



### **SELF-COMPASSION, SELF-ACCEPTANCE AND LIFE SATISFACTION IN PSYCHOTIC ELDERLY**

### **SELF- COMPASSION, PENERIMAAN DIRI DAN KEPUASAN HIDUP PADA LANSIA PSIKOTIK**

**Khoirunnisa Karmita Nadyastuti<sup>1</sup>, Wahyu Rahardjo<sup>2</sup>, Ira Puspitawati<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup> Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma

E-mail: [khoirunnisakarmitant@gmail.com](mailto:khoirunnisakarmitant@gmail.com)

#### **ARTICLE INFO**

##### **Correspondent**

**Khoirunnisa Karmita  
Nadyastuti**  
[khoirunnisakarmitant@gmail.com](mailto:khoirunnisakarmitant@gmail.com)

##### **Key words:**

*accepting yourself, life  
satisfaction, psychotic  
elderly, self compassion*

##### **Website:**

[https://idm.or.id/JSER/index.  
php/JSER](https://idm.or.id/JSER/index.php/JSER)

**Page: 2169 - 2180**

#### **ABSTRACT**

*Elderly is a term that is pinned to individuals who are 60 years old and will experience an aging process. This study focuses on the psychotic elderly which aims to explore self-compassion, self-acceptance and life satisfaction of the psychotic elderly. The method used in this study is a quantitative method with purposive sampling and regression analysis techniques by searching for quantitative data using the self-compassion scale and self-acceptance scale and life satisfaction scale. The study was conducted on 61 psychotic elderly at the Tresna Werdha Budi Mulia Social Institution 3. The results showed that there was a significant effect of self-compassion, self-acceptance and life satisfaction on the psychotic elderly.*

*Copyright © 2023 JSER. All rights reserved.*

INFO ARTIKEL	ABSTRAK
<p><b>Koresponden</b> <b>Khoirunnisa Karmita</b> <b>Nadyastuti</b> <i>khoirunnisakarmitant@gmail.com</i></p> <p><b>Kata kunci:</b> kepuasan hidup, lansia psikotik, penerimaan diri, self compassion</p> <p><b>Website:</b> <i><a href="https://idm.or.id/JSER/index.php/JSER">https://idm.or.id/JSER/index.php/JSER</a></i></p> <p><b>Hal: 2169 - 2180</b></p>	<p>Lansia merupakan istilah yang disematkan kepada individu yang sudah berusia 60 tahun dan akan mengalami suatu proses penuaaan. Penelitian ini berfokus pada lansia psikotik yang bertujuan untuk mengeksplorasi <i>self - compassion</i>, penerimaan diri dan kepuasan hidup lansia psikotik. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan tehnik pengambilan sample <i>purposive sampling</i> dan tehnik Regresion Analysis dengan pencarian data kuantitatif menggunakan Skala Welas Diri (<i>self-compassion scale</i>) dan Skala Penerimaan Diri (<i>self-acceptance</i>) dan Skala Kepuasan Hidup. Penelitian dilakukan kepada 61 lansia psikotik di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3. Hasil Penelitian menunjukan bahwa terdapat pengaruh signifikan <i>self-compassion</i>, penerimaan diri dan kepuasan hidup pada lansia psikotik.</p> <p>Copyright © 2023 JSER. All rights reserved.</p>

## PENDAHULUAN

Lansia merupakan istilah yang disematkan kepada individu yang sudah berusia 60 tahun. Lansia terbagi atas lima klasifikasi berdasarkan Depkes RI 2013 yaitu pra lansia (kisaran usia antara 45-59 tahun), lansia (usia 60 tahun keatas), lansia resiko tinggi (usia 70 tahun keatas maupun orang yang berusia 60 tahun keatas dengan kondisi kesehatan yang bermasalah), lansia potensial dan tidak potensial. Lansia yang potensial merupakan lansia yang masih memiliki kemampuan terhadap aktivitasnya secara mandiri. Sedangkan lansia tidak potensial merupakan lansia yang sudah tidak mampu dalam melakukan aktivitasnya secara mandiri dan akan ketergantungan dengan orang lain. Menurut Padila (2013), lansia memiliki karakteristik yang terbagi atas 3 diantaranya: 1) berusia lebih dari 60 tahun, 2) keperluan dan permasalahan yang beragam dimulai dari rentang sehat hingga rentang sakit, dari kebutuhan psikososial sampai kebutuhan spiritual, serta 3) lingkungan tempat lansia tinggal yang beragam. Selain itu, agar dapat mencapai kepuasan dalam menjalankan kehidupan lansia memiliki tugas dan perkembangan yang harus dipenuhi, pada usia ini tugas yang harus tercapai adalah individu dapat mengabdikan diri untuk mencapai keseimbangan antara generativity dengan *self-absorption* dan *Integrity vs despair* (50 tahun keatas) (Padila, 2013).

Di Indonesia populasi lansia cukup tinggi berdasarkan data Badan Pusat Statistik, (2020) jumlah lansia mencapai 9.92% atau sekitar 26,82 juta jiwa. Kelompok yang dikategorikan sebagai lansia akan mengalami suatu proses yang disebut Aging Process atau proses penuaaan (Ratminasari, 2014). Individu yang mengalami proses penuaan akan mengalami berbagai perubahan pada dirinya (Raharja & Indati, 2018).

Beberapa perubahan yang terjadi pada lansia yaitu pada fungsi fisik, fungsi biologis mau pun fungsi psikologis atau mental (Fitriadewi & Suarya, 2016).

Kondisi fisik adalah keadaan lansia yang berhubungan dengan kondisi tubuh salah satunya kesehatan lansia. Proses penuaan juga dapat ditandai dengan penurunan sistem kekebalan tubuh dimana individu tersebut akan mudah terserang penyakit. Penurunan disebabkan karena adanya perubahan terhadap jaringan, sel, sistem organ, struktur dan fungsi sel. Penurunan kondisi kesehatan tersebut dapat dipengaruhi oleh lingkungan, gaya hidup dan penyakit yang diderita selain kondisi fisik lansia akan mengalami perubahan fungsi psikologis secara bertahap dimana kondisi tersebut dapat menimbulkan gangguan kesehatan mental (Kurnianto, 2015). Gangguan kesehatan mental ditandai dengan adanya perubahan psikis pada lansia maka gejala yang terlihat pada lansia dapat berupa emosi labil, mudah tersinggung, gampang merasa dilecehkan, kecewa, tidak bahagia, perasaan kehilangan, dan perasaan tidak berguna hal tersebut akan mengganggu kesehatan mental individu tersebut (Kaunang, Buanasari & Kallo, 2019). Oleh karena itu menurut UU Kesehatan No. 23/1992 dapat disimpulkan bahwa lansia yang sehat adalah lansia yang memiliki keadaan sehat secara fisik, mental, dan sosial dimana lansia dapat hidup secara produktif.

Kesehatan mental merupakan kondisi dari kesejahteraan yang dimiliki individu, kemampuan individu mengelola stress, bekerja secara produktif, dan mampu berperan di dalam lingkungannya (World Health Organization, 2001). Oleh karena itu kesehatan fisik dan kesehatan mental saling berkaitan, beberapa penelitian menunjukkan bahwa individu dengan keluhan medis/fisik memiliki masalah psikis dan sebaliknya individu dengan gangguan mental juga menunjukkan adanya gangguan fungsi fisiknya, hal tersebut di dukung dengan penelitian Ohrnberger, Fichera, & Sutton (2017) dengan hasil adanya hubungan yang signifikan antara kesehatan fisik dan mental individu.

Mokoginta (2021) mendefinisikan kesehatan mental menjadi dua pola yakni pola positif dan negatif. pola positif menjelaskan bahwa kesehatan mental merupakan kemampuan seseorang untuk melakukan adaptasi yang baik dengan diri sendiri, ataupun lingkungannya. Seseorang yang memiliki mental yang sehat dapat menggunakan kemampuan atau potensi dalam dirinya secara maksimal dalam menghadapi tantangan hidupnya, serta menjalin hubungan yang positif dengan orang lain. Pola negatif adalah kondisi yang menggambarkan kesehatan mental sebagai keadaan tidak adanya simptom gangguan kesehatan mental yang dikarenakan faktor neurosis atau psikosis/psikotik (Kemenkes, 2018).

Menurut Pedoman Penggolongan dan Diagnosis Gangguan Jiwa di Indonesia III (PPDGJ III) Psikotik adalah gangguan jiwa yang ditandai oleh gangguan menilai realitas. Psikosis terdiri dari beragam jenis antara lain *skizofrenia*, *skizoafektif*, gangguan waham menetap, bipolar dengan ciri psikotik, depresi dengan ciri psikotik. Psikotik akut dan sementara juga merupakan gangguan yang sama, tetapi merupakan gangguan yang akut dan mempunyai prognosis lebih baik (Immanuel, 2017).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar Riskesda (2018), di Indonesia estimasi prevalensi orang yang pernah menderita psikosis sebesar 1,8 per 1000 penduduk. Prevalensi gangguan di perdesaan lebih tinggi dibandingkan di perkotaan. Prevalensi psikosis

tahun 2018 lebih sedikit dibandingkan tahun 2013 yang menyebutkan pevalensi psikosis 1,7 per 1000 penduduk artinya ada sekitar 250 juta penduduk Indonesia menderita gangguan psikotik. Gangguan psikotik merupakan masalah utama dalam kesehatan mental (Esan, Ojagbemi & Gureje, 2012). Gangguan psikotik menimbulkan berbagai macam beban, mulai dari beban finansial yang luar biasa, beban psikologis (*distress*), persoalan stigma sosial, kecemasan, depresi, kurangnya kesejahteraan sehingga dapat mempengaruhi ketidakpuasan hidup individu tersebut (Yang, Zhang & Kou, 2016).

Kepuasan hidup merupakan suatu penilaian yang bersifat subjektif terhadap keseluruhan hidup seseorang (Pavot & Diener, 1993; Pavot & Diener, 2008). Lambert et al. (2009) mendefinisikan kepuasan hidup sebagai penilaian atas kualitas kehidupan seseorang secara menyeluruh. Greenly, Greenberg, dan Brown (dalam Sirgy, 2012) menyebutkan beberapa domain satisfaction yang meliputi kondisi hidup, keuangan, pengisian waktu luang, keluarga, kehidupan sosial, kesehatan, dan akses untuk layanan kesehatan. Dari beberapa pendapat ahli diatas dapat disimpulkan bahwa kepuasan hidup pada lansia meliputi kesehatan, hubungan dalam keluarga, hubungan dengan orang lain, independensi, mobility, otonomi, aktivitas sosial dan pengisian waktu luang, keuangan, kesejahteraan emosional, dan keagamaan atau spiritualitas.

Secara keseluruhan kepuasan hidup terhadap lansia tercermin dalam kondisi kehidupan yang diwarnai oleh berbagai perasaan dan keadaan, lansia yang memiliki kepuasan hidup yang tinggi maka merasa puas terhadap kehidupannya namun sebaliknya lansia yang memiliki kepuasan hidup yang rendah maka akan merasa tertekan, mudah depresi ketidakstabilan emosional, menimbulkan gangguan mental atau psikotik yang dialami (Yeni, 2016). Salah satu cara untuk meningkatkan kepuasan hidup dan menurunkan gangguan psikotik terhadap lansia yaitu dengan meningkatkan self-compassion pada lansia tersebut, hal tersebut di dukung dengan penelitian Neff (2011), kepuasan hidup lansia dipengaruhi oleh *self-compassion* artinya lansia yang memiliki self-compassion yang tinggi cenderung merasa lebih sedikit mengalami depresi, kecemasan, dan kelelahan sehingga merasa lebih puas terhadap hidupnya.

Menurut Neff (2003) *Self-Compassion* berasal dari kata compassion yang artinya kemampuan individu dalam memahami diri sendiri tanpa memunculkan kritik terhadap penderita, kegagalan dan ketidak mampuan yang dialami individu disertai pemahaman bahwa itu semua merupakan bagian dari kehidupan manusia pada umumnya artinya *Self-compassion* merupakan bentuk pemahaman positif dalam menghadapi permasalahan artinya individu tidak menghakimi kekurangan, kegagalan, ketidaksempurnaan, serta mengakui bahwa apa yang terjadi pada dirinya merupakan sesuatu yang wajar yang terjadi pada manusia umumnya. Self-compassion memiliki tiga aspek yaitu: *self-kindness*, *humanity*, dan *mindfulness* (Neff, 2003). *Self-compassion* sangatlah penting untuk dikembangkan pada diri seseorang, pengaruh positif yang didapatkan individu yang mengembangkan self-compassion diantaranya tingginya tingkat kepuasan hidup, meningkatnya emotional intelligence dengan baik, kebijaksanaan, kebahagiaan, optimisme, inisiatif personal, mengurangi tingkat depresi, rasa cemas dan ketakutan akan kegagalan (Kharina & Saragih, 2012).

Berdasarkan Neff and Faso (2015) self-compassion juga berhubungan positif dengan kepuasan hidup, harapan, dan kualitas hidup. Studi menunjukan bahwa semakin

tinggi tingkat *self-compassion* maka semakin tinggi tingkat kepuasan hidup, harapan, dan kualitas hidup seseorang dan semakin tinggi *self-compassion* seseorang maka semakin rendah tingkat stres, depresi, dan kecemasan pada individu tersebut (Ferrari *et al.*, 2019). Hasil penelitian oleh Nockita, (2016) menunjukkan bahwa *self-compassion* yang dimiliki seseorang memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kepuasan hidupnya artinya jika seseorang memiliki *self-compassion* yang tinggi maka kemungkinan orang tersebut akan merasa puas terhadap hidupnya. Hal tersebut oleh sejalan dengan (Bhat & Shah, 2015) bahwa *self-compassion* memiliki pengaruh yang besar dalam membantu meningkatkan kepuasan hidup lansia psikotik.

Hal lain yang diduga memiliki pengaruh terhadap kepuasan hidup lansia psikotik adalah penerimaan diri. Lansia dapat dikatakan memiliki kepuasan hidup yang tinggi apabila individu tersebut merasa cukup puas terhadap apa yang dimiliki artinya individu tersebut memiliki penerimaan terhadap diri dan juga kehidupannya, begitu juga sebaliknya. Kepuasan hidup mengacu pada dimensi penerimaan diri individu, apabila seseorang merasa memiliki tingkat kepuasan hidup yang rendah maka dapat berdampak pada penerimaan dirinya (Rahmasari, 2021).

Berdasarkan penelitian Satyaningtyas & Abdullah (2005) terdapat hubungan yang signifikan antara kepuasan hidup dengan penerimaan diri pada individu artinya semakin tinggi kepuasan hidup maka semakin baik penerimaan diri seseorang dan sebaliknya, semakin rendah kepuasan hidup individu maka akan semakin buruk penerimaan individu tersebut. Hal tersebut didukung oleh penelitian Guney (2009) yang menjelaskan bahwa kepuasan hidup berhubungan secara signifikan dengan kesehatan mental dan penerimaan diri individu. Menurut penelitian Butler & Ciarrochi (2007) mengenai penerimaan diri dan kepuasan hidup lansia di dapatkan hasil yang signifikan artinya adanya hubungan positif antara penerimaan diri lansia terhadap kepuasan hidup artinya lansia yang memiliki penerimaan diri yang tinggi maka memiliki kepuasan hidup yang baik.

Menurut Gamayanti (2016) Penerimaan diri adalah derajat dimana seseorang telah mengetahui karakteristik persoalannya baik kelebihan maupun kekurangannya dan dapat menerima karakteristik tersebut dalam kehidupannya sehingga membentuk integritas pribadinya oleh karena itu penerimaan diri menjadi kajian penting pada lansia. Menurut Cahyanti, dkk (2020) pada masa ini seseorang memiliki tugas perkembangan psikososial yaitu *ego-integrity* vs *despair*. Sehingga yang harus dicapai oleh lansia yaitu tahap *ego-integrity*. *Ego-integrity* adalah kebijaksanaan untuk merefleksikan kehidupan yang sudah dilalui sebagai sebuah kesuksesan. Proses ini bukan suatu hal yang mudah sehingga ketika penerimaan diri sudah tercapai maka lansia akan merasakan perasaan *enduring wholesome* atau keutuhan abadi (Westerhof *et al.*, 2017). Hal ini juga akan membuat lansia merasakan kesejahteraan dan kepuasan dalam hidupnya (Priadana & Sukianti, 2019).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Fitriadewi dan Suarya (2016) peran interaksi sosial memiliki hubungan positif yang signifikan terhadap kepuasan hidup lansia, artinya semakin tinggi interaksi sosial yang dilakukan lansia maka semakin tinggi kepuasan hidup lansia tersebut. Menurut penelitian Ayuningtias (2018) religiusitas sebagai salah satu faktor pendukung kepuasan hidup pada lansia yang berhubungan erat dengan pelaksanaan ritual keagamaannya. Pada penelitian Rustini, Widyastuti dan Nurhayati (2021) terdapat hubungan yang signifikan antara

strategi coping dengan kepuasan hidup pada lansia dan faktor yang mempengaruhi kepuasan hidup lansia ialah jenis kelamin, riwayat pendidikan terakhir, usia yang semakin bertambah, kesehatan, pekerjaan, dukungan sosial serta hubungan sosial. Berdasarkan pemaparan sebelumnya, maka dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar sumbangan yang diberikan oleh self-compassion dengan penerimaan diri terhadap kepuasan hidup pada lansia psikotik.

## **METODE**

Populasi penelitian ini adalah lansia psikotik yang mengonsumsi obat secara teratur, berjenis kelamin laki-laki dan perempuan serta dapat berkomunikasi secara verbal. Subjek penelitian sebanyak 61 orang dipilih menggunakan purposive sampling. Subjek penelitian merupakan lansia berusia 60-90 tahun yang memiliki gangguan jiwa yang ditandai dengan ketidakmampuan individu untuk membedakan antara khayalan dan realitas di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3.

Skala pengukuran Welas Diri (Self-Compassion Scale/ SCS) yang diadaptasi dari Neff (2003) yang terdiri dari 6 aspek yaitu mengasihi diri (self-kindness), menghakimi diri (self-judgment), kemanusiaan universal (*common humanity*), isolasi (*isolation*), mindfulness, dan overidentifikasi (*overidentification*). SCS memiliki 26 item dengan lima (5) jawaban yaitu: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Pada skala ini salah satu pernyataan aitemnya ialah "Saya mencoba untuk mencintai diri saya ketika saya merasa sakit secara emosional". Skala *self-compassion* memiliki reliabilitas *cronbach's alpha* sebesar 0.920 (sangat reliabel).

Skala pengukuran Penerimaan Diri (Self-Acceptance Scale/ SAS) yang diadaptasi oleh peneliti dari Larasati (2017) dengan empat aspek yaitu aspek fisik, psikis, sosial dan moral. SAS memiliki 12 item dengan lima (5) jawaban yaitu: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Pada skala ini salah satu pernyataan aitem ialah "Saya merasa puas dengan apa yang telah saya lakukan selama berada di Panti". Skala self - acceptance atau penerimaan diri memiliki reliabilitas *cronbach's alpha* sebesar 0.925 (sangat reliabel).

Skala pengukuran Kepuasan Hidup (*Satisfaction with Life Scale*/SWLS) yang diadaptasi oleh peneliti dari Waskito, Loekmono & Dwikurnaningsih (2018) dengan mengacu pada teori *subjective well-being* (Diener *et al.*, 1985) dan memiliki 5 item dengan tujuh (7) jawaban yaitu: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Agak Sesuai (AS), Netral (N), Agak Tidak Sesuai (ATS), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Skala *satisfaction with life* atau skala kepuasan hidup memiliki reliabilitas *cronbach's alpha* sebesar 0.817 (sangat reliabel). Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu teknik Regression Analysis dan menggunakan pengolahan data program komputer IBM SPSS Statistics versi 25 pada Mac IOS.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Peneliti menggunakan analisis regresi berganda yang ditampilkan pada Tabel 1. Berdasarkan hasil yang didapatkan bahwa terdapat pengaruh *self-compassion* dan penerimaan diri secara simultan pada kepuasan hidup lansia psikotik. Nilai F yang diperoleh pada hasil analisis regresi berganda ini adalah sebesar 4.707 dengan tingkat signifikansi sebesar 0.013 ( $p < 0,05$ ). Hasil analisis ini juga menunjukkan R Square sebesar 0.140 yang berarti *SelfCompassion* dan Penerimaan Diri memberikan pengaruh

secara simultan sebesar 14% terhadap Kepuasan Hidup pada lansia psikotik, dan sebanyak 86% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini. Dari nilai R Square didapatkan bahwa hubungan keeratan antara *Self-Compassion* dan Penerimaan Diri terhadap kepuasan hidup menunjukkan keeratan data yang tidak terlalu erat, namun tetap dapat dilihat nilai pengaruh dari variabel tersebut.

**Tabel 1. Data Hasil Uji Regresi Berganda**

Variable	R-square	F	Sig.
<i>Self-Compassion</i> dan Penerimaan Diri dengan Kepuasan Hidup	0.140	4.707	0.013

Kemudian pada Tabel 2, berdasarkan hasil uji linearitas berganda yang telah dilakukan, dapat dilihat nilai uji signifikan dari kedua uji linear adalah 0.041 (<0.05) dan 0.017 (0.05). hal ini menunjukkan bahwa *self-compassion* dan Penerimaan Diri signifikan berpengaruh terhadap Kepuasan hidup.

**Tabel 2. Data Hasil Uji Linearitas**

Variable	B	t	Sig.
Self-Compassion dan Kepuasan Hidup	.067	2.088	0.041
Penerimaan Diri dan Kepuasan Hidup	.147	-2.460	0.017

## Pembahasan

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan mendapatkan hasil empiris mengenai *self-compassion*, penerimaan diri dan kepuasan hidup secara simultan pada lansia psikotik. Lansia merupakan individu yang mengalami penuaan dengan rentang usia 60 tahun sampai dengan 60 tahun keatas dan psikotik merupakan gangguan atau masalah utama dalam kesehatan mental yang menimbulkan berbagai macam beban mulai dari fisik, psikis, sosial serta finansial (Kaplan & Sadock, 1998; Esan, Ojagbemi, Gureje, 2012). Lansia yang memiliki gangguan psikotik atau Kesehatan mental akan merasa sulit menerima keadaan hidup dengan segala tekanan maupun kekurangan dan mengalami skizofrenia memiliki kesulitan untuk menjalankan peran yang penting dalam hidup, salah satu peran penting ini mencakup kepuasan hidup Fiona (2013), hal ini juga sejalan dengan penelitian Rubyanna (2012) lansia yang memiliki Kesehatan mental yang baik dapat menjalankan kehidupan serta memiliki kepuasan hidup yang baik namun sebaliknya lansia yang memiliki gangguan atau kesehatan mental yang buruk akan rendah kepuasan hidup yang dimiliki.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada lansia psikotik mengenai *self-compassion*, penerimaan diri dan kepuasan hidup menggunakan analisis regresi berganda, diperoleh hasil terdapat pengaruh yang signifikan dari *self-compassion*, penerimaan diri dan kepuasan hidup lansia psikotik artinya *self-compassion* dan penerimaan diri memberikan pengaruh terhadap kepuasan hidup lansia psikotik. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ferrari et al (2019) lansia yang memiliki *self-compassion* yang tinggi maka memiliki kepuasan hidup yang baik dan sebaliknya lansia yang memiliki *self-compassion* yang rendah maka lansia tersebut memiliki kepuasan hidup yang buruk. *Self-compassion* merupakan bentuk pemahaman positif dalam menghadapi permasalahan artinya lansia psikotik tidak

menghakimi kekurangan, kegagalan, ketidaksempurnaan, serta mengakui bahwa apa yang terjadi pada dirinya merupakan sesuatu yang wajar yang terjadi pada manusia umumnya hal ini didukung dengan penelitian Johnson & O'Brien (2013).

Selain *self-compassion* Individu lanjut usia yang dapat menerima perubahan-perubahan berkaitan dengan proses penuaan akan gembira dalam menjalani kehidupan masa tuanya, hal ini disebabkan individu dengan penerimaan diri yang baik memiliki toleransi terhadap frustrasi atau kejadian-kejadian yang menjengkelkan, dan toleransi terhadap kelemahan-kelemahan dirinya tanpa harus menjadi sedih kecewa, marah, stress ataupun mengalami gangguan mental karena lansia yang mampu menerima dirinya adalah lansia yang dapat menerima kekurangan diri sebagaimana kemampuannya untuk menerima kelebihanannya (Sari & Nuryoto, 2002). Hal ini sejalan dengan penelitian Satyaningtyas & Abdullah (2005) terdapat pengaruh yang signifikan antara kepuasan hidup dengan penerimaan diri pada lansia psikotik artinya semakin tinggi kepuasan hidup lansia psikotik maka semakin baik penerimaan dirinya dan sebaliknya, semakin rendah kepuasan hidup lansia psikotik maka akan semakin buruk penerimaan individu tersebut.

Oleh karena itu penerimaan diri merupakan salah satu hal yang berperan bagi lansia psikotik untuk mencapai kepuasan hidup yang ditandai dengan sikap optimis, keyakinan pada potensi diri dan bebas dari rasa khawatir yang kemudian akan menunjang kesejahteraan serta kepuasan hidup lansia tersebut. Hal ini sejalan dengan penelitian (Yusiana & Sari 2018) mengenai penerimaan diri dan kepuasan hidup lansia dengan hasil yang signifikan antara penerimaan diri dengan kepuasan hidup pada individu artinya individu yang memiliki tingkat penerimaan diri yang baik maka memiliki tingkat kepuasan hidup yang baik maka sebaliknya lansia yang memiliki penerimaan diri yang rendah maka tingkat kepuasan hidup lansia tersebut akan semakin buruk.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai *self-compassion*, penerimaan diri dan kepuasan hidup pada lansia psikotik peneliti berharap, bagi peneliti selanjutnya penelitian dapat dilakukan lebih detail dan spesifik, menggunakan analisis yang berbeda dan memperluas sumber penggalan data sehingga peneliti bisa mendapatkan data yang lebih luas dan diharapkan bagi pemerintah dan instansi yang terkait untuk dapat lebih mengencangkan program yang memiliki fokus pada kepuasan hidup lansia psikotik agar lansia memiliki penerimaan diri serta *self-compassion* yang baik, dapat memberikan penyuluhan, bimbingan dan arahan kepada petugas serta lansia psikotik.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian, maka terdapat hasil pengaruh yang signifikan antara *self-compassion*, penerimaan diri dan kepuasan hidup pada lansia psikotik di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3 yang artinya lansia yang memiliki *self-compassion* dan penerimaan diri yang tinggi maka akan merasa puas dengan hidupnya dan sebaliknya lansia yang memiliki *self-compassion* dan penerimaan diri yang rendah maka akan semakin buruk kepuasan hidupnya.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Ayuningtyas, A. U. H. (2018). Religiusitas sebagai Faktor Pendukung Kepuasan Hidup Lansia di Bali. *Jurnal Psikologi Mandala*, 2(1). Bhat, S. A., & Shah, S. A.



- (2015). *Self-compassion and mental health: a study on young adults*. International Journal of Research in Applied, Natural and Social Sciences, 3(4), 2347-4580.
- Barnard, L. K., & Curry, J. F. (2011). *Self-compassion: Conceptualizations, correlates, & interventions*. Review of general psychology, 15(4), 289-303. <https://doi.org/10.1037/a0025754>
- Bernard, M. E. (2013). *The strength of self-acceptance. In the strength of self-acceptance: Theory, practice and research*. Springer Science + Business Media. <https://doi.org/10.1007/978-1-4614-6806-6>
- bnn.go.id. 12 Agustus 2019. Penggunaan Narkotika di Kalangan Remaja. Diakses pada 21 Juni 2022, dari <https://bnn.go.id/penggunaan-narkotika-kalangan-remaja-meningkat/>
- Butler & Ciarrochi (2007). *Psychological acceptance and quality of life in the elderly*. Quality of life Research, 16(4), 607-615.
- Cahyanti, R. B., Sari, F. S., & Putri, D. S. R. (2020). Gambaran Integritas Diri Pada Lansia Di Panti Wredha (*Overview of Elderly Self-integrity in Elderly Nursing Home*). Jurnal Kesehatan, 9(2), 120-129.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia., 2013, Profil Kesehatan Indonesia 2013, Departemen Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta.
- DEPKES. RI. 2000. Pedoman Penggolongan dan Diagnosis Gangguan Jiwa III (PPDGJ-III). Direktorat Kesehatan Jiwa Depkes RI.
- Dewi, K. S. (2012). Buku ajar kesehatan mental.
- Esan, O. B., Ojagbemi, A., & Gureje, O. (2012). *Epidemiology of schizophrenia—An update with a focus on developing countries*. International Review of Psychiatry, 24(5), 387-392.
- Ferrari, M., Hunt, C., Harrysunker, A., Abbott, M. J., Beath, A. P., & Einstein, D. A. (2019). *Self-compassion interventions and psychosocial outcomes: A meta-analysis of RCTs*. Mindfulness, 10(8), 1455-1473.
- Fitriyadewi, L. P. W., & Suarya, L. M. K. S. (2016). Peran Interaksi Sosial terhadap Kepuasan Hidup Lanjut Usia. Jurnal Psikologi Udayana, 3(2), 332-341.
- Fiona, K. (2013). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kualitas Hidup Penderita Skizofrenia. Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial Universitas Airlangga, 2(3), 106-13.
- Gamayanti, W. (2016). Gambaran penerimaan diri (*self-acceptance*) pada orang yang mengalami skizofrenia. Psymphathic: Jurnal Ilmiah Psikologi, 3(1), 139-152.
- Guney, S., 2009. *Life satisfaction of university students in Turkey*. In: Poster: 1st World Positive Psychology Conference. Pennsylvania: USA
- Immanuel, S. (2017). Perancangan Interior Panti Rehabilitasi Gepeng Lansia dan Psikotik di Surabaya. Intra, 5(2), 405-413.
- Indonesia, P. R., & Indonesia, P. R. (1992). Undang Undang No. 23 Tahun 1992 Tentang: Kesehatan. Undang Undang, 23, 1-31.

- Jennings, L. K., & Tan, P. P. (2014). *Self-compassion and life satisfaction in gay men*. Psychological reports, 115(3), 888-895.
- Johnson, E. A., & O'Brien, K. A. (2013). *Self-compassion soothes the savage ego-threat system: Effects on negative affect, shame, rumination, and depressive symptoms*. Journal of social and Clinical Psychology, 32(9), 939.
- Kaplan, H., & Sadock, B. (1998). *Emergency psychiatric medicine*. In *Synopsis of Psychiatry* (8th Ed, p 897). Philadelphia, PA: Lippincott Williams & Wilkins.
- Karmiyati, D., & Wahyuningsih, Y. P. (2019, March). *Self-Care Ability and Self-Compassion: The Implication toward Life Satisfaction of the Elderly*. In 4th ASEAN Conference on Psychology, Counselling, and Humanities (ACPCH 2018) (pp. 372-378). Atlantis Press.
- Kaunang, V. D., Buanasari, A., & Kallo, V. (2019). *Gambaran Tingkat Stres Pada Lansia*. Jurnal Keperawatan, 7(2).
- Kemenkes RI, 2018, Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan, Kemenkes RI, Jakarta. Komnas Lansia.
- Kharina & Saragih J.I (2012). *Meditasi Metta-Bhacana (LovingKindness Meditation) untuk mengembangkan Selfcompassion*. Jurnal On-Line Predicara
- Kurnianto, D. (2015). *Menjaga Kesehatan Di Usia Lanjut*. Jurnal Olahraga Prestasi, 11(2), 115182. <https://doi.org/10.21831/jorpres.v11i2.5725>
- Lambert, E. G., Jiang, S., Liu, J., Zhang, J., & Choi, E. (2018). *A Happy Life: Exploring How Job Stress, Job Involvement, and Job Satisfaction Are Related to the Life Satisfaction of Chinese Prison Staff*. Psychiatry, Psychology and Law, 25(4), 619 – 636. <https://doi.org/10.1080/13218719.2018.1473174>
- Lansia. Diakses pada 29 Juni 2022, dari [https://books.google.co.id/books?hl=en&lr=&id=aPmvDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA55&dq=self+compassion,+penerimaan+diri+dan+kepuasan+hidup+pada+lansia+psikotik+pdf+jurnal+psikologi&ots=S-cCjwujMo&sig=ZQaVbPfnJH8sHCNCE4Y8tQifIb0&redir\\_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.co.id/books?hl=en&lr=&id=aPmvDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA55&dq=self+compassion,+penerimaan+diri+dan+kepuasan+hidup+pada+lansia+psikotik+pdf+jurnal+psikologi&ots=S-cCjwujMo&sig=ZQaVbPfnJH8sHCNCE4Y8tQifIb0&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)
- Larasati, D. (2017). *Hubungan Antara Self Acceptance Dan Self Efficacy Dengan Konformitas Pada Siswa Smp Negeri 2 Kalasan Sleman*. Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling, 3(6), 484-193.
- McLaughlin, K. A., Gadermann, A. M., Hwang, I., Sampson, N. A., Al-Hamzawi, A., Andrade, L. H., ... & Kessler, R. C. (2012). *Parent psychopathology and offspring mental disorders: results from the WHO World Mental Health Surveys*. The British Journal of Psychiatry, 200(4), 290-299.
- Mokoginta, D. M. (2021). *Pengaruh Job Insecurity Terhadap Kesejahteraan Psikologis Karyawan Kontrak Di CabanG PT. BANK X* (Doctoral dissertation, Universitas Hasanuddin).
- Neff, K. D. (2003). *The development and validation of a scale to measure self-compassion*. Self and identity, 2(3), 223-250.

- Neff, K. D. (2011). *Self-compassion, self-esteem, and well-being*. *Social and Personality Psychology Compass*, 5(1), 1-12. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2010.00330.x>.
- Neff, K. D., & Faso, D. J. (2015). *Self-compassion and well-being in parents of children with autism*. *Mindfulness*, 6(4), 938-947.
- Nockita, C. R. (2016). *Self – Compassion dan Kepuasan Hidup Istri Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga* (Doctoral dissertation, University of Muhammadiyah Malang).
- Ohrnberger, J., Fichera, E. and Suttom, M. (2017) 'Social Science & Medicine The relationship between physical and mental health: A mediation analysis', *Social Science & Medicine*, 195, pp. 42 – 49. Doi: 10.1016/j.socscimed.2017.11.008.
- Padila. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Jakarta : Nuha Medika
- Pavot, W., & Diener, E. (2008). *The satisfaction with life scale and the emerging construct of life satisfaction*. *The Journal of Positive Psychology*, 3(2), 137-152. <https://doi.org/10.1080/17439760701756946>
- Priadana, F. I., & Sukianti, D. S. (2019). *Penerimaan diri dengan subjective well – being pada lansia di Panti Werdha*. Prosiding Seminar Nasional & Call Paper Psikologi Sosial 2019: Psikologi Sosial di Era Revolusi Industri 4.0: Peluang & Tantangan.
- Putri, A. F. (2019). *Pentingnya orang dewasa awal menyelesaikan tugas perkembangannya*. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35-40.
- Putri, S. D. A., & Yudiarso, A. (2021). *Mindfulness kurang efektif untuk meningkatkan kepuasan hidup: Studi meta-analisis*. *Jurnal Psikologi Udayana*, 8(1), 49-57.
- Raharja, B. N., & Indati, A. (2018). *Kebijaksanaan dan kepuasan hidup pada remaja*. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 4(2), 96-104.
- Rahmasari, I. (2021). *Hubungan Kelekatan Teman Sebaya Dengan Kepuasan Hidup Pada Mahasiswa*.
- Ramadhani, F., & Nurdibyanandaru, D. (2014). *Pengaruh self-compassion terhadap kompetensi emosi remaja akhir*. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 3(03), 121.
- Ratminasari, D. (2014). *Hubungan Dukungan Sosial Terhadap Tingkat Depresi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Pandanwangi Malang* (Doctoral dissertation, University of Muhammadiyah Malang).
- Rubbyana, U. (2012). *Hubungan antara strategi koping dengan kualitas hidup pada penderita skizofrenia remisi simptom* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS AIRLANGGA).
- Sari, E. P., & Nuryoto, S. (2002). *Penerimaan diri pada lanjut usia ditinjau dari kematangan emosi*. *Jurnal Psikologi UGM*, 29(2), 139-143.
- Satyaningtyas, R., & Abdullah, S. M. (2005). *Penerimaan diri dan kebermaknaan hidup penyandang cacat fisik*. *Jurnal Psiko-Buana*, 3(2), 1-13.

- Selvi, S., & Sudarji, S. (2017). Gambaran Faktor Yang Mempengaruhi Penerimaan Diri Orangtua Yang Memiliki Anak Autisme. *Psibernetika*, 10(2).
- Sirgy, M.J. (2012). *The Psychology of Quality of Life Hedonic Well-Being, Life Satisfaction, and Eudaimonia*: Second Edition. Social Indicator Research.
- Todman, J.B., File, P., & Dugard, P. (2012). *Single case and small-N experimental designs: A practical guide to randomized test*. New York: Routledge.
- Vonk Noordegraaf, A., Westerhof, B. E., & Westerhof, N. (2017). *The relationship between the right ventricle and its load in pulmonary hypertension*. *Journal of the American College of Cardiology*, 69(2), 236-243.
- World Health Organization. (1997). WHOQOL: *Measuring Quality of Life*. Online.
- Waskito, P., Loekmono, J. L., & Dwikurnaningsih, Y. (2018). Hubungan antara mindfulness dengan kepuasan hidup mahasiswa bimbingan dan konseling. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 3(3), 99-107. DOI: <https://doi.org/10.17977/um001v3i32018p099>
- Yang, Y., Zhang, M., & Kou, Y. (2016). Self-compassion and life satisfaction: The mediating role of hope. *Personality and Individual Differences*, 98, 91 – 95. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.03.086>.
- Yeni, F. (2016). Hubungan Emosi Positif dengan Kepuasan Hidup Pada Lanjut Usia (LANSIA) di Kota Padang Provinsi Sumatera Barat. *NERS Jurnal Keperawatan*, 9(1), 7-12. DOI: <https://doi.org/10.25077/njk.9.1.7-12.2013>
- Yusiana, M. A., & Sari, D. A. K. W. (2018). Penerimaan Diri Pasien Kusta di RS Kusta Kediri. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, 4(1). DOI: <https://doi.org/10.32660/jurnal.v4i1.315>.