

STUDI FENOMENOLOGI: PROSES MEMBANGUN KEPERCAYAAN DIRI PADA PENYANDANG TUNADAKSA DEWASA AWAL AKIBAT KECELAKAAN

Amalia Puja Ningtyas¹, Yeniari Indriana¹

¹Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia, 50275

amaliapuja98@yahoo.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menemukan makna dan gambaran mengenai dinamika psikologis seorang tuna daksa dewasa awal akibat kecelakaan dalam membangun kepercayaan diri. Subjek dalam penelitian berjumlah tiga orang yang mengalami ketunadaksaan akibat kecelakaan dan memiliki status belum menikah. Teknik yang digunakan dalam pencarian subjek adalah *purposive sampling* dimana sampel dipilih berdasarkan karakteristik penelitian. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian yaitu *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA) yang berfokus pada pengalaman subjek melalui kehidupan pribadi dengan menggunakan wawancara semi terstruktur sebagai metode pengumpulan data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dalam membangun kepercayaan diri ketiga subjek melalui proses dan tahapan yang berbeda-beda sehingga akan berpengaruh terhadap kualitas hidup setiap individu. Hal ini juga dipengaruhi oleh faktor internal (seperti, inferior, kurang percaya diri, tidak berdaya, dan lainnya) serta faktor eksternal (seperti dukungan keluarga, stigma dan diskriminasi lingkungan, dan lainnya).

Kata kunci: dewasa awal; kepercayaan diri; tuna daksa akibat kecelakaan

Abstract

This study aims to find the meaning and description of the psychological dynamics of a young adult with physical disabilities due to accidents in building self-confidence. There were three subjects in the study who were physically disabled due to accidents and unmarried. Purposive sampling technique was applied, where the sample is selected based on the characteristics of the study. The data were analyzed using Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) which focuses on the subject's experience through personal life using semi-structured interviews as a data collection method. The results showed that the three subjects went through different processes and stages in building self-confidence so that it would affect the quality of life of each individual. Internal factors (inferiority, lack of confidence, helplessness, and others) and external factors (family support, environmental stigma and discrimination, and others) also influenced the process of building self-confidence.

Keywords: young adults; self-confidence; physical disabilities due to accidents

PENDAHULUAN

Setiap manusia berharap memiliki kondisi fisik yang normal dan mampu menjalani kehidupan dengan baik. Namun, tidak semua orang mampu mendapatkannya karena keterbatasan fisik yang tidak dapat dihindari, seperti hilangnya fungsi tubuh tertentu atau adanya kelainan fisik yang diakibatkan oleh kecelakaan, seperti retaknya tulang kaki atau tangan, bengkoknya tulang punggung, cedera syaraf tulang belakang yang merusak fungsi sensorik maupun motorik tubuh, sampai pada kehilangan anggota tubuh.

Menurut data yang bersumber dari Kantor Kepolisian Republik Indonesia, jumlah kecelakaan lalu lintas dari tahun 2007 sampai 2012 terus mengalami peningkatan, yaitu dari 49.553 kasus

menjadi 117.949 kasus dan memakan korban mulai dari luka ringan, luka berat, sampai korban meninggal. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2016, angka kecelakaan kerja yang terjadi di Indonesia mencapai 12,15% dengan luka ringan sebesar 10,29% dan luka berat sebesar 1,87% (Sulisilawati & Aminah, 2016).

Korban kecelakaan yang mengalami perubahan fungsi anggota tubuh atau kehilangan anggota tubuhnya sering disebut dengan istilah penyandang tuna daksa dan semakin menjadi permasalahan yang krusial saat memasuki usia dewasa awal karena pada masa ini seseorang akan dihadapkan pada pola-pola hidup baru yang menuntut tanggung jawab pribadi, kemandirian, dan hubungan social sehingga akan berpengaruh terhadap performa fisik yang dimiliki (Santrock, 2012). Selain itu, perubahan fisik secara signifikan dan terjadi dalam waktu singkat akibat kecelakaan, secara langsung maupun tidak langsung akan memberikan dampak pada individu baik secara internal maupun eksternal.

Hasil penelitian Senra dkk. (2011) juga menunjukkan bahwa terdapat beberapa dampak psikologis yang mengikuti penyandang tuna daksa akibat perubahan fisik, yaitu depresi, trauma, marah, *shock*, tidak dapat menerima keadaan, hingga keinginan untuk bunuh diri. Sedangkan secara eksternal, perubahan fisik yang dialami oleh penyandang tuna daksa merupakan sebuah kondisi yang nyata dan dapat terlihat secara langsung oleh orang lain. Tentama (2010) mengungkapkan bahwa kondisi tuna daksa apabila dibandingkan dengan ketunaan lain lebih mudah untuk diketahui karena tampak secara jelas dan individu sadar akan ketunadaksaan yang dimiliki. Orang akan terfokus pada berbagai pertanyaan atau penilaian mengenai diri seorang tuna daksa yang memiliki kondisi fisik yang berbeda dan akan berpengaruh pada penyandang tuna daksa dalam membangun kepercayaan diri.

Kepercayaan diri adalah keyakinan individu terhadap segala kelebihan yang dimiliki dan membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai tujuan hidup. Individu yang memiliki rasa percaya diri akan merasa yakin terhadap diri sendiri (Hakim, 2004). Rasa percaya diri pada seseorang tidak bisa muncul begitu saja tetapi harus melewati proses tertentu di dalam pribadinya yang akan membentuk rasa percaya diri (Hakim, 2004). Proses membangun kepercayaan diri pada seseorang terjadi melalui empat proses, yaitu terbentuknya kepribadian sesuai tahap perkembangan; pemahaman terhadap kelebihan dan kelemahan; pengalaman yang dilalui; dan mempunyai tekad mencapai tujuan. Tahapan dalam membangun kepercayaan diri diharapkan dapat mencapai kesejahteraan yang berkaitan dengan tujuan, harapan, dan standar dalam hidup (Billington, 2010).

Berdasarkan penjelasan mengenai fenomena penyandang tuna daksa dewasa awal akibat kecelakaan yang sudah diuraikan sebelumnya, maka rumusan masalah yang ada didalam penelitian ini adalah bagaimana proses penyandang tuna daksa dewasa awal akibat kecelakaan dalam membangun kepercayaan diri. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana proses dalam membangun kepercayaan diri pada penyandang tuna daksa dewasa awal akibat kecelakaan. Hal tersebut menjadi alasan dilakukannya penelitian kualitatif tentang proses membangun kepercayaan diri pada penyandang tuna daksa dewasa awal akibat kecelakaan.

METODE

Penelitian ini menggunakan perspektif Fenomenologis yang bertujuan untuk mencari makna dan situasi yang dialami individu dalam kehidupan sehari-hari (Smith, 2010). Penelitian ini menggunakan pendekatan *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA) dengan tujuan

untuk memahami makna dari pengalaman individu dalam sebuah konteks yang lebih mendalam.

Fokus penelitian ini adalah untuk mengungkap dan menjelaskan bagaimana setiap subjek memaknai dan memahami pengalaman secara individu dan sosial dalam proses membangun kepercayaan diri sebagai seorang tuna daksa dewasa awal akibat kecelakaan. Pemilihan partisipan menggunakan teknik *purposive sampling*, yang dipilih berdasarkan kriteria tertentu sesuai dengan masalah dan tujuan penelitian, yaitu : (1) Subjek pada tahap dewasa awal dengan usia 20-40 tahun; (2) Mengalami perubahan fisik yang signifikan akibat kecelakaan; (3) Memiliki status *single* atau belum menikah (Smith, 2009). Partisipan dalam penelitian ini memiliki karakteristik sebagai berikut.

Tabel 1.

Data Partisipan

Nama	Subjek 1	Subjek 2	Subjek 3
Usia	22 tahun	32 tahun	29 tahun
Pekerjaan	Mahasiswi dan Bisnis online	Wirasahawan (warung kopi dan warnet), fotografer, motivator, dancer (<i>breakdance</i>)	Bisnis online
Status	Belum menikah	Belum menikah	Belum menikah
Kondisi fisik ketunadaksaan yang signifikan	Amputasi satu kaki sebelah kanan sampai pangkal paha	Amputasi satu kaki sebelah kanan	Amputasi kedua kaki sampai pangkal paha
Lama kecelakaan	12 tahun	13 tahun	6 tahun
Alat Bantu	Tongkat / Kruk	Tongkat/ Kruk	Kursi roda

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara semi terstruktur yang dalam pelaksanaannya terdapat pertanyaan terbuka. Analisis data yang dilakukan oleh peneliti sesuai dengan prosedur IPA, yaitu berfokus pada satu partisipan ke partisipan selanjutnya kuntuk menemukan persamaan dan perbedaan sehingga peneliti dapat menganalisis makna dari setiap pengalaman subjek (Smith, 2009). Model analisis IPA memiliki tahapan sebagai berikut: (1) membaca transkrip berulang; (2) pencatatan awal; (3) mengembangkan tema emergen; (4) mengembangkan tema superordinat; (5) berpindah ke transkrip selanjutnya; (6) menemukan hubungan teman superordinat antar subjek; (7) mendeskripsikan tema induk.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menggunakan tiga subjek yang telah sesuai dengan kriteria dalam pemilihan partisipan. Setelah dilakukannya analisis data, dihasilkan dua tema induk, yaitu (1) tema yang terkait dengan penyesuaian diri; (2) tema yang terkait dengan proses membangun kepercayaan diri. Gambaran kedua tema tersebut diperoleh berdasarkan tema superordiant antarsubjek yang telah tercantum dalam lampiran penelitian.

Tema yang Terkait dengan Penyesuaian Diri

Keluarga subjek pertama dan subjek kedua merasa *shock* ketika harus mengetahui bahwa subjek pertama dan subjek kedua mengalami kecelakaan hingga mengakibatkan amputasi kaki. Saat proses amputasi kaki, keluarga besar subjek pertama juga harus mengalami

perdebatan karena kaki kanan subjek pertama mengalami pembusukan dan harus segera diamputasi. Tidak dapat dihindari apabila orang tua yang memiliki anak tuna daksa akan sulit menerima kenyataan bahwa anaknya mengalami ketunaan atau kelainan, seperti perasaan terpukul, bingung, rasa bersalah, rasa kecewa, rasa malu, dan rasa menerima apa adanya (Kharissa, 2017). Adanya hambatan yang dirasakan membuat subjek pertama memiliki perasaan iri terhadap teman-temannya yang bisa melakukan aktivitas dengan lancar tanpa adanya hambatan maupun terkendalanya mobilitas. Selain itu, subjek pertama juga memiliki rasa khawatir dan takut terhadap pekerjaan di masa depan karena kondisi ketunadaksaan yang dimiliki.

Begitu pula dengan subjek ketiga yang memiliki hambatan dalam melakukan aktivitas yang dilakukan. Pasca kecelakaan, subjek ketiga merasa seperti hidup menjadi seorang bayi kembali karena harus melalui proses penyembuhan 10 bulan dengan segala bantuan dari keluarga dan melakukan adaptasi kembali dengan kondisi subjek ketiga sebagai seorang tuna daksa kehilangan dua kaki. Perasaan sedih, jengkel, depresi hingga merasa *meaningless* dalam hidup sering dirasakan oleh subjek ketiga. Dalam proses adaptasi, seorang tuna daksa cenderung mengurung diri atas kejadian yang dialami (Pierce, 2012).

Subjek ketiga merasakan menjadi manusia yang tidak berguna yang tidak memiliki tujuan, harapan dan masa depan dalam hidupnya setelah mengetahui bahwa dirinya tidak memiliki dua kaki. Segala aktivitas tidak dapat dilakukan sendiri dan harus membutuhkan bantuan orang lain sehingga membuat subjek ketiga merasa selalu bergantung dengan orang lain. Menurut Frankl (dalam Bastaman, 2007) mengungkapkan bahwa perasaan *meaningless* ditunjukkan dengan adanya kekosongan hati, tidak punya tujuan hidup, tidak ada harapan, kekurangan motivasi, dan perasaan tidak berguna. Subjek ketiga juga memiliki perasaan iri terhadap kemampuan dan bentuk tubuh orang lain yang dapat melakukan segala aktivitas dengan baik.

Selain itu, subjek ketiga lebih nyaman untuk berada di lingkungan sekitar. Hal tersebut dilakukan subjek ketiga untuk menghindari kegagalan dan adanya kritik serta diskriminasi oleh orang lain. Perasaan tersebut muncul pada saat awal amputasi kaki, merasa takut ditolak lingkungan sosial dan menjadi bahan perbincangan merupakan alasan individu memilih untuk tidak bergaul dengan orang lain (Adelina dkk., 2018). Hal ini juga dapat berpengaruh kepada kepercayaan diri penyandang tuna daksa ketika berada di tempat dan situasi yang berbeda (Sayyidah, 2014).

Pasca kecelakaan, subjek pertama dan subjek kedua mendapatkan penilaian atau stigma negatif dari lingkungan karena keadaan kedua subjek sebagai seorang tuna daksa akibat kecelakaan. Reaksi lingkungan sosial yang tidak mendukung akan berpengaruh terhadap aktivitas tuna daksa, sehingga individu kurang dapat mengembangkan potensi dengan baik (Damayanti & Rostiana, 2003). Selain itu, adanya stigma negatif atau diskriminasi juga dapat mempengaruhi kepercayaan diri individu terhadap kekurangan (Machdan & Hartini, 2012).

Penerimaan dari orang tua terhadap keadaan anak merupakan hal yang sangat penting dimiliki karena dengan adanya penerimaan yang baik akan menunjukkan sikap menyayangi diri sendiri serta orang lain (Rizkiana, 2009). Seperti yang didapatkan oleh ketiga subjek yang mendapatkan dukungan sosial dan motivasi dari keluarga seperti adanya penerimaan dari keluarga dan membantu merawat para subjek saat proses penyembuhan. Selain itu, ketiga subjek juga mendapatkan motivasi untuk terus berkembang dan membantu dalam proses membangun kepercayaan diri dengan keadaan sebagai seorang penyandang tuna daksa

akibat kecelakaan. Dukungan keluarga yang maksimal dapat membantu anak tuna daksa untuk berkembang secara optimal (Nandang dkk., 2018). Keluarga merupakan sumber dukungan dan kebahagiaan bagi individu, terlebih di masyarakat Indonesia (Afiatin, 2018).

Selain itu, Dukungan emosional banyak diberikan oleh orang-orang disekitar para subjek, yaitu teman dan orang-orang dilingkungan tempat tinggal. Dukungan emosional yang diberikan berupa perhatian, bantuan secara materiil, dan dukungan spiritual (Cakra & Resnia, 2018). Dukungan sosial yang diterima juga membuat ketiga subjek lebih bisa menerima keadaannya sebagai seorang penyandang tuna daksa akibat kecelakaan dan lebih bersyukur terhadap apa yang terjadi dan sedang dijalani. Selain itu, juga ketiga subjek belajar untuk meyakini terhadap takdir Tuhan, ikhlas, sabar, dan selalu berpikir positif dalam menjalani kehidupan sebagai seorang penyandang tuna daksa akibat kecelakaan. Oleh karena itu, dengan adanya dukungan sosial yang positif mampu meningkatkan penerimaan diri ketiga subjek (Sari, 2013).

Tema Terkait Proses Membangun Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri penting untuk dimiliki setiap individu penyandang tuna daksa dalam menyesuaikan diri di dalam masyarakat mengingat kondisi fisik individu penyandang tuna daksa yang mengharuskan untuk lebih bekerja keras dalam melakukan berbagai aktivitas sehari-hari. Namun, tidak dapat dipungkiri dalam membangun kepercayaan diri juga tidak semua orang mampu untuk menyesuaikan dengan baik karena setiap orang pasti akan mengalami masa naik dan turun dalam penyesuaian untuk membangun kepercayaan diri (Yunita, 2016). Dalam kehidupannya, ketiga subjek sudah berusaha untuk bertanggungjawab atas dirinya, yaitu mulai mengembangkan kemandirian untuk melakukan aktivitas sendiri tanpa harus bergantung dengan orang lain dan belajar untuk mencukupi kebutuhan secara mandiri. Karena salah satu tugas perkembangan yang harus dicapai dalam masa dewasa awal adalah tanggungjawab dan kemandirian (Hurlock, 2006). Ketiga subjek juga belajar untuk menjalin hubungan sosial dengan orang lain dengan harapan untuk menumbuhkan rasa kepercayaan diri dan dapat menjadi individu yang lebih baik (Nafi dkk., 2020).

Dalam kehidupannya, ketiga subjek sudah berusaha untuk bertanggungjawab atas dirinya, yaitu mulai mengembangkan kemandirian untuk melakukan aktivitas sendiri tanpa harus bergantung dengan orang lain dan belajar untuk mencukupi kebutuhan secara mandiri. Karena seorang disabilitas mempunyai hak dan kebutuhan yang sama untuk hidup mandiri (Herisman & Handayani, 2019). Kemandirian tersebut terlihat jelas terhadap ketiga subjek. Dimana ketiga subjek mulai belajar untuk bisa melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri dengan menggunakan tongkat. Subjek pertama dan subjek kedua juga mulai belajar untuk mengendarai motor dan sepeda untuk mempermudah aktivitas subjek ketika berpergian. Begitu pula terlihat oleh subjek ketiga yang berusaha untuk hidup mandiri dengan bantuan kursi roda, bahkan kondisi rumah subjek ketiga juga disesuaikan dengan keadaan subjek dengan tujuan untuk mempermudah subjek ketiga dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Karena salah satu tugas perkembangan yang harus dicapai dalam masa dewasa awal adalah tanggungjawab dan kemandirian (Hurlock, 2006). Ketiga subjek juga belajar untuk menjalin hubungan sosial dengan orang lain dengan harapan untuk menumbuhkan rasa kepercayaan diri dan dapat menjadi individu yang lebih baik (Nafi dkk., 2020).

Setelah memasuki dewasa awal, subjek pertama mengalami perasaan minder atau kesulitan beradaptasi dengan lingkungan. Subjek pertama merasa malu untuk memperlihatkan keadaan fisik kehilangan satu kaki di media sosial. Subjek pertama berusaha untuk menutupinya

hingga orang lain tidak mengetahui bahwa individu merupakan seorang penyandang tuna daksa kehilangan satu kaki. Selain itu, subjek pertama juga merasa berkecil hati untuk melanjutkan pendidikan di perkuliahan karena kondisi fisiknya sebagai seorang tuna daksa dan harus melewati adaptasi kembali dilingkungan baru. Kondisi fisik yang menjadi tidak sempurna karena sebuah kecelakaan dapat membuat seseorang tidak bisa menerima keadaannya, minder, dan merasa orang lain bersikap tidak adil pada diri penyandang tuna daksa (Tentama, 2014).

Namun, seiring berjalannya waktu subjek pertama mulai memberanikan diri untuk keluar dari kondisi konflik dalam dirinya dan berusaha untuk menerima dan tidak menutupi keadaan fisik sebagai penyandang tuna daksa. Subjek pertama mulai belajar untuk menerima bahwa kecelakaan yang terjadi dan keadaan dirinya sebagai seorang penyandang tuna daksa kehilangan satu kaki adalah sebuah takdir dari Tuhan YME. Walaupun ada beberapa momen dari subjek pertama yang menganggap bahwa dengan keadaan subjek pertama sebagai penyandang tuna daksa membuat semua impian dan cita-cita tidak berjalan dengan baik. Selain itu, lingkungan kampus sangat positif menyambut subjek pertama dan tidak ada diskriminasi yang dirasakan sehingga subjek pertama mulai percaya diri untuk tetap bisa melanjutkan pendidikan. Adanya dukungan dari teman, keluarga, dan orang lain menyebabkan penyandang tuna daksa memiliki kondisi emosi yang baik dan merasa tidak frustrasi dengan keadaannya (Pratiwi & Hartosuono, 2014). Selain itu, kepercayaan diri terbangun di dalam diri subjek pertama karena orangtuanya. Kondisi perekonomian keluarga dengan profesi orang tua sebagai buruh dan pemulung membuat subjek pertama lebih optimis untuk melanjutkan hidup dan menggapai masa depan karena keinginan subjek pertama untuk tidak ditindas oleh orang lain.

Pasca kecelakaan, subjek kedua mempunyai pemikiran dan berusaha menerima kejadian kecelakaan yang mengakibatkan kehilangan satu kaki sebagai takdir Tuhan YME dan berjuang untuk melanjutkan hidup. Memberikan makna positif untuk sebuah kejadian tragis akan membantu seseorang melewati kejadian traumatik dan mempertahankan makna hidupnya (Psarra & Kleftaras, 2013). Subjek kedua mempunyai inisiatif untuk mendirikan sebuah usaha dari hasil pesangon yang diberi perusahaan. Jatuh bangun dilalui oleh subjek kedua untuk mendirikan sebuah usaha, tetapi subjek kedua berusaha untuk selalu optimis dan terus berjuang untuk bisa mendirikan sebuah usaha yang dapat mencukupi segala kebutuhan individu sebagai seorang penyandang tuna daksa kehilangan satu kaki. Adanya semangat dan kegigihan yang dimiliki subjek kedua, akhirnya subjek kedua dapat mendirikan beberapa usaha, seperti kedai kopi, warnet, dan usaha fotografer. Menurut Santrock (2013) berpendapat bahwa beberapa orang akan memperoleh identitas diri dari bekerja.

Dari beberapa usaha tersebut, subjek kedua sangat bersyukur bisa hidup, bisa mencukupi kebutuhan pribadi, dan tidak merepotkan orang tua serta orang lain karena keadaan fisik sebagai seorang tuna daksa kehilangan satu kaki. Selain itu, dengan adanya usaha yang dirintis, subjek kedua bisa membantu perekonomian orang tua.

Dalam membangun kepercayaan diri pasca kecelakaan, subjek ketiga memiliki proses yang tidak mudah karena kondisi subjek sebagai seorang tuna daksa kehilangan dua kaki. Hambatan aktivitas dan mobilitas yang tidak memadai yang terkadang membuat subjek ketiga merasa pesimis untuk mengembangkan diri. Aktivitas yang dilakukan hanya berada dilingkungan rumah atau lebih memilih untuk berada di zona nyaman, karena dengan keberadaannya tersebut subjek merasa lebih percaya diri dan lebih mudah untuk diterima keberadaannya di dalam lingkungan. Penyandang tuna daksa cenderung melihat dirinya sebagai

suatu kegagalan, memiliki pikiran negatif tentang diri, dan merasa bergantung dengan orangtua serta orang lain, dan memiliki kesulitan bersosialisasi (Irwanto, 2015). Dengan keadaan fisik sebagai sebagai seorang penyandang tuna daksa kehilangan dua kaki, membuat keseharian dari subjek ketiga membutuhkan bantuan berupa kursi roda. Adaptasi baru yang harus dilalui oleh subjek ketiga untuk bisa berkembang dan bisa hidup dengan baik serta tidak merepotkan orang lain. Belajar untuk bertanggungjawab terhadap diri sendiri dan bisa mandiri dilakukan subjek ketiga untuk menjadi manusia yang lebih berguna.

Walaupun dengan keadaan fisik subjek ketiga sebagai seorang tuna daksa dengan kehilangan dua kaki yang seringkali merasa khawatir dan takut terhadap masa depan, kesehatan, perekonomian, hidup sendiri, dan kepergian orang-orang terdekat, subjek ketiga berusaha untuk tetap berkembang dan melakukan perencanaan masa depan sesuai dengan kemampuan yang dimiliki. Rasa pesimis dan meragukan kemampuan dalam diri seringkali dirasakan oleh subjek ketiga. Namun, subjek ketiga percaya terhadap takdir dan rencana Tuhan untuk kedepannya.

Dengan adanya keterbatasan yang dimiliki, subjek ketiga juga berusaha untuk menjadi manusia yang lebih baik. Subjek ketiga mulai belajar untuk berhubungan dengan orang di sekitar rumah. Belajar untuk berkomunikasi dan ikut berkontribusi dalam kegiatan yang diselenggarakan di lingkungan, seperti kegiatan 17 Agustus 1945. Adanya hubungan positif seorang individu dengan individu lain di sekitar membuat individu merasa bahagia (Alkarimah, 2018).

Namun, subjek ketiga masih memiliki ketakutan untuk keluar zona nyaman karena khawatir dengan stigma orang lain terhadap difabel dan kesulitan mobilitas. Subjek ketiga mempunyai harapan bahwa suatu saat dirinya bisa keluar zona nyaman dengan membawa prestasi atas kemampuan yang dimiliki. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Hikmawati & Rusmiyati (2011) dikatakan bahwa penyandang disabilitas membutuhkan pengakuan, dihargai, dan diterima oleh orang lain.

Dengan proses membangun kepercayaan diri yang dilalui ketiga subjek, membuat ketiga subjek mempunyai harapan-harapan terhadap masa depan, seperti harapan terhadap kebutuhan sehari-hari dan harapan terhadap kebahagiaan orang tua. Subjek pertama dan subjek kedua juga mempunyai harapan terhadap pernikahan mengingat usianya sudah mencapai tahap dewasa awal. Setiap orang memiliki harapan untuk mengentaskan diri dari kesepian, salah satu caranya adalah menikah (Alfaruqy, 2019). Subjek kedua juga mempunyai harapan terhadap pengembangan usaha yang dirintisnya pasca mengalami kecelakaan. Selain itu, dalam membangun kepercayaan diri, subjek ketiga mulai berusaha untuk memiliki penghasilan dengan cara merintis bisnis online. Dengan pengalaman subjek ketiga dibidang teknologi dimanfaatkan subjek ketiga untuk menghasilkan uang dan bisa mencukupi kebutuhan diri sendiri serta membantu perekonomian keluarga. Subjek ketiga berusaha untuk tidak menjadi beban keluarga dan bisa menjadi versi terbaik dari dirinya.

KESIMPULAN

Tuna daksa merupakan gangguan pada otot, tulang, dan persendian yang dapat mengakibatkan terganggunya segala aktivitas sehari-hari. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa ketiga subjek mengalami keterbatasan dalam aktivitas dan mengalami perbedaan dengan individu lain yang memiliki keadaan fisik normal. Sebelum mengalami kecelakaan ketiga subjek dapat melakukan aktivitas seperti orang pada umumnya, namun pasca

mengalami kecelakaan individu tidak bisa melakukan aktivitas seperti sebelumnya. Kecelakaan yang dialami oleh ketiga subjek membuat salah satu/dua anggota tubuh tidak dapat berfungsi dan harus diamputasi, yaitu bagian kaki. Pasca kecelakaan, ketiga subjek merasa terbantu dengan bantuan dari keluarga dan lingkungan. Dukungan sosial dan motivasi menjadi peran penting untuk ketiga subjek dalam membangun kepercayaan diri ditengah keterbatasannya sebagai seorang penyandang tuna daksa akibat kecelakaan. Hal ini membuat ketiga subjek menerima dan bersyukur terhadap ketunadaksaan yang dimiliki. Dalam proses membangun kepercayaan diri, ketiga subjek mulai berusaha untuk bertanggungjawab terhadap kehidupannya dan menciptakan kualitas hidup yang lebih baik. Saran dari penelitian ini adalah perlu diadakannya penelitian lanjutan oleh peneliti lain untuk melengkapi dan memperkaya referensi mengenai dinamika kepercayaan diri tuna daksa dewasa awal akibat kecelakaan serta menyarankan peneliti selanjutnya untuk mempersiapkan diri secara lebih baik sebelum melakukan pengambilan data di lapangan agar mendapatkan hasil yang maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Adelina, F., Akhmad, S. K., & Hadi, C. (2018). Bagaimana agar penyandang tuna daksa mampu menjadi pribadi yang bahagia. *Jurnal Sains Psikologi*, 7(2), 119-125. <http://dx.doi.org/10.17977/um023v7i22018p119>
- Afiatin, T. A. (2018). *Psikologi perkawinan dan keluarga: Penguatan keluarga di era digital berbasis kearifan lokal*. Kanisius.
- Alfaruqy, M. Z. (2019). Bismillah, saya menikah: Studi kasus pembentukan keluarga pada pasangan mahasiswa. *Al-qalb: Jurnal Psikologi Islam*, 10(2), 103-112. <https://doi.org/10.15548/alqalb.v10i2.954>
- Billington, D. R., Landon, J., Krageloh, C. U., Shepherd, D. (2010). The New Zealand World Health Organization Quality of Life (WHOQOL) Group. *Journal of the New Zealand Medical Association*, 123(1315), 65-70.
- BPS. (2012). *Jumlah kecelakaan di Indonesia empat tahun terakhir*. BPS.
- Damayanti, S. & Rostiana. (2003). Dinamika emosi penyandang tuna daksa pasca kecelakaan. *Jurnal Ilmiah Psikologi Arkhe*, 1(1), 15 - 28.
- Hakim, T. (2004). *Mengatasi rasa tidak percaya diri*. Puspa Swara.
- Herisman, F. & Handayani, P. (2019). Gambaran penyesuaian diri penyandang tuna daksa di tempat kerja: Studi pada peserta pelatihan di BBRVBD Cibinong. *Jurnal Perkotaan*, 11(1), 58-73
- Hurlock, E. B. (2006). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (5th ed.). Erlangga.
- Machdan, D. M., & Hartini, N. (2012). Hubungan antara penerimaan diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada tuna daksa di UPT Rahabilitasi Sosial Cacat Tubuh Pasuruan. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 1(2), 79-85.
- Nafi, A. I, Agustin, R W., & Agustina, L. S. S. (2020). Proses pencapaian kebermaknaan hidup penyandang tuna daksa karena kecelakaan. *Jurnal Psikologi Unsyiah*, 3(1), 100-126. <https://doi.org/10.24815/s-jpu.v3i1.15737>
- Nandang, M., Silalahi, R. A. C., Nurwati, N. (2018). Dukungan instrumental keluarga bagi anak dengan disabilitas tuna daksa. *Prosiding Penelitian & Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 294-302. <https://doi.org/10.24198/jppm.v5i3.19786>
- Pierce, L. (2012, December 10). *Anger, depression, and disability: Adapting to a new reality*. GoodTherapy. <https://www.goodtherapy.org/blog/anger-depression-disability-adaptation1210125>

- Pratiwi, I., & Hartosujono (2014). Resiliensi pada penyandang tuna daksa non bawaan. *Jurnal Spirits*, 5(1), 48-54. <https://doi.org/10.30738/spirits.v5i1.1057>
- Santrock, J.W. (2013). *Life span development*. McGraw Hill.
- Sayyidah, A., N. (2014). Dinamika penyesuaian diri penyandang disabilitas di tempat magang kerja: Studi deskriptif di Balai Rehabilitasi Terpadu Penyandang Disabilitas (BRTPD) Yogyakarta. *Inklusi*, 2(1), 63-86. <https://doi.org/10.14421/ijds.020104>
- Senra, H., Oliveira, R.A., Leaf, I. & Vieira, C. (2011). Beyond the body image: a qualitative study on how adults experience lower limb amputation. *Clinical Rehabilitation*. 26(2)180–191. <https://doi.org/10.1177/0269215511410731>
- Smith, J. A. (2009). *Psikologi kualitatif*. Pustaka Pelajar.
- Tentama, F. (2014). Hubungan positive thinking dengan self acceptance pada difabel (bawaan lahir) di SLB Negeri 3 Yogyakarta. *Jurnal Psikologi Positif Integratif*, 2(2), 1-7. <https://doi.org/10.14421/jpsi.2014.%25x>