbagai kondisi yang melekat dan menjadi sebuah identitas diri. Dengan saling melihat perbedaan tersebut, manusia akan belajar untuk memaknai hidup dan rasa syukur.

Dalam konteks kebermaknaan hidup kelompok tunanetra, hal ini selaras dengan dinamika sebuah kelompok yang di dalamnya terdapat para anggota yang saling mengenal satu sama lain. Orang-orang yang tergabung dalam sebuah kelompok akan cenderung lebih memahami kondisi satu sama

lain, yang mana hal tersebut dapat menjembatani seseorang dalam menggali makna yang dijadikan sebagai destinasi dalam sebuah perjalanan hidup.

## **B. Konseptualisasi Variabel Penerimaan Diri**

### **1. Definisi Penerimaan Diri**

Hurlock (1972:484) mendefinisikan penerimaan diri sebagai suatu kondisi dimana seseorang telah dengan baik menerima dan mempertimbangkan karakteristik diri yang dimiliki, serta mampu hidup dengan karakteristik tersebut, termasuk atas segala potensi maupun kelemahan yang dimiliki. Sikap ini tercermin dalam bentuk pengakuan karakteristik pribadi secara objektif yang difungsikan dengan baik (Mulyo Handayani dkk., 1998:48). Aderson (dalam Sugiarti, 2008:12) mengemukakan bahwa penerimaan diri tercermin dalam sikap menerima apa adanya segala kelebihan dan kekurangan yang dimiliki, serta membangun karakter yang menjadi dasar dalam pembentukan integritas diri.

Chaplin (2011:451) mengemukakan bahwa penerimaan diri merupakan sikap puas dengan diri sendiri, kualitas dan bakat sendiri, serta pengakuan atas keterbatasan yang dimiliki. Selain dapat menerima diri, Ryff (dalam Safarina & Maulayani, 2021:7) menambahkan bahwa seseorang yang mampu menerima dirinya berarti dapat memperlakukan dirinya dengan positif serta menghormati diri sendiri dan memfungsikan diri sebagai manusia yang utuh. Sementara itu, Supratiknya (1997:87) mendefinisikan penerimaan diri sebagai derajat perasaan tertinggi dalam bentuk penghargaan kepada diri sendiri dengan tidak bersikap sinis, dalam menerima kelebihan serta kelemahan yang dimiliki. Penerimaan diri juga berkaitan erat dengan kemampuan individu dalam beradaptasi dan menjalin hubungan baik dengan lingkungan (Maharani & Adriansyah, 2021:911).

Menurut Jersild (dalam Chitra & Karnan, 2017:83), penerimaan diri merupakan kondisi yang mencerminkan kemampuan seseorang dalam menerima dirinya secara realistis utamanya dalam hal yang berkaitan dengan kondisi finansial, dan individu dapat mengakui kesalahan orang lain tanpa menyalahkan. Sementara itu, Satrio dan Muhid (2021:92) mengemukakan definisi penerimaan diri sebagai bentuk nilai positif yang dimiliki seseorang, menyadari dan menerima kelebihan dan kekurangan yang dimiliki, memiliki



tujuan nyata dalam hidup, serta dapat menghargai diri dengan baik. Penerimaan diri tergolong sebagai kemampuan individu dalam menerima eksistensi dirinya. Penerimaan diri dapat cenderung menjadi realistis maupun tidak realistis. Penerimaan diri yang realistis dapat tercermin dari kemampuan individu yang mampu melihat kekuatan dan kelemahannya dengan cara pandang yang objektif. Sementara, penerimaan diri yang tidak realistis ditandai dengan tidak menerima kelemahan, serta menolak untuk mengakuinya sebagai sesuatu yang wajar untuk dimiliki (Kumaini & Yasinta, 2021:173).

Berdasarkan dari beberapa pendapat ahli, maka dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri merupakan kondisi dimana seseorang mampu menilai diri secara objektif, menerima kondisinya dengan apa adanya, baik yang berkaitan dengan pengalaman masa lalu maupun masa sekarang sebagai bekal berharga untuk masa depan, menyadari fakta yang melekat dalam diri, kekurangan, dan kelebihan yang dimiliki tanpa merasa kecewa, serta memperlakukan secara baik dan bangga. Penerimaan ini dapat terjadi karena individu percaya penuh pada potensi yang dimiliki yang tercermin pada keinginan untuk selalu mengembangkan diri.

## 2. Aspek-Aspek Penerimaan Diri

Menurut Supratiknya (1997:85), aspek-aspek penerimaan diri berkaitan dengan:

### a) Kerelaan diri

Kerelaan diri untuk mengekspresikan pikiran, perasaan, dan respon kita terhadap orang lain. Sikap jujur dan terbuka menjadi kunci penting dalam proses membuka dan mengungkapkan jati diri.

### b) Kesehatan psikologis

Kualitas kondisi perasaan terhadap diri sendiri terkait erat dengan kondisi psikologis seseorang. Individu dengan psikologis yang sehat melihat dirinya sebagai sosok yang berharga dan dapat diterima oleh orang lain. Sebaliknya, individu yang memiliki gambaran diri yang tidak bahagia dan kurang mampu mengembangkan kualitas hubungan yang baik dengan orang lain akan cenderung menolak dirinya.

c) Penerimaan diri terhadap orang lain

Orang yang mampu menerima dirinya pada umumnya akan lebih mudah dalam menerima orang lain. Hal ini dikarenakan apabila individu berpikir positif atas dirinya, besar kemungkinan juga akan memiliki pandangan positif atas orang lain. Dengan kata lain, jika seseorang dapat memahami dan menerima perasaannya maka dengan demikian pula akan lebih mudah untuk memahami dan merasakan perasaan yang ditunjukkan oleh orang lain.

Berger (1952:778) mencetuskan beberapa karakteristik pada skala penerimaan diri yang dirumuskan yang menggambarkan kondisi seseorang dengan kualitas penerimaan diri yang baik, yakni sebagai berikut :

- a) Mampu memahami diri
- b) Adanya harapan yang realistis
- c) Terhindar dari hambatan lingkungan
- d) Sikap sosial
- e) Tekanan emosi
- f) Percaya atas segala kemampuan atau potensi yang dimiliki
- g) Kemampuan adaptasi atau penyesuaian diri
- h) Perspektif diri
- i) Pola pribadi yang sehat

Berdasarkan uraian di atas, peneliti menggunakan aspek-aspek penerimaan diri yang dikembangkan dari karakteristik yang dikemukakan oleh Berger (1952) yaitu kemampuan memahami diri, adanya harapan yang realistis, terhindar dari hambatan lingkungan, sikap sosial, tekanan emosi, percaya atas kemampuan yang dimiliki, kemampuan menyesuaikan diri, perspektif diri, dan pola pribadi yang sehat.

### 3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penerimaan Diri

Menurut Hurlock (1972:484), faktor-faktor yang mempengaruhi penerimaan diri seseorang di antara lain sebagai berikut :

a) Pemahaman diri (*self understanding*)

Seseorang dengan kemampuan memahami diri yang baik akan jauh lebih mudah dalam menerima dirinya. Individu dengan persepsi dan sikap diri

yang realistis akan menilai dirinya dengan cara pandang yang objektif, baik dalam menilai diri secara personal maupun dari cara pandang orang lain

b) Harapan yang realistis

Agar dapat menerima diri, seseorang harus realistis tentang dirinya dan berusaha mengendalikan ambisi yang dimiliki. Dengan kata lain seseorang harus memiliki kemampuan untuk menetapkan sasaran yang ingin dicapai sesuai dengan batasan kemampuan yang dimiliki. Ketika seseorang mencapai sesuatu dengan harapan yang realistis, hal ini akan cenderung mempengaruhi kepuasan diri yang dimiliki yang merupakan intisari dari proses penerimaan diri. Harapan yang realistis mengajarkan agar seseorang lebih berkomitmen pada diri sendiri jika harapan tersebut dibuat sendiri, bukan karena kehendak orang lain.

c) Tidak ada hambatan dari lingkungan (*absence of environment obstacles*)

Lingkungan dapat menjadi faktor penyebab gagalnya seseorang dalam mencapai harapan yang realistis. Namun jenis hambatan ini tidak dapat dihindari maupun dikontrol oleh seseorang, misalnya diskriminasi gender, ras, atau agama. Apabila hambatan-hambatan tersebut dapat diminimalisir atau bahkan dihilangkan, dan jika orang terdekat individu mampu memberikan motivasi dan dukungan dalam mencapai tujuan, maka seseorang akan memperoleh kepuasan atas pencapaiannya.

d) Sikap sosial yang positif

Seseorang akan lebih mampu menerima diri apabila memperoleh sikap sosial yang positif dari lingkungan sekitar. Tiga kondisi yang dapat menumbuhkan sikap sosial yang positif ialah tidak adanya prasangka terhadap orang lain, adanya penghargaan terhadap kemampuan-kemampuan sosial, dan kesediaan individu yang turut bergabung dalam melaksanakan tradisi dari suatu kelompok sosial.

e) Tidak adanya stress yang berat

Stress atau kondisi dimana seseorang tertekan secara emosional dalam taraf yang berat dapat membuat seseorang bekerja dengan tidak optimal dan terlalu berorientasi pada tugas. Sebaliknya, seseorang yang tidak memiliki stress yang berat atau dapat menangani stressor tersebut akan

lebih optimal dalam bekerja, berorientasi pada lingkungan, serta dapat bersikap lebih tenang dan bahagia.

f) Pengaruh keberhasilan

Apabila seseorang memiliki tujuan yang realistis, kesempatan berhasil yang dimiliki akan lebih tinggi. Pada dasarnya, seseorang perlu untuk mengembangkan potensi diri secara maksimal agar peluang berhasil menjadi semakin tinggi. Pengalaman gagal seseorang dapat menjadi penyebab terjadinya penolakan diri, sementara proses meraih kesuksesan akan menghasilkan penerimaan diri.

g) Identifikasi dengan orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik

Sikap ini akan menghasilkan penilaian diri individu yang positif dan penerimaan diri yang baik. Masa kanak-kanak merupakan fase dimana proses identifikasi dapat terjadi dengan kuat.

h) Perspektif diri yang luas.

Individu yang memiliki perspektif yang luas dalam menilai dirinya sebagaimana cara pandang orang lain akan mampu mengembangkan pemahaman atas diri dibandingkan dengan seseorang yang memiliki cara pandang yang sempit.

i) Pola asuh (*parenting*) pada masa anak-anak

Kemampuan penyesuaian diri sudah terbentuk sejak masa anak-anak, maka dari itu pendidikan yang diperoleh selama di rumah maupun di sekolah menjadi bentuk pelatihan dasar yang krusial dalam menentukan penyesuaian dan penerimaan seseorang nantinya.

j) Konsep diri yang stabil

Seseorang hanya dapat melihat dirinya secara tidak konsisten atau berubah-ubah apabila memiliki konsep diri yang positif. Seseorang dengan konsep diri yang stabil akan cenderung dapat memandang diri secara objektif dan mengarahkan diri agar dapat menerima kondisi yang melekat pada dirinya.

#### 4. Penerimaan Diri dalam Perspektif Islam

Manusia merupakan sebaik-baik makhluk yang diciptakan Allah SWT dengan bentuk yang paling sempurna jika dibandingkan makhluk ciptaan-Nya yang lain.

Hal ini disebutkan dalam QS. At-Tin : 4 :

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَن تَقْوِيمٍ

*“Sungguh, Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya”* (QS. At-Tin : 4)

Ayat ini menyiratkan bahwa manusia merupakan makhluk yang dibekali karakteristik yang sempurna. Sempurna disini bukan dimaknai sebagai suatu hak mutlak yang penuh dengan kelebihan dan tanpa celah, melainkan masing-masing memiliki perbedaan yang menjadikan individu menjadi makhluk dengan karakteristik yang unik yang memiliki kelebihan dan kekurangan.

Pada dasarnya manusia pasti menginginkan kesempurnaan dalam dirinya, baik dalam segi fisik, materi, kecerdasan, dan lain sebagainya dikarenakan manusia akan sulit merasa puas dengan apa yang telah didapatkan. Bagi individu yang kesulitan dalam menerima kekurangan yang dimiliki, akan timbul efek seperti frustrasi. Sebaliknya, individu yang mampu menerima segala kekurangan yang dimiliki akan cenderung memiliki penerimaan diri yang baik. Menerima kekurangan memanglah bukan perkara yang mudah, namun manusia diberi kesempatan untuk belajar dalam berupaya bermuhasabah diri dalam menyadari segala potensi yang dimiliki.

Seseorang dengan tingkat penerimaan diri yang tinggi akan lebih toleran terhadap rasa frustrasi akan kelemahan yang dimiliki dan perasaan negatif yang muncul dari kelemahan tersebut. Dengan demikian, seseorang yang telah menerima dirinya merupakan individu yang mampu menerima segala kekurangan yang dimiliki sebagaimana menerima segala potensi diri yang melekat pada dirinya.

### **C. Hubungan Antara Penerimaan Diri dengan Kebermaknaan Hidup**

Memiliki keterbatasan fisik menjadi salah satu faktor yang menghalangi seseorang dalam menjalani aktivitas secara normal, utamanya jika memiliki keterbatasan fungsi panca indra. Keterbatasan fisik seringkali dimaknai negatif sebagai kekurangan atau kelemahan menjadi penyebab sulitnya seseorang dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Kondisi tersebut apabila belum dapat diterima

dengan baik oleh individu dapat menyebabkan perasaan kosong, rendah diri, dan kesulitan memaknai setiap kejadian dalam hidup dengan positif. Sebaliknya, apabila seseorang mau belajar menerima dan berdamai, serta mengambil sisi positif di setiap kondisi sulit yang dialami akan mendatangkan dampak positif. Indra penglihatan merupakan salah satu panca indra yang membantu mobilitas kegiatan sehari-hari. Individu dengan keterbatasan penglihatan seperti tunanetra memerlukan waktu dan kemampuan dalam menyesuaikan diri dengan keterbatasan penglihatan yang dimiliki. Namun sebelum mampu menyesuaikan diri, individu perlu menerima kondisi dan keterbatasan penglihatan dimiliki.

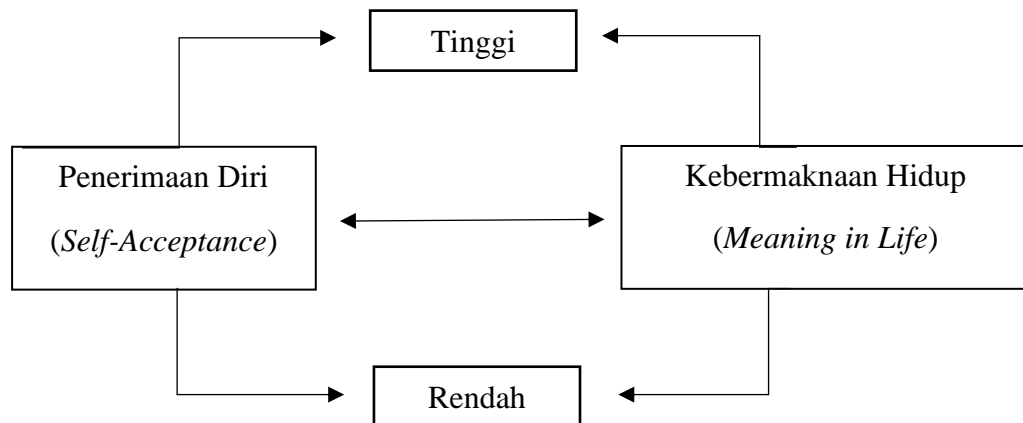
Menurut Bastaman (2020:43), terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi cara seseorang dalam memaknai hidup diantaranya adalah nilai sikap (*attitudinal value*) yang merupakan nilai yang mencerminkan penerimaan seseorang atas segala peristiwa sulit dalam hidup yang sifatnya mutlak dan tidak dapat diubah lagi oleh individu. Nilai sikap merupakan kemampuan individu dalam mengambil sikap atas takdir yang tidak dapat diubah, situasi atau kondisi yang dapat membuat putus asa dan kehilangan harapan. Sikap ini tercermin dalam bentuk kemampuan penerimaan diri, ikhlas, tabah, optimis, serta berpikir positif dalam mengambil hikmah atas kejadian sulit yang tidak dapat ditolak. Dengan kata lain, nilai sikap merupakan tindakan yang diambil seseorang dalam menerima kondisi sulit, sehingga dapat dengan ikhlas menerima keadaan yang tidak dapat terelakkan lagi dan pada akhirnya dapat mendatangkan makna hidup sekalipun berada di tengah-tengah kondisi sulit.

Dari penjelasan di atas dapat diketahui bahwa kebermaknaan hidup dapat terbentuk dari proses awal penerimaan diri pada penyandang tunanetra dikarenakan dengan menerima kondisi penglihatan yang dimiliki dapat membuat penyandang tunanetra berdamai dengan kondisi yang dialami, mampu menerima kelebihan dan kekurangan yang dimiliki, serta menyadari nilai diri yang dimiliki untuk mengaktualisasikan dirinya.

Semakin tinggi penerimaan diri seseorang, maka semakin tinggi kebermaknaan hidup yang dimiliki, dan begitu pula sebaliknya. Hal ini selaras dengan penelitian Sari dan Eko Purwaningsih (2012) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara kebermaknaan hidup dan penerimaan diri.

Artinya, semakin tinggi kebermaknaan hidup yang dimiliki maka semakin tinggi pula penerimaan dirinya. Dalam penelitian lain milik Megasari (2016) juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup. Maka semakin tinggi tingkat penerimaan diri yang dimiliki, semakin tinggi pula kebermaknaan hidup yang dimiliki.

**Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir Penelitian**



#### **D. Hipotesis**

Berdasarkan rumusan masalah, tujuan, dan landasan di atas, maka hipotesis yang diajukan pada penelitian ini adalah terdapat hubungan antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup pada penyandang tunanetra anggota Komunitas Sahabat Mata Semarang.

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Jenis dan Pendekatan Penelitian**

Penelitian adalah metode yang digunakan untuk menemukan sebuah solusi dari suatu permasalahan atau topik tertentu dengan menggunakan prosedur yang bersifat ilmiah dan sistematis (Latipun, 2015:1). Pada hakikatnya, penelitian merupakan suatu kegiatan dengan pendekatan ilmiah yang dimaksudkan untuk memperoleh kebenaran dari suatu topik permasalahan (Kasiram, 2010:4). Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif yang merupakan pendekatan dengan berlandaskan filsafat positivisme yang digunakan untuk meneliti suatu populasi atau sampel tertentu, dimana proses pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan instrumen penelitian yang disusun oleh peneliti, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik, dengan tujuan menguji hipotesis yang telah ditetapkan sebelumnya (Sugiyono, 2013:8).

Penelitian ini menggunakan metode penelitian korelasional yang merupakan metode penelitian yang bertujuan untuk mengetahui kekuatan serta arah hubungan yang dimiliki antara variabel-variabel. Singkatnya, penelitian korelasional digunakan untuk mengetahui sejauh mana variasi keterkaitan antar variabel berdasarkan koefisien korelasi (Azwar, 2017:7). Dalam penelitian ini, peneliti akan mengukur sejauh mana hubungan antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup.

#### **B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional**

##### **1. Variabel Penelitian**

Variabel merupakan sebuah konstruk yang memiliki variabilitas, dapat diamati secara langsung, serta dapat diukur (Latipun, 2015:41). Variabel penelitian merupakan simbol atau atribut yang memiliki nilai variasi tertentu, antara satu subjek dengan subjek lain, satu objek dengan objek lain, atau dari satu kasus dengan kasus yang lain (Azwar, 2016:32). Adapun terdapat dua variabel dalam penelitian ini, yaitu :



a. Variabel Dependen (Y)

Variabel dependen memiliki beberapa nama lain seperti variabel terikat, output, kriteria, atau konsekuen (Sugiyono, 2013:39). Variabel dependen umumnya disimbolkan dengan Y (Azwar, 2016:34). Variabel dependen merupakan jenis variabel yang berubah jika berhubungan dengan variabel independen atau variabel bebas (Latipun, 2015:44). Dengan kata lain, variabel dependen merupakan variabel yang dipengaruhi atau variabel yang berubah sebagai akibat dari adanya variabel bebas (independen). Variabel dependen dalam penelitian ini adalah kebermaknaan hidup.

b. Variabel Independen (X)

Variabel independen sering juga disebut sebagai variabel stimulus, prediktor, atau *antecedent* (Sugiyono, 2013:39). Variabel independent atau variabel bebas disebut juga sebagai variabel predictor yang menyebabkan adanya perubahan pada variabel dependen atau dapat mempengaruhi variabel dependen (Azwar, 2016:34). Dalam penelitian ini terdapat dua variabel bebas yakni penerimaan diri.

2. Definisi Operasional

a. Kebermaknaan Hidup

Kebermaknaan hidup merupakan penghayatan atas eksistensi diri meliputi hal-hal dalam diri individu yang penting dan berharga, serta memiliki nilai khusus sehingga layak dijadikan sebagai tujuan hidup. Variabel kebermaknaan hidup diukur dengan menggunakan skala kebermaknaan hidup yang dibuat berdasarkan aspek milik Bastaman (1996) berupa pemahaman diri, makna hidup, pengubahan sikap, kegiatan yang terarah, dan dukungan sosial.

Semakin tinggi skor yang didapatkan menandakan semakin tingginya tingkat kebermaknaan hidup. Sedangkan sebaliknya, semakin rendah skor yang didapatkan menandakan semakin rendahnya kebermaknaan hidup yang dimiliki individu.

#### b. Penerimaan Diri

Penerimaan diri merupakan kemampuan individu dalam mengakui dan menerima dan menghargai segala kelebihan dan kekurangan yang dimiliki, serta mampu merespon positif atas pengalaman masa lalu. Variabel penerimaan diri diukur dengan menggunakan skala penerimaan diri yang dibuat berdasarkan aspek milik Berger (1952) berupa kemampuan memahami diri, adanya harapan yang realistis, terhindar dari hambatan lingkungan, sikap sosial, tekanan emosi, percaya atas kemampuan yang dimiliki, kemampuan menyesuaikan diri, perspektif diri, dan pola pribadi yang sehat.

Semakin tinggi skor yang didapatkan menandakan semakin tingginya kemampuan penerimaan diri subjek. Sedangkan sebaliknya, semakin rendah skor yang didapatkan menandakan semakin rendahnya kemampuan penerimaan diri.

### C. Tempat dan Waktu Penelitian

#### 1. Tempat Penelitian

Penelitian akan dilaksanakan secara *online* di Komunitas Sahabat Mata Semarang dengan media bantu *Google Form* dan perangkat lunak *screen reader* (pembaca tulisan layar) untuk memudahkan partisipan dalam mengisi skala yang telah disediakan oleh peneliti.

#### 2. Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada bulan Mei 2022.

### D. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

#### 1. Populasi dan Sampel

Populasi merupakan cakupan wilayah luas yang sifatnya tergeneralisasi yang terdiri dari objek atau subjek dengan kualitas atau karakteristik tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari lebih lanjut dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2013:80). Populasi merupakan total keseluruhan atau objek yang akan diteliti yang memiliki kualitas kriteria yang sama, dimana kriteria tersebut telah ditentukan oleh peneliti untuk mencapai suatu kesimpulan (Latipun, 2015:29). Populasi yang

digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh anggota Komunitas Sahabat Mata Semarang berjumlah 43 orang.

Sementara itu sampel merupakan bagian dari populasi yang hendak diteliti dengan jumlah dan karakteristik yang sama. Sampel adalah bagian yang representatif atau bagian yang dapat mewakili kondisi sebuah populasi (Latipun, 2015:30).

## 2. Teknik Sampling

Teknik sampling merupakan sebuah metode yang digunakan dalam proses pengambilan sampel dalam populasi yang akan digunakan dalam penelitian. Penelitian ini menggunakan teknik *nonprobability sampling* dimana teknik sampel ini tidak memberikan peluang atau kesempatan yang sama bagi semua anggota populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel (Sugiyono, 2013:218). Teknik sampling yang akan digunakan oleh peneliti adalah teknik sampling jenuh. Menurut Sugiyono (2013:85), teknik sampling jenuh merupakan teknik sampling dimana semua anggota populasi yakni 43 anggota komunitas merupakan sampel dikarenakan jumlah populasi relatif kecil dan agar peluang generalisasi kesalahan semakin kecil.

## E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode skala dengan menggunakan jenis skala *likert*. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau kelompok tentang fenomena sosial. Variabel akan dijabarkan menjadi indikator variabel yang akan dijadikan sebagai acuan dalam menyusun item-item instrumen pertanyaan atau pernyataan (Sugiyono, 2013:93).

Adapun kriteria penilaian skala dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

**Tabel 3. 1 Skala Likert**

<i>Favorable</i>		<i>Unfavorable</i>	
Sangat Sesuai (SS)	5	Sangat Sesuai (SS)	1
Sesuai (S)	4	Sesuai (S)	2
Netral (N)	3	Netral (N)	3
Tidak Sesuai (TS)	2	Tidak Sesuai (TS)	4
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	Sangat Tidak Sesuai (STS)	5

Adapun skala yang digunakan sebagaimana berikut :

1) Skala Kebermaknaan Hidup

Variabel kebermaknaan hidup akan diukur menggunakan skala yang disusun dari teori Bastaman (1996) yang menyebutkan bahwa kebermaknaan hidup terdiri dari beberapa aspek yaitu pemahaman diri (*self insight*), makna hidup (*the meaning of life*), perubahan sikap (*changing attitude*), kegiatan terarah (*directed activities*), dan dukungan sosial (*social support*).

**Tabel 3. 2 Blueprint Kebermaknaan Hidup**

Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Pemahaman Diri	Memiliki kemampuan memahami diri dan keinginan untuk berubah ke arah yang lebih positif dengan merubah kondisi menjadi lebih baik	5, 31, 36	18, 21, 29	6

Makna Hidup	Memiliki nilai yang dijadikan pegangan atau tujuan hidup	1, 17, 20	6, 8, 26	6
Perubahan Sikap	Merubah sikap dari negatif menjadi positif untuk menyikapi masalah dengan tepat	7, 16, 25	2, 3, 19	6
Komitmen Diri	Sikap diri dalam berkomitmen terhadap tujuan dan makna hidup	3, 13, 27	9, 24, 25	6
Kegiatan yang Terarah	Melakukan kegiatan yang menunjang pengembangan potensi diri	10, 30, 32	4, 12, 19	6
Dukungan Sosial	Dukungan dari orang terdekat	23, 33, 34	11, 14, 28	6
Total				36

## 2) Skala Penerimaan Diri

Variabel penerimaan diri akan diukur menggunakan skala yang disusun dari teori Berger (1952) yang menyebutkan bahwa penerimaan diri terdiri dari beberapa aspek yaitu kemampuan memahami diri, adanya harapan yang realistis, terhindar dari hambatan lingkungan, sikap sosial, tekanan emosi, percaya atas kemampuan yang dimiliki, kemampuan menyesuaikan diri, perspektif diri, dan pola pribadi yang sehat.

**Tabel 3. 3 *Blueprint* Penerimaan Diri**

Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Memahami diri	Mengetahui apa kelebihan dan kekurangan diri	1, 23, 43	15, 17, 44	6
Adanya harapan yang realistis	Memiliki standar pribadi yang tidak diintervensi orang lain	16, 24, 53	2, 14, 45	6
Terhindar dari hambatan lingkungan	Adanya dukungan penuh dari lingkungan	3, 13, 18	25, 28, 46	6
Sikap sosial	Mampu menerima berbagai macam kritikan dari orang lain	26, 27, 49	12, 19, 29	6
Tekanan emosi	Memiliki kemampuan	11, 30, 31	4, 20, 42	6

	mengendalikan n emosi yang stabil			
Percaya atas kemampuan yang dimiliki	Mampu mengembangk an kelebihan yang dimiliki dan terpaku pada kekurangan	5, 10, 21	22, 32, 47	6
Kemampuan menyesuaik an diri	Memiliki kemampuan yang baik dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan	9, 33,37	6, 40, 54	6
Perspektif diri	Memiliki anggapan bahwa diri sendiri sama seperti orang lain	7, 39, 51	34, 38, 48	6
Pola pribadi yang sehat	Merasa berharga dan tidak rendah diri	35, 36, 52	8, 41,50	6
		Total		54

## F. Validitas dan Reliabilitas

### 1. Validitas

Menurut Azwar (2016:93), validitas merupakan kemampuan alat tes dalam mengukur atribut yang diukur secara akurat. Sebuah alat tes dapat

dikatakan sah atau valid apabila dapat mengukur apa yang hendak diukur dan mampu mengungkapkan hal yang ingin diungkapkan (Sugiyono, 2013:121).

Tingkat validitas instrumen tes yang tinggi menunjukkan tingkat kebenaran dan akurasi yang tinggi untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data penelitian. Dalam penelitian ini, tingkat validitas akan dihitung menggunakan bantuan perangkat lunak SPSS *for Windows* versi 24. Studi ini menggunakan pendekatan validasi isi, dimana indikasi dari validitas isi yang terpenuhi diperoleh melalui prosedur validasi terhadap semua aitem pada skala. Kelayakan aitem dinilai dari hasil penilaian, pendapat, dan masukan oleh para *expert judgement* yakni oleh dua dosen pembimbing, yaitu Ibu Wening Wihartati, S. Psi, M. Si dan Ibu Dewi Khurun Aini, S. Pd. I, M.A.

Selanjutnya skala akan diuji cobakan menggunakan teknik *try out* terpakai. Menurut Hadi (2015 dalam Zaini, 2020:533), hasil dari *try out* atau uji coba terpakai akan langsung digunakan untuk uji hipotesis dalam penelitian. Jadi, proses pengambilan data dilakukan satu kali dengan aitem yang lolos uji coba akan digunakan sebagai data penelitian sesungguhnya, sementara aitem yang tidak lolos uji coba akan gugur.

Beberapa penelitian terdahulu yang menggunakan teknik *try out* terpakai di antara lain adalah sebagai berikut:

- a. Religiusitas dan Kesejahteraan Subjektif Pada Guru Taman Penitipan Anak di Yogyakarta (Wardani, 2019).
- b. Hubungan Antara Dukungan Keluarga dan *Caregiver Burden* Pada *Family Caregiver* Pasien Stroke (Khatimah, 2018).
- c. Pengaruh Efikasi Diri dan Dukungan Guru Tahfidz terhadap Motivasi Menghafal Al-Quran (Zaini, 2020).
- d. Hubungan Kelekatan Orangtua-Remaja dengan Kemandirian pada Remaja di SMK N 1 Denpasar (Dewi & Valentina, 2013).

Uji coba akan dilakukan pada seluruh populasi, yakni pada 43 anggota Komunitas Sahabat Mata. Uji validitas yang akan digunakan dalam penelitian ini dilihat dari nilai *corrected item-total correlation* masing-masing butir aitem dengan standar  $r_{xy} \geq 0,30$  (Azwar, 2017:86).

Koefisien validitas yang digunakan dalam penelitian ini sebesar  $r_{xy} = 0,30$ . Maka dengan demikian, apabila didapati hasil koefisien validitas  $< 0,30$



maka skala dianggap kurang valid. Sedangkan jika hasil koefisien validitas didapati  $>0,30$  maka skala dianggap memiliki tingkat validitas yang tinggi.

a) Uji Validitas Skala Kebermaknaan Hidup

Berdasarkan hasil data yang diperoleh dari penyebaran skala kebermaknaan hidup yang tersusun dari 36 aitem pernyataan yang diisi oleh anggota Komunitas Sahabat Mata Semarang sebanyak 43 orang, diperoleh hasil 25 aitem yang dinyatakan valid dan 11 aitem yang dinyatakan tidak valid dengan menggunakan koefisien korelasi  $<0,30$ . Oleh sebab itu, sejumlah 11 aitem dinyatakan gugur dengan rincian pada tabel berikut.

**Tabel 3. 4 *Blueprint* Skala Kebermaknaan Hidup Pasca Uji Validitas**

Aspek	Indikator	No Aitem	
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Pemahaman Diri	Memiliki kemampuan memahami diri dan keinginan untuk berubah ke arah yang lebih positif dengan merubah kondisi menjadi lebih baik	5, 31, 36*	18, 21, 29
Makna Hidup	Memiliki nilai yang dijadikan pegangan atau tujuan hidup	1*, 17*, 20	6, 8, 26*

Perubahan Sikap	Merubah sikap dari negatif menjadi positif untuk menyikapi masalah dengan tepat	7, 16*, 25	2*, 3*, 19
Komitmen Diri	Sikap diri dalam berkomitmen terhadap tujuan dan makna hidup	22, 13, 27	9, 24*, 35
Kegiatan Terarah	Melakukan kegiatan yang menunjang pengembangan potensi diri	10, 30, 32	4*, 12, 15
Dukungan Sosial	Dukungan dari orang terdekat	23, 33, 34*	11, 14, 28*
		Total	36

\*: aitem gugur

#### b) Uji Validitas Skala Penerimaan Diri

Berdasarkan hasil data yang diperoleh dari penyebaran skala penerimaan diri yang tersusun dari 54 aitem pernyataan yang diisi oleh anggota Komunitas Sahabat Mata Semarang sebanyak 43 orang, diperoleh hasil 41 aitem yang dinyatakan valid dan 13 aitem yang dinyatakan tidak valid dengan menggunakan koefisien korelasi  $<0,30$ . Oleh sebab itu, sejumlah 13 aitem dinyatakan gugur dengan rincian pada tabel berikut.

**Tabel 3. 5 *Blueprint* Skala Penerimaan Diri Pasca Uji Validitas**

Aspek	Indikator	No. Aitem	
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Memahami diri	Mengetahui apa kelebihan dan kekurangan diri	1, 23, 43	15, 17, 44
Adanya harapan yang realistis	Memiliki standar pribadi yang tidak diintervensi orang lain	16, 24, 53*	2, 14, 45
Terhindar dari hambatan lingkungan	Adanya dukungan penuh dari lingkungan	3,* 13*, 18	25, 28, 46
Sikap sosial	Mampu menerima berbagai macam kritikan dari orang lain	26*, 27*, 49*	12, 19, 29
Tekanan emosi	Memiliki kemampuan mengendalikan emosi yang stabil	11*, 30*, 31	4*, 20, 42*
Percaya atas kemampuan yang dimiliki	Mampu mengembangkan kelebihan	5, 10, 21	22, 32, 47

	yang dimiliki dan terpaksa pada kekurangan		
Kemampuan menyesuaikan diri	Memiliki kemampuan yang baik dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan	9, 33,37	6, 40, 54
Perspektif diri	Memiliki anggapan bahwa diri sendiri sama seperti orang lain	7, 39*, 51	34, 38, 48
Pola pribadi yang sehat	Merasa berharga dan tidak rendah diri	35*, 36, 52*	8, 41,50
	Total		54

\*: aitem gugur

## 2. Reliabilitas

Uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui seberapa konsisten alat ukur jika digunakan oleh semua subjek. Penghitungan reliabilitas dalam penelitian ini akan dibantu menggunakan perangkat lunak SPSS *for Windows* versi 24 dengan teknik *Cronbach Alpha*.

**Tabel 3. 6 Interpretasi Nilai (r) Reliabilitas Instrumen**

Interval Koefisien	Interpretasi
0,800 – 1,000	Sangat Tinggi
0,600 – 0,799	Tinggi
0,400 – 0,599	Sedang
0,200 – 0,399	Rendah
0,000 – 0,199	Sangat Rendah

Berdasarkan tabel di atas, aitem dikatakan reliabel apabila memperoleh nilai  $r \geq 0,60$ . Sedangkan, aitem dikatakan tidak reliabel apabila memperoleh nilai  $r < 0,60$ . Adapun berikut adalah hasil uji reliabilitas masing-masing skala:

### a. Tabel Uji Reliabilitas Skala Kebermaknaan Hidup

**Tabel 3. 7 Reliabilitas Skala Kebermaknaan Hidup**

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.843	36

### b. Tabel Uji Reliabilitas Skala Penerimaan Diri

**Tabel 3. 8 Reliabilitas Skala Penerimaan Diri**

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.924	54

Berdasarkan uji reliabilitas menggunakan *Cronbach Alpha* pada ketiga skala diperoleh nilai sebesar 0,843 untuk skala kebermaknaan hidup dan nilai 0,924 untuk skala penerimaan diri. Dengan demikian kedua skala tersebut dinyatakan reliabel karena lebih dari skor koefisien  $r \geq 0,60$ .

## G. Teknik Analisis Data

### 1. Uji Asumsi

#### a. Uji Normalitas

Uji normalitas data adalah uji yang dilakukan dengan tujuan melihat normal tidaknya persebaran data dari sebuah variabel (Nuryadi dkk., 2017:69). Dalam penelitian ini akan digunakan uji normalitas menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* dengan taraf signifikansi  $>0,05$ . Dengan demikian disimpulkan bahwa jika taraf signifikansi  $>0,05$  maka data dapat dikatakan terdistribusi normal.

#### b. Uji Linieritas

Uji linieritas adalah uji yang dilakukan dengan tujuan untuk melihat status linier tidaknya distribusi data yang diperoleh dalam penelitian. Uji linieritas dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan perangkat lunak *SPSS for Windows* versi 24. Distribusi data dapat dikatakan linier apabila nilai signifikansi diperoleh  $>0,05$ .

### 2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis *pearson product moment* (Sugiyono, 2013:153). Rumus korelasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah *product moment* yang berfungsi sebagai uji korelasi sederhana untuk mengetahui hubungan variabel penerimaan diri (X) dengan kebermaknaan hidup (Y).

Menurut Nuryadi dkk. (2017:137) ada tidaknya hubungan antara dua variabel dapat diukur menggunakan koefisien korelasi ( $r$ ) yang berada antara -1 dan 1 dengan arah yang dinyatakan dalam bentuk positif (+) dan negatif (-), sehingga :

- a. Apabila diperoleh  $r = -1$  maka terdapat korelasi negatif yang sempurna, yang berarti terdapat hubungan yang bertolak belakang antara variabel x dan variabel y. Bila variabel x naik, maka variabel y turun.

- b. Apabila diperoleh  $r = 1$  maka terdapat korelasi positif yang sempurna, yang berarti terdapat hubungan yang searah antara variabel  $x$  dan variabel  $y$ . Bila variabel  $x$  naik, maka variabel  $y$  naik.

Menurut Sugiyono (2013:231), penafsiran terhadap hasil koefisien korelasi dapat disesuaikan dengan melihat tabel berikut :

**Tabel 3. 9 Kriteria Koefisien Korelasi**

Interval Koefisien	Interpretasi
0,800 – 1,000	Sangat Tinggi
0,600 – 0,799	Tinggi
0,400 – 0,599	Sedang
0,200 – 0,399	Rendah
0,000 – 0,199	Sangat Rendah

Dasar dalam pengambilan keputusan pada uji hipotesis adalah jika nilai signifikansi atau probabilitas yang diperoleh  $p < 0,05$ , maka hipotesis diterima. Sebaliknya, jika nilai signifikansi atau probabilitas yang diperoleh  $p > 0,05$  maka hipotesis ditolak.

## BAB IV

### PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

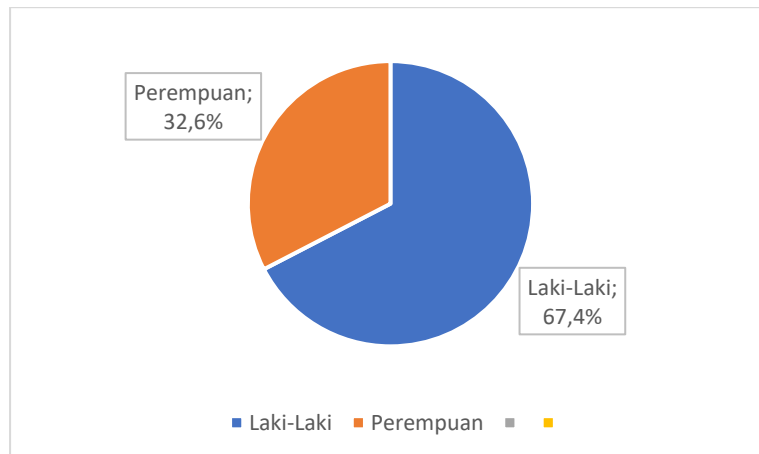
##### 1. Deskripsi Subjek

Subjek dalam penelitian ini adalah penyandang tunanetra yang merupakan anggota dari sebuah organisasi nirlaba yang dimotori oleh tunanetra yaitu Komunitas Sahabat Mata Semarang yang bertempat di Jatisari, Mijen. Dari proses pengolahan data diperoleh deskripsi data variabel penerimaan diri dan kebermaknaan hidup pada anggota Komunitas Sahabat Mata diperoleh dari skor dengan bantuan perangkat lunak *SPSS 24 for Windows* adalah sebagai berikut:

##### a. Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan jenis kelamin, maka sebaran subjek penelitian adalah sebagai berikut:

**Gambar 4. 1 Persentase Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin**



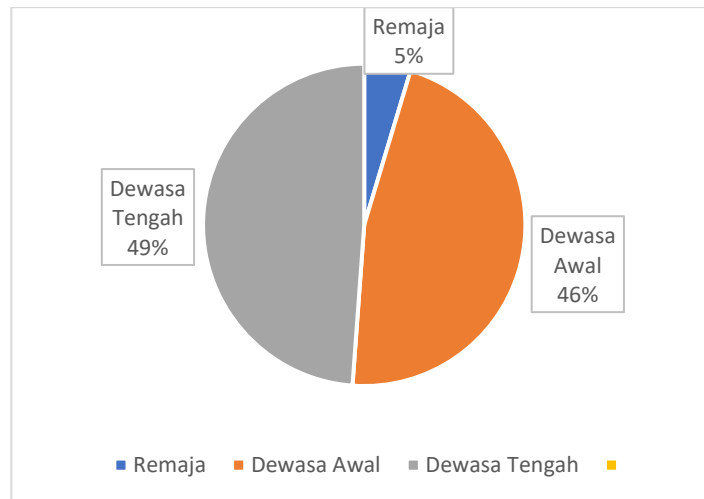
Diketahui sebanyak 29 orang (67,4%) anggota komunitas adalah laki-laki, sedangkan sebanyak 14 orang (32,6%) anggota komunitas adalah perempuan.



b. Berdasarkan Kategori Usia

Berdasarkan kategori usia, maka sebaran subjek penelitian adalah sebagai berikut:

**Gambar 4. 2 Persentase Subjek Berdasarkan Kategori Usia**



Diketahui dari total 43 anggota komunitas terdapat anggota dalam kategori usia remaja (12–18 tahun) sebanyak 2 orang (5%), dewasa awal (19–25 tahun) sebanyak 20 orang (46%), dan dewasa tengah (36–65 tahun) sebanyak 49%. Adapun untuk kategorisasi usianya adalah sebagai berikut:

**Tabel 4. 1 Kategorisasi Rentang Usia Anggota Komunitas**

Kategori	Rentang Usia	Jumlah
Remaja	12–18 Tahun	2
Dewasa Awal	19–35 Tahun	17
Dewasa Madya	36–65 Tahun	24
Total		43

## 2. Kategorisasi Variabel Penelitian

Masing-masing variabel penelitian ini akan dibagi menjadi tiga kategori yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Pada setiap kategorisasi variabel akan digunakan rata-rata skor dan standar deviasi pada tabel berikut:

**Tabel 4. 2 Deskripsi Data Kebermaknaan Hidup dan Penerimaan Diri**

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kebermaknaan Hidup	43	80	122	106.33	8.763
Penerimaan Diri	43	106	184	159.19	19.139
Valid N (listwise)	43				

Ditinjau dari tabel di atas, maka dapat diketahui bahwa, pada variabel penerimaan diri (X) memiliki skor data minimum sebesar 106 dan skor data maksimum sebesar 184 dengan rata-rata (*mean*) sebesar 159,19, serta standar deviasi sebesar 19,139. Sementara itu, pada variabel kebermaknaan hidup (Y) didapatkan skor data minimum sebesar 80 dan skor data maksimum sebesar 122 dengan rata-rata (*mean*) sebesar 106,33, serta standar deviasi sebesar 8,763. Dari hasil tersebut, maka didapatkan kategorisasi sebagai berikut:

### a. Kategorisasi Variabel Penerimaan Diri

**Tabel 4. 3 Kategorisasi Skor Variabel Penerimaan Diri**

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi
$X < (Mean - 1SD)$	<140,051	Rendah
$(Mean - 1SD) \leq X \leq (Mean + 1SD)$	140,051 – 178,329	Sedang
$X \geq (Mean) + 1SD)$	$\geq 178,329$	Tinggi

Kategori hasil dapat dilihat dari skor skala penerimaan diri yang diperoleh pada tunanetra anggota Komunitas Sahabat Mata Semarang dinyatakan memiliki skor penerimaan diri dalam kategori tinggi atau positif apabila memperoleh skor lebih dari 178,329, dinyatakan memiliki skor penerimaan diri dalam kategori sedang atau cukup apabila memperoleh skor

140,051 – 178,329, dan dinyatakan memiliki skor penerimaan diri dalam kategori rendah atau negatif apabila memperoleh skor kurang dari 140,051.

**Tabel 4. 4 Distribusi Penerimaan Diri**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	9	20.9	20.9	20.9
	Sedang	27	62.8	62.8	83.7
	Tinggi	7	16.3	16.3	100.0
	Total	43	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui sebanyak 7 anggota komunitas (16,3%) tergolong memiliki tingkat penerimaan diri yang tinggi, 27 anggota komunitas (62,8%) memiliki tingkat penerimaan diri yang sedang, dan 9 anggota komunitas (20,9%) memiliki penerimaan diri yang rendah. Maka, dapat disimpulkan bahwa mayoritas anggota komunitas memiliki penerimaan diri pada kategori sedang yakni sebesar 27 anggota (62,8%).

b. Kategorisasi Variabel Kebermaknaan Hidup

**Tabel 4. 5 Kategorisasi Skor Variabel Kebermaknaan Hidup**

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi
$X < (Mean - 1SD)$	$< 97,567$	Rendah
$(Mean - 1SD) \leq X \leq (Mean + 1SD)$	$97,567 - 115,093$	Sedang
$X \geq (Mean + 1SD)$	$\geq 115,093$	Tinggi

Kategori hasil dapat dilihat dari skor skala kebermaknaan hidup yang diperoleh pada tunanetra anggota Komunitas Sahabat Mata Semarang dinyatakan memiliki skor kebermaknaan hidup dalam kategori tinggi atau positif apabila memperoleh skor lebih dari 115,093, dinyatakan memiliki skor kebermaknaan hidup dalam kategori sedang atau cukup apabila memperoleh skor 97,567 – 115,093, dan dinyatakan memiliki skor kebermaknaan hidup dalam kategori rendah atau negatif apabila memperoleh skor 97,567.

**Tabel 4. 6 Distribusi Kebermaknaan Hidup**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	5	11.6	11.6	11.6
	Sedang	32	74.4	74.4	86.0
	Tinggi	6	14.0	14.0	100.0
	Total	43	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui sebanyak 6 anggota komunitas (14,0%) tergolong memiliki tingkat kebermaknaan hidup yang tinggi, 32 anggota komunitas (74,4%) memiliki tingkat kebermaknaan hidup yang sedang, dan 5 anggota komunitas (11,6%) memiliki tingkat kebermaknaan hidup yang rendah. Maka, dapat disimpulkan bahwa mayoritas anggota komunitas memiliki kebermaknaan hidup pada kategori sedang yakni sebesar 32 anggota (74,4%).

## B. Hasil Uji Asumsi

### 1. Uji Normalitas

**Tabel 4. 7 Hasil Uji Normalitas Dengan Teknik Kolmogorov-Smirnov**

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		43
Normal Parameters <sup>a, b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	7.68702983
Most Extreme Differences	Absolute	.043
	Positive	.034
	Negative	-.043
Test Statistic		.043
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c, d</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan tabel di atas pada uji *One Sample Kolmogorov-Smirnov* diperoleh nilai signifikansi (Asymp. Sig) sebesar 0,200 yang berarti lebih dari 0,05 atau  $p > 0,05$ . Kemudian pada grafik gambar, terlihat hasil uji normalitas *probability plot* didapati data plotting berupa titik-titik yang menggambarkan

distribusi data yang sebenarnya mengikuti garis diagonal. Maka dapat disimpulkan bahwa data residual penelitian terdistribusi secara normal.

## 2. Uji Linieritas

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui linear atau tidaknya hubungan antara dua variabel secara signifikan. Kedua variabel dapat dikatakan linear apabila nilai signifikansi linear lebih kecil dari 0,05 ( $p < 0,05$ ). Berikut merupakan data dari hasil uji linieritas dari skala penerimaan diri dan kebermaknaan hidup yang diolah menggunakan teknik Anova menggunakan perangkat lunak SPSS 24 *for Windows*. Adapun hasil uji linieritas dalam penelitian ini dapat dilihat dari tabel berikut.

**Tabel 4. 8 Uji Linieritas Penerimaan Diri dengan Kebermaknaan Hidup**

ANOVA Table			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kebermaknaan Hidup * Penerimaan Diri	Between Groups	(Combined)	2471.275	29	85.216	1.469	.235
		Linearity	743.644	1	743.644	12.819	.003
		Deviation from Linearity	1727.631	28	61.701	1.064	.472
	Within Groups	754.167	13	58.013			
Total			3225.442	42			

Berdasarkan tabel di atas terlihat pada kolom *deviation of linearity* skala penerimaan diri dan kebermaknaan hidup memiliki nilai signifikansi sebesar  $0,472 > 0,05$ . Maka dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan yang linear antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup.

## C. Hasil Analisis Data

Tahap selanjutnya setelah melakukan uji asumsi adalah uji hipotesis. Dalam penelitian ini menggunakan korelasi *pearson product moment* pada program SPSS 24 *for Windows* untuk mengetahui hubungan antara variabel satu dengan variabel lain. Penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu penerimaan diri (X) dan kebermaknaan hidup (Y). Maka hipotesis yang diajukan peneliti adalah terdapat hubungan antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup pada penyandang tunanetra anggota Komunitas Sahabat Mata Semarang. Berikut merupakan tabel hasil uji korelasi antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup pada penyandang tunanetra anggota Komunitas Sahabat Mata Semarang.

**Tabel 4. 9 Uji Hipotesis Penerimaan Diri dengan Kebermaknaan Hidup**

		Kebermaknaan Hidup	Penerimaan Diri
Kebermaknaan Hidup	Pearson Correlation	1	.480**
	Sig. (2-tailed)		.001
	N	43	43
Penerimaan Diri	Pearson Correlation	.480**	1
	Sig. (2-tailed)	.001	
	N	43	43

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan tabel di atas, pada uji hipotesis menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* didapatkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,480 dalam kategori korelasi sedang dan nilai *Sig. (2-tailed)* antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup sebesar 0,001. Korelasi dapat terbukti signifikan apabila  $p < 0,05$ . Maka dapat disimpulkan bahwa korelasi antara dua variabel tersebut signifikan.

Berdasarkan hasil analisis di atas, dilihat dari nilai koefisien korelasi dan signifikansi yang diperoleh maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup pada penyandang tunanetra anggota Komunitas Sahabat Mata Semarang dalam taraf sedang.

#### **D. Pembahasan**

Subjek dalam penelitian ini adalah penyandang tunanetra anggota Komunitas Sahabat Mata Semarang dengan populasi berjumlah 43 orang. Adapun jumlah sampel dalam penelitian ini merupakan seluruh anggota komunitas berjumlah 43 orang dengan menggunakan teknik sampling jenuh. Berdasarkan data distribusi subjek, diketahui sebanyak 29 subjek berjenis kelamin laki-laki dan 14 subjek berjenis kelamin perempuan. Subjek yang merupakan anggota komunitas berada pada rentang usia remaja hingga dewasa tengah, yakni 2 anggota berada pada rentang usia remaja (*adolescent*), 20 anggota pada rentang usia dewasa awal (*early adulthood*) dan 21 anggota pada rentang usia dewasa madya (*middle adulthood*).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup pada penyandang tunanetra anggota Komunitas Sahabat Mata Semarang. Pada uji hipotesis diperoleh hasil nilai koefisien korelasi sebesar 0,480 dan nilai *Sig. (2-tailed)* antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup sebesar  $0,001 < 0,05$ , maka dengan begitu hipotesis diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup pada penyandang tunanetra anggota Komunitas Sahabat Mata Semarang dalam kategori sedang. Dengan kata lain, semakin tinggi penerimaan diri yang dimiliki, maka semakin tinggi pula tingkat kebermaknaan hidup pada anggota Komunitas Sahabat Mata Semarang.

Penelitian ini juga diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Megasari (2016) tentang hubungan antara penerimaan diri dan kebermaknaan hidup pada remaja tuna daksa BBRSD Prof. Soeharso Surakarta. Dari hasil analisis diperoleh adanya hubungan positif yang signifikan antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup, dimana diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,475 dengan signifikansi 0,000 ( $P < 0,05$ ). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa, apabila semakin tinggi penerimaan diri, maka semakin tinggi pula kebermaknaan hidup. Sebaliknya, semakin rendah penerimaan diri, maka semakin rendah pula kebermaknaan hidup. Penelitian lain yang juga membahas mengenai penerimaan diri dan kebermaknaan hidup adalah penelitian milik Kurniawan (2017) pada Lansia diperoleh adanya korelasi positif antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,663 pada taraf signifikansi 0,000 ( $P < 0,01$ ). Maka dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi penerimaan diri, maka semakin tinggi pula kebermaknaan hidup. Sebaliknya, semakin rendah penerimaan diri, maka semakin rendah pula kebermaknaan hidup.

Pada penelitian milik Sari & Purwaningsih (2012) mengenai hubungan kebermaknaan hidup dan penerimaan diri pada kaum waria di Yogyakarta disebutkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara kebermaknaan hidup dengan penerimaan diri dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,402 dan tingkat signifikansi 0,001 ( $P < 0,05$ ). Artinya, semakin tinggi kebermaknaan hidup yang dimiliki maka semakin tinggi pula penerimaan dirinya. Sebaliknya, semakin rendah kebermaknaan hidup yang dimiliki, maka semakin rendah pula

penerimaan dirinya. Dalam penelitian ini menyebutkan bahwa penerimaan ini merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi kebermaknaan hidup. Penerimaan diri merupakan sebuah tahap awal sebagai gerbang bagi seseorang untuk mengembangkan diri dan menghayati hidup yang dimiliki.

Menurut Hurlock (1972:484), penerimaan diri merupakan kondisi ketika seseorang mampu menerima dan mempertimbangkan segala karakteristik yang melekat pada dirinya, serta mampu hidup berdampingan dengan karakteristik tersebut yang juga meliputi kelebihan dan kekurangan yang dimiliki. Sikap ini direfleksikan dalam bentuk pengakuan diri atas karakteristik pribadi secara objektif yang difungsikan dengan baik (Mulyo Handayani dkk., 1998:48). Pada tahap berdamai dengan kondisi fisik yang dimiliki sebagai seorang difabel, penerimaan diri memberikan pengaruh dalam proses mencapai hidup yang bermakna bagi tunanetra. Puncak penerimaan diri dapat diraih apabila seseorang sudah berhasil berdamai dengan segala karakteristik yang ada pada dirinya. Hal ini sejalan dengan pendapat Aderson (dalam Sugiarti, 2008:11) bahwa setelah mampu menerima dan mengelola karakteristik diri dengan baik, maka lebih mudah bagi individu untuk membentuk integritas diri.

Kemampuan penyandang disabilitas dalam menyadari dan mengaktualisasikan potensi diri yang dimiliki akan menjadi sebuah proses penerimaan dalam mengenali dan mengembangkan dirinya (Satyaningtyas & Abdullah, 2005:3). Penerimaan diri mencerminkan sikap ketabahan, kesabaran, dan keberanian seseorang dalam menghayati setiap peristiwa sebagai bentuk anugerah. Maka kondisi individu dengan penerimaan diri yang baik akan mampu bersikap tepat dalam menerima dengan penuh ikhlas dan tabah hal-hal tragis yang sudah terjadi dan menjadi bagian dari masa lalu (Bastaman, 2020:49). Penerimaan diri menjadi sebuah kemampuan dalam menyadari eksistensi diri, di mana hal ini merupakan kunci utama seseorang dalam mencapai kebermaknaan hidup, yakni dengan mengekspresikan dan menghayati eksistensi dirinya (Frankl, 2006:133). Proses pemaknaan hidup dapat berjalan dengan baik jika tunanetra dapat terlebih dahulu menerima kondisi dirinya secara positif. Penerimaan diri membantu proses pemaknaan hidup bagi penyandang tunanetra dengan menyadari eksistensi dirinya sebagai individu yang berharga, serta mampu menerima kondisi yang telah menyimpannya di masa lalu. Dengan demikian,



individu dapat memahami dan mengembangkan potensi serta nilai-nilai yang ada pada dirinya sebagai upaya dalam mencapai hidup yang bermakna.

Pemahaman diri merupakan aspek dalam variabel kebermaknaan hidup dan penerimaan diri. Pemahaman diri menjadi proses awal seseorang untuk lebih mengenali diri sendiri, menyadari karakteristik dan nilai yang ada pada diri individu, serta mampu percaya pada segala potensi yang dimiliki. Dengan demikian individu akan memandang dirinya berharga, setara dengan orang lain, serta menyadari bahwa setiap kelebihan serta kekurangan sebagai anugerah dalam bentuk keunikan yang diberikan Tuhan. Individu yang percaya pada dirinya akan lebih mampu menyadari potensi dirinya. Apabila berkomitmen dalam mengarahkan potensi yang dimiliki, individu mampu menyalurkan kreativitas dengan merencanakan dan melaksanakan kegiatan yang terarah sebagai upaya untuk mencapai tujuan hidup. Hal ini selaras dengan nilai kreatif yang merupakan faktor yang mempengaruhi kebermaknaan hidup seseorang, di mana dengan berkarya atau bekerja dapat memberikan makna tersendiri yang direpresentasikan dalam bentuk dedikasi dan ketekunan yang menghasilkan karya-karya yang dapat memberikan makna. Mendalami nilai kreatif dapat membantu seseorang untuk lebih menekuni dan mencintai apa yang dilakukan.

Pada penelitian ini masih terdapat kelemahan seperti terdapat faktor-faktor lain yang mempengaruhi tingkat kebermaknaan hidup subjek. Peneliti juga belum maksimal dalam melakukan kontrol pada proses pengisian skala dikarenakan beberapa faktor internal maupun eksternal yang mempengaruhi kondisi subjek pada saat mengisi skala. Selain itu, peneliti kurang memperhatikan pemilihan karakteristik subjek tunanetra yang memiliki riwayat yang berbeda, baik tunanetra total maupun *low vision*, tunanetra sejak lahir, karena insiden kecelakaan maupun sakit. Karakteristik subjek juga dapat dipengaruhi oleh faktor lain seperti pola asuh, latar belakang keluarga, lingkungan pertemanan, kondisi ekonomi, dan lain sebagainya.

Saran berikutnya adalah dengan menggunakan variabel lain yang juga mempengaruhi kebermaknaan hidup seseorang seperti religiusitas, pekerjaan, kualitas diri dan berbagai faktor lainnya, serta memperluas cakupan bahasan dengan mengganti metode penelitian menjadi jenis penelitian kualitatif untuk

mengetahui keunikan perjalanan hidup individu (*individual differences*) dalam mencapai kebermaknaan hidup.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan di Komunitas Sahabat Mata Semarang dengan proses pengambilan data menggunakan skala penerimaan diri dan skala kebermaknaan hidup yang diisi oleh 43 anggota komunitas diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan positif antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup pada penyandang tunanetra anggota Komunitas Sahabat Mata pada kategori sedang. Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan diterima, dengan dasar pemahaman bahwa semakin tinggi penerimaan diri yang dimiliki, maka semakin tinggi pula kebermaknaan hidup pada penyandang tunanetra anggota Komunitas Sahabat Mata Semarang. Sebaliknya, semakin rendah penerimaan diri yang dimiliki, maka semakin rendah pula tingkat kebermaknaan hidup pada anggota komunitas.

#### **B. Saran**

Beberapa saran yang diberikan peneliti terkait dengan penelitian ini adalah sebagai berikut:

##### **a. Bagi Komunitas**

Berdasarkan hasil penelitian ini, didapati bahwa mayoritas anggota komunitas berada pada kategori penerimaan diri dan kebermaknaan hidup yang sedang, maka diharapkan pihak Komunitas Sahabat Mata dapat membantu anggota dalam meningkatkan proses penerimaan diri dan kebermaknaan hidup anggota Komunitas Sahabat Mata. Saran lain untuk komunitas agar dapat memfasilitasi para anggota dengan berbagai kegiatan positif sebagai bentuk upaya pengembangan potensi para anggota komunitas.

##### **b. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti topik yang sama mengenai penerimaan diri dan kebermaknaan hidup untuk memperluas bahasan dalam penelitian, dapat berupa menggunakan variabel lain yang mempengaruhi kebermaknaan hidup seperti religiusitas, produktivitas atau

pekerjaan, kualitas diri, dan berbagai faktor lainnya. Saran lain adalah dengan menggunakan metode lain seperti metode kualitatif agar data yang diperoleh dapat mengungkap keunikan individu (*individual differences*) dalam menemukan kebermaknaan hidup. Selain itu, dapat juga dengan memperluas cakupan populasi dalam penelitian.

## REFERENSI

- Arista, D. (2017). Kebermaknaan Hidup dan Religiusitas Pada Mantan Narapidana Kasus Pembunuhan. *Psikoborneo*, 5(3), 366–377.  
<https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v5i3.4422>
- Azwar, S. (2016). *Dasar-Dasar Psikometrika* (Edisi Kedua). Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi* (Edisi Kedua). Pustaka Pelajar.
- Bahkruddinsyah, R. (2016). Makna Hidup dan Arti Kebahagiaan Pada Lansia di Panti Werdha Nirwana Puri Samarinda. *Psikoborneo*, 4(1), 48–57.  
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v4i1>
- Bastaman, H. D. (1996). *Meraih Hidup Bermakna : Kisah Pribadi dengan Pengalaman Tragis*. Paramadina.
- Bastaman, H. D. (2020). *Logoterapi : Psikologi Untuk Menemukan Makna Hidup* (Edisi Pertama). PT. Raja Grafindo Persada.
- Battista, J., & Almond, R. (1973). The Development of Meaning in Life. *Psychiatry*, 36(4), 409–427.  
<https://doi.org/10.1080/00332747.1973.11023774>
- Berger, E. M. (1952). The relation between expressed acceptance of self and expressed acceptance of others. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 47(2), 778–782.  
<https://doi.org/10.1037/h0061311>
- Bukhori, B. (2006). Kesehatan Mental Mahasiswa Ditinjau dari Religiusitas dan Kebermaknaan Hidup. *PSIKOLOGIKA*, 11(22), 93–105.  
<https://doi.org/10.20885/psikologika.vol12.iss22.art2>
- Bukhori, B. (2012). Hubungan Kebermaknaan Hidup dan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kesehatan Mental Narapidana (Studi Kasus Nara Pidana Kota Semarang). *Jurnal Ad-Din*, 4(1), 1–19.

- Chaplin, J. P. (2011). *Kamus Lengkap Psikologi* (Edisi Ke-15). Raja Grafindo Persada.
- Chitra, D., & Karnan, P. (2017). A Study on Self-Acceptance and Academic Achievement Among High School Students in Vellore District. *International Journal of Educational Science and Research (IJESR)* , 7(2), 83–92.
- Coleridge, P. (1997). *Pembebasan dan Pembangunan : Perjuangan Penyandang Cacat di Negara-Negara Berkembang*. Pustaka Pelajar.
- Dewi, A., & Valentina, T. D. (2013). Hubungan Kelekatan Orangtua-Remaja dengan Kemandirian pada Remaja di SMK N 1 Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(1), 181–189.
- Frankl, V. E. (2006). *Man's Search For Meaning* (Edisi Pertama). Beacon Press.
- Fridayanti. (2013). Pemaknaan Hidup (Meaning in Life) Dalam Kajian Psikologi. *Psikologika*, 18(2), 189–197.  
<https://doi.org/10.20885/psikologika.vol18.iss2.art8>
- Hayyu, A., Olievia, D., & Mulyana, P. (2015). Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Kebermaknaan Hidup Pada Penyandang Tuna Rungu di Komunitas Persatuan Tuna Rungu Indonesia (PERTURI) Surabaya. *Jurnal Psikologi Teori & Terapan*, 5(2), 2087–1708.  
<https://doi.org/10.26740/jptt.v5n2.p111-118>
- Hicks, J. A., & King, L. A. (2009). Meaning in Life as a Subjective Judgment and a Lived Experience. *Social and Personality Psychology Compass*, 3(4), 638–653.  
<https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2009.00193.x>
- Hurlock, E. B. (1972). *Child Development*. McGraw-Hill Education.
- Kasiram, Moh. (2010). *Metodologi Penelitian :Refleksi Pengembangan Pemahaman dan Penguasaan Metodologi Penelitian* (Edisi Kedua). UIN Maliki Press.
- Khatimah, H. (2018). *Hubungan Antara Dukungan Keluarga dan Caregiver Burden Pada Family Caregiver Pasien Stroke*. [Skripsi Universitas Islam Indonesia].

- Krause, N. (2007). Longitudinal Study of Social Support and Meaning in Life. *Psychology and Aging*, 22(3), 456–469.  
<https://doi.org/10.1037/0882-7974.22.3.456>
- Kumaini, M. H., & Yasinta, N. P. (2021). Islamic Music Therapy Through Sholawat Jibril Audio to Grow Self-Acceptance in the Elderly. *ICONAC Proceedings : Proceedings of International Conference on Da'wa & Communication*, 168–176.  
<https://doi.org/10.15642/icondac.v3i1.515>
- Kurniawan, S. A. R. (2017). *Hubungan Penerimaan Diri Dengan Kebermaknaan Hidup Pada Lansia*. [Skripsi Universitas 17 Agustus 1945].
- Lambert, N. M., Stillman, T. F., Hicks, J. A., Kamble, S., Baumeister, R. F., & Fincham, F. D. (2013). To Belong Is to Matter: Sense of Belonging Enhances Meaning in Life. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 39(11), 1418–1427.  
<https://doi.org/10.1177/0146167213499186>
- Latipun. (2015). *Psikologi Eksperimen* (Edisi Ketiga). UMM Press.
- Maharani, D., & Adriansyah, M. A. (2021). Hubungan Penerimaan Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Adaptasi Sosial Pada Anak yang Menjadi Korban Perceraian Orang Tua. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9, 909–920.  
<https://doi.org/10.30872/psikoborneo>
- Manja Sari, N., & Eko Purwaningsih, I. (2012). Hubungan Kebermaknaan Hidup dengan Penerimaan Diri pada Kaum Waria di Yogyakarta. *Jurnal SPIRITS*, 3(1), 76–84.  
<https://doi.org/10.30738/spirits.v3i1.1127>
- Megasari, A. P. (2016). *Hubungan Penerimaan Diri Dengan Kebermaknaan Hidup Pada Remaja Tuna Daksa* [Skripsi Universitas Kristen Satya Wacana].
- Mony, W., Kardo, R., & Adison, J. (2021). Hubungan Dukungan Sosial dengan Kebermaknaan Hidup pada Penyandang Tuna Netra di Panti Sosial Bina Netra "Tuah Sakato" Padang. *Edumaspul: Jurnal Pendidikan*, 5(1), 320–326.

Mulyo Handayani, M., Ratnawati, S., & Fadilla Helmi, A. (1998). Efektifitas Pelatihan Pengenalan Diri Terhadap Peningkatan Penerimaan Diri Dan Harga Diri. *Jurnal Psikologi*, 2, 47–55.

<https://doi.org/10.22146/jpsi.7504>

Nuryadi, Dewi Astuti, T., Sri Utami, E., & Budiantara, M. (2017). *Dasar-Dasar Statistik Penelitian* (Edisi Pertama). Gramasurya.

Persatuan Tunanetra Indonesia. (04 Maret 2017). *Siaran Pers: Peran Strategis Pertuni dalam Memberdayakan Tunanetra di Indonesia*.

Puspasari, D., & Alfian, I. N. (2012). Makna Hidup Penyandang Cacat Fisik Postnatal Karena Kecelakaan. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 1(2), 151–157.

Putri, A. F. (2018). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35.

<https://doi.org/10.23916/08430011>

Rahmah. (2019). Penerimaan Diri Bagi Penyandang Disabilitas Netra. *Al-Hadharah : Jurnal Ilmu Dakwah*, 18(2), 1–16.

<https://doi.org/10.18592/alhadharah.v18i2.3380>

Safarina, N. A., & Maulayani, M. (2021). Self-Acceptance As a Predictor of Self-Esteem in Victims of Body Shaming. *INSPIRA: Indonesian Journal of Psychological Research*, 2(1), 5–11.

<https://doi.org/10.32505/inspira.v2i1.2946>

Satrio, A. B., & Muhid, A. (2021). Efektifitas Therapy pemaafan untuk meningkatkan Self -Acceptance pada orang dengan HIV/AIDS (ODHA). *Konseling : Jurnal Ilmiah Penelitian Dan Penerapannya*, 2(4), 89–95.

<https://doi.org/10.31960/konseling.v2i4.1016>

Siahaan, F. L., & Gatari, E. (2020). Searching for meaning: The mediating role of work engagement in the relationship between meaningful work and turnover



intention of Millennials. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(1), 15.

<https://doi.org/10.21580/pjpp.v5i1.4305>

Sugiarti, L. (2008). *Gambaran Penerimaan Diri Pada Wanita Involuntary Childless* [Skripsi Universitas Indonesia].

Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Sujoko, & Khasan, M. (2017). Kebermaknaan Hidup Pada Punks di Surakarta. *Intuisi : Jurnal Psikologi Ilmiah*, 9(2), 55–71.

<https://doi.org/10.15294/intuisi.v9i2.11605>

Sumanto. (2006). Kajian Psikologis Kebermaknaan Hidup. *Buletin Psikologi*, 14, 115–135.

Supratiknya, A. (1997). *Komunikasi Antar Pribadi*. Kanisius.

Susanti, M. A., & Yusuf, U. (2019). *Studi Deskriptif Kebermaknaan Hidup pada Penyandang Tunadaksa Karena Kecelakaan (Studi di Lembaga Penyandang Disabilitas Cimahi)* (Bandung, 801–807).

Wardani, D. F. (2019). *Religiusitas dan Kesejahteraan Subjektif Pada Guru Taman Penitipan Anak di Yogyakarta* [Skripsi Universitas Islam Indonesia].

Yalom, I. D. (1980). *Existential Psychotherapy*. Basic Books.

Yusuf, Y. M. (2015). Sastra dan Difabel: Menilik Citra Difabel dalam Novel Biola Tak Berdawai dari Sudut Pandang Sosiologi Sastra Ian Watt. *INKLUSI: Journal of Disability Studies*, 2(1), 21–40.

<https://doi.org/10.14421/ijds.020102>

Zaini, M. (2020). Pengaruh Efikasi Diri dan Dukungan Guru Tahfidz terhadap Motivasi Menghafal Al-Quran. *Psikoborneo*, 8, 529–540.

<https://doi.org/10.30872/psikoborneo>

## LAMPIRAN 1

### **Blueprint Penelitian Hubungan antara Penerimaan Diri dengan Kebermaknaan Hidup Pada Penyandang Tunanetra Anggota Komunitas Sahabat Mata Semarang**

#### 1. *Blueprint* Skala Kebermaknaan Hidup

Aspek	Indikator	Nomor Aitem	
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Pemahaman Diri	Memiliki kemampuan memahami diri dan keinginan untuk berubah ke arah yang lebih positif dengan merubah kondisi menjadi lebih baik	5) Saya memiliki tekad kuat untuk mengubah kondisi hidup saya menjadi lebih baik 31) Saya merasa mampu menemukan makna dan tujuan hidup dengan sangat baik 36) Saya memahami diri saya lebih dari siapa pun	18) Saya merasa terpuruk karena selalu dibayangi kekurangan yang saya miliki 21) Sulit untuk menerima keadaan dan berusaha memahami diri sendiri 29) Saya kesulitan menjadi sosok yang apa adanya
Makna Hidup	Memiliki nilai yang dijadikan pegangan atau tujuan hidup	1) Saya berusaha mengambil makna dari setiap musibah yang saya alami 17) Tujuan hidup yang saya miliki harus tercapai 20) Menurut saya, kejujuran dan kebenaran adalah	6) Saya merasakan kekosongan dalam hidup karena kesulitan dalam menemukan tujuan hidup yang jelas 8) Hidup yang saya jalani terasa kosong dan tanpa tujuan. 26) Ketika

		pedoman dalam menjalani hidup	mengetahui bahwa saya kehilangan kemampuan penglihatan, saya merasa hilang arah dan tujuan
Perubahan Sikap	Merubah sikap dari negatif menjadi positif untuk menyikapi masalah dengan tepat	7) Menurut saya, fokus pada kekurangan yang kita miliki hanya akan membuang-buang waktu 16) Saya mampu menerima kekurangan fisik saya dengan cara berpikir positif 25) Menurut saya, berpikir positif akan mendatangkan dampak yang positif pula	2) Saya membiarkan masalah begitu saja tanpa menyelesaikannya dengan anggapan akan teratasi dengan sendirinya 3) Masalah akan selesai dengan sendirinya meskipun saya abaikan 19) Berpikir positif bukan cara yang tepat untuk menyelesaikan masalah
Komitmen Diri	Sikap diri dalam berkomitmen terhadap tujuan dan makna hidup	22) Saya memiliki tekad yang kuat dalam mencapai hidup yang bermakna 13) Saya adalah orang yang gigih dan berkomitmen dalam mencapai sesuatu 27) Makna hidup	9) Saya orang yang sulit berkomitmen dan bertanggung jawab 24) Saya tipikal orang yang sulit berkomitmen dengan tujuan yang saya buat sendiri 35) Tujuan hidup yang saya miliki

		merupakan sesuatu yang penting untuk ditemukan	hanya menjadi angan-angan yang sulit terwujud
Kegiatan yang Terarah	Melakukan kegiatan yang menunjang pengembangan potensi diri	10) Saya berusaha mengasah kemampuan baru dengan terus berlatih dan belajar 30) Saya berusaha menggunakan waktu luang untuk melakukan sesuatu yang bermanfaat 32) Keterampilan yang saya pelajari sangat berarti dalam pengembangan diri saya	4) Saya merasa bahwa kondisi fisik menghambat saya dalam meraih impian dan tujuan hidup 12) Menyadari dan berusaha menemukan makna hidup adalah sesuatu yang sia-sia 15) Dengan kondisi fisik yang saya miliki, saya merasa tidak ada gunanya mengasah potensi yang saya miliki
Dukungan Sosial	Dukungan dari orang terdekat	23) Pengertian dan dukungan orang terdekat membuat saya merasa lebih kuat dalam menghadapi masa sulit 33) Menurut saya, dukungan orang terdekat menjadi penguat saya dalam menghadapi situasi sulit	11) Dukungan keluarga bukan sesuatu yang cukup penting bagi saya 14) Bagi saya, dukungan yang diberikan orang lain hanya omong kosong yang sia-sia 28) Saya rasa orang-orang tak acuh dengan saya

		34) Dukungan dari keluarga membuat saya lebih bersemangat dalam menjalani hidup	
Total			36

## 2. *Blueprint* Skala Penerimaan Diri

Aspek	Indikator	Nomor Aitem	
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Memahami diri	Mengetahui apa kelebihan dan kekurangan diri	1) Saya mampu mengidentifikasi kelebihan dan kekurangan yang ada pada diri saya 23) Saya memiliki keyakinan diri yang cukup kuat dan itu membuat saya yakin pada diri saya sendiri. 43) Saya mampu berdamai dan menerima kondisi fisik saya	15) Saya sulit menerima kondisi fisik saya yang berbeda dari orang lain 17) Saya merasa bahwa kondisi saya sekarang sangat memalukan di mata orang lain 44) Saya tersinggung jika seseorang membahas kekurangan fisik yang saya miliki
Adanya harapan yang realistis	Memiliki standar pribadi yang tidak diintervensi orang lain	16) Saya fokus pada tujuan dan mengabaikan komentar buruk orang lain 24) Orang lain boleh memberi masukan, namun	2) Saya merasa hidup saya terlalu mengikuti standar yang diberikan oleh orang lain 14) Saya mudah terpengaruh oleh perkataan orang lain 45) Saya selalu

		<p>saya yang berhak untuk memutuskan apa yang akan saya lakukan</p> <p>53) Terlepas dari keterbatasan yang saya miliki, saya bertekad untuk mewujudkan impian dengan usaha sendiri</p>	<p>mengiyakan permintaan orang lain yang membutuhkan bantuan saya</p>
<p>Terhindar dari hambatan lingkungan</p>	<p>Adanya dukungan penuh dari lingkungan</p>	<p>3) Orang-orang di sekitar saya memberikan dukungan dan apresiasi atas pencapaian yang berhasil saya dapatkan</p> <p>13) Saya senang karena keberhasilan saya diapresiasi oleh keluarga</p> <p>18) Teman-teman saya kerap memberikan semangat ketika sedang melewati kondisi sulit</p>	<p>25) Saya mendapat sedikit sekali dukungan dari orang-orang terdekat</p> <p>28) Keluarga saya kurang berempati ketika sedang berada dalam kondisi sulit</p> <p>46) Saya merasa kesulitan dalam menghadapi masalah jika tidak ada dukungan yang saya peroleh dari orang-orang terdekat</p>
<p>Sikap sosial</p>	<p>Mampu menerima berbagai macam kritikan dari orang lain</p>	<p>26) Menurut saya, kritik bisa menjadi sarana agar saya berkembang</p>	<p>12) Saya sulit menerima kritik yang dilontarkan oleh orang lain</p>

		<p>menjadi pribadi yang lebih baik lagi</p> <p>27) Penting bagi saya untuk mendapat masukan, kritik, atau saran dari orang lain sebagai bentuk evaluasi diri</p> <p>49) Saya terbuka atas kritik yang diberikan oleh orang lain</p>	<p>19) Saya kesulitan dalam bersosialisasi karena takut keberadaan saya akan ditolak oleh orang lain</p> <p>29) Saya takut orang-orang akan menertawakan saya jika saya mengatakan hal-hal yang ternyata dianggap salah</p>
Tekanan emosi	Memiliki kemampuan mengendalikan emosi yang stabil	<p>11) Saya adalah tipikal orang yang berpikir sebelum bertindak</p> <p>30) Saya mampu mengesampingkan emosi ketika sedang marah</p> <p>31) Saya adalah orang yang sulit tersinggung</p>	<p>4) Saya kesulitan memahami perasaan yang sedang saya rasakan</p> <p>20) Saya cenderung labil ketika sedang sedih atau marah</p> <p>42) Marah merupakan respon saya dalam mengekspresikan ketidaksukaan saya terhadap orang lain</p>
Percaya atas kemampuan yang dimiliki	Mampu mengembangkan kelebihan yang dimiliki dan terpaku pada kekurangan	<p>5) Wajar bagi siapa pun untuk memiliki sisi lemah atau kekurangan</p> <p>10) Saya mengembangkan kelebihan yang saya miliki dengan</p>	<p>22) Saya enggan untuk berkarya karena sangat jarang mendapat pujian</p> <p>32) Saya takut jika seseorang mengetahui kelemahan saya</p> <p>47) Saya merasa</p>

		<p>melakukan kegiatan-kegiatan positif</p> <p>21) Kelemahan yang saya miliki bukan sesuatu yang harus dianggap buruk</p>	<p>bahwa keterbatasan saya dianggap sebagai sesuatu yang menyusahkan orang lain</p>
<p>Kemampuan menyesuaikan diri</p>	<p>Memiliki kemampuan yang baik dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan</p>	<p>9) Saya mampu berbaur dengan orang-orang baru</p> <p>33) Saya dapat memulai percakapan dengan orang baru</p> <p>37) Saya menyukai lingkungan pertemanan baru</p>	<p>6) Saya lebih memilih diam daripada harus memulai percakapan dengan orang asing</p> <p>40) Saya merasa kesulitan untuk berkenalan dengan orang baru</p> <p>54) Saya kesulitan berbaur karena mudah merasa minder</p>
<p>Perspektif diri</p>	<p>Memiliki anggapan bahwa diri sendiri sama seperti orang lain</p>	<p>7) Saya merasa bahwa saya sedang berada di level yang sama dengan orang lain</p> <p>39) Saya beranggapan bahwa semua orang memiliki kedudukan yang sama dan setara</p> <p>51) Saya adalah manusia biasa yang memiliki</p>	<p>34) Saya merasa berbeda dari orang lain.</p> <p>38) Saya merasa lebih rendah dari orang lain</p> <p>48) Saya merasa rendah diri ketika harus bertemu dengan teman-teman saya yang jauh lebih hebat</p>



		kekurangan, namun saya tetap percaya diri karena yakin bahwa saya berkompeten	
Pola pribadi yang sehat	Merasa berharga dan tidak rendah diri	35) Saya adalah manusia yang berharga dan setara dengan orang lain 36) Saya percaya diri ketika bertemu orang baru karena saya merasa bahwa saya adalah orang yang berharga 52) Terlepas dari kekurangan fisik yang saya miliki, saya adalah orang yang berharga	8) Saya sering terganggu oleh perasaan rendah diri 41) Saya cukup pemalu dan sadar diri dalam situasi sosial 50) Saya merasa kurang pantas menerima kebaikan dari orang lain
Total			54

## LAMPIRAN 2

### SKALA PENELITIAN

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh

Perkenalkan, saya Crossita Nabila Shofiefany, mahasiswa Psikologi UIN Walisongo Semarang yang sedang melaksanakan penelitian skripsi pada anggota Komunitas Sahabat Mata Semarang.

Demi terselenggaranya penelitian ini, saya sangat berterima kasih banyak jika kiranya anda dapat membantu mengisi skala penelitian di bawah ini.

1. Dibawah ini akan disajikan pernyataan-pernyataan yang merepresentasikan diri anda. Adapun pilihan jawabannya adalah sebagai berikut :
  - 1 : Sangat Tidak Sesuai
  - 2 : Tidak Sesuai
  - 3 : Netral
  - 4 : Sesuai
  - 5 : Sangat Sesuai
2. Mohon untuk menjawab dengan jujur dan pilihlah yang paling sesuai dan menggambarkan diri anda.
3. Informasi dan jawaban yang anda berikan akan dijaga kerahasiaannya sesuai dengan kode etik dan hanya akan digunakan untuk keperluan penelitian

Jika ada pertanyaan lebih lanjut, anda dapat menghubungi peneliti melalui surel berikut: [nabilacrossita@gmail.com](mailto:nabilacrossita@gmail.com)

Terima kasih

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh

**Skala 1**

<b>No.</b>	<b>Pernyataan</b>	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>N</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>
1.	Saya berusaha mengambil makna dari setiap musibah yang saya alami					
2.	Saya membiarkan masalah begitu saja tanpa menyelesaikannya dengan anggapan akan teratasi dengan sendirinya					
3.	Masalah akan selesai dengan sendirinya meskipun saya abaikan					
4.	Saya merasa bahwa kondisi fisik menghambat saya dalam meraih impian dan tujuan hidup					
5.	Saya memiliki tekad kuat untuk mengubah kondisi hidup saya menjadi lebih baik					
6.	Saya merasakan kekosongan dalam hidup karena kesulitan dalam menemukan tujuan hidup yang jelas					
7.	Menurut saya, fokus pada kekurangan yang kita miliki hanya akan membuang-buang waktu					
8.	Hidup yang saya jalani terasa kosong dan tanpa tujuan.					
9.	Saya orang yang sulit berkomitmen dan bertanggung jawab					
10.	Saya berusaha mengasah kemampuan baru dengan terus berlatih dan belajar					
11.	Dukungan keluarga bukan sesuatu yang cukup penting bagi saya					
12.	Menyadari dan berusaha menemukan makna hidup adalah sesuatu yang sia-sia					
13.	Saya adalah orang yang gigih dan berkomitmen dalam mencapai sesuatu					

14.	Bagi saya, dukungan yang diberikan orang lain hanya omong kosong yang sia-sia					
15.	Dengan kondisi fisik yang saya miliki, saya merasa tidak ada gunanya mengasah potensi yang saya miliki					
16.	Saya mampu menerima kekurangan fisik saya dengan cara berpikir positif					
17.	Tujuan hidup yang saya miliki harus tercapai					
18.	Saya merasa terpuruk karena selalu dibayangi kekurangan yang saya miliki					
19.	Berpikir positif bukan cara yang tepat untuk menyelesaikan masalah					
20.	Menurut saya, kejujuran dan kebenaran adalah pedoman dalam menjalani hidup					
21.	Sulit untuk menerima keadaan dan berusaha memahami diri sendiri					
22.	Saya memiliki tekad yang kuat dalam mencapai hidup yang bermakna					
23.	Pengertian dan dukungan orang terdekat membuat saya merasa lebih kuat dalam menghadapi masa sulit					
24.	Saya tipikal orang yang sulit berkomitmen dengan tujuan yang saya buat sendiri					
25.	Menurut saya, berpikir positif akan mendatangkan dampak yang positif pula					
26.	Ketika mengetahui bahwa saya kehilangan kemampuan penglihatan, saya merasa hilang arah dan tujuan					
27.	Makna hidup merupakan sesuatu yang penting untuk ditemukan					
28.	Saya rasa orang-orang tak acuh dengan saya					
29.	Saya kesulitan menjadi sosok yang apa adanya					

30.	Saya berusaha menggunakan waktu luang untuk melakukan sesuatu yang bermanfaat					
31.	Saya merasa mampu menemukan makna dan tujuan hidup dengan sangat baik					
32.	Keterampilan yang saya pelajari sangat berarti dalam pengembangan diri saya					
33.	Menurut saya, dukungan orang terdekat menjadi penguat saya dalam menghadapi situasi sulit					
34.	Dukungan dari keluarga membuat saya lebih bersemangat dalam menjalani hidup					
35.	Tujuan hidup yang saya miliki hanya menjadi angan-angan yang sulit terwujud					
36.	Saya memahami diri saya lebih dari siapa pun					

**Skala 2**

<b>No.</b>	<b>Pernyataan</b>	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>N</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>
1.	Saya mampu mengidentifikasi kelebihan dan kekurangan yang ada pada diri saya					
2.	Saya merasa hidup saya terlalu mengikuti standar yang diberikan oleh orang lain					
3.	Orang-orang di sekitar saya memberikan dukungan dan apresiasi atas pencapaian yang berhasil saya dapatkan					
4.	Saya kesulitan memahami perasaan yang sedang saya rasakan					
5.	Wajar bagi siapa pun untuk memiliki sisi lemah atau kekurangan					
6.	Saya lebih memilih diam daripada harus memulai percakapan dengan orang asing					
7.	Saya merasa bahwa saya sedang berada di level yang sama dengan orang lain					
8.	Saya sering terganggu oleh perasaan rendah diri					
9.	Saya mampu berbaur dengan orang-orang baru					
10.	Saya mengembangkan kelebihan yang saya miliki dengan melakukan kegiatan-kegiatan positif					
11.	Saya adalah tipikal orang yang berpikir sebelum bertindak					
12.	Saya sulit menerima kritik yang dilontarkan oleh orang lain					
13.	Saya senang karena keberhasilan saya diapresiasi oleh keluarga					
14.	Saya mudah terpengaruh oleh perkataan orang lain					

15.	Saya sulit menerima kondisi fisik saya yang berbeda dari orang lain					
16.	Saya fokus pada tujuan dan mengabaikan komentar buruk orang lain					
17.	Saya merasa bahwa kondisi saya sekarang sangat memalukan di mata orang lain					
18.	Teman-teman saya kerap memberikan semangat ketika sedang melewati kondisi sulit					
19.	Saya kesulitan dalam bersosialisasi karena takut keberadaan saya akan ditolak oleh orang lain					
20.	Saya cenderung labil ketika sedang sedih atau marah					
21.	Kelemahan yang saya miliki bukan sesuatu yang harus dianggap buruk					
22.	Saya enggan untuk berkarya karena sangat jarang mendapat pujian					
23.	Saya memiliki keyakinan diri yang cukup kuat dan itu membuat saya yakin pada diri saya sendiri.					
24.	Orang lain boleh memberi masukan, namun saya yang berhak untuk memutuskan apa yang akan saya lakukan					
25.	Saya mendapat sedikit sekali dukungan dari orang-orang terdekat					
26.	Menurut saya, kritik bisa menjadi sarana agar saya berkembang menjadi pribadi yang lebih baik lagi					
27.	Penting bagi saya untuk mendapat masukan, kritik, atau saran dari orang lain sebagai bentuk evaluasi diri					
28.	Keluarga saya kurang berempati ketika sedang berada dalam kondisi sulit					

29.	Saya takut orang-orang akan menertawakan saya jika saya mengatakan hal-hal yang ternyata dianggap salah					
30.	Saya mampu mengesampingkan emosi ketika sedang marah					
31.	Saya adalah orang yang sulit tersinggung					
32.	Saya takut jika seseorang mengetahui kelemahan saya					
33.	Saya dapat memulai percakapan dengan orang baru					
34.	Saya merasa berbeda dari orang lain.					
35.	Saya adalah manusia yang berharga dan setara dengan orang lain					
36.	Saya percaya diri ketika bertemu orang baru karena saya merasa bahwa saya adalah orang yang berharga					
37.	Saya menyukai lingkungan pertemanan baru					
38.	Saya merasa lebih rendah dari orang lain					
39.	Saya beranggapan bahwa semua orang memiliki kedudukan yang sama dan setara					
40.	Saya merasa kesulitan untuk berkenalan dengan orang baru					
41.	Saya cukup pemalu dan sadar diri dalam situasi sosial					
42.	Marah merupakan respon saya dalam mengekspresikan ketidaksukaan saya terhadap orang lain					
43.	Saya mampu berdamai dan menerima kondisi fisik saya					
44.	Saya tersinggung jika seseorang membahas kekurangan fisik yang saya miliki					
45.	Saya selalu mengiyakan permintaan orang lain yang membutuhkan bantuan saya					



46.	Saya merasa kesulitan dalam menghadapi masalah jika tidak ada dukungan yang saya peroleh dari orang-orang terdekat					
47.	Saya merasa bahwa keterbatasan saya dianggap sebagai sesuatu yang menyusahkan orang lain					
48.	Saya merasa rendah diri ketika harus bertemu dengan teman-teman saya yang jauh lebih hebat					
49.	Saya terbuka atas kritik yang diberikan oleh orang lain					
50.	Saya merasa kurang pantas menerima kebaikan dari orang lain					
51.	Saya adalah manusia biasa yang memiliki kekurangan, namun saya tetap percaya diri karena yakin bahwa saya berkompeten					
52.	Terlepas dari kekurangan fisik yang saya miliki, saya adalah orang yang berharga					
53.	Terlepas dari keterbatasan yang saya miliki, saya bertekad untuk mewujudkan impian dengan usaha sendiri					
54.	Saya kesulitan berbaur karena mudah merasa minder					

**LAMPIRAN 3****UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS****1. TOTAL SKOR SUBJEK PENELITIAN**

Responden	Kebermaknaan Hidup (Y)	Penerimaan Diri (X <sub>1</sub> )
1.	100	138
2.	108	131
3.	111	131
4.	108	152
5.	99	160
6.	112	183
7.	86	126
8.	100	134
9.	94	152
10.	119	171
11.	100	123
12.	114	168
13.	93	126
14.	109	158
15.	103	155
16.	107	106
17.	121	162

18.	108	162
19.	122	161
20.	108	143
21.	97	159
22.	112	160
23.	80	137
24.	105	174
25.	102	167
26.	107	177
27.	112	167
28.	103	182
29.	110	180
30.	113	181
31.	114	184
32.	118	175
33.	106	181
34.	105	161
35.	110	170
36.	118	176
37.	109	159
38.	98	159
39.	105	166
40.	98	167

41.	117	180
42.	105	165
43.	106	176

## 2. SKALA KEBERMAKNAAN HIDUP

### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	43	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	43	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.843	36

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
KH01	146.42	99.392	.236	.841
KH02	146.40	99.673	.209	.842
KH03	146.58	100.535	.146	.843
KH04	146.93	99.733	.084	.848
KH05	146.40	97.721	.430	.837
KH06	147.02	92.976	.573	.832
KH07	146.47	93.683	.544	.833
KH08	146.51	96.208	.442	.836
KH09	146.58	95.963	.514	.835
KH10	146.53	94.731	.655	.832
KH11	146.84	93.616	.516	.833
KH12	146.33	96.891	.469	.836
KH13	146.72	96.016	.500	.835
KH14	146.58	97.440	.356	.838
KH15	146.09	99.324	.324	.840
KH16	146.67	98.796	.202	.842

KH17	146.65	101.375	.044	.845
KH18	146.79	95.265	.375	.838
KH19	146.77	95.992	.246	.843
KH20	146.07	97.638	.548	.836
KH21	147.07	96.114	.258	.842
KH22	146.77	94.802	.558	.833
KH23	146.63	95.715	.517	.835
KH24	146.93	99.257	.149	.844
KH25	146.53	93.302	.582	.832
KH26	147.49	101.922	-.038	.855
KH27	146.53	97.826	.404	.838
KH28	147.30	98.978	.188	.843
KH29	146.74	93.671	.497	.834
KH30	146.60	92.769	.675	.830
KH31	146.98	94.166	.563	.833
KH32	146.30	98.597	.342	.839
KH33	146.44	98.967	.307	.840
KH34	146.44	99.491	.254	.841
KH35	146.88	97.772	.270	.841
KH36	147.12	99.200	.072	.852

### 3. SKALA PENERIMAAN DIRI

#### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	43	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	43	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.924	54

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
PD01	207.86	392.932	.423	.923
PD02	207.79	384.408	.570	.921
PD03	207.91	400.277	.160	.924
PD04	208.07	397.733	.233	.924
PD05	207.30	394.930	.353	.923
PD06	208.21	378.027	.712	.920
PD07	208.49	388.113	.412	.923
PD08	208.16	386.949	.444	.922
PD09	207.72	394.301	.379	.923
PD10	207.65	394.852	.403	.923
PD11	207.60	401.197	.141	.924
PD12	208.09	393.039	.356	.923
PD13	207.67	397.701	.259	.924
PD14	207.91	389.182	.535	.922
PD15	207.84	385.711	.640	.921
PD16	207.70	391.883	.358	.923
PD17	207.67	379.796	.629	.921
PD18	207.79	392.884	.437	.922
PD19	208.26	373.814	.659	.920
PD20	208.28	381.349	.542	.921
PD21	207.49	395.303	.301	.923
PD22	207.60	385.102	.638	.921
PD23	207.37	397.715	.331	.923
PD24	207.63	396.953	.277	.924
PD25	208.05	381.569	.640	.921
PD26	207.60	403.245	.108	.924
PD27	207.84	405.759	-.034	.926
PD28	207.70	388.835	.479	.922

PD29	208.23	378.611	.598	.921
PD30	208.07	401.305	.128	.924
PD31	208.74	390.719	.345	.923
PD32	207.63	384.430	.617	.921
PD33	207.88	386.296	.499	.922
PD34	208.33	383.463	.540	.921
PD35	207.77	399.278	.186	.924
PD36	208.23	385.564	.431	.923
PD37	207.81	392.012	.456	.922
PD38	207.77	386.992	.612	.921
PD39	207.77	403.040	.044	.926
PD40	207.91	387.753	.517	.922
PD41	208.28	376.777	.641	.920
PD42	207.88	402.248	.065	.925
PD43	207.51	396.780	.363	.923
PD44	207.98	383.404	.539	.921
PD45	208.91	392.991	.308	.924
PD46	208.58	389.249	.352	.923
PD47	208.00	390.524	.340	.923
PD48	208.12	382.867	.761	.920
PD49	207.84	403.759	.066	.924
PD50	208.02	386.499	.559	.921
PD51	207.56	390.443	.547	.922
PD52	207.63	398.049	.226	.924
PD53	207.58	409.202	-.230	.926
PD54	208.09	376.658	.693	.920



## LAMPIRAN 4

### DESKRIPTIF DATA

#### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kebermaknaan Hidup	43	80	122	106.33	8.763
Penerimaan Diri	43	106	184	159.19	19.139
Valid N (listwise)	43				

a) Perhitungan Kategori Skor Skala Penerimaan Diri

#### Kategori\_PD

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	9	20.9	20.9	20.9
	Sedang	27	62.8	62.8	83.7
	Tinggi	7	16.3	16.3	100.0
	Total	43	100.0	100.0	

Xmax : 184

Xmin : 106

Mean : 159,19

SD : 19,139

Rumus Interval	Kategorisasi
$X < (159,19 - 19,139)$ $X < 140,051$	Rendah
$(159,19 - 19,139) \leq X \leq (159,19 + 19,139)$ $140,051 \leq X \leq 178,329$	Sedang
$X \geq (159,19 + 19,139)$ $X \geq 178,329$	Tinggi

## b) Perhitungan Kategori Skor Skala Kebermaknaan Hidup

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	5	11.6	11.6	11.6
	Sedang	32	74.4	74.4	86.0
	Tinggi	6	14.0	14.0	100.0
	Total	43	100.0	100.0	

Xmax : 122

Xmin : 80

Mean : 106,33

Range : Xmax-Xmin = (122-80) = 42

SD : 8,763

Rumus Interval	Kategorisasi
$X < (106,33 - 8,763)$ $X < 97,567$	Rendah
$(106,33 - 8,763) \leq X \leq (106,33 + 8,763)$ $97,567 \leq X \leq 115,093$	Sedang
$X \geq (106,33 + 8,763)$ $X \geq 115,093$	Tinggi

## LAMPIRAN 5

### UJI ASUMSI DAN HIPOTESIS

#### a. Uji Normalitas

##### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		43
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	7.68702983
Most Extreme Differences	Absolute	.043
	Positive	.034
	Negative	-.043
Test Statistic		.043
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

#### b. Uji Linearitas Penerimaan Diri dengan Kebermaknaan Hidup

##### ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kebermaknaan Hidup * Penerimaan Diri	Between Groups	(Combined)	2471.275	29	85.216	1.469	.235
		Linearity	743.644	1	743.644	12.819	.003
		Deviation from Linearity	1727.631	28	61.701	1.064	.472
	Within Groups		754.167	13	58.013		
	Total		3225.442	42			

#### c. Uji Hipotesis

##### Correlations

		Kebermaknaan Hidup	Penerimaan Diri
Kebermaknaan Hidup	Pearson Correlation	1	.480**
	Sig. (2-tailed)		.001
	N	43	43
Penerimaan Diri	Pearson Correlation	.480**	1
	Sig. (2-tailed)	.001	
	N	43	43

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

## LAMPIRAN 6

## DOKUMENTASI



## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### A. Identitas Diri

1. Nama : Crossita Nabila Shofiefany
2. Tempat & Tgl. Lahir : Pati, 24 Juli 2000
3. Alamat : Ds. Asempapan, Kec. Trangkil, Kab. Pati
4. Email : [nabilacrossita@gmail.com](mailto:nabilacrossita@gmail.com)
5. LinkedIn : Crossita Nabila Shofiefany

### B. Riwayat Pendidikan

1. RA Thoriqotul Ulum Tlogoharum (2004 – 2006)
2. MI Thoriqotul Ulum Tlogoharum (2006 – 2012)
3. MTs Thoriqotul Ulum Tlogoharum (2012 – 2015)
4. MA Raudlatul Ulum Guyangan (2015 – 2018)

Semarang, Juni 2022



Crossita Nabila Shofiefany

NIM. 1807016155