BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada umumnya manusia akan mengalami proses di mana ia akan megalami penuaan atau menjadi tua. Lanjut usia (lansia) adalah sebuah reaksi dimana mulai kinerja jaringan dalam memperbaiki diri secara perlahan. Manusia yang sudah memasuki lanjut usia akan mengalami sebuah rekasi dimana terjadinya kemunduran fisik, mental, dan sosial. Perubahan yang dialami oleh lansia bukan sekedar pada kondisi fisik saja,melainkan juga adanya perubahan psikologis. Perubahan psikologisyang muncul pada lansia terjadi karena terjadinya sebuahperubahan pada peran serta kemampuan fisik yang dialami olehorang yang telah menginjak masa tua terkait dalam melakukan suatukegiatan tertentu, baik itu merupakan kegiatan yang berkaitan dengandirinya atau yang berkaitan dengan kegiatan yang bersifat sosial masyarakat.[1]

Menurut seorang ahli Dunkle menjelaskan bahwa usia lanjut dapat diketahui melalui beberapa tahapapan rentan usia yakni: tahap *young-old adult* berada di rentan usia 65-74 tahun, tahap *old-old adult* berada di

[1]Dian Kusumawardani dan Putri Andanawarih, "Peran Posyandu Lansia Terhadap Kesehatan Lansia di Perumahan Bina Griya Indah Kota Pekalongan", *SIKLUS*, 1(Januari, 2018),273.

rentan usia 75-84 tahun, serta tahap *oldest-old adult* berada di rentan usia 85 tahun keatas .[2]

Secara umum, terdapat dua macam hal yang dilakukan lansia dalam menyikapi kehidupanya. Pertama, lansia akan menerima masa tuanya dengan wajar melalui kesadaran pada dirinya secara mendalam. Kedua, lansia akan cenderung tidak menerima kondisi masa tuanya. Sikap kedua menggambarkankan bahwa lansia tidak ingin menerima kebenaran yang ada serta sebagian besar lansia kurang mampu menghadapi serta menyikapi kondisi masa tuanya tersebut yang kemudian, mereka menjadi sulit untuk menerima diri ketika menjadi tua.[3]

Memasuki usia lanjut semestinya setiap orang memiki penerimaan diri yang baik, jika hal tersebut terjadi maka, seseorang tidak akan memiliki ambisi yang berlebihan, serta tidak mudah mengeluh, dan juga tidak mudah tersinggung serta memiliki sikap rendah hati. Individu yang memiliki penerimaan diri yang baik akan dapat mengendalikan emosi pada dirinya yang berdampak pada ketenagan diri, santai dan lebih bahagia. [4]

Sebagaimana yang dialami lansia yang tinggal dipondok pesantren, seperti Pondok Pesantren Roudlotul Ulum. Berdasarkan wawancara secara langsung kepada tiga narasumber yang rata-rata memiliki pernyataan yang sama, dari tiap narasumber menyatakan jika alasan mereka untuk memutuskan mondok dikarenakan kemauan dari individu sendiri, selain

---

[2] Hafizah Nurrahmadhani "Hubungan Dukungan Sosial dengan Penerimaan Diri pada Lansia di Yayasan Guna Budi Bakti", (SKRIPSI, Universitas Medan Area, 2018), 1.
[3] Ibid, 2.
[4] Ibid, 2

memang anjuran yang diberikan oleh pihak pondok dan harus berasal dari kemauan sendiri bukan karena hasil paksaan dari orang lain. Kemudian tujuan mereka mondok ialah untuk memperdalam ilmu agama yang mereka rasa tidak diperoleh sewaktu muda dulu serta sebagai bekal amal di masa tua mereka. Lansia juga mengaku senang dan nyaman dengan kondisi lingkungan tempat tinggal maupun hubungan antar santri yang terjalin disana. Lansia juga mengaku bahwa dengan berada dipondok mereka tidak lagi memikirkan hal-hal berat perihal masalah yang dimiliki sewaktu sebelum mondok, karena hanya fokus perihal kesibukan nyantri di pondok. Seperti yang dijelasan Rukiyah salah satu lansia pondok Roudhotul Ulum yang mengatakan:

> Tujuan saya mondok untuk ngaji dan menambah ilmu Soalnya saya merasa dulu ngaji saya kurang jadi saya memutuskan untuk mondok saja. Dan karena dirumah juga kurang ada kegiatan, kalau di pondok lebih banyak kegiatan seperti seperti sholat Dhuha, wiridan bersama, intinya banyak kegiatan dan juga banyak temannya jadi saya merasa lebih senang.[5]

Jadi pada dasarnya penerimaan diri dibutuhkan lansia untuk menyesuaikan keadaan kedepanya di masa yang akan datang. berdasarkan pendapat dari Supratiknya penerimaan diri ialah suatu keadaan dimana individu mampu berterus terang dan mengungkapkan apa yang ada dipikiran, perasaan, serta saat berinteraksi terhadap orang-orang

[5]Rukiyah , santri pondok pesantren Raudlatul Ulum yang berlokasi di Kencong, Kediri, 25 april 2020.

disekelilingnya, dan bagaimana responnya untuk menerima kekurangan dan kelebihan yang individu miliki.[6]

Sarwono menjelaskan bahwa seseorang yang memiliki penerimaan diri yang baik akan mampu menengkal emosi yang muncul karena dapat menerima dirinya. Individu yang telah memiliki penerimaan diri yang baik berarti ia telah manyadari, memahami serta menerima diri apa adanya dengan disertai keinginan dan juga kesanggupan untuk terus mengembangkan diri sehingga mampu menjalani kehidupan yang baik, bertanggung jawab serta mampu menstabilkan emosi dengan baik.[7]

Gross mengungkapkan bahwa emosi yang tidak tampak sesuai dengan kondisi tertentu membuat individu harus mampu mengatur respon emosi agar emosi tersebut lebih bermanfaat dalam mencapai tujuan, sehingga diperlukan suatu strategi untuk diterapkan.[8] Thomson menjelaskan bahwa Regulasi emosi merupakan suatu strategi yang secara sadar maupun tidak sadar yang dilakukan individu untuk dapat mengelola, mengurangi, atau menambahkan respon emosi berupa pengalaman emosi dan perilaku.[9]

Seperti halnya yang terjadi pada lansia di Pondok Pesantren Roudhotul Ulumyang berlokasi di Kencong. Pondok pesantren ini

---

[6]Liliyanti M L Sangian dkk, "Hubungan Dukungan Emosional Keluarga Dengan Penerimaan Diri Pada Lansia di Desa Watutumou III*", e-Jurnal Keperawatan,* 2 (Agustus, 2017), 2-3.

[7] Yolinda Anggraini, "Hubungan Penerimaan Diri Dengan Regulasi Emosi Pada remaja", (SKRIPSI, Universitas Islam Negri Sultan Syarif kasim Riau, 2018), 6.

[8] Rachel Choirunissa & Annastasia Ediati, "Hubngan Antara Komunikasi Interpersonal Remaja-Orangtua Dengan Regulasi Emosi Pada Siswa SMK", Jurnal Empati, 7 (Agustus 2018), 237.

[9] Bertha Kristiyanti & Diana Rusmawati, "Hubungan Antara Kepribadian *Hardiness* Dengan Regulasi Emosi Pada Penyandang Tunadaksa Di Balai Besar Rehabilitasi Bina Daksa (BBRSBD) PROF. DR. Soeharso Surakarta", Jurnal Empati, 8 (Agustus 2019), 107.

didirikan pada tahun 1951 Masehi, oleh K. Sholhah, KH Ahmadi, Abdul Hadi dan KH. Zamrodji. Dimana kegiatan yang diadakan disana dominan kepada pengajaran, serta pendalaman tentang ilmu agama islam, serta memiliki santri yang memiliki rentan usia yang beraneka ragam. Dan salah satunya terdapat pondok khusus yang didalamnya terdiri dari santri yang keseluruhanya adalah lansia yang mana tidak terdapat di pondok pesantren lain disekitarnya.[10]

Lansia di pondok pesantren Roudhotul Ulum cenderung tidak stabil dalam mengedalikan emosi ketika menghadapi suatu masalah. Dimana seorang lansia rata-rata akan menunjukan bentuk respon emosi berupa marah, sedih, kecewa ataupun bahagia ketika menghadapi suatu peristiwa. Namun karena disana para lansia merasa disibukan dengan kegiatannya, individu mengganggap akan lupa sendiri dengan emosi yang muncul. Rukiyah menjelaskan ketika dipondok mereka cenderung dapat mengontrol emosinya. Karena selain kegiatan yang banyak disana individu diberikan sarana untuk melampiaskan emosi, dengan aktivitas wiridan dan mengaji, yang membuat para lansia lebih memiliki ketenangan batin, dan juga sebagai bentuk mengontrol emosinya.[11]

Salah satu faktor lain yang mempengaruhi penerimaan diri adalah *adversity quotient*, sebagaimana menurut Stolz yang menjelaskan, bahwa individu yang mampu menerima dirinya dengan baik akan memiliki daya juang yang lebih dibandingkan individu yang masih belum menerima

[10]*http://www.laduni.id/post/read/63944/pesantren-raudlatul-ulum-kencong-kab-kediri.*
[11]Rukiyah , santri pondok pesantren Raudlatul Ulum yang berlokasi di Kencong, Kediri, 25 april 2020.

dirinya.[12] Stolz juga menjelaskan, bahwa *adversity quotient* bukan hanya persoalan tentang kemampuan individu untuk mengatasi sebuah kesulitan yang ada sekaligus menjadikan sebuah kemenangan, akan tetapi individu tersebut juga diharapkan dapat mengubah pandangan akan kesulitan menjadi sebuah kesuksesan yang diinginkannya.[13]

Rukiyah juga mengatakan bahwa selama tinggal di pondok mereka selalu menghadapi banyak masalah. Seperti kerinduan terhadap keluarganya dirumah, kehilangan barang karena dipinjam rekannya, dan perdebatan diantara sesama karena perbedaan pendapat. Namun, para lansia mengganggap jika tinggal dirumah mereka lebih memiliki permasalahan yang besar. Karena ketika keluarganya mengalami masalah mereka akan cenderung akan ikut memikirkannya, dan menjadi beban fikiran.

Nurul juga mengatakan bahwa ketika berada dipondok,lansia yang sedang mengalami permasalahan akan dibimbing untuk menyelesaikan masalahnya secara kekeluargaan. Pihak pondok melarang keluarga bercerita tentang masalah yang terjadi di rumah kepada para lansia agar tidak membebani fikiran, kecuali jika masalah tersebut benar-benar penting.Serta untuk menggali keinginan para lansia tentang kemungkinan aktivitas apa yang bisa dilakukan selain kegiatan keagamaan. Pihak

---

[12] Adinda Novita, "Hubungan *Self Acceptance* Dengan *Adversity Quotient* Pada Mahasiswa Yang Kuliah Tidak Sesuai Minat", (SKRIPSI, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung, 2018), 7.

[13] Adinda Novita, "Hubungan *Self Acceptance* Dengan *Adversity Quotient* Pada Mahasiswa Yang Kuliah Tidak Sesuai Minat", (SKRIPSI, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung, 2018), 6.

pondok juga memfasilitasi jika penghuni ingin berjualan. Rata-rata para lansia di pondok Roudhotul Ulum memilih berjualan sembako, jamu, dan makanan seperti rujak.[14]

Dari berbagai permasalahan diatas dapat ditemukan di pondok pesantren Raudlatul Ulum mendorong peneliti untuk mengadakan penelitian dengan tema *"Hubungan Regulasi Emosi dan Adversity Quotient dengan Penerimaan Diri Lansia di Pondok Pesantren Roudlotul Ulum desa Kencong Kecamatan Kepung Kabupaten Kediri"*

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana Regulasi Emosi pada Lansia di Pondok Pesantren Roudlotul Ulum desa Kencong?
2. Bagaimana *Advarsity Quotient* Lansia di Pondok Pesantren Roudlotul Ulum desa Kencong?
3. Bagaimana Penerimaan Diri Lansia di Pondok Pesantren Roudlotul Ulum desa Kencong?
4. Bagaimana hubungan Regulasi Emosi dan *Advarsity Quotient* dengan Penerimaan Diri Lansia di Pondok Pesantren Roudlotul Ulum desa Kencong?

[14]Nurul , pengurus pondok pesantren Raudlatul Ulum yang berlokasi di Kencong, Kediri, 25 april 2020.

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk megetahui Bagaimana Regulasi Emosi pada Lansia di Pondok Pesantren Roudlotul Ulum desa Kencong.
2. Untuk megetahui Bagaimana *Advarsity Quotient* Lansia di Pondok Pesantren Roudlotul Ulumdesa Kencong.
3. Untuk mengetahui bagaimana Penerimaan Diri Lansia di Pondok Pesantren Roudlotul Ulum desa Kencong.
4. Untuk megetahui Bagaimana hubungan Regulasi Emosi dan *Advarsity Quotient* dengan Penerimaan Diri Lansia di Pondok Pesantren Roudlotul Ulum desa Kencong.

D. Manfaat penelitian

a. Secara Teoritis

Dengan adanya penelitian ini menjadi bahan referensi bagi mahasiswa dalam mempelajari konsep *Adversity Quotient* dan Regulasi emosi.

b. Secara praktis

Agar santri lansia mampu meningkatkan *Adversity Quotient* serta *Regulasi emosi* dalam menyelesaikan masalah yang ada serta menjadikannya lebih baik untuk dirinya ataupun orang lain disekitarnya.

E. Telaah Pustaka

a) Penerimaan Diri

1. Rachma Fajri Chaerani dan Anizar Rahayu, "Penerimaan Diri dan Dukungan Sosial Hubungannya dengan Penyesuian Diri Wanita yang Menghadapi Masa Menopause" penelitian tesebut menggunakan metode Kuantitatif, sampel yang digunakan dalam penelitian ini memiliki rentan usia 47 - 52 tahun yang berjumlah 152 wanita di RW 03 Bintara VIII, Kelurahan Bintara Barat, yang diambil menggunakan teknik simple random sampling. Hasil analisis penelitian ini menggunakan regresi telah diperoleh R sebesar 0,354 yang menunjukan bahwa adanya sebuah hubungan positif yang sinifikan antara penerimaan diri dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri. Kemudian diketahui dari hasil uji Stepwise telah ditemukan adanya sebuah peranan variabel penerimaan diri dan dukungan sosial terhadap penyesuaian diri sebesar 12,5%. Serta diketahui penerimaan diri memiliki peranan yang lebih besar dibandingkan dengan dukungan sosial.[15]

   Perbedaan penelitian, pada penelitian terebut menggunakan simple random sampling sedangkan dalam penelitian ini menggunakan sampel jenuh, kemudian kesamaan yang terdapat pada penelitian ini sama-sama menggunakan metode kuantitatif.

[15] Racman Fajri Chaerani & Anizar Rahayu, "Penerimaan Diri Dan Dukungan Sosial Hubungannya Dengan Penyesuaian Diri Wanita Yang Menghadapi Masa Menopouse", Ikraith-Humaniora, 3 (Juli, 2019), 133.

2. Loriza Sativa Yan dll, “Hubungan Peneriamaan Diri dan Tingkat Stres pada Penderita Diabetes Mellitus” penelitian tersebutmengunakan metode kuantitatif dengan desain *crossectional*. Kemudian sampel yang digunakan adalah 77 lansia dengan rentan usia 54-60 tahun yang sedang menderita diabetes dengan komplikasi di kota Jambi yang dipilih secara accidental sampling. Hasil penelitian yang diperoleh menunjukan bahwa responden yang sebagian besar adalah perempuan menunjukan bahwa memiliki kategori penerimaan diri yang kurang baik, hal tersebut dapat diketahui dari adanya hubungan yang signifikan antara penerimaan diri dan tingkat stres pada lansia. Sebagaimana penerimaan diri yang buruk akan berpengaruh terhadap tingkat stres pada lansia yang mengalami diabetes mellitus. Dengan demikian perlu adanya terhadap pengembangan program pelaksanaan stres akibat komplikasi diabetes, guna memperbaiaki kesehatan psikologis.[16]

   Perbedaan penelitian tersebut menggunakana idental sampling sedangkan penelitian ini menggunkan Representatif, persamaan penelitian ini sama-sama menggunakan metode kuantitatif dan subjek yang diambil adalah lansia.

3. Ani Marni dan Rudy Yuniawati “Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penerimaan Diri Lansia di Panti Wredha Budhi Dharma

[16] Loriza Sativa Yan dll, “Hubungan Peneriamaan Diri dan Tingkat Stres pada Penderita Diabetes Mellitus”, Jurnal Endurance, 2 (October 2017), 312.

Yogyakarta" penelitian tersebut menggunakan total keseluruhan lansia penghuni panti sebanyak 45 orang, metode yang digunakan dalam penelitian adalah kuantitatif. Alat yang digunakan dalam adalah skala penerimaan diri dan skala dukungan sosial, kemudian data yang diperoleh dari hasil tersebut yang mengguanakan tenik analisis data*product moment* yaitu (r) sebesar 0,604 dan F sebesar 23,764 dengan taraf signifikan (p) sebesar 0,000 (p<0,01) yang mana menunjukan bahwa adanya sebuah hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dan penerimaan diri lansia di Panti Wredha Budhi Dharma. Kesimpulan dari penelitian tersebut menunjukan bahwa terdapat adanya sebuah hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan penerimaan diri di Panti Wredha Budhi Dharma.[17]

Perbedaan penelitian, pada penelitian tersebut menggunakan analisis *product moment*sedangkan dalam penelitian ini menggunakan korelasi berganda, kemudian persamaan penelitian sama-sama menggunakan metode kuantitatif dan subjek yang diambil sama-sama lansia.

b) Adversity Quotient

a) Dalam penelitian Wieda Rif'atil Fikriyyah dan Maya Fitria, "*Adversity Quotient* Mahasiswa Tunanetra" penelitian tersebut menggunakan metode kualitatif fenomenologi. Dengan merujuk

[17] Ani Marni dan Rudy Yuniawati "Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penerimaan Diri Lansia di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta", EMPATY, 3 (Juli 2015), 1.

hasil wawancara dan observasi, Metode analisis data dalam penelitian tersebut digunakan analisis tematik. jika dilihat dari faktor yang mempengaruhi mahasiswa difabel motivasi, ketekunan, dan pengambilan resiko lebih mempengaruhi. Jika dilihat dari informan yang memiliki dukungan keluarga salah satu bentuk dukungannya dengan memberikan fasilitas pendidikan, namun menurut penjelasan dari informan yang tidak mendapat dukungan keluarga, ke inginan tersebut dibuktikan dengan kemapuan yang dimiliki dengan cara untuk mendapatkan materi di dalam kelas baik berupa informasi dari dosen maupun temannya.[18]

Perbedaan dalam penelitian, dalam penelitian tersebut menggunaka metode kualitatif fenomenologi, sedangkan pada penelitian ini menggunakan kuantitatif. Persamaan penelitian sama-sama meneliti *adversity quotient.*

b) Wahyu Hidayat dan Ratna Sariningsih, "Kemampuan Pemecahan Masalah Matematis dan *Advercity Quotient* Siswa SMP Melalui Pembeajaran Open Mended" penelitian tersebut memiliki 38 sampel, subjek penelitan merupakan siswa SMP kelas VIII-A di salah satu sekolah di Kabupaten Bandung Barat yang sudah menempu materi keliling dan luas persegi panjang. Jenis Penelitian menggunakan penelitian deskriptif kualitatif. Menggunakan dua jenis instrumen yaitu soal open ended dan angket. Angket pada AQ dibedakan

[18] Wieda Rif'atil Fikriyyah & Maya Fitria, "Adversity Quotient Mahasiswa Tunanetra", JURNAL PSIKOLOGI TABULARASA, 10 (April 2015), 115.

menjadi 3 yaitu quitters, campers dan climber. Dengan hasil penelitian menunjukan bahwa siswa AQ climbers mampu memecahkan masalah serta mampu melaksanakan empat tahapan polya yaitu mempu memehami suatu masalah, merencanakan pemecahan masalah, menyelesaikan masalah melalui strategi pemecahan masalah, dan meneliti kembali hasil serta proses kemudian menyimpulkan hasil penyelesaian.[19]

Perbedaan dalam penelitian, dalam penelitian tersebut menggunakan metode deskripsi kualitatif, sedangkan pada penelitian ini menggunakan kuantitatif, persamaaan dalam penelitian sama-sama meneliti *adversity quotient*.

c) Dalam penelitian Wahyu Hidayat dll , "*Adversity Quotient* (AQ) dan Penalaran Kreatif Matematis Mahasiswa Calon Guru" dalam penelitian tersebut sampel yang digunakan sebanyak 60 mahasiswa calon Guru yang dipilih menggunakan metode perposif sampling, popolasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa calon guru matematiak di kota Cimahi, Jawa Barat. Metode yang diambil pada penelitian tersebut adalah metode ekperimen. Dilihat dari hasil pengujian diperoleh persamaan regresi antara pengaruh AQ terhadap kempuan penalaran matematis mahasiswa sebagai berikut: Y= 6, 230 + 0,82X. dilihat pada rumus diatas dapat diartikan jika AQ bernilsi 0, maka kemsampuan penalaran kreatif matematis mahasiswa memiliki

[19] Wahyu Hidayat & Ratna Sariningsih, "Kemampuan Pemecahan Masalah Matematis dan *Advercity Quotient* Siswa SMP Melalui Pembeajaran Open Mended", Jurnal JNPM, 2 (Maret 2018), 109.

nilai 6,230. Selanjutnya dapat dilihat bahwa koofisien dari AQ bernilsi positif atau memiliki pengaruh positif antara AQ terhadap pencapaian kempuan penalaran kreatif matematis mahasiswa. Dapat disimpulakan bahwa jila nilai AQ semakin tinggi maka kempuan penalaran kreatif matematis mahasiswa juga semakin tinggi.[20]

Perbedaan dalam penelitan, dalam penelitian tersebut menggunakan metode eksperimen sedangkan pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, serta pada penelitian tersebut menggunakan korelasi berganda sedangkan pada penelitian ini menggunakan regresi berganda, dan juga teknik pengambilan sampling yang berbeda dalam penelitian tersebut menggunakan purposive sampling sedangkan penelitian ini menggunakan sample jenuh. Persamaan pada penelitian sama-sama meneliti adversity quotient.

c) Regulasi Emosi

1) Miranti Rasyid, "Hubungan antara Peer Attachment dengan Regulasi Emosi Remaja yang Menjadi Siswa di Boarding School SMA Negeri 10 Samarinda" Subjek dalam penelitian tersebut berjumlah 95 remaja dengan kriteria usia 15-17 tahun serta dengan subjek laki-laki yang berjumlah 45 dan wanita 50 orang. Dalam penelitian tersebut digunakan teknik analisis product moment untuk analisis datanya. Penelitian tersebut memiliki tujuan untuk mengetahui ada atau tidak hubungan peer attachment dengan regulasi emosi. Teknik

[20] Wahyu Hidayat dll , "Adversity Quotient (AQ) dan Penalaran Kreatif Matematis Mahasiswa Calon Guru", Jurnal Elemen, 4 (Juli 2018), 230-234.

pengambilan data yang digunakan adalah skala per attachment dan skala regulasi emosi yang didasarkan pada teori Armsden & Greenberg serta Thompson. Dengan hasil terdapat hubungan positif antara peer attachment dengan regulasi emosi dengan skor korelasi (r) 0,274 (korelasi rendah) dan signifikansi (p) sebesar 0,0035 yang dapat disimpulkan bahwa tingkat hubungan rendah antara peer attachment dan regulasi emosi.[21]

Perbedaan dalam penelitian, penelitian tersebut menggunakan teknik analisis data korelasi product moment, sedangkan dalam penelitian ini menggunakan korelasi berganda dengan teknik pengambilan sampling. menggunakan kriteria dalam menentukan sample, sedangkan dalam penelitian ini menggunakan sample jenuh. Persamaan pada penelitian sama-sama menggunakan metode kuantitatif dengan menggunakan skala regulasi emosi.

2) Dini Primadewi Aris dan Rinaldi, "Hubungan Regulasi Emosi Dengan Penerimaan Diri Wanita Premenopouse." Dalam penelitian tersebut memiliki subjek 75 ibu-ibu dengan rentan usia 40-55 tahun. Teknik pengambilan sempel menggunakan purposive sampling dan pengambilan data menggunakan skala regulasi emosi dan skala penerimaan diri. teknik analisis data menggunakan analisis prodak moment. Hasil penelitian tersebut didapat korelasi sebesar 0,667 dengan signifikansi p = 6,000 (p – 0,01) yang dapat disimpulkan

[21] Miranti Rasyid, "Hubungan antara Peer Attachment dengan Regulasi Emosi Remaja yang Menjadi Siswa di Boarding School SMA Negeri 10 Samarinda",

bahwa terdapat hubungan signifikan antara regulasi emosi dengan penerimaan diri wanita premenopouse.[22]

Perbedaan penelitian dalam penelitian tersebut menggunaka teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sedangkan pada penelitian ini menggunakan sempel jenuh, dan pada penelitian tersebut menggunakan analisis data korelasi product moment sedangkan dalam penelitian ini menggukan korelasi berganda. Persamaan dalam penelitian sama-sama menggunakan skala regulasi emosi dan skala penerimaan diri, dan sama-sama menggunakan metode kuantitatif. Serta sama menjelaskan hubungan regulasi emosi dan penerimaan diri.

F. HIPOTESIS

Hipotesis berasal dari dua suku kata yaitu hipo yang berarti lemah dan tesis yang berarti pernyataan. Bila digabung menjadi pernyataan yang masih lemah. Akan tetapi dalam jangkauan yang lebih luas hipotesis didefinisikan sebagai suatu dugaan sementara yang diajukan seorang peneliti yang berupa pernyataan-pernyataan yang diuji kebenarannya.[23] Sehingga berdasarkan pemaparan yang ada maka hipotesis dari penelitian ini adalah :

1) H_1 : Ada hubungan antara regulasi emosi dengan penerimaan diri lansia di Pondok Roudhatul Ulum Kencong Kediri.

[22] Dini Primadewi Aris dan Rinaldi, "Hubungan Regulasi Emosi Dengan Penerimaan Diri Wanita Premenopouse.", Jurnal RAP UNP, 6 (Mei 2015), 11.

[23] Tulus Winarsunu, *Statistik dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan*, (Malang: UMM Press, 2015), 93.

H_0 : Tidak ada hubungan antara regulasi emosi dengan penerimaan diri lansia di Pondok Roudhatul Ulum Kencong Kediri.

2) H_2: Ada hubungan antara *adversity quotient* dengan penerimaan diri lansia di Pondok Roudhatul Ulum Kencong Kediri.

H_0 : Tidak ada hubungan antara *adversity quotient* dengan penerimaan diri lansia di Pondok Roudhatul Ulum Kencong Kediri.

3) H_3 : Ada hubungan antara regulasi emosi dan *adversity quotient* dengan penerimaan diri lansia di Pondok Roudhatul Ulum Kencong Kediri

H_0 : Tidak ada hubungan antara regulasi emosi dan *adversity quotient* dengan penerimaan diri lansia di Pondok Roudhatul Ulum Kencong Kediri.

G. Asusmsi Dasar

Asumsi dasar adalah anggapan-anggapan dasar tentang suatu hal yang dijadikan pijakan berpikir dan bertindak dalam melaksanakan suatu penelitian.[24] Regulasi emosi dan *Adversity Quotient* dengan penerimaan diripada lansia di Pondok Roudhatul Ulum Kencong Kediri.

dapat diukur dengan skala. Dan asumsi atau anggapan dasar dalam penelitian ini adalah:

1) Semakin tinggi maka regulasi emosi semakin tinggi penerimaan diri lansia di Pondok Roudhatul Ulum Kencong Kediri.

[24] Tim STAIN KEDIRI, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah* (Kediri: STAIN pres, 2011), 71.

2) Semakin rendah regulasi emosi maka semakin rendah penerimaan diri lansia di Pondok Roudhatul Ulum Kencong Kediri.
3) Semakin tinggi *advesuty quoteint* maka semakin tinggi penerimaan diri lansia di Pondok Roudhatul Ulum Kencong Kediri.
4) Semakin rendah *adversity quotient* maka semakin rendah penerimaan diri lansia di Pondok Roudhatul Ulum Kencong Kediri.
5) Semakin tinggi regulasi emosi dan *adversity quotient* maka semakin tinggi penerimaan diri lansia di Pondok Roudhatul Ulum Kencong Kediri.
6) Semakin rendah regulasi emosi dan *adversity quotient* maka semakin rendah penerimaan diri lansia di Pondok Roudhatul Ulum Kencong Kediri.

H. Penegasan Istilah

1. Penerimaan Diri

   Penerimaan diri merupakan sutu kondisi dimana individu mampu menerima dirinya secara realistis baik itu kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki oleh individu. Dalam penerimaan diri tidak hanya berkaitan tentang bagaimana diri individu itu sendiri melainkan juga berkaitan dengan kerelaan membuka diri atau mengungkapkan pikiran, perasaan, serta reaksi terhadap orang lain.

2. Regulasi Emosi

   Regulasi emosi mampu membantu individu untuk mengelola emosi-emosi yang mucul pada dirinya sehingga reaksi yang muncul menjadi tidak berlebihan. Regulasi emosi juga dipengaruhi oleh pengalaman hidup dari seseorang, dalam hal ini individu yang memiliki kontrol emosi yang baik akan memiliki daya tahan yang baik dalam meghadapi suatu masalah.

3. *Advercity Quotient*

   Advercity quotient merupakan sebuah kecerdasan yang dimiliki individu dalam mematangkan kemampuan dalam menghadapi suatu masalah.