

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kebahagiaan adalah hal yang selalu ingin dicapai oleh semua orang. Baik yang kaya, miskin, tua, muda, besar, kecil, laki-laki, maupun perempuan, mereka ingin dirinya bahagia. Hanya saja persoalannya adalah bagaimana caranya mendapatkan kebahagiaan itu. Meskipun telah hidup di era modern seperti saat ini dengan berbagai kemudahan dan fasilitas yang bersifat materi, kebahagiaan tidaklah mudah didapat. Buktinya, banyak orang yang bergelimang harta tetapi tidak juga menemukan kebahagiaan dalam hidupnya. Stress, bimbang, dihantui rasa takut, merasa asing di tengah keluarganya, adalah keadaan yang seakan tak terpisahkan dari kehidupan sehari-harinya (Al-Kusayer, 2009).

Meskipun semua orang ingin bahagia, namun mayoritas manusia tidak mengetahui makna bahagia yang sebenarnya dan bagaimana cara mendapatkannya. Ada sebagian orang merasa gembira dan suka cita saat hidup di dunia, akan tetapi kecemasan, kegalauan, dan penyesalan itu merusak suka ria yang dirasakan. Bahkan banyak di antara mereka yang menganggap bahwa orang lain lebih bahagia daripada dirinya dan begitu pun sebaliknya.

Beberapa orang menganggap bahwa kebahagiaan sangat berhubungan dengan materi. Semakin banyak harta yang dimiliki, maka semakin bahagia. Uang bisa memberikan kesenangan, uang bisa mendatangkan teman, dan apapun bisa

diraih hanya dengan uang. Padahal sesungguhnya harta atau uang bukanlah satu-satunya hal yang dapat mendatangkan kebahagiaan.

Kebahagiaan yang dirasakan oleh setiap orang bersifat subjektif dan tidak akan sama karena mereka memiliki perbedaan faktor yang mendasarinya. Misalnya ada orang yang merasakan kebahagiaan karena rasa puas terhadap kemampuan yang dimiliki untuk menyelesaikan tugas-tugas dalam pekerjaan maupun keberhasilannya dalam membina rumah tangga. Ada juga orang yang tidak puas dengan apa yang telah mereka dapatkan, begitu pula sebaliknya ada orang berlimpah materi tetapi mereka justru merasakan hidupnya hampa dan tidak bahagia. Hal tersebut menunjukkan bahwa sebenarnya kebahagiaan juga bergantung pada penilaian, cara pandang, dan kemampuan dalam menyikapi segala keadaan dalam hidupnya secara positif.

Sesungguhnya sumber kebahagiaan yang hakiki adalah di kedalaman diri seseorang, perasaan yang memancar deras dari kedalaman diri dengan perasaan ridha, ketenangan jiwa, keceriaan dan rasa menikmati. Bukan karena faktor-faktor eksternal sehebat apapun faktor-faktor itu, karena faktor-faktor itu bersifat temporal. Selama seseorang tidak menyiapkan faktor-faktor kebahagiaan secara internal, maka dia tidak akan meraih kebahagiaan, akan tetapi dia akan melewati gelombang kebahagiaan secara temporal dan berbentuk potongan-potongan yang tidak utuh dari kebahagiaan. Oleh karenanya orang seperti ini tidak bisa dikategorikan sebagai orang yang bahagia (Al-Kusayer, 2009).

Selain itu bentuk-bentuk kebahagiaan yang ingin didapat oleh setiap orang tentu berbeda. Bagi orang kaya bahagia yang dirasakannya tentu berbeda dengan

orang miskin. Bahagia bagi orang yang sudah tua juga berbeda dengan orang yang masih muda. Begitu pula bahagia yang dirasakan oleh orang-orang yang memiliki kekurangan dalam dirinya. Misalnya, bahagia yang dirasakan oleh seorang remaja yang memiliki cacat fisik. Bahagia yang dirasakannya tentu memiliki arti tersendiri yang berbeda dengan remaja yang memiliki fisik yang lengkap. Tidak mudah bagi seorang remaja dengan kondisi fisik yang tidak sempurna, mampu menemukan arti kebahagiaan bagi dirinya sendiri.

Orang yang terlahir cacat sering kali tidak mendapatkan penerimaan yang layak di lingkungannya. Seorang anak yang terlahir dengan satu tangan dengan berat hati diterima oleh orangtuanya. Saudara kandung dan teman-teman sebayanya bahkan mungkin menolak kehadirannya. Sewaktu masih kanak-kanak, teman-temannya bertanya dengan polos, “kenapa tanganmu cuma satu? Kenapa kakimu pincang? Kenapa bibirmu sumbing? Kenapa kepalamu besar? Kenapa matamu buta?” dan disertai dengan berbagai olok-olokan. Hal ini akan membuat seorang individu diliputi *shock* dan tersakiti. Reaksi berlebihan orang-orang disekitar juga dapat mengganggu, misalnya terlalu mengasihani dan melindunginya sehingga menimbulkan perasaan mudah menyerah. Ada pula sebagian orang yang terang-terangan menolak kehadiran para penderita cacat tanpa alasan yang dapat diterima (Chomaria, 2009: 58).

Cacat atau tidaknya seseorang bukan jaminan muncul rasa minder atau tidak pada diri seseorang. Lingkunganlah yang menentukan. Individu normal juga dapat merasa minder dan kurang percaya diri (Chomaria, 2009: 58).

Sikap orang tua, keluarga, teman sebaya, teman sekolah, dan masyarakat pada umumnya sangat berpengaruh terhadap pembentukan konsep diri anak tunadaksa. Dengan demikian akan mempengaruhi respon sebagian terhadap lingkungannya. Sebagaimana dimaklumi bahwa konsep diri seseorang dipengaruhi oleh lingkungannya. Seseorang akan menghargai dirinya sendiri apabila lingkungan pun menghargainya, misalnya seorang anak yang dianggap oleh masyarakat tidak berdaya akan merasa bahwa dirinya tidak berguna (Sutjihati, 2006: 132).

Sebenarnya cacat atau kekurangan pada diri seseorang memberikan kesempatan untuk belajar dan berkembang. Kecacatan yang dialami seseorang mengajarkan sikap pasrah, sikap elastik, keramahan, dan seluruh kebajikan yang adiluhung. Andaikata bukan dengan seorang yang cacat, bagaimana cara menguji cinta dan kasih sayang orangtuanya? Bagaimana cara menunjukkan signifikansi peran seorang yang cacat dalam mengatasi kesengsaraan? Jadi apa yang dianggap sebagai hal buruk yang menimpa seseorang, termasuk malapetaka atau kecacatan, berpotensi menjadi sumber-sumber kebaikan dan kebahagiaan (Khavari, 2006).

Seperti yang diungkapkan oleh Barus yang memiliki kebanggaan dalam dirinya sehingga dapat membuatnya bahagia:

“Meski hidup dalam kondisi fisik yang tidak sempurna layaknya orang lain, saya masih tetap memiliki kebanggaan pada diri saya. Salah satu kebahagiaan yang saya rasakan adalah karena saya tidak pernah menyusahkan orang tua untuk biaya sekolah. Kebahagiaan lain yang saya rasakan karena saya mampu mengangkat kembali semangat hidup yang sempat runtuh. Diskriminasi dan pengucilan yang sering saya terima

membuat pembelajaran hidup yang berharga bagi kematangan dan kedewasaan saya.”

(Adinda Melati, Komunikasi Personal 9 Juni 2010: 7)

Selain itu dalam penelitian terdahulu dengan judul penelitian *Konsep Striving For Superiority Pada Siswa Penyandang Tuna Daksa Di Sekolah Inklusif Islam* menyebutkan bahwa kehidupan yang mereka (siswa penyandang tuna daksa) merupakan suatu ketetapan yang Allah buat dan harus mereka jalani, suatu garis kehidupan yang sudah Allah gariskan ketika diciptakan oleh Allah sebagai Tuhan mereka, yaitu suatu ketetapan yang berkaitan dengan kebahagiaan maupun kesengsaraan ketika hidup di dunia (Sujoko, 2011: 5). Hal ini berarti seorang penyandang tuna daksa sudah mampu menerima keadaan dirinya dan meyakini bahwa semua yang ada dalam dirinya merupakan ketetapan dari Allah.

Orang-orang yang cacat fisik seperti tuna daksa adalah mereka yang tubuhnya tidak normal sehingga sebagian besar kemampuannya untuk berfungsi di masyarakat terhambat. Tuna daksa, yaitu individu yang mengalami kelainan anggota tubuh sebagai akibat dari luka, penyakit, pertumbuhan yang salah bentuk sehingga mengakibatkan turunya kemampuan normal untuk melakukan gerakan-gerakan tubuh tertentu, misalnya kelainan pada bagian tulang-tulang, otot-otot tubuh maupun daerah persendian dan kelainan yang disebabkan oleh gangguan pada urat syaraf. Ada bagian-bagian tertentu yang tidak sanggup mereka lakukan, ada juga bagian-bagian lain yang masih sanggup mereka lakukan (Efendi, 2008).

Dengan terganggunya salah satu atau lebih alat indranya (penglihatan, pendengaran, pengecap, pembau, maupun peraba), niscaya akan berpengaruh terhadap indra-indra yang lain. Pada gilirannya akan membawa konsekuensi

tersendiri terhadap kemampuan dirinya berinteraksi dengan lingkungan sekitar (Efendi, 2008).

Individu-individu yang mengalami cacat tubuh biasanya harus dapat mencapai penyesuaian-penyesuaian mental yang tidak pernah dihadapi oleh mereka yang normal. Misalnya, penyesuaian dalam hubungan dengan sikap orang-orang lain terhadap dirinya. Anak-anak kecil melihat mereka dengan pandangan yang penuh perhatian, sedangkan orang-orang dewasa mengekspresikannya secara lebih tersembunyi dengan menghindarkan diri dari keterlibatan dengan mereka.

Keadaan rendah diri dan merasa tertolak oleh lingkungan yang dirasakan seseorang yang mengalami kecacatan (apalagi setelah usianya beranjak dewasa) menyebabkan ia sulit menerima kondisi yang dialaminya. Hubungan dengan orang lain seringkali tidak baik dikarenakan merasa kecewa dengan dirinya dan merasa tidak puas dengan keadaannya (Ryff & Singer: 2008). Ia juga menjadi orang yang sangat sensitif terhadap evaluasi ataupun harapan dari luar, tidak mampu membuat keputusan sendiri dan cenderung *conform* terhadap orang lain atau kelompok karena adanya tekanan kelompok yang akhirnya membuatnya tidak percaya diri. Keterbatasannya dalam melakukan aktivitas, ia seringkali tidak mampu mengatur kegiatan sehari-hari, mengabaikan kesempatan yang hadir, dan tidak mampu mengontrol pengaruh dari luar, kurang memiliki keberartian hidup, sedikit memiliki tujuan hidup, tidak menganggap tujuan hidupnya di masa lalu, dan tidak memiliki keyakinan dalam hidup, mengalami *personal stagnation*, tidak dapat meningkatkan dan mengembangkan diri, merasa jenuh dan tidak tertarik

dengan kehidupan, merasa tidak mampu untuk mengembangkan sikap atau tingkah laku yang baru (Ryff & Singer, 2008).

Kehidupan beberapa orang yang mengalami cacat fisik adalah beberapa atlet yang telah banyak mengikuti pertandingan-pertandingan meskipun ia mengalami kecacatan. Di antara para atlet tersebut pasti ada yang mengalami cacat sejak lahir, sedangkan yang lain mendapatkan cacat fisik ketika masih kecil atau saat remaja. Untuk yang mempunyai cacat bawaan, penerimaan lingkungan terhadap kondisi mereka dan bimbingan yang diterima sejak kecil akan menjadi arah perkembangan diri mereka. Artinya, kalau lingkungan (orang tua, saudara dan teman-teman) menerima kondisi yang ada dan menyemangati yang bersangkutan untuk "tetap maju", walau tahu kalau mempunyai keterbatasan, mereka akan dapat berkembang menjadi orang yang tidak berbeda dengan orang yang fisiknya lengkap (Efendi, 2008).

Padahal tidak semua orang yang memiliki tubuh sempurna sering merasakan kebahagiaan. Namun, kembali pada pribadi masing-masing orang. Setiap orang memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing. Meskipun secara fisik orang-orang yang cacat terlihat tidak bahagia, tetapi siapa yang tahu di dalam dirinya terselubung rasa bahagia. Apa yang membuatnya merasa bahagia dan bagaimana cara meraihnya, hanya merekalah yang tahu.

Apalagi bagi seorang remaja yang memiliki cacat fisik, disamping perkembangan emosinya yang masih tinggi dan labil, dia harus menerima kenyataan bahwa tubuhnya tidak sempurna orang lain. Mereka pun harus

belajar menerima keadaan diri, hingga akhirnya mereka menemukan kebahagiaan yang tersimpan dalam diri mereka.

Dalam membahas akibat fisik pada masa remaja, Tanner mengatakan, bahwa bagi sebagian besar anak muda, usia antara dua belas dan enam belas tahun merupakan tahun kehidupan yang penuh kejadian sepanjang menyangkut pertumbuhan dan perkembangan. Tak dapat disangkal, selama kehidupan janin dan tahun pertama atau kedua setelah kelahiran, perkembangan berlangsung semakin cepat, dan lingkungan yang baik semakin lebih menentukan, tetapi yang bersangkutan sendiri bukanlah remaja yang memperhatikan perkembangan atau kurangnya perkembangan dengan kagum, senang atau takut.

Kendala dalam perkembangan kepribadian anak tuna daksa, antara lain terhambatnya aktivitas normal sehingga menimbulkan perasaan frustrasi, timbulnya kekhawatiran berlebihan dan sikap orang tua yang *over protection*, dan diskriminasi perlakuan yang berbeda terhadap anak tunadaksa (Efendi, 2008).

Adanya semangat hidup untuk menjalani kehidupan membuat seseorang menjadi merasa bahagia. Merasa bahagia dan selalu berpikir positif adalah salah satu kunci penting dalam menjalani kehidupan. Orang-orang percaya bahwa kebahagiaan adalah tujuan hidup manusia. Kebahagiaan merujuk pada banyaknya pikiran positif tentang kehidupan yang dijalani seseorang (Seligman, 2005).

Kebahagiaan merupakan konsep yang mengacu pada emosi positif yang dirasakan individu serta aktivitas positif yang tidak mempunyai komponen perasaan sama sekali. Selanjutnya dia mengkategorikan emosi yang terkait dengan masa lalu, sekarang dan masa depan. Kebahagiaan merupakan konsep yang

subjektif karena setiap individu memiliki tolak ukur yang berbeda-beda. Setiap individu juga memiliki faktor yang berbeda sehingga bisa mendatangkan kebahagiaan untuknya. Faktor-faktor itu antara lain uang, status pernikahan, kehidupan sosial, usia, kesehatan, emosi negatif, pendidikan, iklim, ras, dan jenis kelamin, serta agama atau tingkat religiusitas seseorang (Seligman, 2005).

Selain itu, Carr (dalam Seligman, 2005) berpendapat bahwa pada dasarnya keinginan yang cukup besar dalam diri manusia ialah keinginan untuk hidup secara baik, dalam arti semua proses hidup manusia seperti sekolah, bekerja, dan menikah dapat berjalan sebagaimana mestinya. Menurut Seligman (2005), kebahagiaan bisa tentang masa lalu, masa sekarang dan masa depan. Kebahagiaan masa lalu mencakup kepuasan, kelegaan, kesuksesan, kebanggaan, dan kedamaian. Kebahagiaan masa sekarang mencakup kenikmatan dan gratifikasi. Sedangkan kebahagiaan masa depan mencakup optimisme, harapan, keyakinan, dan kepercayaan.

Ketika ada penyandang cacat dan orang normal yang memiliki kemampuan sama maka penghargaan lebih justru di berikan kepada penyandang cacat. Rasa bangga dan bahagia walau sebagian orang selalu melihat dengan sebelah mata karena ketidaksempurnaan pada penyandang cacat bukan halangan apalagi menimbulkan kesedihan untuk mereka. Kecacatan selalu membuat kuat, tegar dan bahagia walau tanpa dipungkiri sebagai makhluk sosial perasaan malu pasti ada, tapi ternyata nikmat ini tidak pudar begitu saja. Dengan kecacatan itu, mereka masih bisa berbuat yang terbaik untuk keluarga, suami dan orang lain. Semua terasa begitu sempurna, diluar apa yang terlihat sebagai fisik yang aneh,

dengan kaki kecil sebelah dan jalan yang timpang atau tidak mempunyai tangan (Marlinda, 2008; Adinda, 2011: 9).

Berdasarkan pemaparan di atas dapat diketahui bahwa tidak semua orang cacat merasa percaya diri, hubungan sosialisasi terhambat, bahkan selalu memandang negatif keadaan dirinya. Namun, ada beberapa diantara orang yang cacat memiliki kebanggaan tersendiri dalam dirinya yang dapat membuatnya bahagia. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang makna bahagia bagi remaja penyandang cacat fisik (tunadaksa).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka permasalahan yang dapat dirumuskan yaitu,

1. Bagaimana tingkat kebahagiaan pada remaja penyandang tuna daksa?
2. Apa makna kebahagiaan pada remaja penyandang tuna daksa?
3. Siapa yang mendukung kebahagiaan pada remaja penyandang tuna daksa?
4. Faktor apa yang menyebabkan munculnya kebahagiaan pada remaja penyandang tuna daksa?

C. Tujuan

Tujuan penulis dalam melakukan penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui tingkat kebahagiaan pada remaja penyandang tuna daksa.
2. Untuk mengetahui makna kebahagiaan pada remaja penyandang tuna daksa.

3. Untuk mengetahui siapa saja yang mendukung kebahagiaan pada remaja penyandang tuna daksa.
4. Untuk mengetahui faktor-faktor yang menyebabkan munculnya kebahagiaan pada remaja penyandang tuna daksa.

D. Manfaat

1. Secara Teoritis

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memperkaya ilmu pengetahuan khususnya di bidang Psikologi.

2. Secara Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi untuk bisa mengembangkan *self respect*, yaitu menghargai diri sendiri dengan cara menerima diri apa adanya sehingga menjadikannya sebagai seorang pribadi yang berharga.