

## GAMBARAN PENERIMAAN DIRI PADA PEREMPUAN YANG MENGALAMI PENYAKIT BEBAINAN DI BALI

**Ni Made Prima Kusuma Dewi**

Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana, Indonesia  
[nimadeprimakusumadewi2019@gmail.com](mailto:nimadeprimakusumadewi2019@gmail.com)

**I Gusti Ayu Diah Fridari**

Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana, Indonesia

### **Abstract**

*Balinese people have high religious values and still believe in supernatural powers. **Bebainan** comes from the word *bebai* which means disease. **Bebainan** can be interpreted as a disease or a sick condition of a person caused by non-medical matters so that a person who is *bebainan* feels several symptoms such as unconsciousness, feeling of fear, discomfort, pain in the abdomen, emotional sensitivity and changes in mood. Researchers can find out the symptoms felt by someone who is experiencing a *bebainan* through interviews. This study aims to find out how the process of self-acceptance of women who experience *bebainan*. In this study, the researcher used a qualitative method with a case study approach with the criteria of female respondents in the age range of 21-40 years and respondents who had or were experiencing a *bebainan*. The sampling technique used is purposive sampling. The results of this study found that the first respondent experienced a *bebainan* in 2022, while the second respondent felt a *bebainan* in 2019 and the respondent again felt a *bebainan* in 2022. The response was given by the surrounding environment as long as the respondent experienced a *bebainan* such as babysitting and expanding. Then personal responses also appeared within the respondent such as feelings of fear, avoidance, feelings of discomfort and the respondent accepted the *bebainan* experience that the respondent felt. Based on the results of this study, it can be concluded that respondents who experience *bebainan* illness will accept themselves if the respondent gets positive support from their environment. In addition, it can be concluded that respondents who experience *bebainan* illness further increase their spirituality where respondents pray more often after experiencing *bebainan* and more grateful for what happened to him.*

**Keywords:** *Bebainan, Self-Acceptance, Women.*

### **Abstrak**

Masyarakat Bali memiliki nilai religius yang tinggi dan masih mempercayai kekuatan gaib. **Bebainan** berasal dari kata *bebai* yang berarti penyakit. **Bebainan** dapat diartikan sebagai penyakit atau kondisi sakit seseorang yang disebabkan oleh adanya hal-hal non medis sehingga seseorang yang mengalami *bebainan* merasakan

beberapa gejala seperti kondisi tidak sadar, perasaan takut, tidak nyaman, nyeri dibagian perut, sensitivitas pada emosional dan adanya perubahan suasana hati. Peneliti dapat mengetahui gejala yang dirasakan oleh seseorang yang mengalami *bebainan* melalui wawancara. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana proses penerimaan diri perempuan yang mengalami *bebainan*. Pada penelitian ini peneliti menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus dengan kriteria responden perempuan dengan rentang usia 21 – 40 tahun dan responden pernah atau sedang mengalami *bebainan*. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*. Hasil penelitian ini ditemukan bahwa responden pertama mengalami *bebainan* pada tahun 2022, sedangkan pada responden kedua merasakan penyakit *bebainan* pada tahun 2019 dan responden kembali merasakan penyakit *bebainan* pada tahun 2022. Adapun respon yang diberikan oleh lingkungan sekitar selama responden mengalami *bebainan* seperti *mebayuh* dan *mepeluasan*. Kemudian respon pribadi juga muncul dalam diri responden seperti adanya perasaan takut, menghindari, perasaan tidak nyaman dan responden menerima pengalaman *bebainan* yang responden rasakan. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa responden yang mengalami penyakit *bebainan* akan menerima dirinya apabila responden mendapatkan dukungan yang positif dari lingkungannya, selain itu dapat disimpulkan bahwa responden yang mengalami penyakit *bebainan* lebih meningkatkan spiritualitasnya dimana responden lebih sering melakukan persembahyangan setelah mengalami *bebainan* dan lebih mensyukuri keadaan yang terjadi pada dirinya.

**Kata Kunci:** *Bebainan, Penerimaan Diri, Perempuan.*

## **PENDAHULUAN**

*Bebainan* berasal dari kata *bebai* yang berarti penyakit. *Bebainan* merupakan salah satu penyakit atau kondisi sakit seseorang yang disebabkan oleh adanya hal-hal non medis (Lontar Usadha Sasah Bebai, 2010). Kondisi sakit seseorang yang diakibatkan oleh hal-hal non medis bisa membuat orang-orang yang mengalaminya merasa putus asa, hampir menyerah karena tak kunjung sembuh jika diobati secara medis, individu tersebut juga akan mengalami stres (Yudiantara, 2017). Selanjutnya, individu yang mengalami *bebainan* juga akan merasakan dirinya memiliki ketakutan berlebih yang membuat individu mengamuk dan ingin melakukan aktivitas yang dapat membahayakan diri sendiri (Pulasari, 2011).

Dalam Usadha Edan (2009) dijelaskan bahwa seseorang yang mengalami *bebainan* merasakan dirinya tidak sadar dalam melakukan hal apapun sehingga mereka bersikap seakan-akan bukan dirinya. Kondisi tak sadarkan diri ini disebabkan oleh adanya kekuatan gaib yang masuk ke dalam tubuh seseorang dimana keadaan mereka sedang lemah dan sensitif (Pulasari, 2011). Perempuan memiliki kondisi tubuh yang lebih sensitif dibandingkan laki-laki sensitivitas emosional yang dimaksud mengacu pada kemampuan

seseorang untuk merasakan dan memahami emosi, baik emosi mereka sendiri maupun emosi orang lain dimana seseorang yang sensitif secara emosional cenderung dapat mengidentifikasi dan merasakan emosi dalam diri mereka dengan lebih mendalam. Mereka bisa mengenali berbagai perasaan seperti senang, sedih, marah, khawatir, dan lain-lain dengan lebih akurat. Sensitivitas emosional bisa memiliki dampak positif dan negatif tergantung pada bagaimana seseorang mengelolanya. Di satu sisi, itu bisa membantu dalam membangun hubungan yang lebih baik, meningkatkan pemahaman sosial, dan memberikan dukungan kepada orang lain. Namun, di sisi lain, sensitivitas emosional yang berlebihan juga bisa menyebabkan kelelahan emosional atau kesulitan dalam menghadapi situasi.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Subawa (2018) saat perempuan tidak sadarkan diri mereka tidak menyadari apa yang terjadi pada dirinya dan penyakit dalam tubuhnya tersebut akan memberikan respon yang negatif sehingga perempuan akan mengalami ketakutan berlebih dan seketika mengamuk hingga melempar barang-barang yang ada di dekatnya sehingga beberapa pecah dan melukai kakinya. Selama hal tersebut terjadi ia tidak merasa kesakitan, hal ini disebabkan karena dalam tubuh individu terdapat kekuatan gaib yang tidak bisa dilihat oleh mata secara langsung. Apabila perempuan yang memiliki penyakit *bebainan*, mereka akan merasakan nyeri dibagian perut dan sakit di seluruh bagian tubuhnya dan juga gelisah. Penelitian ini didukung oleh studi pendahuluan yang dilakukan, dan peneliti menemukan beberapa kasus-kasus yang relevan. Salah satu kasus yang terjadi pada tahun 2018 lalu, beberapa siswa yang mengikuti pementasan tari massal di Tanah Lot mengalami *bebainan*. Ada empat siswa yang sedang mengalami menstruasi dan tetap ikut menari hal ini mengakibatkan kondisi tubuhnya yang lemah dan sensitif sehingga mereka mudah mengalami *bebainan* saat pementasan tari tersebut. Setelah kejadian tersebut banyak siswa yang mengalami *bebainan* dan mengeluhkan sakit dibagian perut.

Hingga saat ini, berbagai penelitian memfokuskan pada bagaimana proses *bebainan* dan pengobatan untuk orang yang mengalami *bebainan* pada perempuan, namun sangat minim penelitian yang memperhatikan aspek penerimaan diri dari seseorang yang mengalami *bebainan*. Peneliti menggunakan penerimaan diri sebagai kondisi psikologis yang dirasakan oleh responden karena penerimaan diri mengacu pada cara individu merasa dan berpikir tentang diri mereka sendiri, serta tingkat kenyamanan dan penerimaan terhadap kualitas, karakteristik, dan identitas pribadi mereka selain itu penerimaan diri berpengaruh pada perilaku responden. Penerimaan diri juga berkontribusi pada kepuasan hidup secara keseluruhan dimana responden memiliki pandangan diri yang positif terhadap diri mereka atas pengalaman yang dirasakan. Perempuan yang mengalami penyakit *bebainan* tentunya berdampak pada penerimaan

dirinya yang memengaruhi kondisi psikologis perempuan dimana munculemosi yang tidak stabil, ketakutan yang berlebih, nyeri dan sakit di tubuh, hingga mengalami stres sehingga berdasarkan pemaparan diatas, penting adanya penelitian untuk mengetahui proses penerimaan diri dari perempuan yang mengalami penyakit *bebainan* bisa menerima atau tidak penyakit *bebainan* ini.

## **METODE PENELITIAN**

Pada penelitian ini peneliti menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus dengan kriteria responden perempuan dengan rentang usia 21 – 40 tahun dan responden pernah atau sedang mengalami *bebainan*. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*. Adapun teknik penggalian data yang digunakan pada penelitian kualitatif ini pada *setting* alamiah seperti rumah maupun sekolah dan menggunakan teknik observasi, wawancara dan dokumentasi. Teknik penggalian data yang digunakan peneliti adalah wawancara (*interview*), observasi dan catatan lapangan. Pengorganisasian data dalam penelitian ini diperoleh dari wawancara dan juga catatan lapangan melalui *setting* alamiah. Proses wawancara akan menghasilkan data berupa hasil *recording* suara yang diubah menjadi dokumen verbatim. Adapun analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data model Creswell (2014 ) dengan mengorganisasikan dan menyiapkan data yang akan dianalisis, membaca dan melihat seluruh data, menghubungkan antar tema dan memberikan interpretasi dan makna tentang tema.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, ditemukan beberapa hasil mengenai aspek-aspek yang menggambarkan penerimaan diri perempuan yang mengalami *bebainan*. Pada subbab ini akan dibahas setiap tema temuan hasil penelitian dengan teori-teori yang mendukung berdasarkan acuan referensi buku dan jurnal. Berikut pemaparan pembahasan oleh peneliti dari hasil penelitiannya.

### **Penerimaan Diri Responden yang Mengalami *Bebainan***

Ketika perempuan memasuki fase dewasa awal, tidak semua perempuan bisa menerima dirinya dengan sikap positif. Menurut Germer (Dalam Permatasari, 2022) tidak sedikit perempuan yang bisa mengatasi perasaan emosionalnya baik dalam keadaan takut, cemas, khawatir, dan juga marah. Penerimaan diri dari perempuan tentunya mempunyai tahapan yang mereka ikuti dan tahapan tersebut menjadi peran dalam mendefinisikan dirinya (Santrock, 2007). Oleh karena itu, penerimaan diri perempuan memiliki sifata yang kompleks dan melibatkan berbagai aspek.

Selain terkait dengan kehidupan sosial dari perempuan tersebut, penerimaan diri juga dipengaruhi oleh tahap penerimaan diri, aspek penerimaan diri dan faktor yang memengaruhi penerimaan diri pada perempuan. Perempuan yang mengalami *bebainan* memiliki dorongan yang kuat untuk kesembuhan dirinya sendiri dan tidak pesimis (Hurlock, dalam Noviana, 2019). Selain itu diperlukan juga konsep diri yang stabil sehingga individu tidak membedakan keadaan dirinya dengan orang lain.. *Bebainan* dapat didefinisikan sebagai suatu penyakit atau kondisi sakit seseorang yang disebabkan oleh hal-hal non medis. Dalam Lontar Usadha Sasah Bebain (2010) disebutkan bahwa kondisi seseorang yang mengalami *bebainan* akan merasakan beberapa gejala-gejala yang dapat membuat orang yang mengalaminya menjadi putus asa, munculnya perasaan menyerah karena tidak kunjung sembuh hingga mengalami stress (Yudiantara, 2017). Saat mengalami *bebainan*, orang tersebut tidak sadar dengan dirinya sendiri dan melakukan aktivitas yang dapat membahayakan dirinya sendiri (Pulasari, 2011). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Subawa (2018) dimana pada penelitian ini menjelaskan mengenai kondisi perempuan yang tidak sadarkan diri dan penyakit di dalam tubuhnya memberikan respon emosi yang negatif sehingga seseorang merasakan ketakutan hingga melukai dirinya sendiri namun orang tersebut tidak merasa kesakitan ketika tidak sadarkan diri. Oleh karena itu, perilaku itu dimunculkan bukan merupakan perilaku pribadi individu yang sebenarnya. Penjelasan yang dipaparkan di atas sesuai dengan yang dialami oleh kedua responden, dimana masing-masing responden merasa takut saat mengalami *bebainan*, selain itu kedua responden juga mengeluhkan sakit di beberapa bagian tubuhnya, tidak sadarkan diri hingga mengalami stres.

Ketika mengalami *bebainan*, kedua responden merasakan beberapa ciri-ciri yang muncul sebelum mereka tidak sadarkan diri. Secara spesifik responden MELATI mendengar suara-suara yang muncul di sekitarnya, responden juga merasakan sakit di bagian kepala, badannya tiba-tiba lemas , merasa sedih dan takut, cemas dan gelisah. Sedangkan responden MAWAR merasakan sakit di bagian tenggorokan, ketakutan, kesemutan, kepala dan kakinya dingin, badannya terasa berat dan nyeri, merasa tidak nyaman, dan juga sedih. Dari penyampaian kedua responden perilaku dan juga gejala yang dimunculkan oleh penyakit *bebainan* memiliki beberapa perbedaan. Namun dari apa yang disebutkan dapat peneliti simpulkan bahwa bahwa kedua responden mempunyai gejala yang sama baik secara fisik maupun psikologis seperti merasakan sakit di beberapa tubuhnya dan munculnya perasaan sedih dan takut. Pendapat responden mengenai apa yang dirasakan saat dirinya mengalami *bebainan* sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Grantika (2020) yang menyebutkan bahwa ada beberapa simptom yang dapat dirasakan oleh seseorang yang mengalami *bebainan* pada umumnya adalah merasakan

ketakutan, muncul perasaan sedih, anggota tubuh melemah dan merasakan adanya keanehan dalam dirinya.

Temuan selanjutnya mengenai prosesi *mebayuh* yang dilakukan oleh responden MAWAR. *Mebayuh* adalah sebuah upacara pembersihan diri apabila orang tersebut mengalami hal-hal yang tidak baik (Suharko, 2021). Ketika seseorang yang mengalami kondisi sakit dan secara *sekala* sudah ditempuh namun belum menemukan titik terang maka seseorang akan menempuh jalan secara *niskala* untuk mengetahui dan membuktikan apa yang sebenarnya terjadi (Kurniawan, 2017). Teori tersebut dapat menjelaskan hasil dari penelitian ini dimana responden MAWAR melakukan prosesi *mebayuh* untuk membersihkan dirinya dari *bebainan*.

### **Respon Lingkungan Terhadap Pengalaman *Bebainan***

Menurut kamus besar Bahasa Indonesia respon adalah sebuah reaksi, tanggapan dan juga jawaban terhadap suatu peristiwa atau gejala yang terjadi (Nasional, 2012). Menurut Steven M. Chaffe (dalam, Wisnawa 2021) macam-macam respon terbagi menjadi tiga yaitu respon kognitif, respon afektif dan respon behavioral. Respon kognitif adalah suatu reaksi yang berkaitan dengan pengetahuan keterampilan dan informasi seseorang mengenai sesuatu dimana timbulnya respon ini disebabkan oleh adanya perubahan terhadap apa yang dipahami oleh orang pada umumnya. Respon afektif adalah respon yang berhubungan dengan emosi, sikap dan penilaian seseorang terhadap sesuatu. Sedangkan respon behavioral adalah respon yang berhubungan dengan perilaku nyata yang meliputi tindakan atau kebiasaan. Dalam penelitian ini kedua responden mendapatkan respon kognitif, respon afektif dan respon behavioral dari keluarga dan lingkungan sekitarnya. Respon kognitif dapat dilihat dari sedikitnya masyarakat yang paham dan mengetahui penyakit *bebainan* yang dialami oleh responden. Oleh karena itu, beberapa dari mereka menunjukkan rasa tidak percaya terhadap responden. Kemudian respon afektif yang didapatkan oleh kedua responden MELATI dan MAWAR adalah keluarganya langsung mengambil sikap untuk membawa responden ke rumah sakit untuk diberikan penanganan medis. Responden MELATI dan MAWAR menjelaskan bahwa keluarganya menunjukkan respon cemas dan khawatir ketika responden pertama kali mengalami *bebainan*. Sedangkan respon behavioral ditunjukkan oleh lingkungan sekitarnya dengan menjauhi responden karena takut mengalami *bebainan*.

### **Respon Pribadi Terhadap Pengalaman *Bebainan***

Pengalaman merupakan peristiwa yang tertangkap oleh panca indera dan dan tersimpan di dalam memori individu (Yustialti, 2020). Dampak dari *bebainan* ini memunculkan beberapa pengalaman dari masing-masing individu. Menurut Wirawan

(2020) terdapat tiga dampak *bebainan* yaitu secara teologis, secara sosial, dan secara psikologis. Dampak secara teologis merupakan dampak yang berkaitan dengan hal-hal spiritual (Wirawan, 2020). Kedua responden penelitian merasakan dampak secara teologis setelah mengalami *bebainan*, dimana kedua responden secara tidak langsung lebih sering melakukan persembahyangan untuk memohon kesembuhannya. Kedua responden mempunyai kepercayaan yang kuat akan kekuatan tuhan. Selain itu kedua responden juga melakukan upacara keagamaan seperti *mecaru* dirumahnya untuk menghilangkan energi negatif yang ada dilingkungan tempat mereka tinggal. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suryani (2020) yang menjelaskan bahwa seseorang yang mengalami *bebainan* dianggap tidak melakukan *yadnya* dengan baik sehingga harus dilakukan *yadnya* seperti *mecaru* untuk menghilangkan energi negatif dalam area tempat tinggal seseorang. Dampak secara sosial merupakan dampak *bebainan* yang dialami oleh individu dengan lingkungannya. Pada penelitian ini, kedua responden mempunyai respon yang berbeda. Responden MELATI merespon pengalaman *bebainannya* dengan rasa takut dan menghindari. Rasa takut yang muncul dalam diri responden merasa takut untuk berbicara dengan orang lain karena menurut responden ia takut secara tidak sadar mengucapkan kata-kata yang menyinggung perasaan orang lain. Selanjutnya responden MELATI sudah mengetahui gejala yang muncul apabila penyakit *bebainan* tersebut mulai menyerang tubuhnya, responden MELATI menghindari hal tersebut dengan berdoa dan melakukan komunikasi dengan suaminya. Berbeda dengan responden MELATI, responden MAWAR selama mengalami *bebainan* merasa tidak nyaman dan takut. Responden MAWAR merasa bahwa ia tidak bisa melakukan kegiatan yang biasanya dilakukan dan takut untuk bertemu orang banyak karena responden MAWAR tidak mau muncul kecurigaan pada orang lain. Responden MAWAR juga merasa putus asa karena tak kunjung sembuh. Menurut Suryani (2020), banyak masyarakat yang awam mengenai penyakit *bebainan* sehingga banyak muncul asumsi negatif kepada orang yang mengalami *bebainan* sehingga muncul rasa takut dan perasaan tidak nyaman. Kemudian dampak psikologis merupakan dampak yang memengaruhi kondisi mental dari seseorang. Kedua responden dalam penelitian ini sempat mengalami stress dan depresi yang disebabkan oleh penyakit *bebainan*. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yuliari (2019) bahwa *bebainan* dampak psikologis seperti stress dapat memengaruhi seseorang yang mengalami *bebainan*.

Berdasarkan hasil wawancara dapat dikaitkan dengan aspek penerimaan diri yang peneliti paparkan sebelumnya di kajian pustaka. Penjelasan lebih lanjut mengenai aspek penerimaan diri akan dipaparkan sebagai berikut:

a. Menerima

Kondisi dimana responden dapat menerima saran dari orang lain. Menurut Hurlock (dalam Noviana, 2019) menyatakan bahwa adanya wawasan diri dan sosial dapat memengaruhi penerimaan diri seseorang. Hal ini dikarenakan munculnya penilaian terhadap diri sendiri dan menerima kelebihan maupun kekurangannya akan memengaruhi proses penerimaan dirinya sehingga bisa menjadi pedoman untuk berperilaku. Sejalan dengan Supratiknya (1995) pada aspek penerimaan terhadap orang lain ditandai dengan adanya kepekaan terhadap kebutuhan sehingga muncul hubungan timbal balik antara penerimaan diri seseorang dengan lingkungannya. Pada penelitian ini ditemukan bahwa kedua responden mempunyai wawasan yang beberapa persamaan mengenai penerimaan, dimana responden MELATI melawan rasa tidak nyaman dengan meminta perhatian lebih kepada suami dan keluarganya. Menurut Germer (Permatasari, 2022) melawan rasa tidak nyaman dengan perhatian dapat menghilangkan sedikit perasaan rasa tidak nyaman akibat rasa sakit secara emosional. Responden MELATI juga merasa enggan menerima kritikan dari lingkungannya karena membuat responden MELATI berpikir negatif terhadap dirinya. Hal ini tentunya sejalan dengan aspek penerimaan diri pada kesejahteraan psikologis yang dijelaskan oleh Supratiknya (1995) dimana kesejahteraan psikologis merupakan pencapaian potensi psikologis secara penuh menerima dirinya dan mampu mengembangkan hubungan sosial yang baik dan positif dengan lingkungannya. Sementara responden MAWAR dalam melawan rasa tidak nyaman dengan tidak memikirkan hal-hal yang bisa membuat pikirannya kosong sehingga responden akan kehilangan kendali atas dirinya sendiri dan merasa tidak nyaman. Responden MAWAR juga merasakan perubahan yang terjadi dalam dirinya setelah mengalami *bebainan* ketika menikah dan sebelum menikah. Hal ini berkaitan dengan konsep diri yang tidak stabil pada diri responden MAWAR karena responden membeda-bedakan kondisi dirinya dengan orang lain. Berbeda dengan responden MELATI, responden MAWAR sedikit lebih terbuka terhadap kritik yang diberikan oleh lingkungan sekitarnya sehingga temuan ini membuktikan bahwa responden memiliki penerimaan terhadap orang lain.

b. Memahami

Setiap responden mampu untuk tetap menjalani kehidupannya sebagaimana mestinya walaupun sedang mengalami *bebainan*. Kesehariannya membentuk sebuah pengalaman akan keberhasilan yang berulang. Melalui pengalaman tersebut responden mulai memahami bahwa ada nilai tersendiri bagi kehidupannya dan mulai merangkul berbagai masalah yang ditemui dengan keinginan untuk tetap menjalani kehidupannya dan memandang positif pada kehidupan selanjutnya. Pada penelitian ini dua responden mempunyai caranya tersendiri, responden MELATI memiliki pilihan hidup dan tekad yang kuat untuk kesembuhannya. Selanjutnya responden MELATI juga

tetap bertahan dalam menjalani penyakit *bebainan* untuk dan berusaha untuk beradaptasi dengan perubahannya sebagai perempuan yang mengalami penyakit *bebainan*, sama halnya dengan responden MAWAR ia harus bertahan dalam kondisi dirinya yang mengalami *bebainan* dengan meningkatkan religiusitasnya dan mengikuti yoga untuk meningkatkan konsentrasi agar pikirannya tidak kosong. Responden MAWAR mempunyai semangat untuk sembuh dan bertahan agar bisa membantu suaminya bekerja. Selanjutnya responden MELATI juga memiliki pandangan yang positif, dimana awalnya responden MELATI menolak dan merasa tertekan dengan penyakit *bebainan* ini namun setelah responden menenangkan diri, responden mulai berpikir bahwa yang sudah terjadi tidak perlu disesali dan mulai menerima dirinya sendiri. Responden MELATI juga mengikuti beberapa kegiatan positif seperti terapi galasur agar mendapatkan pencerahan untuk kesembuhannya. Hampir sama dengan responden MELATI, responden MAWAR juga merasa tertekan. Responden menjelaskan sering menyalahkan dirinya mengalami gangguan psikologis karena kerap berbicara sendiri ketika responden ditinggal sendiri karena merasa tertekan atas apa yang telah terjadi.

Seseorang yang menerima dirinya memiliki harapan yang realistis terhadap keadaannya dan menghargai dirinya sendiri. Menurut Hurlock (dalam Permatasari, 2016) ketika seseorang memiliki harapan yang realistis dalam mencapai sesuatu, maka tingkah lakunya akan tampil sesuai dengan harapannya itu. Apalagi jika orang tersebut sudah memasuki usia dewasa yang lebih banyak tuntutan, baik tuntutan dalam dunia sosialnya yang dianggap harus mampu bersosialisasi dengan masyarakat dengan baik, maupun tuntutan dalam hal lain seperti harus mampu membina rumah tangga, mempunyai anak, bekerja dan lain sebagainya, yang pada kenyataannya kebanyakan penderita *bebainan* sulit atau bahkan gagal menjalani itu semua karena gejala-gejala gangguannya muncul dan menghambat aktivitasnya (Maulidhea, 2022). Hal ini akan mempengaruhi kepuasan diri yang merupakan esensi dari penerimaan diri (Permatasari, 2016). Pada temuan ini responden MELATI dan MAWAR sama-sama memiliki harapan yang realistis untuk menghadapi penyakit *bebainan* ini, dimana responden MELATI ingin melihat anaknya untuk tumbuh dan berkembang dan responden MELATI ikut serta untuk bisa merawat anak dan keluarganya, sedangkan MAWAR juga ingin membantu suaminya untuk bekerja agar bisa memenuhi kebutuhannya.

Menurut Lestari (dalam Utamie, 2019) penerimaan diri akan membuat seseorang mempunyai keyakinan terhadap setiap perilaku dan perbuatannya, tidak merasa canggung, bebas menyampaikan pendapat-pendapat yang dipikirkannya dan tidak takut pendapatnya salah sehingga dapat bersosialisasi dengan wajar. Pada penelitian

ini ditemukan bahwa perempuan yang mengalami *bebainan* merasa yakin dengan kesembuhannya. Responden MELATI dan MAWAR juga melakukan pengobatan ke dokter dan ke *balian* dan selalu mencoba bersosialisasi dengan lingkungannya.

Berdasarkan paparan temuan tersebut, berkaitan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ristinianingsih (2022) dimana seseorang yang sudah melalui proses untuk bertahan terhadap perasaan yang tidak menyenangkan dan individu membiarkan perasaan tersebut muncul maka perasaan tersebut akan mengalir dengan sendirinya. Selain itu pada temuan ini sudah memasuki tahapan terakhir penerimaan diri yaitu tahap merangkul, dimana pada tahapan ini bertujuan untuk menumbuhkan kesadaran individu apabila mereka sedang mengalami kesulitan dan menjadi tahap terakhir dalam penerimaan diri.

Selanjutnya hasil dari temuan tersebut dapat dipahami bahwa proses dari penerimaan diri pada perempuan yang mempunyai penyakit *bebainan* tidak mudah. *Bebainan* sangat berdampak pada kondisi psikologis dari perempuan yang mengalaminya. *Bebainan* menjadi pengalaman yang menempatkan responden dalam situasi dan kondisi yang membuat responden merasa tidak nyaman, dan membawa dampak negatif bagi diri responden maupun keluarga. Berbagai dampak yang dirasakan akhirnya membuat responden menelaah kedalam diri dan memunculkan berbagai upaya untuk bisa sembuh dari penyakit *bebainan* beserta dampak yang ditimbulkan. Adapun upaya keras yang dilakukan oleh responden disertai dengan dukungan-dukungan dari keluarganya yang akhirnya bisa membuat responden lebih meningkatkan semangat untuk tetap bertahan dan menerima dirinya. Adanya usaha responden untuk tetap mempertahankan dan memahami dirinya membawa responden untuk pada sebuah penerimaan diri.

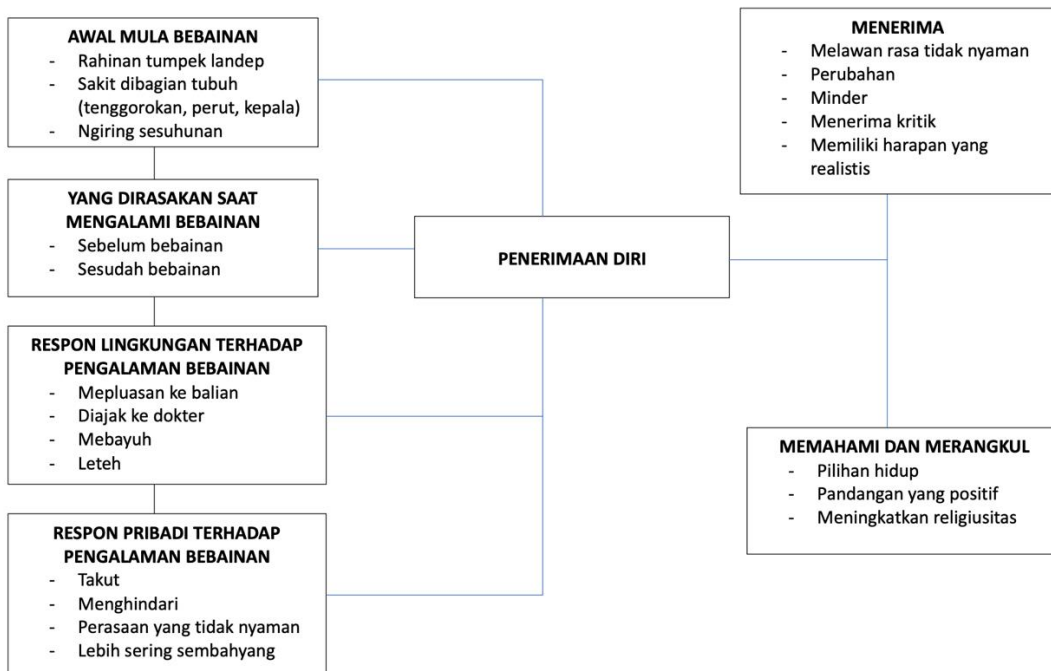
Peneliti kemudian menarik hasil kerangka penelitian yaitu sebagai berikut

**Gambar 1.** Hasil Kerangka Penelitian

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa perempuan sangat sulit untuk mengatasi perasaan emosionalnya, baik dalam keadaan cemas, takut maupun khawatir. Perempuan bisa saja menerima dirinya apabila perasaan emosionalnya tidak takut ataupun cemas. Perempuan yang mengalami penyakit *bebainan* akan menerima dirinya apabila mereka mampu untuk memahami dirinya sendiri dan dengan dukungan dari lingkungan sekitarnya baik dari keluarga maupun lingkungan terdekatnya. Dalam penelitian ini ditemukan bahwa perempuan yang mempunyai penyakit *bebainan* lebih meningkatkan spiritualitasnya, dimana terdapat perbedaan sebelum dan sesudah mengalami *bebainan*. Sebelum mengalami *bebainan* responden tidak terlalu memikirkan spiritualitas namun setelah responden mengalaminya muncul banyak perubahan pada kedua responden. Responden juga merasakan lebih banyak energi positif yang muncul ksetelah responden mengalami *bebainan*. Kedua responden lebih sering melakukan persembahyang ketika mengalami *bebainan* dan lebih mensyukuri keadaan yang terjadi pada dirinya sendiri.

Kemudian dalam penelitian ini, *bebainan* menjadi hal yang menyebabkan



munculnya perubahan pada diri responden. dapat peneliti simpulkan bahwa bahwa kedua responden mempunyai gejala yang sama baik secara fisik maupun psikologis seperti

merasakan sakit di beberapa tubuhnya dan munculnya perasaan sedih dan takut. Gejala yang dirasakan oleh responden dalam penelitian ini memberikan dampak yang besar, dimana responden merasa kondisi psikologisnya terganggu akibat dari mengalami penyakit *bebainan* ini. Dampak psikologis yang muncul pada responden adalah perasaan stress dan depresi yang dirasakan oleh kedua responden.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Anggito, A., & Setiawan, J. (2018). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. CV Jejak (Jejak Publisher).
- Antry, Arlynda Rizky. 2016. *Skripsi “Pengaruh Terapi Dzikir Terhadap Penerimaan Diri (Self Acceptance) Pada Lansia Di UPT (Unit Pelayanan Teknis) Pelayanan Sosial Lanjut Usia Blitar Di Tulungagung”*. Tulungagung: Skripsi Tidak Diterbitkan.
- Ardiyasa, I. N. S. (2021). *Ala Ayuning Dewasa Dalam Usada Bali. Proseding Mistisisme Nusantara Brahma Widya*.
- Bali Puspa News. (2022). *Dibuka Posko Pengobatan Penari Rejang Kerauhan Akibat Terserang Bebai*. <https://Melati.Balipuspanews.Com/Dibuka-Posko-Pengobatan-Penari-Rejang-Kerauhan-Akibat-Terserang-Bebai.Html>
- Basuki, S. 2006. *Metode Penelitian*. Jakarta: Wedatama Widya Sastra.
- Bernard, M. E. (2013). *The Strength Of Self-Accptance*. Melbourne: Springer.
- Borannavar, S., & Desai, A. S. (2021). A Conceptual Study On Mode Of Action Of Abhyanga. *Journal Of Ayurveda And Integrated Medical Sciences*, 6(4), 208-215.
- Chaplin, J.P. 2005. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada. Hal 250
- Christianto, V. (2019). An Outline Of Extension From Neutrosophic Psychology To Pneumatic Transpersonal Psychology: Towards Relational Psychotherapy And Relational Pedagogy: Garis Besar Ekstensi Dari Psikologi Neutrosifik Ke Psikologi Transpersonal Pneumatik: Menuju Psikoterapi Relasional Dan Pedagogy Relasional. *Jurnal Teologi Amreta (ISSN: 2599-3100)*, 2(2).
- Covarrubias, Miguel. 1937. *Island Of Bali*. New York: Alfred Knopf.
- Creswell, John MELATI,. 2014. *Penelitian Kualitatif & Desain Riset*, Yogyakarta, Pustaka Pelajar
- Denscombe, M. (2010). *Panduan Penelitian Baik: Untuk Skala Penelitian Sosial-Kecil*, Edisi Ke-4. Buckingham: Open University Press. Buckingham: Open University Press. (First Edition 1998, Second Edition 2003, Third Edition 2007) (Edisi Pertama 1998, Edisi Kedua 2003, Edisi Ketiga 2007)
- Dewi (2022). *Bagaimana Pengalaman Anda Ketika Mengalami Bebai? Naskah Tidak Dipublikasikan*, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana.
- Dr. Komang Indra Wirawan, S.Sn.M.Fil.MELATI. (2020). *Kerauhan Dan Ngiring Kajian Teologi, Psikologi Dan Etnografi*. Bali Wisdom.
- Dwiyanti R.MELATI, & Fatimah, M. (2019). *Gambaran Konsep Diri Siswi Yang Mengalami Broken Home (Studi Kasus Pada 2 Siswi SMK Bunga Persada Cianjur Yang Mengalami Broken Home)*. FOKUS, 2(3), 37-42.

- Fadhallah, R. A., & Psi, S. (2021). Wawancara. UNJ PRESS.
- Febriyani, D., & Dewi, D. K. (2022). Gambaran Penerimaan Diri Pada Dewasa Awal Yang Memiliki Orang Tua Dengan Gangguan Jiwa. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(2).
- Grantika, P. A., IGA Indah Ardani, & IGA Endah Ardjana. (2020). Healing Methods Of Mental Disorders With *Malukat*: The Perspective Of Balinese Culture. *Open Access Indonesia Journal Of Social Sciences*, 3(2), 77–80. <https://doi.org/10.37275/Oaijss.V3i2.31>
- Hidayanti, K.B. Farid, M. (2016). Konsep Diri, Adversity Quotient Dan Penyesuaian Diri Pada . *Persona Jurnal Psikologi Indonesia*. Vol 5 No 02. <https://doi.org/10.30996/Persona.V5i02.73>
- Hidayat, T., & Purwokerto, U. M. (2019). Pembahasan Studi Kasus Sebagai Bagian Metodologi Penelitian. *Jurnal Study Kasus*, 3, 1-13.
- Humaira, C., Pratiwi, T. A., Sesarwati, S. P., Putra, G. B., Ramadanthi, MELATI. D., Djatmiko, F. A., & Surjaningrum, E. R. (2023). Pengalaman Penerimaan Diri Anak Terhadap Kematian Kedua Orangtua Secara Mendadak. *Jurnal Diversita*, 9(1), 10-17.
- Hurlock, Elizabet (2007). Edisi Kelima. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta. Erlangga
- Kementerian Kesehatan. (2022). *Menkes Indonesia Harus Sehat*. <https://melati.kemkes.go.id/article/view/18051600001/menkes--indonesia-harus-sehat.html>
- Khoiriyah, A.L. Rosdiana, A.M. (2019). Hubungan Ketidaloitauasan Tubuh Dengan Penerimaan Diri Pada Perempuan Usia Dewasa Awal (18 – 25 Tahun) Di Kota Malang. *Jurnal Kesetaraan Dan Keadilan Gender*. Vol 14, No 2.
- Komariah, A. Satori, D. 2014. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta
- Kumbara, A. (2007). *Fungsi Dan Makna Ritual Melukat Dalam Penyembuhan Gangguan Jiwa Di Bali*. Retrieved From <http://phdi.or.id/artikel/fungsidan-makna-ritual-melukat-dalampenyembuhan-gangguan-jiwa-di-bali>
- Lapau, Buchari. 2012. *Metode Penelitian Kesehatan Metode IMelatiiah Penulisan Skripsi, Tesis, Dan Disertasi*. Jakarta: IKAPI.
- Mangu, P, 2011. *Usada Bali Agung Surabaya*: Paramita
- Martha, I. MELATI., & Wijaya, I. B. (2019). Upacara MACARU Sanak Magodel Di Sasih Kesanga Desa Adat Abiantuwung Tabanan. *VIDYA WERTTA : Media Komunikasi Universitas Hindu Indonesia*, 2(1), 28–41. <https://doi.org/10.32795/Vw.V2i1.321>
- Mcdaniel, J. (2020). Mysticism Among The Pedandas Of Bali. *Religions*, 11(11), 585.
- Mekarisce, A. A. (2020). Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data Pada Penelitian Kualitatif Di Bidang Kesehatan Masyarakat. *Jurnal IMelatiiah Kesehatan Masyarakat: Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 12(3), 145-151.
- Moleong, Lexy J. 2018. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Rosdakarya.
- Mu'jizah, M. (2016). Naskah Usada Sebagai Kearifan Lokal Masyarakat Bali. *Dialektika*, 3(2), 191-200.

- Muderawan, I. M., Budiawan, I. M., Giri, M. K. MELATI., & Atmaja, I. N. B. (2020). Usada: The Ethnomedicine Of Balinese Society. *International Journal Of Ayurvedic And Herbal Medicine*, 10(6), 3893-3905.
- Muharrami Yulia Sari, MELATI. N. (2019). PERAN KEBERFUNGSIAN KELUARGA TERHADAP PENERIMAAN DIRI . *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*, 4(1).
- Muryani, N. M. S., Winarni, I., & Setyoadi, S. (2018). Balinese Traditional Treatment (*Balian*) In Patients With Mental Disorders. *Belitung Nursing Journal*, 4(4), 397-402.
- Muryani, N. M. S., Winarni, I., & Setyoadi, S. (2018). Balinese Traditional Treatment (*Balian*) In Patients With Mental Disorders. *Belitung Nursing Journal*, 4(4), 397-402.
- Naan, N., & Nurhajri, N. (2022). Konsep Psikologi Transpersonal Dalam Mengenal Sebuah Makna Bahagia Dalam Islam. *HUMANISTIKA: Jurnal Keislaman*, 8(1), 151-174.
- Nafisa, N. A., & Rahardjo, P. (2020). Mekanisme Dissociative Trance Disorder Pada Mahasiswa. *PSIMPHONI*, 1(1), 31. <https://doi.org/10.30595/Psimphoni.V1i1.8080>
- Nala, Ngurah. (1997). *Usada Bali*. Denpasar : Upada Sastra
- Neff, K. D. & Germer, C. (2017). *Self-Compassion And Psychological Wellbeing In J. Doty (Ed.) Oxfors Handbook Of Compassion Science*, Chap 27. Oxford University Press.
- Permatasari, D.A. Ajsukmo, C.R.P. (2021) Penerimaan Diri Warga Lanjut Usia Yang Hidup Sendiri. *Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan*. Hal141-152. Vol 8 No 02. <http://doi.org/10.21009/Jklolita.082.01>
- Poerwandari. 2013. *Pendekatan Kualitatif Untuk Penelitian Perilaku Manusia*. Jakarta: LPSP3 UI.
- Pulasari (2011). *Usada Bali Agung*: Paramita.
- Ridwan, A. P. (2022). *Pengaruh Keberfungsian Keluarga Terhadap Penerimaan Diri Pada Dewasa Awal Di Kota Makassar* (Doctoral Dissertation, Universitas Bosowa).
- Rulam Ahmadi, 2014, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Ar-Ruzz Media, Yogyakarta, Hal. 15-16
- Safitri, J., & Fauzia, R. (2020). Gambaran Penerimaan Diri Pada Pasien Penderita Spinal Cord Injury Ditinjau Dari Dukungan Sosial. *Jurnal Kognisia*, 2(1), 31-36.
- Santrock, J.MELATI. (2002). *Life Span Development:Perkembangan Masa Hidup*, Edisi 5, Jilid 1. Alih Bahasa Juda Damanik Dan Achmad Chusairi. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, John MELATI. (2007). *Perkembangan Anak*, Edisi Ke – II Jilid I. Jakarta : Erlangga
- Sari, R. MELATI. K., & Syafiq, M. (2022). Penerimaan Diri Remaja Perempuan Yang Menikah Dini Karena Hamil.
- Sri Diniari, N., & Hanati, N. (2013). POSSESSION, REVIEW FROM CULTURAL AND PSYCHIATRY. *Medicina*, 43(1). Retrieved From <https://ojs.unud.ac.id/index.php/Medicina/article/view/4949>
- Stenberg, J. R. (2008). *Psikologi Kognitif Edisi Keempat*. Penerbit Pustaka Pelajar: Yogyakarta.
- Subawa, I. M. P. (2018). Bali Dalam Dinamika Masyarakat Dan Kebudayaan Di Tengah Perkembangan Pariwisata. *Jurnal IMelatiiah Pariwisata Agama Dan Budaya*, 3(1). <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.25078/Pba.V3i1.428>
- Sugiyono (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung : Alfabeta.

- Supratiknya, A. 1995. *Tinjauan Psikologis Komunikasi Antar Pribadi*. Yogyakarta: Kanisius
- Surka, I.MELATI. I.D.A.N.M.U.D. (2020). Pengobatan Bebai Dalam Ayurveda. *Jurnal Medika Usada*. Vol. 3 No. 1.
- Suryani, L. K., & Jensen, G. D. (1999). *Trance And Possession In Bali : A Window On Western Multiple Personality, Possesion Disorder, And Suicide*. ITB.
- Swadiana, O., & Putrawan, N. (2007). *Kesurupan Membahas Tradisi Kerauhan Di Bali*. Majalah Hindu Raditya.
- Swastika, G.M. P.E. (2021). Perbedaan Regulasi Emosi Berdasarkan Jenis Kelamin Dan Rentang Usia Pada Dengan Orangtua Bercerai. *Psikologika*. Vol 26 No 1. <https://doi.org/10.20885/Psikologika.Vol26.Iss1.Art2>
- Tahulending, M., Tiwa, T. M., & Kaumbur, G. E. (2022). PENERIMAAN DIRI WANITA DEWASA AWAL YANG MELAKUKAN ABORTUS PROVOCATUS AKIBAT HAMIL DILUAR NIKAH DI KECAMATAN ERIS. *PSIKOPEDIA*, 3(1).
- Tambunan, B., & Prasetya, B. E. A. (2022). Mindfulness Dan Penerimaan Diri Pada Anggota Komunitas Jogja Mindfulness Weekend. *Jurnal IMelatiiah Psyche*, 16(01), 01-12.
- Wijaya, I. N., Sukiada, I. N., & Girindrawardani, A. A. A. D. *Power Relations And Health Knowledge Of The Balinese Society*.
- Wini, Nurenzia & Marpaung, Winda & Sarinah, Sarinah. (2020). *Optimisme Ditinjau Dari Penerimaan Diri Pada Di Panti Asuhan*. *Proyeksi*. 15. 12. 10.30659/Jp.15.1.12-21.
- Yendra, I Wayan, 2010. *Kanda Empat Rare Mewujudkan Keluarga Bahagia Selamat Sekala Niskala*, Surabaya:Paramita
- Younis, MELATI. O. (2000). Possession And Exorcism: An Illustrative Case. *Arab Journal Of Psychiatry*, 11(1), 56-59.
- Yuliari, S. A. M., & Yulianto, V. I. (2021, September). PENGUSADA: BALINESE TRADITIONAL HEALING ITS CONCEPTS AND PRACTICE. In *PROCEEDING BOOK OF 7th ICIIS Virtual International Conference Of Interreligious And Intercultural Studies Living The New Normal: Achieving Resilience & Ensuring Sustainable Future* (P. 583).