

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasar pada hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai Penerimaan Diri Pada Wanita Infertilitas. Peneliti dapat memberikan kesimpulan sebagai berikut:

1. Tahapan Penerimaan Diri

Tahapan penerimaan diri pada Wanita infertile melalui 5 tahap dan pada masing-masing subjek memiliki perbedaan dan persamaan dalam melalui setiap tahapan.

- a. Tahapan pertama yaitu pengingkaran (*denial*), dari hasil penelitian kedua subjek merasa kebingungan dan tidak percaya atas apa yang mereka alami, dan menyangkal bahwa hal tersebut seharusnya tidak terjadi pada mereka.
- b. Tahapan kedua, Perilaku kemarahan (*anger*), dari hasil penelitian subjek 1 menunjukkan kemarahan terhadap dirinya sendiri dengan meyalahkan kondisi yang sedang dialami, hal ini berdampak pada kondisi kesehatan subjek 1 dan memicu timbulnya stress serta subjek menjadi orang yang kurang percaya diri. Sedangkan pada subjek 2 menunjukkan kemarahan dengan perilaku menyakiti diri sendiri, emosi yang tidak terkontrol, serta menjadi lebih agresif.

- c. Tahap depresi (*depression*), hasil penelitian yang dilakukan pada subjek (1) dan (2) menunjukkan bahwa ketika subjek memasuki fase ini, mereka lebih sering menangis, mengurung diri, menyalahkan diri sendiri, dan diskitar sehingga mereka menutup diri dari orang lain.
- d. Tahap sikap tawar menawar (*bargaining*), pada tahapan ini kedua subjek mulai berusaha berdamai dengan dirinya sendiri, dimana subjek semakin meningkatkan religiusitasnya dengan berserah pada Tuhan dan percaya bahwa Tuhan tidak akan memberikan cobaan melebihi batas kemampuan umatnya. Dengan itu subjek mendapatkan ketenangan dan menjadi lebih optimis.
- e. Tahapan penerimaan diri (*acceptance*). dari hasil penelitian tahapan hingga dapat menerima diri dipengaruhi oleh tidak adanya tekanan emosi yang signifikan. Tidak adanya hambatan di lingkungan dapat membantu seseorang mencapai tujuannya dan membantu mereka menjadi penerima diri.

Penerimaan diri wanita infertile memberikan sebuah pengharapan baru untuk menerima kenyataan. Sedangkan hal lain yang harus dilakukan yakni berupa dukungan dan penguatan dari segala pihak. Bahkan bentuk lain berupa memasrahkan apa yang telah terjadi untuk menerima sebaik mungkin dengan apa yang telah menjadi ketetapan dari Allah SWT.

2. Faktor Pendukung dan Penghambat

Faktor pendukung yang mempengaruhi proses penerimaan diri subjek 1 dan 2 yaitu adanya penerimaan diri melalui pemahaman dirinya sendiri, adanya sikap social yang positif, lingkungan yang positif, dukungan dari orang-orang terdekat, perspektif diri yang luas, dan meningkatkan religiusitas dengan lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT sedangkan faktor penghambat yang mempengaruhi proses penerimaan diri subjek 1 dan 2 yaitu anggapan ketidaksempurnaan terhadap diri sendiri sehingga kedua subjek kerap kali membandingkan dirinya dengan orang lain. Merasa kurang percaya diri dan menolak kekurangan yang terjadi pada diri subjek serta stigma negatif dari lingkungan social yang membuat subjek semakin tidak percaya diri.

B. Saran

Berdasar pada hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap wanita infertile. Peneliti dapat memberikan saran sebagai berikut:

1. Dukungan dan penguatan dari keluarga, kerabat, lingkungan sangat berdampak terhadap penderita untuk menerima dirinya dalam kehidupannya.
2. Pola pikir yang harus ditanamkan yakni menerima kenyataan dengan memberikan pemahaman bahwasanya apa yang telah terjadi sudah menjadi ketentuan yang telah ditetapkan oleh Allah SWT dan harus menerimanya dengan lapang dada.