

PENERIMAAN DIRI DAN KEBERMAKNAAN HIDUP PENYANDANG CACAT FISIK

Rahayu Satyaningtyas

Sri Muliati Abdullah

Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta

ABSTRACT

This study aims to test empirically the relationship of self-acceptance and the meaningfulness of life in persons with physical disabilities. The hypothesis advanced is that there was a positive correlation between self-acceptance with the meaningfulness of life in persons with physical disabilities. Subjects in this study were physically disabled at the Institute SAPDA (Advocacy Center for Women, & Children with disabilities), Institute SIGAB (Sasana Integration & Advocacy disabilities), and the Institute CIQAL (Center of Improving Qualified Activity in People with Disabilities Life of) as many as 36 people . The data was collected using Self Acceptance Scale and the Significance of Life Scale. Analysis of data using the method of product moment correlation showed correlation coefficient of $r_{xy} = 0.720$ ($p < 0.01$). that Mean the hypothesis can be accepted. Self-acceptance contributed to the meaningfulness of life by 51.8%, while 48.2% influenced by other factors not included in this study.

Key words: Self Acceptance, Significance of Life

PENDAHULUAN

Jumlah penyandang cacat setiap hari mengalami peningkatan, hal ini terjadi karena penyakit, kecelakaan, ataupun bencana alam (Solider, 2005). Cacat yang dialami individu pada masa pertumbuhan disebut bukan cacat bawaan karena terjadinya bukan sejak lahir, yaitu disebabkan karena penyakit seperti polio, meningitis, kusta, atau TBC kronis, cacat akibat kecelakaan lalu lintas atau kecelakaan kerja sehingga menyebabkan amputasi atau kelumpuhan sistem otot, dan cacat akibat peperangan (Suhartono dalam Fatihatulzulfa, 2004). Seseorang yang menderita kelaianan pada tulang dan atau sendi anggota gerak dan tubuh, kelumpuhan anggota gerak dan tulang, tidak lengkapnya anggota atas atau bawah sehingga menimbulkan gangguan atau menjadi lambat untuk melakukan kegiatan sehari-hari secara wajar disebut penyandang cacat tubuh atau fisik (Widjopranoto & Sumarno, 2004).

Cacat yang tidak dapat disembuhkan dapat menjadi penghambat yang menghalangi penyandang cacat fisik melakukan penyesuaian pribadi maupun sosial, karena sebagai manusia yang memiliki perkembangan fisik kurang memadai atau dengan ciri-ciri fisik kurang menarik akan menghadapi banyak masalah yang jarang dapat diatasi dengan baik (Hurlock, 2006). Penyandang cacat fisik

mempunyai keterbatasan kemampuan untuk memenuhi tuntutan kebutuhan hidupnya, bahkan kecacatan yang dialami penyandang cacat fisik dapat menjadi hambatan yang membatasi kesempatan dan kemampuannya (Pranowo & Sugiyatma, 2004).

Setiap manusia senantiasa menginginkan dirinya menjadi berguna dan berharga, demikian juga dengan penyandang cacat fisik. Memiliki keinginan untuk hidup bermakna merupakan motivasi utama sebagai dasar melakukan berbagai kegiatan yang terarah pada tujuan hidup yang jelas, seperti bekerja dan berkarya agar kehidupan dirasakan berarti dan berharga serta menimbulkan perasaan bahagia. Apabila hasrat untuk hidup bermakna tidak terpenuhi akan mengakibatkan kekecewaan hidup, menimbulkan berbagai gangguan perasaan yang dapat menghambat pengembangan pribadi (Bastaman, 1995).

Melalui observasi dan wawancara pada penyandang cacat fisik di Klaten, Surakarta dan beberapa anggota lembaga penyandang cacat di DIY dapat disimpulkan bahwa masih terdapat penyandang cacat fisik yang belum memiliki rencana jangka panjang sebagai tujuan yang jelas untuk masa depan. Kemudian merasa tidak puas dengan kehidupan yang dijalani karena merasa terhambat melakukan aktivitas atas kekurangan yang dimiliki, dan walaupun mempunyai aktivitas pekerjaan yang sesuai kemampuannya tetapi tidak merasa bangga dengan yang dimilikinya dikarenakan kurang percaya diri. Ketidakpuasan semakin dirasakan apabila dalam kehidupan sosial. Masyarakat umum memandang penyandang cacat fisik tidak mampu melakukan aktivitas secara mandiri karena kekurangan yang dimiliki, sehingga penyandang cacat fisik merasa kurang memiliki kebebasan menentukan sikapnya. Penyandang cacat fisik memandang bahwa hidup dengan keterbatasan fisik yang dimiliki merupakan hal yang kurang pantas dialaminya, karena menganggap bahwa menjalani hidup akan lebih baik apabila tidak memiliki kecacatan fisik. Hal tersebut yang kadang-kadang dapat menjadi pemicu munculnya pikiran untuk menyelesaikan permasalahan hidup dengan mengakhiri hidupnya sendiri.

Berdasarkan hasil dialog dengan penyandang tuna daksa di Surakarta, menyatakan bahwa persoalan mendasar para penyandang cacat fisik untuk mencapai hidup yang bermakna terletak pada bagaimana cara penyandang cacat fisik untuk mencapai hidup yang bermakna terletak pada bagaimana cara penyandang cacat fisik memandang diri sendiri. Penyandang cacat fisik yang hanya memikirkan kecacatan dan kekurangannya saja akan memandang dirinya menjadi citra diri yang negative dan hal tersebut menjadi hambatan untuk memberikan makna dalam kehidupan pada penyandang cacat fisik., maka dengan menggunakan kemampuan daya pikir secara positif akan dapat membangun dan mengembangkan potensi diri agar mendorong penyandang cacat fisik berusaha berbuat sesuatu yang

berarti bagi kehidupannya, karena hidup itu susah maka harus berusaha, berani menghadapi tantangan dan melalui proses bertahun-tahun menuju keberhasilan hidup.

Dapat disimpulkan bahwa penyandang cacat fisik masih kurang menghayati makna hidupnya sehingga kegiatan kurang terarah pada tujuan hidup, tidak puas dengan kehidupan yang dijalani karena merasa terhambat melakukan aktivitas atas kekurangan yang dimiliki sehingga merasa kurang memiliki kebebasan menentukan sikap, memandang bahwa hidup yang dijalani kurang pantas dialami karena menganggap menjalani hidup lebih baik apabila tidak memiliki kecacatan fisik, maka penilaian tersebut dapat menjadi pemicu munculnya pikiran untuk menyelesaikan permasalahan hidup dengan bunuh diri sebagai jalan terbaik sehingga tidak menghadapi kematian dengan sikap wajar dan waktu dalam hidupnya tidak digunakan secara bijaksana.

Menurut Frankl (Schultz, 1991), seseorang yang memiliki kebermaknaan hidup akan bertanggungjawab mengarahkan hidupnya, memiliki sikap optimis, tetap eksis, dan mampu mengenali potensi serta kekurangan yang dimiliki. Maka penyandang cacat yang memiliki kebermaknaan hidup akan mampu menyelesaikan permasalahan hidupnya secara bertanggungjawab dengan tetap eksis dan optimis serta mempunyai kesempatan untuk mewujudkan keinginan melalui kegiatan-kegiatan yang memberikan kepuasan hidup dan bebas berbuat kreativitas sesuai dengan minat dan kemampuan individual.

Bastaman (1996) menyatakan bahwa makna hidup (*the meaning of life*) dan hasrat untuk hidup bermakna (*the will to meaning*) merupakan motivasi utama manusia untuk meraih taraf kehidupan bermakna (*the meaningful life*). Crumbaugh dan Maholick (Koeswara, 1987) mengatakan bahwa kebermaknaan hidup adalah seberapa tinggi individu mengalami hidupnya bermaksud atau bermakna. Makna hidup yang dimaksud merupakan segala sesuatu yang dipandang penting dan berharga, memberikan nilai khusus dan dijadikan tujuan hidup seseorang (Bastaman, 1996). Frankl (2003) mengungkapkan kebermaknaan hidup sebagai keadaan yang menunjukkan sejauhmana seseorang telah mengalami dan menghayati kepentingan keberadaan hidupnya menurut sudut pandang dirinya sendiri.

Kebutuhan pencarian makna hidup tidak akan terpenuhi bila seseorang tidak memegang kendali atas kehidupannya sendiri. Menjadi cacat senantiasa melibatkan rasa kehilangan, dan orang yang cacat akan melewati masa-masa penolakan atas kenyataan, kemarahan, dan pengingkaran diri sebelum mencapai tahap penyesuaian yang harus didahului oleh penerimaan, sebab pengalaman jutaan orang yang menyandang cacat di seluruh dunia memperlihatkan bahwa “penerimaan” merupakan awal yang

harus dilalui untuk menempuh hidup yang utuh dalam kenyataan dan sebagai proses penemuan serta pengenalan diri seumur hidup (Coleridge, 1997).

Bastaman (1996) menjelaskan keberhasilan individu mengembangkan penghayatan hidup bermakna dilakukan dengan menyadari dan mengaktualisasikan potensi-potensi kualitas insani melalui berbagai kegiatan yang terarah pada pemenuhan makna hidup. Bentuk aktualisasi dari berbagai potensi kualitas insani yang langsung berkaitan dengan masalah penemuan makna hidup merupakan wujud penerimaan diri. Karena dengan memiliki penerimaan diri akan dapat mengembangkan diri ke arah gambaran yang sesuai dengan keinginan dan mampu melakukan komitmen dengan hal-hal seperti seperti nilai-nilai yang dianggap penting dan bermakna untuk dipenuhi, sebab setiap individu memiliki tanggung jawab mengembangkan dirinya dan menemukan makna hidupnya.

Penyandang cacat fisik yang menyadari mengaktualisasikan potensi-potensi kualitas insani dalam dirinya akan memiliki kesadaran untuk menerima dan memahami dirinya sehingga penyandang cacat fisik dapat mengenali diri sendiri dan akan mempunyai keinginan untuk terus mengembangkan dirinya (Sartain dalam Rohmah, 2004). Coleridge (1997) mengatakan penerimaan diri bukanlah sikap pasrah, tetapi menerima identitas diri secara positif, pandangan tentang diri sendiri dan harga diri tidak menurun sama sekali, bahkan dapat meningkat. Hurlock (2006) mengemukakan bahwa penerimaan diri merupakan kemampuan menerima segala hal yang ada pada diri sendiri baik kekurangan maupun kelebihan yang dimiliki, sehingga apabila terjadi peristiwa yang kurang menyenangkan maka individu tersebut akan mampu berpikir logis tentang baik buruknya masalah yang terjadi tanpa menimbulkan perasaan, permusuhan, perasaan rendah diri, malu, dan rasa tidak aman. Sari (2002) menyatakan bahwa individu yang memiliki penerimaan diri akan mengetahui segala kelebihan dan kekurangannya, dan mampu mengelolanya.

Schultz (1991) sependapat dengan hal di atas, menyatakan bahwa orang yang menerima dirinya adalah orang yang dapat menerima kelemahan-kelemahan dan kekuatan-kekuatan mereka tanpa keluhan atau kesusahan. Penyandang cacat fisik yang dapat menerima dirinya juga tidak terlalu banyak memikirkan kelemahan-kelemahan atau kecacatannya. Penyandang cacat fisik tidak perlu merasa malu atau merasa bersalah terhadap hal tersebut dan menerima kodratnya sebagaimana adanya. Maka diharapkan penyandang cacat fisik menerima kelemahan-kelemahan dan kekuatan-kekuatan mereka tanpa keluhan atau kesusahan, sehingga penyandang cacat fisik dapat memegang kendali atas kehidupannya sendiri serta memiliki kesiapan sikap dalam menemukan dan memenuhi hidupnya menjadi bermakna.

Berdasarkan uraian di atas, hipotesis ini adalah ada korelasi positif antara penerimaan diri dengan kebermaknaan hidup pada penyandang cacat fisik. Artinya, semakin positif penerimaan diri pada penyandang cacat fisik maka semakin tinggi kebermaknaan hidupnya, sebaliknya semakin negatif penerimaan diri maka semakin rendah kebermaknaan hidup pada penyandang cacat fisik.

METODE PENELITIAN

Variabel dependen dalam penelitian ini adalah kebermaknaan hidup dan variabel independen adalah penerimaan diri. Subjek dalam penelitian ini adalah penyandang cacat fisik pada lembaga SABDA (Sentra Advokasi Perempuan, Difabel, dan Anak), Lembaga SIGAB (Sasana Integrasi dan Advokasi Difabel), dan Lembaga CIQAL (*Center of Improving Qualified Activity in Life of People with Disabilities*), sebanyak 36 orang. Metode yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah dengan menggunakan Skala Kebermaknaan Hidup dan Skala Penerimaan Diri.

Kebermaknaan Hidup diukur menggunakan skala Kebermaknaan Hidup dengan aspek-aspek : (a) makna hidup, yaitu segala sesuatu yang dijadikan tujuan hidup, (b) kepuasan hidup, yaitu sejauhmana seseorang dapat menikmati dan merasa puas menjalani aktivitas, (c) kebebasan berkehendak, yaitu mampu mengendalikan kebebasan hidup secara bertanggungjawab, (d) sikap terhadap kematian, yaitu bagaimana seseorang berpandangan dan kesiapannya menghadapi kematian, (e) pikiran tentang bunuh diri, adalah menghindari keinginan atau memikirkan melakukan bunuh diri, (f) kepantasan hidup, yaitu pandangan tentang sesuatu yang dialami apakah pantas atau tidak (Crumbaugh & Maholick dalam Koeswara, 1992). Skala Kebermaknaan Hidup memiliki koefisien validitas antara 0,306-0,691 dan memiliki koefisien reliabilitas alpha sebesar 0,910.

Penerimaan Diri diukur menggunakan Skala Penerimaan Diri dengan aspek-aspek : (a) memiliki keyakinan akan kemampuan dan sikap optimis menghadapi kehidupan yaitu yakin bahwa kesulitan yang dihadapi pasti mampu diatasi dan tidak mudah menyerah, (b) berpikir positif terhadap diri sendiri dan tidak menganggap orang lain menolak dirinya yaitu memiliki rasa aman dalam diri sendiri dan dapat bergaul tanpa merasa curiga, (c) menganggap dirinya berharga sebagai manusia yang sederajat dengan orang lain yaitu tidak takut bergaul pada situasi pergaulan yang berbeda dan tidak malu belajar pada orang lain, (d) tidak malu dan tidak hanya memperhatikan dirinya yaitu dapat mengekspresikan perasaan dalam bentuk yang tepat dan berusaha memperhatikan orang lain, (e) berani memikul tanggungjawab terhadap perilakunya yaitu mampu menguasai pikiran, perkataan, maupun perbuatan sebaik mungkin dan berani memikul tanggungjawab atas akibat yang terjadi, (f) berperilaku menggunakan norma yaitu

memiliki prinsip yang baik dan berguna bagi diri sendiri menjadi norma dalam berperilaku, (g) mampu menerima pujian dan celaan secara objektif yaitu melakukan evaluasi diri sendiri terhadap kritik yang diterima dan siap mendapat pujian atas prestasinya, (h) tidak menyalahkan diri atas keterbatasan diri ataupun dalam mengingkari kelebihan yaitu sadar akan keterbatasan tanpa menjadi rendah diri dan berusaha aktif mengembangkan kelebihan yang dimiliki secara maksimal (Sheerer dalam Sulistya, 2005). Skala Penerimaan Diri memiliki koefisien validitas antara 0,313-0,758 dan memiliki koefisien reliabilitas Alpha sebesar 0,938.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik korelasi *product moment* dari Pearson untuk menguji ada tidaknya hubungan antara variabel Penerimaan Diri dengan Kebermaknaan Hidup.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data diperoleh koefisien korelasi $r_{xy} = 0,720$ ($p < 0,01$). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara penerimaan diri dan kebermaknaan hidup pada penyandang cacat fisik. Semakin positif penerimaan diri maka akan semakin tinggi kebermaknaan hidup pada penyandang cacat fisik, dan sebaliknya semakin negatif penerimaan diri maka akan semakin rendah kebermaknaan hidup. Berdasarkan hasil tersebut maka hipotesis dalam penelitian ini dinyatakan terbukti atau diterima.

Diterimanya hipotesis dalam penelitian ini menunjukkan bahwa penerimaan diri merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kebermaknaan hidup. Bastaman (1996) mengatakan bahwa penerimaan diri sebagai tahap awal agar individu dapat mengembangkan diri dari penghayatan hidup tak bermakna menjadi bermakna merupakan tahap paling penting, maka penerimaan diri akan sulit bagi individu melakukan pengembangan diri. Menurut Rakhmat (Suwanti, 2004), menerima keadaan diri berarti menghargai segala kelebihan dan kekurangan yang ada pada diri sendiri dan berusaha untuk mengelola kelebihan dan kekurangannya dengan sebaik-baiknya.

Sejauhmana keberhasilan individu dalam membentuk tingkah laku yang sesuai dengan nilai-nilai yang dilingkupi kehidupannya ditentukan dengan adanya penerimaan diri (Hurlock dalam Rohmah, 2004). Menurut Frankl (2003), kebermaknaan hidup adalah keadaan yang menunjukkan sejauhmana seseorang telah mengalami dan menghayati kepentingan keberadaan hidupnya menurut sudut pandang dirinya sendiri. Crumbaugh dan Maholick (Koeswara, 1987) mengatakan bahwa kebermaknaan hidup adalah seberapa tinggi individu mengalami hidupnya bermaksud atau bermakna. Lebih lanjut

disebutkan, melalui aspek-aspek kebermaknaan hidup yaitu, memiliki makna hidup sebagai sesuatu yang dijadikan tujuan hidup, kepuasan hidup, kebebasan berkehendak, sikap terhadap kematian, pikiran tentang bunuh diri, dan kepantasan hidup.

Sejauhmana keberhasilan individu dalam dalam membentuk tingkah laku yang sesuai dengan nilai-nilai yang melingkupi kehidupannya ditentukan dengan adanya penerimaan diri (Hurlock dalam Rohmah, 2004). Dengan memiliki penerimaan diri akan dapat mengembangkan diri ke arah gambaran yang sesuai dengan keinginan dan mampu melakukan komitmen dengan hal-hal seperti nilai-nilai yang dianggap penting dan bermakna untuk dipenuhi, karena setiap individu bertanggungjawab untuk mengembangkan diri dan menemukan makna hidupnya (Bastaman, 1986).

Sartain (Rohmah, 2004) menjelaskan bahwa dengan memiliki kesadaran untuk menerima dan memahami diri, maka individu dapat mengenali diri sendiri dan akan mempunyai keinginan untuk terus mengembangkan dirinya. (Wirastari & Handadari, 2003) mengungkapkan bahwa penerimaan diri merupakan keadaan dimana seseorang memiliki penghargaan yang tinggi pada dirinya sendiri. Coleridge (1997) menambahkan bahwa penerimaan diri bukanlah sikap pasrah, tetapi menerima identitas diri secara positif, pandangan tentang diri sendiri dan harga diri tidak menurun sama sekali, bahkan dapat meningkat.

Memiliki kondisi cacat fisik yang tidak dapat disembuhkan dapat mempengaruhi pandangan penyandang cacat fisik tentang keberadaan dirinya dan akan mempengaruhi pula penerimaan diri penyandang cacat fisik terhadap kekurangan yang dihadapi (Lewis dalam Wrastari & Handadari, 2003). Berdasarkan penelitian yang dilakukan Suhartono (Wrastari & Handadari, 2003), penyandang cacat fisik sejak lahir pada umumnya lebih mampu menerima dirinya dibandingkan dengan penyandang cacat fisik pada masa remaja maupun dewasa, karena proses menyesuaikan diri terbentuk dan berkembang bersamaan dengan keadaan tubuhnya yang cacat. Samir (Coleridge, 1997) menunjukkan bahwa dengan pembawaan yang positif diri sendiri dan senang bergaul menjadi penerimaan positif atas kecacatan bukan sejak lahir dapat dilakukan. Hal ini sesuai pendapat (Hjelle dan Ziegler (Sari, 2002) yang menyatakan bahwa individu dengan penerimaan diri memiliki toleransi terhadap frustrasi atau kejadian-kejadian yang menjengkelkan, toleransi terhadap kelemahan-kelemahan diri sendiri tanpa harus menjadi sedih atau marah.

Seseorang yang dapat menerima dirinya mempunyai penilaian yang realistis terhadap potensi-potensi yang ada pada dirinya disertai dengan penilaian yang positif akan harga dirinya (Hurlock dalam Rohmah, 2004). Sari (2002) mengatakan bahwa karakteristik yang dimiliki individu dengan penerimaan

diri akan dihayati sebagai anugerah, segala yang ada pada diri individu dirasakan sebagai hal yang menyenangkan sehingga individu memiliki keinginan untuk terus dapat menikmati kehidupan. Maka perubahan individu menjadi penyandang cacat fisik karena penyakit, kecelakaan lalu lintas atau kecelakaan kerja pada masa pertumbuhan dapat diterima oleh penyandang cacat fisik yang memiliki penerimaan diri dengan hati lapang. Hal ini sesuai pendapat Rubin (Rohmah, 2004), bahwa penerimaan diri merupakan sikap yang mencerminkan rasa senang sehubungan dengan kenyataan diri sendiri.

Hasil penelitian Fatihatuzulfa (2004) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara berpikir positif dengan kebermaknaan hidup pada penyandang cacat tubuh. Hal ini berarti bahwa memiliki cara berpikir positif terhadap diri sendiri mempengaruhi tingkat kebermaknaan hidup pada penyandang cacat tubuh. Dryden dan Gordon (1993) menyatakan bahwa dengan seseorang berpikir positif maka akan dapat membebaskan diri dari rasa cemas yang berkepanjangan dan akan mampu mengubah hal-hal yang dapat diubah serta dapat menerima hal-hal yang tidak dapat dirubah, misalnya seperti menjadi penyandang cacat fisik akibat penyakit, kecelakaan lalu lintas atau kecelakaan kerja.

Selain memiliki cara berpikir positif terhadap diri sendiri dan tidak menganggap orang lain menolak keberadaan dirinya, Sheerer (Sulistiya, 2005) mengungkapkan aspek-aspek penerimaan diri lainnya yaitu, memiliki keyakinan akan kemampuan dan sikap optimis menghadapi kehidupan, menganggap diri sendiri berharga sebagai manusia yang sederajat dengan orang lain, tidak malu dan tidak hanya memperhatikan diri sendiri, berani memikul tanggung jawab terhadap perilaku, berperilaku menggunakan norma, mampu menerima pujian dan celaan secara objektif, serta tidak menyalahkan diri atas keterbatasan diri ataupun mengingkari kelebihan.

Penyandang cacat fisik yang memiliki penerimaan diri akan yakin terhadap kemampuan menghadapi kehidupan, bersikap optimis, tidak mudah menyerah menghadapi tantangan-tantangan kehidupan, berusaha memahami seluruh keadaan dirinya dan suka mempelajari tentang kehidupan sehari-hari sehingga akan belajar untuk memiliki prinsip-prinsip yang baik dan berguna bagi dirinya (Sheerer dalam Sulistya, 2005). Karena memiliki prinsip-prinsip sebagai norma menjadi hal penting dan berharga untuk menemukan makna hidup sebagai penyandang cacat fisik mempunyai tujuan yang jelas untuk masa depan (Frankl dalam Koeswara, 1992).

Memiliki cara berpikir positif terhadap diri sendiri akan mempengaruhi penilaian penyandang cacat fisik terhadap hidupnya melalui aktivitas yang dijalani (Sheerer dalam Sulistya, 2005). Penyandang cacat fisik yang memiliki penilaian positif terhadap diri sendiri akan memiliki rasa aman

dalam beraktivitas, maka akan dapat menikmati dan merasakan kepuasan hidup (Crumbaugh & Maholick dalam Koeswara, 1992).

Apabila penyandang cacat fisik menganggap dirinya berharga sebagai manusia dan sederajat dengan orang lain, maka tidak takut bergaul dan mampu bersikap tepat ketika menerima kritikan atau celaan dan akan siap bila mendapat pujian dari orang lain atas prestasinya (Sheerer dalam Sulistya, 2005). Karena anggapan penyandang cacat fisik terhadap dirinya berpengaruh terhadap pandangan mengenai hidup yang dialaminya apakah pantas atau tidak sehingga penyandang cacat fisik akan merasakan adanya kebermaknaan hidup melalui peristiwa yang dialaminya apakah pantas atau tidak (Crumbaugh & Maholick dalam Koeswara, 1992).

Memiliki penerimaan diri berarti bahwa penyandang cacat fisik mempunyai kemampuan penguasaan pikiran, perkataan dan perbuatan yang akan mempengaruhi perilakunya, oleh karena hal tersebut maka penyandang cacat fisik akan berusaha tidak hanya memperhatikan diri sendiri tetapi juga berusaha memperhatikan orang lain (Sheerer dalam Sulistya, 2005). Karena kebermaknaan hidup diwujudkan dengan kemampuan mengendalikan kebebasan berkehendak dalam hidup berdasarkan nilai-nilai kebenaran secara bertanggungjawab yaitu melalui sikap berani memikul tanggung jawab atas perilaku yang dilakukan (Crumbaugh & Maholick dalam Koeswara, 1992).

Tidak menyalahkan diri sendiri atas keterbatasan yang dimilikinya dan berusaha aktif mengembangkan kelebihan-kelebihan yang dimiliki secara maksimal (Sheerer dalam Sulistya, 2005), akan membuat penyandang cacat fisik berusaha berbuat kebaikan untuk diri sendiri, orang lain maupun lingkungan social sebagai bekal dalam menghadapi kematian sehingga tidak menganggap kematian sebagai hal yang menakutkan tetapi merupakan hal yang wajar. Karena dengan memiliki kesadaran akan keterbatasan tanpa merasa rendah diri, maka penyandang cacat fisik tidak akan pernah memikirkan untuk melakukan bunuh diri dan akan berusaha menghindari keinginan tersebut dalam upaya penyelesaian masalah hidupnya (Crumbaugh & Maholick dalam Koeswara, 1992).

Apabila penyandang cacat fisik memiliki penerimaan diri, maka akan mengetahui segala kelebihan dan kekurangannya dan mampu mengelolanya (Sari, 2002). Dengan penyandang cacat fisik menyadari dan mengaktualisasikan potensi-potensi dalam dirinya merupakan wujud dari penerimaan diri yang dimilikinya agar dapat mengembangkan diri dan menemukan makna hidup melalui berbagai kegiatan yang terarah pada pemenuhan makna hidup, sehingga penyandang cacat fisik mempunyai alasan untuk meneruskan kehidupannya untuk mencapai tujuan-tujuan yang akan datang di dalam

hidupnya dan tidak kehilangan arti dalam kehidupannya yang berarti dimilikinya kebermaknaan hidup (Frankl dalam Schultz, 1991).

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa penyandang cacat fisik yang memiliki penerimaan diri menyadari kelebihan dan kekurangannya, mampu mengelola dan mengaktualisasikan potensi-potensi dalam diri agar dapat mengembangkan diri dan menemukan makna hidup sehingga tetap eksis meneruskan kehidupannya untuk mencapai tujuan-tujuan yang akan datang di dalam hidupnya dan tidak kehilangan arti dalam kehidupannya yang berarti dimilikinya kebermaknaan hidup.

Berdasarkan hasil analisis korelasi *product moment* diketahui bahwa peranan penerimaan diri terhadap kebermaknaan hidup adalah sebesar 51,8%. Hal ini menunjukkan bahwa penerimaan diri mempunyai peranan yang cukup signifikan terhadap kebermaknaan hidup seorang. Dengan demikian masih terdapat faktor lain yang mempengaruhi kebermaknaan hidup sebesar 48,2% yang tidak dilibatkan dalam penelitian ini. Faktor lain yang diasumsikan dapat mempengaruhi kebermaknaan hidup, menurut Frankl (Koeswara, 1987) adalah kehidupan keagamaan, filsafat sekuler, pekerjaan, sikap menerima dan menyerahkan diri pada kehidupan, cinta kepada sesama, pengalaman. Bastaman (1996) mengatakan bahwa dukungan sosial, keimanan, serta pemenuhan nilai-nilai-nilai penghayatan dan nilai-nilai penghayatan dan nilai-nilai bersikap merupakan faktor yang juga mempengaruhi kebermaknaan hidup.

Hasil analisis *product moment* untuk mengetahui sumbangan efektif setiap aspek penerimaan diri terhadap kebermaknaan hidup menunjukkan bahwa aspek memiliki keyakinan akan kemampuan dan sikap optimis menghadapi kehidupan memiliki peran paling dominan terhadap kebermaknaan hidup sebesar 54,02%. Rogers (Dryden dan Gordon, 1993) mengatakan apabila seseorang berusaha bertindak dengan baik dan kompeten akan dapat menghilangkan berbagai macam rintangan yang menghambat eksistensi dan kesempatan untuk hidup bahagia. Dryden dan Gordon (1993) menambahkan bahwa seseorang akan dapat terus hidup dan menikmati kehidupan dengan menerima realitas dengan berusaha bertindak dan berperilaku optimis.

Hasil kategorisasi skor kebermaknaan hidup menunjukkan bahwa secara umum kebermaknaan hidup pada penyandang cacat fisik berada dalam kategori tinggi. Hasil wawancara dengan beberapa subjek penelitian menjelaskan bahwa melalui kemampuan yang dimiliki masing-masing individu membuat para penyandang cacat fisik mampu bertahan menjalani kehidupan dengan tetap berusaha bekerja untuk memperoleh penghidupan yang layak, tetap bergaul dan bersosialisasi di masyarakat, pasrah pada Tuhan dengan rajin beribadah, saling memberikan informasi dan aktif membangun

komunitas untuk kesejahteraan sesama penyandang cacat pada umumnya, sehingga para penyandang cacat tetap dapat berkreaitivitas dan mampu bertanggungjawab atas kehidupannya. Hal ini menurut Frankl (Koeswara, 1987) dikarenakan setiap individu memiliki pilihan dan caranya sendiri dalam menemukan dan menciptakan makna dalam hidup.

Hasil kategorisasi skor penerimaan diri diperoleh bahwa secara umum penerimaan diri pada penyandang cacat fisik berada pada kategori tinggi. Setelah dilakukan wawancara pada beberapa subjek penelitian, dapat disimpulkan bahwa para penyandang cacat fisik sadar memiliki potensi-potensi yang tetap dapat dikembangkan melalui ketrampilan masing-masing, tidak merasa malu atau rendah diri karena memiliki perbedaan, selalu berusaha menyelesaikan tanggungjawab pekerjaan masing-masing semaksimal mungkin, sehingga tidak hanya memikirkan kekurangan dan kelemahan diri sendiri dan terpuruk karena peristiwa yang mengakibatkan menjadi penyandang cacat fisik. Hal ini disampaikan Vekantesh (Coleridge, 1997), apabila orang menyukai diri sendiri akan dapat memulai suatu perubahan, sebab perubahan dimulai dari dalam diri sendiri dan yang membuat hidup ini berate adalah kemampuan untuk menikmati apa yang dipunyai diri sendiri, tidak peduli apapun yang terjadi.

Kelemahan penelitian ini bahwa hasil penelitian ini tidak dapat digeneralisasikan kepada kelompok subjek lain selain subjek pada penelitian ini. Hal ini karena terdapat skor yang berasal dari banyaknya jumlah subjek yang memiliki total skor yang sama sehingga terjadi pengelompokan dan tidak sesuai distribusi kurva normal. Maka untuk penerapan populasi yang lebih luas perlu dilakukan penelitian dengan memperluas ruang lingkup kajian penelitian.

Berdasarkan pembahasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri mempunyai hubungan yang signifikan dengan kebermaknaan hidup pada penyandang cacat fisik. Penerimaan diri berperan terhadap kebermaknaan hidup pada penyandang cacat fisik.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan positif antara penerimaan diri dan kebermaknaan hidup pada penyandang cacat fisik. Hal ini berarti bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Semakin positif penerimaan diri maka akan semakin tinggi kebermaknaan hidup pada penyandang cacat fisik, sebaliknya semakin negatif penerimaan diri maka akan semakin rendah kebermaknaan hidupnya. Sumbangan efektif penerimaan diri terhadap kebermaknaan hidup pada penyandang cacat fisik sebesar 51,8%, sedangkan 48,2% kebermaknaan hidup dipengaruhi oleh faktor lain.

Saran yang dapat penulis berikan adalah :

- a. Bagi penyandang cacat fisik disarankan bahwa penting memiliki penerimaan diri yang positif untuk dapat mengembangkan potensi-potensi kualitas insani masing-masing dengan cara mematuhi ajaran agama dan beribadah, melakukan aktivitas pekerjaan yang positif, dan bersosialisasi tanpa rasa minder agar tetap eksis meneruskan kehidupan untuk mencapai tujuan-tujuan yang akan datang di dalam hidupnya sehingga tetap yakin bahwa hidup ini sangat berarti.
- b. Bagi lembaga yang aktif peduli untuk kesejahteraan kehidupan para penyandang cacat disarankan agar dapat menyelenggarakan program atau kegiatan yang meningkatkan kesadaran para penyandang cacat secara umum dan fisik pada khususnya untuk memiliki penerimaan diri yang positif supaya hidup penyandang cacat tetap bermakna.
- c. Bagi peneliti selanjutnya yang memiliki minat tentang penerimaan diri dan kebermaknaan hidup pada penyandang cacat fisik disarankan agar meneliti faktor-faktor lain seperti dukungan sosial, keimanan, serta pemenuhan nilai-nilai kreatif, nilai-nilai penghayatan dan nilai-nilai bersikap, melakukan penelitian disesuaikan dengan tempat permasalahan, gunakan subjek pada tingkat pendidikan di bawah SMU, dan gunakan analisis regresi untuk mengukur korelasi aspek variabel bebas terhadap variabel tergantung.

DAFTAR PUSTAKA

- Bastaman, H. D. 1995. *Integrasi Psikologi dengan Islam Menuju Psikologi Islami*. Yogyakarta : Yayasan Insan Khamil & Pustaka Pelajar
- Bastaman, H.D. 1996. *Meraih Hidup Bermakna Kisah Pribadi dengan Pengalaman Tragis*. Jakarta : Paramadina
- Coleridge, P. 1997. *Pembebasan dan Pembangunan*. Yogyakarta : Oxfam & LP4C Dria Manunggal dengan Pustaka Pelajar.
- Dryden, W & Gordon, J. 1993. *Berpikir Positif untuk Kebahagiaan Hidup*. Jakarta : Penerbit Arcan
- Fatihatusulfa, D. 2004. Hubungan antara Bepikir Positif dengan Kebermaknaan Hidup pada Penyandang Cacat Tubuh di Lembaga Interaksi Surakarta. *Skripsi*. Surakarta : Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Frankl, V. E. 2003. *Logoterapi : Terapi Psikologi Melalui Pemaknaan Eksistensi*. Yogyakarta : Kreasi Wacana

- Hurlock, E. B. 2006. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi Kelima. Jakarta : Penerbit Erlangga.
- Koeswara, E. 1987. *Psikologi Eksistensial : Suatu Pengantar*. Bandung : Rosda Offset
- Koeswara, E. 1992. *Logoterapi : Psikoterapi Viktor Frankl*. Yogyakarta : Kanisius
- Pranowo & Sugiyatma. 2004. Pemberdayaan Ekonomi bagi Penyandang Cacat di Daerah Istimewa Yogyakarta. *Media Informasi Penelitian Kesejahteraan Sosial No. 178*. Hal 69-82.
- Rohmah, F. A. 2004. Pengaruh Pelatihan Harga Diri terhadap Penyesuaian Diri pada Remaja. *Humanitas : Indonesian Psychological Journal. Vol. 1 No. 1*. Hal 53-63
- Sari, E. P. 2002. Penerimaan Diri pada Lanjut Usia Ditinjau dari Kematangan Emosi. *Jurnal Psikologi No.2*. Hal 73-88
- Schultz, D. M. 1991. *Psikologi Pertumbuhan Model-Model Kepribadian Sehat*. Yogyakarta : Kanisius.
- Solider* Edisi I November-Desember. 2005. Undang-Undang Baru di Atas Kertas. Yogyakarta : SIGAB (Sasana Integrasi dan Advokasi Difabel).
- Sulistya, W. K. 2005. Hubungan antara Penerimaan Diri dengan Kompetensi Interpersonal pada Perawat RSUD PKU Muhammadiyah Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta : Fakultas Psikologi Universitas Wangsa Manggala.
- Suwarti. 2004. Hubungan Antara Penerimaan Diri dan Hubungan Interpersonal pada Lanjut Usia. *Insight. Tahun II/No.2*. Hal 80-89
- Widjopranoto, R & Sumarno, S. 2004. Potensi Penyandang Cacat Tubuh di Provinsi Jawa Timur (Studi Kasus Kabupaten Blitar). *Media Informasi Penelitian Kesejahteraan Sosial. No. 179*. Hal 3-23.
- Wrastari, A. T & Handadari, W. 2003. Pengaruh Pemberian Pelatihan *Neuro Linguistic Programming (NLP)* terhadap Peningkatan Penerimaan Diri Penyandang Cacat Tubuh pada Remaja Penyandang Cacat Tubuh di Pusat Rehabilitasi Panti Sosial Bina Daksa “Suryatama” Bangil Pasuruan. *Insan. Vol.5 No. 1*. Hal 17-33.