

**MENUJU KETENANGAN HATI
PADA TUNA NETRA**

SKRIPSI

Untuk memenuhi sebagian persyaratan
dalam mencapai derajat Sarjana S-1



Diajukan Oleh :

Fikri Abdillah
F 100 050 121

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2009**

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia diciptakan Allah SWT secara lengkap dengan nafs, ruh dan akal, pikiran, indra dan intuisi serta sifat-sifat positif dan negatif, yang kesemuanya itu dapat berkembang, tumbuh, dapat dipengaruhi dan diubah, kualitasnya dapat menaik dan menurun, yang membuatnya menjadi unik, berbeda dari yang lain Manusia dibedakan dari binatang bukan sekedar karena manusia bisa berpikir (*thinking animal*), tapi lebih dari itu manusia memiliki keistimewaan-keistimewaan yang tidak dimiliki makhluk lain, paling sempurna dan mendapatkan hak dari Tuhan untuk menguasai, mengelola, dan mendapatkan semua kebutuhannya dari alam sekaligus berkewajiban utama untuk beribadah hanya kepadaNya.

Manusia juga dikaruniai akan potensi-potensi yang sangat luar biasa terkandung didalam akal, jasmani, dan hati. Dimana setiap bagian dari potensi tersebut membentuk sikap diri, esensi serta eksistensi dari manusia itu sendiri. Selain itu pula Allah memberikan keberkahan yang lebih kepada diri kita dengan memberikan panca indera sebagai bekal menghadapi hidup, yang ada didalam diri kita masing-masing. Salah satu dari potensi diatas adalah panca indera kita yang

didesain secara sempurna oleh Allah SWT. Penglihatan, pendengaran, pembau, peraba, pengecap. Semua fungsinya sudah diatur oleh Allah SWT sebagai satu ketentuan yang pasti memberikan jaminan kehidupan yang berarti bagi manusia, ketika salah satunya hilang fungsinya yang terjadi adalah ketidak seimbangan secara fisik dan psikis pada diri manusia.

Bila seorang individu tiba-tiba menjadi tunanetra, dia akan melewati suatu masa perubahan secara radikal. Karena kehilangan penglihatan mempengaruhi individu pada berbagai level sekaligus, yang menuntut individu itu untuk mengubah caranya berpersepsi, berperilaku, berpikir, dan merasakan berbagai hal, maka penyesuaian dirinya dapat merupakan proses yang panjang, dan mungkin harus dilakukan melalui beberapa macam cara, tergantung pada temperamen individu itu, pengalamannya terdahulu, dan caranya mengatasi krisis (Dodds, 1991a). Keadaan emosi seperti kecemasan dan depresi umum dialami oleh orang yang baru kehilangan penglihatan (Dodds, 1993).

Kecemasan dan depresi tidak selalu hadir bersamaan, tetapi pada orang yang baru kehilangan penglihatannya biasanya demikian (Dodds, 1993). Kehilangan penglihatan berarti bahwa cara-cara yang biasa dilakukan untuk mengatasi berbagai hal tidak akan dapat dilakukannya lagi, sehingga orang tidak dapat memenuhi tuntutan kehidupan dengan merespon secara otomatis; berbagai hal kecil harus ditimbang ulang. Tugas-tugas yang sederhana pun kini mungkin tampak sangat sulit

dan berbahaya baginya, terutama jika orang itu memiliki pandangan yang negatif tentang ketunanetraan: ketergantungan seumur hidup dan tidak berdaya. Di samping itu, jika dia berkeyakinan bahwa situasinya tidak akan membaik secara signifikan dalam waktu dekat, keputusasaan dan depresi akan dialaminya. Dodds (1993) yakin bahwa depresi yang terjadi setelah kehilangan penglihatan yang mendadak merupakan kasus depresi keputusasaan, bukannya kasus kesedihan akibat kehilangan penglihatan. Karena kehilangan penglihatan yang mendadak mengakibatkan individu kehilangan berbagai kompetensi yang telah dimilikinya sejak masa kanak-kanaknya, kehilangan kompetensi tersebut akan disertai oleh kehilangan rasa kontrol dan efficacy. Memandang diri sendiri sebagai inkompeten (yang pada saat ini merupakan persepsi yang benar), ditambah dengan perasaan cemas dan depresi, akan mengakibatkan kehilangan rasa harga diri, karena dia tahu bahwa untuk memiliki kehidupan yang berkualitas orang harus dapat berbuat sesuatu untuk memperoleh apa yang diinginkannya. Bila keadaan tersebut diperparah oleh sikap negatif masyarakat terhadap ketunanetraan, maka individu itu akan menjadi putus asa.

Dengan kekurangan-kekurangan yang ada ini akan mejadikan individu merasa malu dan minder yang akhirnya akan menjadikannya rendah diri (inferioritas) dihadapan para teman-temannya. Adler (dalam Suryabrata: 2002) mengatakan bahwa rasa rendah diri (inferioritas) ini muncul dan disebabkan karena adanya suatu perasaan kurang berharga yang timbul karena ketidak mampuan psikologis maupun sosial yang dirasakan secara subyektif. Dan dengan kekurangan-kekurangan yang ada pada diri individu tersebut akan menjadikannya tersingkir dari kehidupan

disekitarnya. Menurut Mappiare (1982) suatu bentuk ketiadaan yang dimiliki oleh seseorang dapat menyebabkan seseorang tersebut diabaikan dan kurang diterima oleh kelompoknya, semakin banyak kekurangannya akan semakin besar pula kemungkinannya untuk ditolak oleh teman-temannya. Dodds (1993) mengungkapkan orang yang tunanetra sering sekali digambarkan sebagai tak berdaya, tidak mandiri dan menyedihkan, sehingga terbentuk persepsi purbasangka (prejudice) di kalangan masyarakat awas bahwa orang tunanetra itu patut dikasihani, selalu butuh perlindungan dan bantuan.

Perlu diwaspadai bahwa penolakan-penolakan ini mempunyai arti yang penting bagi seorang remaja, karena secara tidak langsung penolakan itu akan mempengaruhi pikiran, sikap, perasaan, perbuatan-perbuatan dan penyesuaian dirinya, bahkan pengaruh tersebut akan terbawa dan berbekas sampai masa dewasanya. Apabila ini tidak segera diatasi, maka individu akan mudah mengalami depresi yang pada akhirnya semua harapannya akan pupus ditengah jalan (dalam Mappiare: 1982)

Sumampouw dan Setiasih (2003) mengatakan bahwa individu berkelainan seperti tunanetra, sebenarnya memiliki kemampuan intelektual yang tergolong cerdas, namun *need endurance* mereka rendah bahkan *need achievement* mereka tergolong sangat rendah. Hal ini menunjukkan bahwa para penyandang cacat ini sebenarnya memiliki potensi yang memadai, namun karena adanya hambatan dari lingkungan yang tidak mendukungnya menjadikan mereka tersingkir dan tidak bisa menyamai prestasi siswa-siswa lain yang normal. Sayangnya tidak sedikit pula orang yang gagal

dalam melakukan kompensasi tersebut, sehingga mereka menjalani hidupnya dengan perasaan tertekan dan penuh dengan penderitaan (Doods,1993)

Berkaitan dengan kurang sempurna ini Adler seorang ahli optamologis dan psikiatri dari Wina (dalam Boeree: 2004) menyatakan bahwa setiap manusia memang pada dasarnya memiliki kelemahan dan kelebihan baik secara organik maupun psikologis. Namun tidak jarang orang dalam menghadapi kekurangan-kekurangan semacam ini cenderung melakukan kompensasi. Mereka berusaha untuk menutupi kelemahan-kelemahannya dengan berbagai cara

Seperti halnya yang terjadi pada ft, perempuan (29thn), dari hasil wawancara awal yang penulis lakukan, dahulu kala ketika usianya memasuki remaja tepatnya 14 tahun dia kehilangan indera penglihatannya padahal dikala usia remaja tersebut antusiasme dirinya, rasa kesenangannya terhadap lawan jenis mulai muncul, melihat kebesaran Allah terasa lebih indah dikala semuanya itu terjadi pada individu normal seusianya dia harus terlebih dahulu kehilangan penglihatannya, dia kehilangan penglihatan disebabkan oleh kesalahan dosis obat yang disuntik kepada dia sehingga menyebabkan kebutaan *low vision*. Ketika itu ft merasa hidupnya sudah berakhir, semuanya tampak suram baginya perawat yang menyuntiknya dia jadikan tumpuan kesalahan atas apa yang terjadi dalam hidupnya. Dia merasa cemas hatinya tidak tenang khawatir dengan bagaimana dia memandang hidupnya. Kemudian didalam perjalanan waktu ft pun harus melanjutkan hidupnya dengan keterpaksaan kehilangan penglihatan di usia remaja sampai akhirnya dia menemukan hidupnya kembali dan

sekarang menjadi salah satu asisten dosen di pasca sarjana UNS, setelah mendapatkan gelar S1nya.

Dalam kasus tersebut tentunya menimbulkan satu pertanyaan yang sangat mendasar tentang bagaimana fitri menemukan kehidupannya kembali, tentunya tidak mudah membutuhkan proses yang diperlukan untuk membuat hatinya tenang dalam menerima segala kondisi dan keadaan yang menimpa terhadap dirinya. Menilik dari kasus tersebut dapat diambil beberapa hal yang berhubungan dari ayat-ayat Alquran tentang salah satu proses menuju ketenangan hati yaitu :

"Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar. (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan; "Innaa lillahi wa innaa ilaihi raaji'uun" (sesungguhnya kami milik Allah dan sesungguhnya kami kepada-Nya akan kembali). (Qs. 2:155-156)

Itulah orang-orang mukmin sejati. Diri dan kehidupannya tidak akan dikuasai atau dikendalikan oleh emosi, stres dan depresi. Ketika didalam proses menuju ketenangan hatinya dilandaskan untuk mengingat Allah.

"Ingatlah bahwa dengan dzikir kepada Allah hati-hati menjadi tenang." (Qs. Ar-Ra'du 28).

Orang yang beriman selalu melibatkan Allah swt. dalam menghadapi segala permasalahan. Jadi antara dirinya dengan permasalahan, sebesar apa pun, ada Allah yang Maha Besar dan mampu menyelesaikan segala persoalan. Karenanya orang yang beriman selalu berpikir positif, berbicara positif dan bertindak positif. keimanan yang hakiki akan melahirkan ketenteraman maka sebaliknya, kegelisahan, keresahan, depresi, stres, atau frustrasi mengindikasikan adanya cacat atau *error* dalam keimanan.

Cacat-cacat inilah yang menyebabkan hati tidak mampu merespon rangsangan-rangsangan secara positif. Oleh karena itu, setelah menegaskan bahwa manusia memiliki sifat dasar berkeluh-kesah, Allah swt. memaparkan sikap dan perilaku yang mampu menekan labilitas jiwa agar menjadi stabil dan mampu bersikap proporsional.

Berdasarkan uraian-uraian ini, Penulis ingin mengajukan suatu permasalahan. Yaitu, Bagaimana proses menuju ketenangan hati pada tuna netra ? Berdasarkan permasalahan tersebut, Penulis tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut dengan judul “MENUJU KETENANGAN HATI PADA TUNANETRA”

B. Rumusan Masalah

Dari pemaparan diatas dapat diambil rumusan masalah sebagai berikut :Bagaimana proses menuju ketenangan hati pada tuna netra ?

C. Keaslian Penelitian

Penelitian yang meneliti tentang menuju ketenangan hati pada tunanetra ini merupakan penelitian asli dan bukan replikasi. ini merupakan penelitian yang baru, karena belum pernah ada penelitian tentang hal ini sebelumnya, baik yang berupa skripsi maupun jurnal penelitian.

Adapun penelitian yang berkaitan dengan tunanetra pernah dilakukan dengan judul Persepsi tentang Dampak Ketunanetraan terhadap Kehidupan Remaja oleh (

Rosebloom,2000). Namun satu hal yang pasti penelitian dengan judul menuju ketenangan hati pada tuna netra belum ditemui oleh penulis

D. Tujuan penelitian

- a. mengetahui proses menuju ketenangan hati tuna netra.

E. Manfaat Penelitian

Maka dari hasil penelitian ini diharapkan dapat lebih dimanfaatkan sebagai berikut:

- a. Secara teoritis

Dapat memperluas cakrawala dalam mengembangkan ilmu pengetahuan pada umumnya dan psikologi pada khususnya, serta memberikan sumbangan ilmu pada psikologi perkembangan dan psikologi pendidikan melalui hasil penelitian ini untuk lebih maju dan berkembang.

- b. Secara praktis.

1. Bagi penyandang Tuna netra yang lain agar menjadi pribadi yang lebih tenang, bahwa kurang sempurna fisik bukanlah akhir dari segala-galanya. Namun kurang sempurna tersebut dapat dioptimalkan dengan berbagai macam cara, seperti mengoptimalkan potensi-potensi yang ada pada dirinya.
2. Bagi Ilmuwan Psikologi Diharapkan hasil penelitian ini bisa menjadi sumbangan bagi ilmu pengetahuan pada umumnya dan psikologi klinis pada khususnya.
3. Bagi peneliti lain yang tertarik ingin melakukan penelitian dengan tema yang sama, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan tambahan untuk mengadakan

penelitian lebih lanjut.

4. Penelitian ini diharapkan juga dapat memberikan masukan bagi psikologi transpersonal berupa hasil penelitian, yang nantinya diharapkan dapat dijadikan masukan bagi peneliti-peneliti lain yang memiliki hubungan yang sama.