

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap manusia menginginkan dan mengharapkan tumbuh dan berkembang dengan kondisi yang normal, baik kondisi fisik maupun psikologis. Kondisi fisik normal adalah kondisi yang menentukan kualitas aktifitas manusia menjalani hidupnya (Machdan & Hartini, 2012). Setiap manusia mempunyai harapan yang positif agar kehidupannya dapat berjalan sesuai dengan yang direncanakan. Akan tetapi, seringkali harapan yang positif itu berubah menjadi harapan yang negatif dan penuh ketidakjelasan karena peristiwa-peristiwa yang tidak terduga selama rentang kehidupannya, seperti kecelakaan, bencana alam, efek samping dari obat-obatan, gizi yang buruk, gaya hidup dan sebagainya yang menyebabkan hilangnya salah satu atau beberapa bagian anggota fisik yang tidak dapat berfungsi sebagaimana mestinya dan dapat mempengaruhi psikis seseorang. Salah satu bentuk disabilitas fisik adalah tuna daksa (Soleh, 2016). Individu yang mengalami kecacatan fisik/tuna daksa pada umumnya merasa malu, sedih dan kurang percaya diri. Kekurangan-kekurangan yang ada pada diri mereka mengakibatkan timbulnya perasaan tidak puas pada diri mereka dan bersikap negatif terhadap diri mereka sendiri (Suranti, 2008).

Somantri (2006) mengatakan bahwa penyandang tuna daksa cenderung memiliki berbagai hambatan seperti kurang mampu bersikap positif sehingga mengembangkan sikap yang pesimis, merasa tidak mampu, dan menarik diri dari lingkungan sosialnya. Aminzadeh dkk (2018) memaparkan bahwa penyandang tuna daksa memiliki kesejahteraan subjektif yang rendah karena keterbatasan fisik yang dimilikinya. Keterbatasan fisik yang dapat menghambat aktivitas penyandang tuna daksa mengakibatkan timbulnya dampak psikologis yang bersifat negatif seperti timbulnya perasaan malu, sedih, kecewa, putus asa, hingga depresi (Mangungsong, 2011).

Merdiasi (2013) juga menyebutkan bahwa sikap dan perilaku masyarakat baik secara langsung maupun tidak langsung sangat mempengaruhi kondisi psikologis penyandang tuna daksa seperti memperlakukan mereka secara tidak adil, dipandang sebagai orang yang tidak produktif, lemah dan perlu untuk dikasihani, istilah-istilah yang mengandung makna negatif membuat penyandang tuna daksa menjadi malu, tidak berguna, dan pesimis.

Data PUSDATIN dari Kementerian Sosial tercatat bahwa pada tahun 2010 jumlah penyandang disabilitas mencapai 11.580.117 orang dan 3.010.830 orang diantaranya merupakan penyandang tuna daksa, besarnya jumlah penyandang disabilitas di Indonesia tidak sebanding dengan jumlah sarana dan prasarana yang menunjang kegiatan penyandang disabilitas untuk lebih mandiri.

Tuna daksa adalah kerusakan/kecatatan/ketidaknormalan pada tubuh, seperti kelaian pada tulang atau gangguan pada otot yang menyebabkan kurangnya kapasitas normal individu untuk bergerak dan melakukan aktivitas sehari-hari, menyebabkan individu tuna daksa menghadapi berbagai masalah baik dari segi emosi, sosial dan bekerja (Damayanti & Rostiana, 2003). Tuna daksa juga dapat diartikan sebagai keadaan rusak atau terganggu sebagai akibat gangguan bentuk atau hambatan pada tulang, otot, dan sendi dalam fungsinya yang normal. Kondisi ini dapat disebabkan oleh penyakit, kecelakaan, atau dapat juga disebabkan oleh pembawaan sejak lahir. Tuna daksa sering juga diartikan sebagai suatu kondisi yang menghambat kegiatan individu sebagai akibat kerusakan atau gangguan pada tulang dan otot, sehingga mengurangi kapasitas normal individu dalam mengikuti pendidikan dan untuk berdiri sendiri (Soleh, 2016).

Penyandang tuna daksa sering merasa tersingkir dari pergaulan dikarenakan pandangan negatif masyarakat yang membuat para penyandang tuna daksa merasa minder, rendah diri, merasa tak berguna dan sering merasa putus asa akan hidup mereka karena dianggap menyusahkan pihak lain dengan adanya mereka disekitar masyarakat, hal ini dapat menyebabkan ketidakbahagiaan serta menghambat jalan bagi tuna daksa menuju kesejahteraan. Rahayu (dalam Indra dan Wideasavitri, 2015) menegaskan bahwa penyandang tuna daksa sering kali ditempatkan pada kelompok nomor dua, hal tersebut merupakan stigma yang berujung pada kurangnya penghargaan pada penyandang tuna daksa. Whawha (dalam Indra dan Wideasavitri, 2015) menambahkan bahwa penyandang tuna

daksa sering mengalami berbagai hambatan akibat kondisi fisik yang menyebabkan timbulnya rasa malu karena keadaan fisik yang dimiliki, menutup diri, enggan untuk berbaur dengan dunia luar dan merasa rendah diri. Dampak negatif yang terus-menerus dirasakan penyandang tuna daksa dapat membuat penyandang tuna daksa merasa dirinya serba kekurangan hingga akhirnya menimbulkan kesejahteraan subjektif yang rendah.

Menurut Diener (2000) kesejahteraan subjektif adalah pengalaman setiap individu yang merupakan penilaian positif atau negatif secara khas mencakup pada penilaian dari seluruh aspek kehidupan seseorang. Seorang individu dikatakan memiliki kesejahteraan subjektif baik ketika ia merasa bahagia secara afeksi dan puas dengan kehidupan secara kognitif. Para peneliti terdahulu menemukan bahwa kesejahteraan subjektif memfokuskan pada apakah orang tersebut bahagia dan kapan individu tersebut merasa bahagia serta proses seperti apa yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif pada individu tersebut.

Diener (2000) mengatakan bahwa kesejahteraan subjektif memiliki tiga komponen penting, yaitu: kepuasan hidup, adanya afek positif dan ketiadaan afek negatif. Kepuasan hidup merupakan cakupan komponen kognitif dari kesejahteraan subjektif, hal tersebut dikarenakan kepuasan hidup merupakan evaluasi keyakinan (*attitude*) tentang kehidupan seseorang. Kepuasan hidup disini digambarkan sebagai penilaian keseluruhan dari kehidupan individu pada periode hidupnya. Afek positif yang dimaksud merupakan refleksi perasaan menyenangkan yang dialami seseorang dalam kehidupan mereka. Afek positif ini merupakan bagian dari komponen afektif. Afek negatif merupakan cakupan

afektif dalam kesejahteraan subjektif, afek negatif yang dimaksud yaitu cerminan sejumlah perasaan tidak menyenangkan yang dirasakan individu dalam kehidupan.

Data dari Kementerian Sosial Republik Indonesia, pada tahun 2012 tercatat jumlah penyandang tuna daksa mencapai 717,312 jiwa, jika dikonversi dalam bentuk persen jumlahnya sekitar 33,74%. Pada umumnya penyandang tuna daksa kurang memiliki pengalaman yang positif terhadap dirinya dikarenakan mereka tidak memiliki posisi yang menguntungkan dalam hubungan sosial sehingga mereka merasa rendah diri. Perasaan rendah diri pada individu penyandang tuna daksa adalah penerimaan yang buruk mengenai diri sendiri, rendah diri sehingga menyebabkan kurangnya rasa percaya diri, sifat malu pada diri sendiri yang kemudian mengarahkan individu pada usaha mengisolasi dirinya sendiri dan akibatnya individu tersebut cenderung memandang dirinya berbeda secara negatif (Dianawati dalam Al-Karimah, 2012).

Terjadinya hal diatas disebabkan oleh rendahnya kesejahteraan subjektif pada penyandang tuna daksa. Seseorang dikatakan memiliki kesejahteraan subjektif yang tinggi jika ia mengalami kepuasan hidup dan mengalami kebahagiaan lebih sering, serta tidak terlalu sering mengalami emosi yang tidak menyenangkan, seperti kesedihan dan kemarahan. Sebaliknya seseorang dikatakan memiliki kesejahteraan subjektif yang rendah jika ia tidak puas dengan kehidupannya, tidak sering mengalami kegembiraan, dan lebih sering mengalami emosi negatif seperti kemarahan dan kesedihan (Diener, 2009). Penting bagi penyandang tuna daksa untuk meningkatkan kesejahteraan subjektif dalam

hidupnya. Dengan tercapainya kesejahteraan subjektif, penyandang tuna daksa dapat meningkatkan kualitas hidupnya, kualitas hidup yang baik adalah konsep yang sangat penting bagi setiap orang, tidak terkecuali penyandang tuna daksa (Lee & McCormick, 2004). Individu dengan kesejahteraan subjektif yang tinggi pada umumnya memiliki sejumlah kualitas yang mengagumkan, individu akan lebih mampu mengontrol emosi dan menghadapi berbagai peristiwa dalam hidup dengan lebih baik (Myres & Diener dalam Oktaviani, 2015).

Penelitian Kinansih (2010) dan Perwitasari (2012) menyebutkan bahwa penyandang disabilitas memiliki tingkat kesejahteraan hidup yang rendah. Rendahnya kesejahteraan tersebut dikarenakan mereka memiliki keterbatasan fungsi fisik, salah satunya yaitu tuna daksa (Diener, Wirtz, Biswas-Diener, Tov, Prieto, Choi, & Oishi, 2009). Serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Suharmi (dalam Soleh, 2016) menunjukkan bahwa penyandang tuna daksa lebih sering menunjukkan kesedihan, depresi, stres, jarang tersenyum, kecemasan, penarikan diri, dan emosional. Hal ini berdampak negatif bagi penyandang disabilitas seperti kehilangan peran, kemandirian, status, dan stabilitas keuangan (Falvo, 2005; Clifton, 2005; Sulistyorini, 2005). Keterbatasan ini juga memaksa penyandang disabilitas tergantung kepada orang lain dan harus mengeluarkan biaya yang lebih mahal untuk membayar perawatan atau menyediakan alat bantu (Shah & Gerber, 1997; Clifton, 2005; Varga, 1978).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada 5 penyandang tuna daksa, diperoleh 3 orang penyandang tuna daksa menunjukkan kesejahteraan subjektif yang rendah, pada aspek kepuasan hidup secara umum tiga orang

penyandang mengaku tidak puas dengan kehidupannya, karena banyak orang lain yang memandang mereka sebelah mata, sering dikucilkan oleh orang lain dan merasa tidak memiliki masa depan yang cerah.

Pada aspek kepuasan hidup dengan domain tertentu, tiga penyandang mengaku bahwa mereka juga sering dikucilkan oleh keluarga, sering diejek oleh lain dan juga kesulitan untuk mencari uang dikarenakan kondisi mereka yang tidak sempurna. Pada aspek relatif sedikit merasakan aspek negatif, 3 penyandang lebih sering merasakan perasaan sedih, marah terhadap keadaan yang menimpa diri mereka, khawatir akan masa depan, meyalahkan diri sendiri dan merasa putus asa. Kesimpulan dari hasil wawancara pada lima orang penyandang tuna daksa di Yogyakarta, menunjukkan bahwa tiga dari lima penyandang tuna daksa tersebut memiliki kesejahteraan subjektif yang rendah. Terlihat tiga penyandang tersebut memenuhi aspek kesejahteraan subjektif yaitu kepuasan hidup secara umum, kepuasan hidup dengan domain tertentu dan merasakan afek negatif.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif adalah kebersyukuran (Emmons & McCullough, 2003), harga diri positif, kontrol diri, ekstrasversi, optimis, relasi sosial yang positif, dan memiliki arti dan tujuan dalam hidup (Ariati, 2010). Pada penelitian yang dilakukan oleh Emmons dan McCullough (2003), tentang pengaruh *gratitude* terhadap peningkatan *subjective well-being* pada berbagai macam orang, peneliti membagi responden menjadi 3 kelompok, kelompok pertama diperintahkan menuliskan kejadian yang menyenangkan, kelompok kedua diperintahkan untuk menuliskan kejadian-kejadian yang tidak menyenangkan dan kelompok ketiga, diperintahkan untuk

menuliskan kejadian apapun selama sepuluh minggu. Berdasarkan hasil riset tersebut didapat bahwa kelompok pertama yang diperintahkan untuk menuliskan kejadian-kejadian yang menyenangkan mengalami kebahagiaan yang signifikan, yaitu sebesar 25% dibandingkan kelompok kedua dan ketiga.

William dkk. (dalam Umi & Mubarok, 2017), menyatakan kebersyukuran merupakan salah satu faktor yang sangat berperan dalam menciptakan suasana hati tenang dan bahagia. Kebersyukuran atau *gratitude* adalah faktor yang dapat memunculkan kesejahteraan atau ketentraman pada psikologis karena dia mampu mengatasi kerentanan pada emosi individu, seorang individu yang memiliki kebersyukuran yang tinggi tentunya telah menerima dan memahami keadaan dirinya sendiri. Hal tersebut terjadi karena kebersyukuran menghasilkan kesejahteraan melalui kombinasi refleksi, emosi positif dan perilaku sosial yang adaptif.

Kebersyukuran merupakan salah satu bentuk perilaku dari emosi positif dan bertolak belakang dengan perilaku cemas, cemburu, marah serta bentuk perilaku negatif lainnya (Emmons, dalam Pratama dkk, 2015). Menurut Watkins dkk. (2003) menyatakan kebersyukuran terdiri dari 3 komponen yaitu: (a) memiliki rasa berlimpah yaitu individu yang bersyukur memiliki rasa berkelimpahan dan tidak akan mudah merasakan kekurangan dalam hidupnya, (b) memiliki apresiasi sederhana yaitu individu yang bersyukur akan menghargai segala kenikmatan yang ada dalam hidupnya sehari-hari walaupun hanya pada hal-hal yang sederhana, (c) memiliki rasa untuk menghargai orang lain yaitu

Individu yang bersyukur menghargai segala pemberian orang lain untuk kesejahteraan mereka.

Kebersyukuran merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif (Emmons & McCullough, 2003). Berdasarkan penelitian terdahulu, dapat kita lihat bahwa kebersyukuran memiliki hubungan yang signifikan terhadap kesejahteraan subjektif, artinya orang-orang yang bersyukur menunjukkan tingkat kesejahteraan subjektif yang lebih baik dibandingkan dengan mereka yang kurang bersyukur. Hal ini menunjukkan bahwa syukur dapat menjadi salah satu variabel yang mencegah dampak buruk dari kesejahteraan subjektif yang rendah pada manusia termasuk pada penyandang tuna daksa.

Penelitian terdahulu mengenai *gratitude* dengan *subjective well-being* sudah dilakukan oleh Dewanto dan Retnowati (2015) yang menyatakan bahwa intervensi *gratitude* memengaruhi peningkatan kesejahteraan pada penyandang disabilitas. Penelitian yang juga dilakukan oleh Bahrampour dan Yazdkhasti (dalam Mukhlis & Koentjoro, 2015) dalam penelitiannya membuktikan bahwa dengan meningkatkan rasa syukur sebagai sifat positif pada diri seseorang dapat mengarah pada penurunan variabel seperti kecemasan, stres, depresi. Selain itu penelitian Emmons dkk. (2002) mengungkapkan orang dengan rasa syukur yang tinggi mengalami suasana hati positif, optimisme, kepuasan hidup, vitalitas, religiusitas dan spiritualitas, dan mereka juga cenderung melaporkan lebih sedikit depresi dan iri hati dibandingkan orang yang kurang bersyukur.

Watkins dkk. (2003) mengungkapkan ada keterkaitan yang erat antara kebersyukuran dengan komponen kesejahteraan. Bersyukur merupakan

pengalaman positif yang menambah memori positif pada kognitif. Semakin sering seseorang bersyukur maka pengalaman emosi dan memori positif semakin banyak (*recollective*) kondisi ini yang disebut Diener sebagai kebahagiaan atau kesejahteraan subjektif. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Berlita (2014) tentang hubungan antara sikap syukur dengan kesejahteraan subjektif siswa MAN Yogyakarta 1, dan berdasarkan penelitian diperoleh hasil berupa hubungan positif dan signifikan antara sikap syukur dengan kesejahteraan subjektif yaitu sebesar 68,8%.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti mengajukan rumusan permasalahan dalam penelitian ini adalah “apakah ada hubungan antara kebersyukuran dengan kesejahteraan subjektif pada penyandang tuna daksa di Yogyakarta”.

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dengan kesejahteraan subjektif pada penyandang tuna daksa di Yogyakarta.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan memberikan sumbangan dan dapat menambah pengetahuan mahasiswa terkait dengan informasi mengenai hubungan

kebersyukuran dengan kesejahteraan subjektif pada penyandang tuna daksa di Yogyakarta.

b. Manfaat Praktis

Jika penelitian ini terbukti diharapkan dapat meningkatkan kebersyukuran pada penyandang tuna daksa dan dapat membantu memberikan informasi tentang kontribusi kebersyukuran terhadap kesejahteraan subjektif yang dapat berguna untuk memperbaiki kesejahteraan subjektif mereka.