

**HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN
KECEMASAN MENGHADAPI MASA DEPAN
PADA TUNA DAKSA**



SKRIPSI

**Diajukan sebagai persyaratan untuk memperoleh Gelar Sarjana
Psikologi**

OLEH :

NYIMAS IRHAMNA DESTIARA FATRIANI

04041281520069

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

INDERALAYA

2019

LEMBAR PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN KECEMASAN
MENGHADAPI MASA DEPAN PADA TUNA DAKSA**

Skripsi

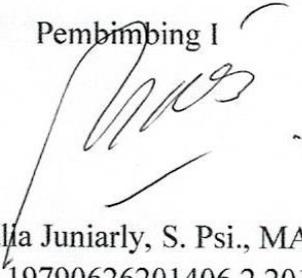
dipersiapkan dan disusun oleh

NYIMAS IRHAMNA DESTIARA FATRIANI

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 20 September 2019

Susunan Dewan Penguji

Pembimbing I



Amalia Juniarly, S. Psi., MA., Psikolog
NIP. 19790626201406 2 201

Pembimbing II



Dewi Anggraini, S. Psi. MA
NIP.19831102201209 2 201

Penguji I



Maya Puspasari, M. Psi., Psikolog
NIP. 19841026201705 2 201

Penguji II



Ayu Purnamasari, S. Psi., MA
NIP.19861215201504 2 004

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan

Untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Tanggal 20 September 2019



Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si
NIP. 1978052120021 2 004

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya Nyimas Irhamna Destiara Fatriani, dengan disaksikan oleh tim penguji skripsi, dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis / diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.

Inderalaya, 20 September 2019

Yang menyatakan,



Nyimas Irhamna Destiara Fatriani

04041281520069

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya dalam semua hal termasuk dalam penyusunan penelitian ini. peneliti mempersembahkan tugas akhir skripsi ini dengan penuh rasa syukur dan terima kasih kepada :

1. Kedua orang tua tercinta, Mama Ica dan Papa Abdullah yang selalu memberikan dukungan, baik moril maupun materil, tak henti-hentinya selalu memanjatkan do'a, dan kasih sayang yang tiada hentinya untuk anakmu. Terima kasih karena telah mengiringi setiap langkah ini, dan mengajarkan banyak hal yang terbaik dari yang terbaik dan sangat berharga untuk kehidupan anakmu. Harapannya kelak semoga ilmu yang diperoleh ini bisa menjadi berkah buat masyarakat, orang banyak, dan khususnya untuk orang-orang sekitar. Semoga apa yang telah anakmu lewati hingga titik akhir perjalanan kuliah ini dapat kelak membuat Mama dan Papa bangga. Kasih sayang, cinta, dan do'a-do'a terbaik akan selalu tercurah untuk Mama dan Papa, semoga Mama dan Papa selalu diberikan kesehatan dan berada dilindungan Allah SWT.
2. Saudara peneliti, Kemas Muhammad Husein Alviansyah. Terima kasih banyak telah memberikan semangat dan do'a kepada peneliti. Semoga Alvin bisa menyelesaikan kuliah dengan baik dan lancar.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti ucapkan kepada Allah SWT karena berkat limpahan rahmat dan karunia-Nya lah peneliti mampu menyelesaikan proposal penelitian yang berjudul “**Hubungan antara Penerimaan Diri dengan Kecemasan Menghadapi Masa depan Pada Tuna Daksa**” tepat pada waktunya.

Selama penyusunan proposal penelitian ini, peneliti banyak menghadapi rintangan dan hambatan. Namun, dengan bantuan dari berbagai pihak hambatan tersebut dapat teratasi. Oleh karena itu, peneliti ingin mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada :

1. Rektor Universitas Sriwijaya, Bapak Prof. Dr. Ir. H. Anis Saggaff, MSCE.
2. Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya, Bapak dr. H. Syarif Husin, M.S.
3. Ketua Bagian Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya, Ibu Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si.
4. Dosen pembimbing 1, Ibu Amalia Juniarly, S. Psi., MA., Psikolog yang telah sabar dan selalu semangat dalam membimbing peneliti dalam proses pengerjaan skripsi, memberikan saran yang membangun, dukungan, dan motivasi yang sangat berharga hingga akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan dengan penuh makna.
5. Dosen pembimbing 2, Ibu Dewi Anggraini, S. Psi. MA yang telah memberikan saran, semangat, dan motivasi terbaik kepada peneliti.

6. Segenap Dosen dan Staff Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya yang telah memberikan segenap ilmu, bantuan, serta dukungannya kepada peneliti.
7. Orangtua tercinta serta saudara yang selalu mendoakan, mendukung, dan memberikan kasih sayang kepada peneliti.
8. Sahabat yang selalu mendoakan dan mendukung peneliti di setiap kesempatan, khususnya yang selalu menemani selama 4 tahun belakang Ade Muhammad Richard, S. Psi., serta teman-teman peneliti yang telah memberikan saran dan membantu dalam proses perkuliahan dan skripsi, Hanny Pratiwi, M. Dicky Revaldi, S. Psi., Kirana Humairoh, S. Psi., Bella Saviera, S. Psi., Zakia Maharani, S. Psi., Adesti Anandita Putri, Zahra Dwi Rahmandari, Alifha Zema Ramadhanty, Riska Anggraini Siregar, S. Psi., Nadia Khairani, S. Psi., Syahira Nandita, Nadia Rahmawati, dan teman-teman mepette.
9. Ibu Kas, Ibu Desi, dan Ibu Irma, serta seluruh teman-teman penerima manfaat yang telah berpartisipasi dan membantu saya dalam menyelesaikan penelitian ini.
10. Serta teman-teman Program Studi Psikologi khususnya kelas A angkatan 2015 yang tiada hentinya saling memberikan semangat, membantu, dan mendukung peneliti selama proses perkuliahan dan skripsi.
11. Terima kasih pula saya ucapkan untuk teman-teman dari Ikatan Duta GenRe Sumatera Selatan dan Forum GenRe Sumatera Selatan, khususnya

teman-teman *Bright Squad* atas dukungan, pengertian, serta semangatnya selama proses perkuliahan dan mengerjakan program kerja.

Peneliti menyadari bahwa proposal penelitian ini tidak luput dari berbagai kekurangan dan jauh dari kata sempurna baik dari bentuk penyusunan maupun materinya. Oleh karena itu, kritik konstruktif dan saran dari pembaca sangat peneliti harapkan untuk penyempurnaan dari proposal penelitian ini, sehingga kedepannya dapat memberikan manfaat bagi bidang pendidikan dan penerapan di lapangan serta bisa dikembangkan lagi lebih lanjut.

Inderalaya, 20 September 2019

Nyimas Irhamna Destiara Fatriani
04041281520069

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xv
ABSTRACK.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan Penelitian	10
D. Manfaat Penelitian	11
1. Teoritis.....	11
2. Praktis	11
E. Keaslian Penelitian.....	12
BAB II LANDASAN TEORI	18
A. Kecemasan Menghadapi Masa Depan	18
1. Pengertian Kecemasan Menghadapi Masa Depan	18
2. Faktor Penyebab Kecemasan Menghadapi Masa Depan.....	20
3. Gejala Kecemasan Menghadapi Masa Depan	23
4. Tipe-tipe Kecemasan Menghadapi Masa Depan	25
B. Penerimaan Diri	27
1. Pengertian Penerimaan Diri	27

2. Aspek-aspek Penerimaan Diri.....	28
3. Ciri-ciri Penerimaan Diri.....	34
C. Tuna Daksa.....	35
1. Pengertian Tuna Daksa	35
2. Klasifikasi Tuna Daksa	37
3. Penyebab Tuna Daksa	41
D. Hubungan Penerimaan Diri dan Kecemasan Menghadapi Masa Depan.....	42
E. Kerangka Berpikir	44
F. Hipotesis Penelitian.....	45
BAB III METODE PENELITIAN	46
A. Identifikasi Variabel Penelitian	46
B. Definisi Operasional Variabel	46
1. Kecemasan Menghadapi Masa Depan	46
2. Penerimaan Diri	47
C. Populasi dan Sampel Penelitian	47
1. Populasi.....	47
2. Karakteristik Sampel Penelitian.....	48
3. Teknik Pengambilan Sampel.....	48
D. Metode Pengumpulan Data	49
1. Observasi.....	50
2. Wawancara	50
3. Penyebaran Angket atau Kuisisioner	50
4. Skala Psikologi.....	51
a. Skala Kecemasan Menghadapi Masa Depan	52
b. Skala Penerimaan Diri	53
E. Validitas dan Reliabilitas	55
1. Validitas	55
2. Reliabilitas	56
F. Metode Analisis Data	56
1. Uji Asumsi	57

2. Uji Hipotesis.....	58
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	59
A. Orientasi Kanchah Penelitian	59
B. Laporan Pelaksanaan Penelitian.....	61
1. Persiapan Administrasi.....	61
2. Persiapan Alat Ukur	63
3. Pelaksanaan Penelitian	73
C. Hasil Penelitian	77
1. Deskripsi Subjek Penelitian.....	77
2. Deskripsi Data Penelitian	81
3. Hasil Analisis Data Penelitian.....	83
D. Analisis Tambahan	87
E. Pembahasan.....	96
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	106
A. Kesimpulan.....	106
B. Saran.....	106
DAFTAR PUSTAKA	109
LAMPIRAN.....	115

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Skoring Skala Kecemasan Menghadapi Masa Depan	51
Tabel 3.2. Skoring Skala Penerimaan Diri	52
Tabel 3.3. <i>Blueprint</i> Skala Kecemasan Menghadapi Masa Depan	53
Tabel 3.4. <i>Blueprint</i> Skala Penerimaan Diri	54
Tabel 4.1. Distribusi Skala Kecemasan Menghadapi Masa Depan Setelah Uji Coba.....	66
Tabel 4.2. Distribusi Penomoran Baru Skala Kecemasan Menghadapi Masa Depan	67
Tabel 4.3. Distribusi Skala Penerimaan Diri Setelah Uji Coba	72
Tabel 4.4. Distribusi Penomoran Baru Skala Penerimaan Diri.....	73
Tabel 4.5. Jumlah Sebaran Responden Berdasarkan Lokasi.....	76
Tabel 4.6. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	77
Tabel 4.7. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Rentang Usia.....	78
Tabel 4.8. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Bagian Tubuh yang Mengalami Tuna Daksa.....	78
Tabel 4.9. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Penyebab Tuna Daksa	79
Tabel 4.10. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Tingkat Pendidikan Terakhir	79
Tabel 4.11. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Pekerjaan	80
Tabel 4.12. Deskripsi Pekerjaan Subjek Penelitian Berdasarkan Usia	80
Tabel 4.13. Deskripsi Data Penelitian.....	81
Tabel 4.14. Tabel Formulasi Kategorisasi	82
Tabel 4.15. Tabel Deskripsi Kategorisasi Kecemasan Menghadapi Masa Depan.....	82
Tabel 4.16. Tabel Deskripsi Kategorisasi Penerimaan Diri.....	83
Tabel 4.17. Hasil Uji Normalitas Menggunakan <i>Kolmogorov-Smirnov</i>	84
Tabel 4.18. Hasil Uji Linearitas	85

Tabel 4.19. Hasil Uji Hipotesis	86
Tabel 4.20. Hasil Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin	87
Tabel 4.21. Hasil Uji Beda Berdasarkan Usia	88
Tabel 4.22. Hasil Uji Beda Kecemasan Menghadapi Masa Depan Berdasarkan Usia.....	89
Tabel 4.23. Rata-Rata Beda Kecemasan Menghadapi Masa Depan Berdasarkan Usia.....	90
Tabel 4.24. Hasil Uji Beda Penerimaan Diri Berdasarkan Usia	90
Tabel 4.25. Rata-Rata Beda Penerimaan Diri Berdasarkan Usia.....	91
Tabel 4.26. Hasil Uji Beda Berdasarkan Bagian Tubuh yang Mengalami Tuna Daksa.....	92
Tabel 4.27. Hasil Uji Beda Berdasarkan Penyebab Tuna Daksa	93
Tabel 4.28. Hasil Uji Beda Berdasarkan Tingkat Pendidikan	94
Tabel 4.29. Hasil Uji Beda Berdasarkan Pekerjaan	95
Tabel 4.30. Rata-Rata Beda Kecemasan Menghadapi Masa Depan Berdasarkan Pekerjaan	95
Tabel 4.31. Rata-Rata Beda Kecemasan Penerimaan Diri Berdasarkan Pekerjaan	96

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Berpikir	44
-------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

A. Skala Penelitian.....	116
B. Hasil Reliabilitas dan Validitas.....	134
C. Hasil Data Penelitian.....	139
D. Data Mentah Penelitian.....	154
E. Lampiran Surat Penelitian.....	178

HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI MASA DEPAN PADA PENYANDANG TUNA DAKSA

Nyimas Irhamna Destiara Fatriani¹, Amalia Juniarly²

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara penerimaan diri dengan kecemasan menghadapi masa depan pada penyandang tuna daksa. Hipotesis penelitian ini yaitu ada hubungan antara penerimaan diri dengan kecemasan menghadapi masa depan pada penyandang tuna daksa.

Populasi penelitian ini adalah penyandang tuna daksa di Kota Palembang dengan jumlah yang tidak diketahui. Sampel penelitian sebanyak 100 orang dan uji coba sebanyak 30 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik sampling purposif. Alat ukur penelitian menggunakan skala kecemasan menghadapi masa depan yang mengacu pada gejala kecemasan dari Nevid, Rathus, dan Greene (2005), serta skala penerimaan diri yang mengacu pada aspek penerimaan diri dari Jersild (1960). Analisis data dengan menggunakan korelasi *Pearson's product Moment*.

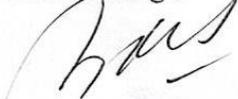
Hasil analisis korelasi menunjukkan bahwa kecemasan menghadapi masa depan memiliki hubungan yang signifikan dengan penerimaan diri, nilai ($p < 0,05$; $r = -0,621$). Dengan demikian, hipotesis yang diajukan diterima.

Kata Kunci: Kecemasan Menghadapi Masa Depan, Penerimaan Diri

¹Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

²Dosen Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

Pembimbing I



Amalia Juniarly, S. Psi., MA., Psikolog.
NIP. 19790626 201406 2 201

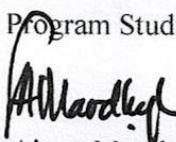
Pembimbing II



Dewi Anggraini, S. Psi., MA.
NIP. 19831102 201209 2 201

Mengetahui,

Ketua Bagian Program Studi Psikologi FK UNSRI



Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si
NIP. 19780521 200212 2 004

**RELATIONSHIP BETWEEN SELF ACCEPTANCE WITH FUTURE ANXIETY
AMONG PHYSICAL DISABILITIES**

Nyimas Irhamna Destiara Fatriani¹, Amalia Juniarily²

ABSTRACT

The aim of this study is to determine the relationship between self acceptance with future anxiety among physical disabilities. The hypothesis of the study is that there is relationship between self acceptance with future anxiety among physical disabilities.

The population of the research was physical disabilities in Palembang. The sample was 100 respondents and try out sample was 30 respondents. This study used purposive sampling. Study measurement instruments used future anxiety scale based on the symptoms of anxiety stated by Nevid, Rathus, and Greene (2005), and the self acceptance scale referring to aspects of self acceptance by Jersild (1960). This study used Pearson's Product Moment correlation to analyze the data.

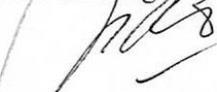
The result showed that there is significant relationship between future anxiety and self acceptance as proven by p -value = 0,000 ($p < 0,05$; $r = -0,621$). Therefore, the proposed hypothesis is acceptable.

Keyword : Future Anxiety, Self Acceptance

¹Student of Psychology Department of Medical Faculty, Sriwijaya University

²Lecturer of Psychology Department of Medical Faculty, Sriwijaya University

Pembimbing I



Amalia Juniarily, S. Psi., MA., Psikolog.
NIP. 19790626 201406 2 201

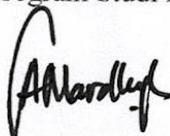
Pembimbing II



Dewi Anggraini, S. Psi., MA.
NIP. 19831102 201209 2 201

Mengetahui,

Ketua Bagian Program Studi Psikologi FK UNSRI



Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si
NIP. 19780521 200212 2 004

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Tuhan menciptakan manusia ada yang dalam bentuk sempurna dan ada yang tidak sempurna secara fisik. Dengan kata lain, bisa saja manusia terlahir dengan kondisi bawaan cacat fisik. Manusia dengan cacat fisiknya disebut dengan tuna daksa.

Istilah tuna daksa berasal dari kata “tuna” yang berarti rugi atau kurang, dan “daksa” yang berarti tubuh (Wardani, Hernawati, dan Astaty, 2002). Menurut Koenig (dalam Somantri, 2012) ada beberapa klasifikasi dari tuna daksa yaitu kerusakan yang dibawa sejak lahir atau keturunan, kerusakan pada waktu kelahiran, terjadinya infeksi, kondisi traumatik, adanya tumor, dan kondisi-kondisi lainnya.

Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2014) bahwa sekitar 616.387 individu di Indonesia merupakan penyandang tuna daksa. Namun tidak ada data pasti mengenai jumlah penyandang tuna daksa yang dikeluarkan oleh Dinas Sosial Kota Palembang. Keterbatasan dan kekurangan yang ada pada tubuh individu penyandang tuna daksa menuai banyak reaksi, seperti perasaan yang sedih, *shock*, memberontak, terkejut, tidak menerima situasi, marah, serta berpikir untuk bunuh diri (Senra dkk, 2011). Selain itu, reaksi umum yang muncul dalam menghadapi keterbatasan dalam diri biasanya dapat berupa depresi dan kecemasan (Singh dkk, 2009).

Kecemasan adalah suatu perasaan gelisah atau ketakutan yang samar dan tidak jelas dalam mengantisipasi akan bahaya yang akan datang secara tidak pasti dimasa yang akan datang (Sarafino, 2011). Baumgartner, Pieters, dan Bagozzi (2008) menyatakan bahwa biasanya individu merasa khawatir tentang sesuatu yang tidak diinginkan dapat terjadi di masa depan, atau berharap hal-hal tersebut tidak terjadi, dan mereka membayangkan perilaku-perilaku yang dapat mereka lakukan untuk mencegah bahaya yang akan datang dan menggambarkan kesenangan ketika hal-hal yang buruk tersebut tidak menjadi kenyataan.

Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Mushtaq dan Akhouri (2016) bahwa banyak individu dengan disabilitas fisik mengalami kecemasan dalam hidupnya. Berdasarkan hasil survei awal dari peneliti pada tanggal 22 Juni – 12 Juli 2019 diketahui bahwa 11 dari 15 individu (73%) penyandang tuna daksa merasa khawatir terhadap masa depannya. Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Turner dan McLean (1989) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tuna daksa dan status kesehatan mental. Individu-individu yang cacat secara substansial beresiko lebih tinggi untuk mengalami kecemasan, gejala depresi, dan gangguan depresi mayor. Bagi penyandang tuna daksa, resiko untuk mengalami kecemasan menunjukkan angka yang signifikan, yaitu 2,5 kali lebih tinggi dibanding individu yang normal.

Dilansir dari Anonim (2019) bahwa beberapa penyebab dari kecemasan diantaranya adalah masalah uang, masalah-masalah percintaan, dan keadaan disabilitas dari individu. Berdasarkan hasil survei awal dari peneliti pada tanggal 22 Juni – 12 Juli 2019, terdapat beberapa hal yang membuat penyandang tuna

daksa merasa khawatir terhadap masa depannya adalah situasi dan kondisi ekonomi-politik yang tidak menentu, sulit mendapatkan pasangan, tidak mudah membahagiakan orang-orang sekitar, bertemu dengan orang baru yang tidak sama dengan penyandang tuna daksa, dan khawatir jika ada orang yang memalukan diri penyandang tuna daksa di hadapan umum.

Memilih pasangan hidup bukanlah hal yang mudah bagi penyandang tuna daksa. Banyak penyandang tuna daksa merasakan kecemasan saat memikirkan tentang pasangan hidup. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Hastuti (2012) mengenai gambaran kecemasan penyandang tuna daksa dalam memilih pasangan hidup. Dari hasil penelitian Hastuti (2012) diketahui bahwa penyandang tuna daksa mengalami kecemasan akan nasib yaitu jika pasangan hidup tidak sesuai harapannya, tidak mempunyai teman, tidak menjadi pribadi yang sukses, dan tidak memiliki status sosial yang baik di mata masyarakat.

Menurut Papu (dalam Machdan dan Hartini, 2012), individu penyandang tuna daksa mengalami kesulitan dalam mencari pekerjaan karena banyak orang yang menganggap bahwa penyandang tuna daksa tidak memiliki kualifikasi yang cukup untuk bekerja (Machdan dan Hartini, 2012). Papu menambahkan bahwa individu tuna daksa yang bekerja akan lebih banyak merepotkan serta mengeluarkan iuran tambahan perusahaan karena harus menyediakan fasilitas khusus untuk membantu kerja dari penyandang tuna daksa. Hal-hal inilah yang sering kali membuat para penyandang tuna daksa sulit mendapatkan pekerjaan tetap dan gagal diterima dalam bekerja atas kondisi tubuhnya yang kurang sempurna yang dianggap kurang berdaya.

Nevid, Rathus, dan Greene (2005) mengemukakan bahwa kecemasan merupakan suatu keadaan aprehensi atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Nurmi (1991) menyimpulkan bahwa masa depan adalah karakteristik yang paling utama dari suatu perilaku untuk mencapai tujuan, dalam hal ini rentang waktu untuk mengukur masa depan adalah jangka pendek, seperti satu detik ke depan, beberapa menit, dan jam, termasuk ide-ide seseorang yang dipikirkan dalam jangka waktu yang panjang, seperti satu minggu, beberapa bulan, tahun, bahkan satu dekade.

Untuk menjelaskan fenomena ini, peneliti melakukan wawancara mendalam kepada tiga responden yaitu K, R, dan D. Ketiga responden diwawancarai secara bertahap pada hari dan lokasi yang berbeda. Responden pertama berinisial K yang diwawancarai pada hari Selasa, 25 Juni 2019 di salah satu Panti Sosial di Kota Palembang. K merupakan seorang laki-laki berusia 28 tahun dan diketahui bahwa mengalami ketakutan karena merasa khawatir bahwa suatu saat K akan mengalami keadaan ekonomi yang tidak menentu. Meskipun K mengakui bahwa dirinya memiliki *skill* yang dapat bermanfaat bagi orang-orang sekitar, namun dirinya merasa bahwa dengan belum memiliki pekerjaan yang tetap akan sulit menjamin keberlangsungan hidupnya. K merasa khawatir akan terus bergantung dengan kedua orangtuanya, mengingat usia yang sudah menginjak 28 tahun dan harus segera menemukan pasangan hidup yang belum kunjung datang. K sadar bahwa sulit menemukan wanita yang mau menerima kondisi fisik K apa adanya. Namun K tetap menjaga semangatnya agar dapat mengatasi

masalah-masalah yang menghalangi kesuksesannya, serta K yakin bahwa Allah telah mengatur segalanya.

Pernyataan subjek K sesuai dengan gejala kecemasan yang dipaparkan oleh Hawari (Yuliarti dan Mulyana, 2014) berupa cemas, takut terhadap pikiran sendiri, ragu dan bimbang, dan menatap masa yang akan datang dengan perasaan khawatir. Sementara gejala kecemasan lainnya menurut Hawari (Yuliarti dan Mulyana, 2014) adalah sering menyalahkan orang lain, mudah tersinggung dan marah, sering gelisah, keluhan somatik, sering mengalami mimpi buruk, gangguan konsentrasi, kurangnya rasa percaya diri, mengalami gangguan pola tidur, dan gangguan daya ingat.

Wawancara kepada responden R dilakukan pada hari Senin, 24 Juni 2019 bertempat di kediaman responden. R merupakan seorang perempuan berusia 30 tahun dan merasa khawatir dengan masa depan yang belum pasti. Kekhawatiran R tersebut dikarenakan R takut mengecewakan dan takut tidak berguna untuk orang-orang sekitar, terlebih usia R saat ini sudah mengijak 30 tahun. Dengan kondisi fisik yang kurang sempurna, R merasa bahwa dirinya khawatir bahwa nantinya akan semakin sulit untuk membahagiakan orang-orang terdekatnya karena aktivitasnya yang terbatas dan merasa tidak berdaya. R pun malu karena hingga saat ini dirinya masih belum menikah. R menjadi khawatir karena sulit mendapatkan pasangan hidup yang mau menerima R apa adanya dan merasa sering di tolak lawan jenis. R yang belum memiliki pekerjaan dan merasa tidak memiliki apa-apa merasa takut karena khawatir bahwa suatu saat mengalami bangkrut dengan kondisi ekonomi yang belum berkecukupan.

Wawancara ketiga dilakukan kepada responden D pada hari Sabtu, 22 Juni 2019 bertempat di salah satu pasar tradisional di Palembang. D merupakan seorang laki-laki berusia 25 tahun. D merasa khawatir dengan masa yang akan datang karena takut dengan persiapan sekarang yang belum cukup. D mengaku bahwa untuk sehari-hari saja sudah cukup sulit, belum ada uang yang dapat disisihkan untuk menabung dan membeli perlengkapan tambahan lainnya. D merasa cukup menyulitkan orang-orang terdekatnya dan dirinya merasa bahwa akan sulit mendapatkan pasangan hidup karena wanita belum ada yang mau menerima kecacatan yang di alami D akibat kecelakaan motor.

Peneliti kemudian menggunakan gejala-gejala kecemasan yang di kemukakan oleh Nevid, Rathus, dan Greene (2005) sebagai acuan dari survei awal penelitian. Hasil dari survei tersebut berupa penyandang tuna daksa pernah mengalami gejala fisik kecemasan sebagai berikut; 8 dari 15 penyandang tuna daksa merasa gelisah dalam menghadapi masa depan; 14 dari 15 penyandang tuna daksa (93,3%) merasa gugup; 8 dari 15 penyandang tuna daksa berkeringat; 9 dari 15 penyandang tuna daksa (60%) merasa sulit berkata-kata; 13 dari 15 penyandang tuna daksa (86,7%) merasakan jantung yang berdebar-debar; 9 dari 15 penyandang tuna daksa (60%) merasa lemas karena cemas dalam menghadapi masa depan. Di samping itu, 12 dari 15 orang penyandang tuna daksa (80%) mengalami gejala perilaku kecemasan seperti halnya perilaku menghindar dalam menghadapi kecemasan menghadapi masa depan, dan 12 dari 15 orang penyandang tuna daksa (80%) mengalami gejala kognitif kecemasan seperti halnya perasaan khawatir dengan hal-hal yang akan terjadi di masa depan.

Seperti yang dilansir dari Anonim (2017) bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan yaitu pengalaman masa lalu; kehidupan sehari-hari, gaya hidup, dan kebiasaan; diet; kesehatan fisik dan mental; narkoba atau obat-obatan; dan genetik. Selain itu, penerimaan diri dapat mengurangi rasa gejala-gejala kecemasan yang berlebihan, yang pada akhirnya akan menurunkan frekuensi dan intensitas dari gejala-gejala kecemasan individu. Dengan mengurangi gejala kecemasan tersebut, penerimaan diri dapat meningkatkan penguasaan dan kontrol seseorang terhadap gejala kecemasan (Arch dan Craske, 2008).

Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara kecemasan dan penerimaan diri. Salah satunya seperti penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati (2014) yang menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara penerimaan diri dengan kecemasan selama kehamilan. Artinya tingkat kecemasan yang rendah dapat mengembangkan penerimaan diri yang lebih baik atau sebaliknya bahwa semakin rendah penerimaan diri seseorang, maka rentan meningkatkan kecemasannya.

Penerimaan diri adalah suatu konsep yang tegas untuk menyatakan penerimaan diri terlepas dari segala bentuk kelemahan dan kekurangan individu (Bernard, 2013). Untuk menjelaskan fenomena ini, peneliti melakukan wawancara mendalam kepada tiga responden yaitu K, R, dan D. Responden K merasa bahwa dirinya memiliki penampilan yang kurang baik dan tidak sempurna. K merasa lebih aman saat berada di sekitar teman-teman yang juga merupakan penyandang tuna daksa karena sudah menerima diri K apa adanya dan sudah seperti keluarga.

K ingin mendapatkan hidup yang layak seperti oranglain dan masih bergantung dengan pendapat yang oranglain sampaikan. Namun di samping semua keterbatasan dan kekurangan yang dimilikinya, K merasa bersyukur dengan kondisi yang di dapat karena berkesempatan tergabung di dalam salah satu Panti Sosial di Kota Palembang dan belajar banyak keterampilan.

R yang trauma dengan kecelakaan motor yang di rasakan saat usia 12 tahun ternyata merasa bahwa dirinya memiliki penampilan yang kurang baik. Hal ini ditunjukkan dengan kaki kiri R yang bengkok dan membuat dirinya tidak berjalan kaki dengan sempurna seperti oranglain pada umumnya. R merasa dirinya sulit mencapai cita-cita dan menjangkau keinginannya karena dengan kondisi fisik yang cacat membuatnya sulit mendapatkan pekerjaan yang layak. R merasa tidak aman ketika bertemu dengan orang-orang yang menurutnya lebih sempurna dan sakit hati ketika ada oranglain yang mengkritiknya. R menambahkan bahwa dirinya tidak memiliki banyak teman dan tidak mampu untuk melakukan banyak hal seperti wanita lain.

D memandang bahwa penampilannya kurang sempurna karena memiliki kekurangan pada bentuk tubuhnya yang sangat bungkuk. D mengaku sulit melakukan banyak hal sehingga D tidak mudah untuk meraih keinginan dan cita-citanya. D menambahkan bahwa dirinya pernah dikritik oleh oranglain dan rasanya mengecewakan. D ingin mendapatkan hidup yang lebih layak agar dapat membahagiakan kedua orangtuanya. D jarang berinteraksi dengan orang banyak karena malu dengan kondisi fisiknya yang cacat dan sering dipandang sebelah mata. Oleh karena itu, D merasa bahwa dirinya tidak memiliki teman yang banyak

karena cukup memilih dengan orang-orang yang dekat dengannya. D yakin bahwa orang-orang yang memiliki nasib yang sama dengannya tidak akan meninggalkan D dan akan menjadi teman yang baik.

Jersild (1960) menjelaskan bahwa terdapat sepuluh aspek penerimaan diri, yaitu persepsi mengenai diri dan sikap terhadap penampilan, sikap terhadap kelemahan dan kekuatan diri sendiri dan orang lain, perasaan rendah diri sebagai gejala penolakan diri, respon atas penolakan dan kritikan, keseimbangan antara “*real self*” dan “*ideal self*”, penerimaan diri dan penerimaan orang lain, penonjolan diri, menikmati hidup, kejujuran dalam menerima diri, dan sikap yang baik terhadap penerimaan diri.

Untuk mendukung fenomena ini, peneliti telah melakukan survei awal dengan menggunakan sepuluh aspek penerimaan diri dari Jersild (1960). Survei dilakukan terhadap penyandang tuna daksa di Kota Palembang pada tanggal 22 Juni – 12 Juli 2019. Hasil survei menunjukkan bahwa 13 dari 15 penyandang tuna daksa (86,7%) merasa bahwa dirinya tidak memiliki penampilan yang baik; 11 dari 15 penyandang tuna daksa (73%) tidak mampu memandang kelemahan dari dalam dirinya sebagai suatu kelebihan; 13 dari 15 penyandang tuna daksa (86,7%) merasa lebih aman ketika sedang berada di sekitar orang-orang yang sama dengannya; 11 dari 15 penyandang tuna daksa (73%) merasa sakit hati saat ada orang lain yang mengkritiknya.

13 dari 15 penyandang tuna daksa (86,7%) ingin mendapatkan kehidupan yang lebih layak; 10 dari 15 penyandang tuna daksa (66,7%) malu berinteraksi

dengan oranglain karena kondisi fisiknya; 10 dari 15 penyandang tuna daksa (66,7%) tidak berani mengungkapkan pendapatnya; 10 dari 15 penyandang tuna daksa (66,7%) menderita dengan kondisi fisiknya; 12 dari 15 penyandang tuna daksa (80%) berusaha untuk tetap tersenyum walaupun tidak suka dengan kondisi fisik yang dialami; 10 dari 15 penyandang tuna daksa (66,7%) merasa tidak berdaya untuk melakukan banyak hal.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, peneliti ingin mengetahui lebih lanjut apakah ada hubungan antara penerimaan diri dengan kecemasan menghadapi masa depan pada penyandang tuna daksa. Terkait dengan hal tersebut, maka judul yang diajukan peneliti untuk rencana penelitian ini adalah “Hubungan antara Penerimaan Diri dengan Kecemasan Menghadapi Masa Depan pada Tuna Daksa.”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang dan fenomena yang telah di jelaskan, maka permasalahan dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut : Apakah ada hubungan antara penerimaan diri dengan kecemasan menghadapi masa depan pada tuna daksa?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara penerimaan diri dengan kecemasan menghadapi masa depan pada tuna daksa.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini secara teoritis diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran dalam memperkaya wawasan peneliti maupun pembaca, terutama dapat memberikan manfaat berupa kontribusi positif bagi perkembangan ilmu psikologi khususnya dalam bidang psikologi klinis dalam hal ini untuk mengetahui hubungan antara penerimaan diri dengan kecemasan menghadapi masa depan pada tuna daksa.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Penyandang Tuna Daksa

Dapat memberikan informasi mengenai aspek-aspek tertentu yang berkaitan dengan kecemasan menghadapi masa depan bagi penyandang tuna daksa, sehingga dapat bersikap dengan seharusnya saat timbul rasa kecemasan dalam menghadapi masa depan.

b. Bagi Keluarga Penyandang Tuna Daksa

Penelitian ini diharapkan dapat membantu keluarga penyandang tuna daksa dalam menyadari perannya sebagai anggota keluarga yang memiliki fungsi untuk memperhatikan dan mendorong anggota keluarga yang lain, khususnya pada anggota

keluarga yang menyangdang tuna daksa untuk lebih menerima dirinya dan mampu mengurangi rasa cemas dalam menghadapi masa depan.

c. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan suatu informasi baru mengenai pentingnya masyarakat untuk dapat melakukan penerimaan diri dengan baik agar dapat mengantisipasi terjadinya kecemasan dalam menghadapi masa depan. Selain itu penelitian ini dapat menggerakkan masyarakat untuk membentuk organisasi yang dapat memberikan wadah bagi penyandang tuna daksa agar dapat melatih keterampilan yang berguna dalam hidupnya, khususnya keterampilan yang berhubungan dengan penerimaan diri agar dapat menurunkan tingkat kecemasan menghadapi masa depan pada tuna daksa.

E. Keaslian Penelitian

Berdasarkan hasil pencarian yang berhubungan dengan judul penelitian yang akan dibahas oleh peneliti dengan judul “Hubungan antara Penerimaan Diri dengan Kecemasan Menghadapi Masa Depan pada Tuna Daksa,” peneliti menemukan beberapa penelitian terdahulu yang berkaitan dengan judul penelitian adalah sebagai berikut.

Penelitian yang berjudul “Hubungan antara Dukungan Sosial dan Penerimaan Diri dengan Kecemasan Selama Kehamilan di Kabupaten Banyumas” oleh Rahmawati (2014) menggunakan dua variabel bebas. Salah satu variabel bebas yang digunakan Rahmawati memiliki kesamaan dengan variabel bebas peneliti yaitu penerimaan diri. Terdapat kesamaan pada variabel terikat yang digunakan oleh peneliti yaitu variabel kecemasan. Penelitian ini menggunakan responden sebanyak 99 ibu hamil di wilayah kecamatan Karanglewas dan Kedungbanteng, Kabupaten Banyumas, sedangkan peneliti menggunakan 100 responden penyandang tuna daksa di Palembang. Pengambilan sampel secara *purposive sampling* dengan pembatasan subjek ibu hamil (trimester 2 dan 3), bersuami (tinggal satu rumah), suami bekerja, pendidikan SLTP-PT, usia 17-34 tahun, tidak ada riwayat aborsi, paritas kehamilan 1-2. Prosedur pengambilan data dengan metode *summated ratings* pada skala dukungan sosial, penerimaan diri dan kecemasan selama kehamilan. Dari uji F didapatkan hasil bahwa ada pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial dan penerimaan diri secara bersama-sama terhadap kecemasan selama kehamilan. Secara parsial dari uji t, dari skala dukungan sosial terhadap kecemasan selama kehamilan didapat nilai $R=-0,473$ dan $p=0,000 (<0,01)$, artinya ada hubungan negatif antara dukungan sosial dengan kecemasan selama kehamilan. Sedangkan dari penerimaan diri terhadap kecemasan selama kehamilan didapat hasil nilai $R=-0,423$ dan $p=0,007 (<0,01)$, artinya ada hubungan negatif antara penerimaan diri dengan kecemasan selama kehamilan.

Penelitian dengan judul “Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kecemasan Menjelang Ujian Nasional (UN) pada Siswa Kelas XII Reguler SMA Negeri 1 Surakarta” menggunakan dukungan sosial sebagai variabel bebas, sedangkan peneliti menggunakan variabel bebas berupa penerimaan diri. Variabel terikat yang digunakan adalah kecemasan menjelang ujian nasional, sedangkan peneliti menggunakan variabel kecemasan menghadapi masa depan dalam penelitian ini. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini berupa siswa kelas XII reguler SMA Negeri 1 Surakarta, sedangkan peneliti menggunakan subjek penyandang tuna daksa di Kota Palembang. Hasil dari penelitian yang di lakukan oleh Puspitasari, Abidin, dan Sawitri (2010) berupa semakin tinggi dukungan sosial dari teman sebaya, maka semakin rendah kecemasan siswa menjelang ujian nasional. Sumbangan efektif dari dukungan sosial teman sebaya terhadap kecemasan dalam menghadapi Ujian Nasional sebesar 4,3%. Hasil dari penelitian ini diindikasikan bahwa ada faktor lain sebesar 97,5%, yang mana juga berperan untuk memberikan dampak pada variabel kecemasan dalam menghadapi Ujian Nasional yang tidak tercantum dalam penelitian ini.

Penelitian yang berjudul “Hubungan antara Penerimaan Diri dan Kecemasan Menghadapi Masa Depan pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Indonesia” oleh Nadira dan Zarfiel (2013). Variabel bebas dan variabel terikat yang sama dengan penelitian yang akan diteliti yaitu penerimaan diri dan kecemasan. Partisipan di dalam penelitian ini adalah 101 orang mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Indonesia, sedangkan peneliti

menggunakan 100 responden penyandang tuna daksa di Palembang. Teknik analisis data menggunakan *pearson correlation* untuk menjawab masalah penelitian. Hasil dari penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara penerimaan diri dan kecemasan menghadapi masa depan ($r=-0,419$). Hal ini berarti, semakin tinggi penerimaan diri seseorang, maka semakin rendah kecemasan menghadapi masa depan yang dialaminya.

Hammad (2016) melakukan penelitian dengan judul “*Future Anxiety and its Relationship to Students’ Attitude toward Academic Specialization*” atau “Kecemasan Masa Depan dan Hubungannya dengan Sikap Siswa Terhadap Spesialisasi Akademik.” Sampel dalam penelitian ini terdiri dari 380 orang siswa dari Universitas Najran, dengan rentang usia 18-22 tahun. Berbeda dengan penelitian ini, peneliti menggunakan 100 orang penyandang tuna daksa di Palembang. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara kecemasan masa depan dan spesialisasi akademik. Analisis tambahan dalam penelitian ini mengemukakan bahwa ada perbedaan kecemasan masa depan untuk siswa spesialisasi humanis, dan perbedaan hasil penelitian berdasarkan jenis kelamin.

“Penerimaan Diri pada Lanjut Usia Ditinjau dari Kematangan Emosi” merupakan penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Nuryoto (2002). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara emosi kedewasaan dan penerimaan diri dari orang-orang tua. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah penerimaan diri yang diukur dengan menggunakan skala penerimaan diri. Sedangkan variabel bebas dalam penelitian ini adalah kematangan emosi yang

diukur dengan menggunakan skala kematangan sosial. Hasil uji normalitas menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov Goodness of Fit Test* menunjukkan bahwa semua variabel dalam penelitian memiliki distribusi normal. Berdasarkan hasil uji normalitas kedua skala diketahui bahwa skala kematangan emosi dengan $p= 0,423$ ($p>0,05$) dan skala penerimaan diri dengan $p=0,636$ ($p>0,05$). Hasil analisis data menggunakan teknik korelasi *product moment* dari Pearson diperoleh koefisien korelasi (r) sebesar $0,559$ ($p<0,01$) yang berarti ada hubungan positif yang sangat signifikan antara kematangan emosi dan penerimaan diri. Koefisien determinasi (r^2) sebesar $0,312$ memperlihatkan bahwa kematangan emosi memberikan sumbangan sebesar $31,20\%$ terhadap penerimaan diri.

“Dealing with Anxiety: Relationships among Interpersonal Attachment Style, Psychological Wellbeing and Trait Anxiety” atau hubungan antara gaya kelekatan interpersonal, PWB, dan kecemasan merupakan suatu penelitian yang dilakukan oleh Andrews dan Hicks (2017). Kecemasan merupakan kontribusi terbesar untuk kualitas kesehatan mental yang buruk kepada banyak orang atau komunitas. Studi ini bertujuan untuk melihat PWB sebagai mediasi dari hubungan antara gaya kelekatan interpersonal dan kecemasan, serta menentukan sub skala PWB yang paling berkontribusi dalam memberikan efek mediasi. Sampel dalam penelitian ini terdiri dari 149 dewasa dari Australia yang mengisi kuesioner demografi, *State-Trait Anxiety Inventory*, *Inventory of Parent and Peer Attachment*, Skala *Psychological Wellbeing* Ryff, dan skala *Social Desirability*. Hasil dari penelitian ini menyatakan bahwa sampel yang mengatasi kecemasan dengan baik memiliki hubungan interpersonal yang baik.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Yahya dan Lubis (2013) berjudul “Hubungan antara Penerimaan Diri dan Motivasi Akademik Instrinsik pada Mahasiswa yang Kuliah Tidak Pada Jurusan yang diinginkan.” Bertujuan untuk melihat hubungan antara penerimaan diri dan motivasi instrinsik pada mahasiswa yang kuliah tidak pada jurusan yang diinginkan. Terdapat kesamaan pada variabel bebas yang digunakan oleh peneliti yaitu penerimaan diri. Subjek dalam penelitian ini adalah 60 orang mahasiswa Universitas Indonesia tahun kedua yang menjalani kuliah tidak pada jurusan yang diinginkan, sedangkan subjek peneliti adalah penyandang tuna daksa di Kota Palembang. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan negatif antara skor penerimaan diri dan motivasi akademik instrinsik pada mahasiswa. Hasil analisis tambahan juga menunjukkan adanya korelasi yang signifikan antara motivasi dan jenis kelamin.

Berdasarkan beberapa penelitian diatas, terdapat beberapa perbedaan dengan penelitian yang akan peneliti lakukan baik dari variabel bebas, variabel terikat, dan subjek yang diteliti. Peneliti menggunakan variabel kecemasan menghadapi masa depan sebagai variabel terikat dan penerimaan diri sebagai variabel bebas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara penerimaan diri dengan kecemasan menghadapi masa depan pada tuna daksa. Dapat disimpulkan bahwa penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti memiliki perbedaan dengan penelitian-penelitian sebelumnya, baik dari subjek penelitian maupun variabel yang digunakan pada penelitian. Sehingga penelitian ini dapat dipertanggung jawabkan keasliannya.

DAFTAR PUSTAKA

- American Psychological Association. (2015). *Dictionary of psychology (Ed. 2)*. Washington: Maple Press.
- Andrews, E. E. E. & Hicks, R. E. (2017). Dealing with anxiety: relationships among interpersonal attachment style, psychological wellbeing and trait anxiety. *Journal of Psychological Studies*. 9 (4), 53-64. Doi: 10.5539/ijps.v9n4p53
- Anonim. (2014). *Bulletin situasi penyandang cacat disabilitas*. Retrived from <http://www.depkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/buletin/buletin-disabilitas.pdf> tanggal 29 September 2018
- Anonim. (2017). *Anxiety and Panic Attacks*. Retrived from <https://www.mind.org.uk/media/34633809/anxiety-2017-web-pdf.pdf> tanggal 20 April 2019.
- Anonim. (2019). *Depression and anxiety*. Retrived from <https://www.ageuk.org.uk/information-advice/health-wellbeing/conditions-illnesses/depression-anxiety/> tanggal 13 Juli 2019.
- Arch, J. J., & Craske, M. G. (2008). Acceptance and commitment therapy and cognitive behavioral therapy for anxiety disorders: Different treatments, similar mechanisms? *Clinical Psychology: Science and Practice*. 15. 263–279. Doi: <https://doi.org/10.1111/j.1468-2850.2008.00137.x>
- Atkinson, R. L., Richard C. A. & Ernest R. H. (1983). *Pengantar psikologi (Ed. 8)*. Jilid 2. Jakarta: Erlangga.
- Azwar, S. (2016). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Badan Pusat Statistik (BPS) Kota Palembang. (2019). Retrieved from <https://palembangkota.bps.go.id/> tanggal 10 Agustus 2019.
- Baumgartner, H., Pieters, R., & Bagozzi, R. P. (2008). Future-oriented emotions: Conceptualization and behavioral effects. *European Journal of Social Psychology*. 38. 685-696. Doi: 10.1002/ejsp.467
- Bernard, M. E. (2013). *The Strength of Self Acceptance : Theory, Practice, and Research*. New York : Springer.
- Chamberlain, J. M., & Haaga, D. A. F. (2001). Unconditional Self Acceptance and Psychological Health. *Journal of Rational Emotive & Cognitive Behavior Therapy*. 19(3), 163-176. doi: <https://10.1023/A:1011189416600>

- Chaplin, J. P. (2014). *Kamus psikologi lengkap*. Jakarta: PT Raja Grafindo.
- Comer, R. J. (2013). *Abnormal psychology (Ed. 8)*. USA : W. H. Freeman and Company.
- Cunha, M. A. D., & Paiva, M. J. (2012). Text Anxiety in Adolescents: The Role of Self-Criticism and Acceptance and Mindfulness Skills. *The Spanish Journal of Psychology*. 15(2), 533-543. Doi: https://10.5209/rev_SJOP.2012.v15.n2.38864
- Daradjat, Z. (2016). *Kesehatan mental*. Jakarta: PT Gita Karya.
- Erdmann, W. S., (2018). Equipment and facilities adapted for disabled people in reaction and sport. *MOJ App Bio Biomech*. 2(1), 9-13. Doi : <https://10.15406/mojabb.2018.02.00038>
- Feist, J. & Feist, G. J. (2010). *Teori kepribadian (Ed. 7)*. Jakarta: Penerbit Salemba Humanika.
- Frank, R. G., Kashani, J. H., Kashani, J. H., Wonderlich, S. A., Umlauf, R. L., & Ashkanazi, G. S. (1984). Psychological response to amputation as a function of age and time since amputation. *The British Journal of Psychiatry*. 144, 493-497. Doi : <https://10.1192/bjp.144.5.493>
- Gea, A. A., Wulandari, A. P. Y. & Babari, Y. (2003). *Relasi dengan diri sendiri*. Jakarta: PT Gramedia.
- Germer, C. K. (2009). *The mindful path to self-compassion*. United State of America: The Guilford Press.
- Goldberg, S., LaCombe, S., Levinson, D., Parker, R., & Ross, C. (1985). Thinking about the threat of nuclear war : Relevance to Mental Health. *American Orthopsychiatric Association*. 55(4), 503-512. Doi: <https://psycnet.apa.org/doi/10.1111/j.1939-0025.1985.tb02701.x>
- Halgin, R.P. & Whitbourne, S. K. (2010). *Psikologi abnormal perspektif klinis pada gangguan psikologis (Ed. 6)*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Hammad, M. A. (2016). Future Anxiety and its Relationship to Students' Attitude toward Academic Specialization. *Journal of Education and Practice*. 7(15), 54-65.
- Handayani, M. M., Ratnawati, S., & Avin, F. H. (1998). Efektivitas pelatihan pengenalan diri terhadap peningkatan penerimaan diri dan harga diri. *Jurnal Psikologi*. 02, 47-55.

- Hastuti, R. (2012). Kecemasan memperoleh pasangan hidup pada penyandang cacat tubuh. *Talenta Psikologi*. 1(1), 88-98.
- Hikmawati, E. & Rusmiyati, C. (2011). Kebutuhan pelayanan sosial penyandang cacat. *Informasi*. 16 (1), 20-23.
- Hurlock, E. B. (2015). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga.
- Islam, M. N., Shahrier, M. A. & Absar, M. N. (2014). Self acceptance and anxiety of adolescents: its linkage to their aethnicity and academic achievements. *Journal Life Earth Science*. 9, 97-105.
- Jersild, A. T. (1960). *The psychology of adolescence*. United States of America: The Macmillan Company.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia. (2018). *Tuna daksa*. Indonesia: Kamus Besar Bahasa Indonesia. Retrived from <https://www.kbbi.web.id/tunadaksa> tanggal 29 September 2019.
- Kim, S. H. S. (2012). The Moderating Effects of Self-Acceptance in terms of the Interpersonal-Relationships, Depression, Anxiety of High School Students. *Korean Journal of Child Studies*. 33(3), 119-130. Doi: <https://doi.org/10.5723/KJCS.2012.33.3.119>
- King, J., Youman, L., Ahalt, C., Eng, C., Knight, S. J., Stable, J. P., & Smith, A. K. (2012). Quality of life in late life disability : "I don't feel bitter because I am in a wheelchair." *J Am Geriatr Soc*. 60 (3), 569 – 576.
- Kuvalekar, K., Kamath, R, Ashok, L., Shetty, B., Mayya, S., & Chandrasekaran, V. (2015). Quality of Life among Persons with Physical Disability in Udipi Taluk: A Cross Sectional Study. *Journal of Family Medicine and Primary Care*. 4(1), 69-73. Doi : <https://dx.doi.org/10.4103%2F2249-4863.152258>
- Lili & Moore, D. (1998). Acceptance of disability and its correlates. *The Journal of Social Psychology*. 138(1), 13-25. Doi : <http://dx.doi.org/10.1080/00224549809600349>
- Linn, M. W., Sandifer, R., & Stein, S. (1985). Effects of Unemployment on Mental and Physical Health. *The American Journal of Public Health*. 75(5), 502-506. Doi: <https://doi.org/10.2105/ajph.75.5.502>
- Macbride, A., Rogers, J., Whyllie, B. & Freeman, S. J. (1980) Psychosocial factors in the rehabilitation of elderly amputees. *Psychosomatics*, 21, 258-65.

- Machdan, D. M. & Hartini, N. (2012). Hubungan antara penerimaan diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada tunadaksa di UPT rehabilitasi sosial cacat tubuh pasuruan. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*. 1 (02), 79-84.
- Macinnes, D. L.(2006). Self esteem and self acceptance: an examination into their relationship and their effect on psychological health. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*. 13, 483-489. Doi: <https://doi.org/10.1111/j.1365-2850.2006.00959.x>
- Mangunsong, F., (2016). *Psikologi dan pendidikan anak berkebutuhan khusus (Ed. 02)*. Jilid 2. Depok: LPSP3 UI.
- Maramis, W. F. & Maramis, A. A. (2009). *Catatan ilmu kedokteran jiwa (Ed. 2)*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Mushtaq, S. & Akhouri, D. (2016). Self esteem, anxiety, depression and stress among physically disabled people. *Journal of Indian Psychology*. 3(64), 125-132.
- Nadira, A. & Zarfiel, M. D. (2013). Hubungan antara penerimaan diri dan kecemasan menghadapi masa depan pada mahasiswa fakultas psikologi universitas indonesia. *Jurnal Psikologi Universitas Indonesia*.
- National Alliance on Mental Illness. (2017). Anxiety disorders. Retrived from <https://www.nami.org/Learn-More/Mental-Health-Conditions/Anxiety-Disorders> tanggal 26 September 2018.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2005). *Psikologi abnormal (Ed. 5)*. Jilid 1. Jakarta: Erlangga.
- Nuraviva, L. (2017). Aksesibilitas penyandang disabilitas terhadap fasilitas publik di Kota Surakarta. *Jurnal Ilmu Pemerintahan Universitas Diponegoro*. 1-28.
- Nurmi, J. E. (1991). How do Adolescents See Their Future? Areview of The Development of Future Orientation and Planning. *Developmental Review*. 11. 1-59. Doi: [https://doi.org/10.1016/0273-2297\(91\)90002-6](https://doi.org/10.1016/0273-2297(91)90002-6)
- Permatasari, V. & Gamayanti, W. (2016). Gambaran penerimaan diri pada orang yang mengalami skizofrenia. *Jurnal Ilmiah Psikologi*. 6 (3), 139-152.
- Pilsuk, M. (1963). Anxiety, self acceptance, and open mindedness. *Journal of Clinical Psychology*. 19 (4), 387-391. Doi : [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(196310\)19:4%3C387::AID-JCLP2270190402%3E3.0.CO;2-D](https://doi.org/10.1002/1097-4679(196310)19:4%3C387::AID-JCLP2270190402%3E3.0.CO;2-D)

- Priscyllia, F. (2016). Kajian hukum terhadap fasilitas pelayanan publik bagi penyandang disabilitas. *Lex Crimen*. 5 (3), 105 – 112.
- Puspitasari, Y. P., Abidin, Z., Sawitri, D. R. (2010). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kecemasan menjelang ujian nasional (UN) pada siswa kelas XII reguler SMA Negeri 1 Surakarta.
- Rahmawati. (2014). Hubungan antara dukungan sosial dan penerimaan diri dengan kecemasan selama kehamilan di kabupaten banyumas.
- Sarafino, Edward P. & Timothy W. Smith. (2011). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions* (Ed. 7). United States of America
- Sari, E. P. & Nuryoto, S. (2002). Penerimaan diri pada lanjut usia ditinjau dari kematangan emosi. *Jurnal Psikologi*. 02, 73-88.
- Senra, H., Oliveira, R. A., Leal, I., & Vieira, C. (2011). Beyond The Body Image: A Qualitive Study on How Adults Experience Lower Limb Amputation. *Clinical Rehabilitation*. 26(2). 180-191. Doi : 10.1177/0269215511410731
- Shepard, L. A. (1979). Self acceptance: the evaluation component of the self concept construct. *American Educational Research Journal*. 16 (02), 139-160. Doi : <https://doi.org/10.3102%2F00028312016002139>
- Singh, R., Ripey, D., Pentland, B., Todd, L., Hunter, J., Hutton, L., & Philip, A. (2009). Depression and Anxiety Symptoms After Lower Limb Amputation: The Rise and Fall. *Clinical Rehabilitation*. 23. 281-286. Doi : 10.1177/0269215508094710
- Somantri, T. S. (2012). *Psikologi anak luar biasa*. Bandung: Refika Aditama.
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Trommsdorff, G. (1983). Future Orientation and Socialization. *International Journal of Psychology*. 18(1-4). 381-406. Doi : <https://doi.org/10.1080/00207598308247489>
- Turner, R. J., & McLean. (1989). Physical Disability and Psychological Distress. *Rehabilitation Psychology*. 34(4). 225-242. Doi : <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/h0091727>

- Verhoof, E., Stam, H. M., Heymans, H., & Grootenhuis, M. (2013). Health related quality of life, anxiety and depression in young adults with disability benefits due to childhood onset somatic conditions. *Child and Adolescent Psychiatric Mental Health*. 7-12. Doi : <https://10.1186/1753-2000-7-12>
- Wardani, I. G. A. K., Hernawati, T. & Astaty. (2002). *Pengantar pendidikan luar biasa (Ed. 1)*. Banten: Balai Penerbit Fakultas Ilmu Pendidikan dan Keguruan Universitas Terbuka.
- Widhiarso, W. (2010). Prosedur uji linieritas pada hubungan antar variabel. Diunduh dari <http://widhiarso.staff.ugm.ac.id/wp/prosedur-uji-linieritas-pada-hubungan-antar-variabel/> tanggal 02 Mei 2019.
- Widhiarso, W. (2011). Penyusunan skala psikologi – skala seleksi aitem dilanjutannya dengan merakit skala. (online). Retrieved from <http://widhiarso.staff.ugm.ac.id/wp/penyusunan-skala-psikologi-selesai-seleksi-aitem-dilanjutannya-dengan-merakit-skala/> tanggal 29 Juli 2019.
- Wiramihardja, S. A. (2005). *Pengantar psikologi abnormal*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Yahya, F. & Lubis, D. U. (2013). Hubungan antara penerimaan diri dan motivasi akademik intrinsik pada mahasiswa yang kuliah tidak pada jurusan yang diinginkan. *Jurnal Psikologi Universitas Indonesia*.
- Yuliarti, V., & Mulyana, O. Prabandini. (2014). Hubungan antara kecemasan menghadapi pensiun dengan semangat kerja pegawai PT. Pos Indonesia (PERSERO) kantor pusat surabaya. *Character*. 03(02), 1-5.
- Zaleski, Z. (1996). Future Anxiety: Concept, Measurement, and Preliminary Research. *Jurnal Psikologi*. 21(2). 165-174.