

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Kesempurnaan fisik merupakan salah satu penunjang dalam beraktivitas sehari-hari, dengan kondisi fisik yang baik maka seseorang akan mampu dalam menjalankan aktivitas dan kehidupannya secara optimal pula. Kondisi fisik yang sempurna berarti bahwa seseorang tersebut memiliki anggota tubuh yang lengkap dan tidak terdapat permasalahan pada fisiknya. Namun tidak semua manusia memiliki kondisi fisik yang sempurna, terdapat individu yang memiliki keterbatasan pada fisiknya atau yang disebut dengan penyandang disabilitas. Keadaan tersebut dapat disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya karena kelainan neuro-muskular dan struktur tulang yang bersifat bawaan, penyakit kronis, kecelakaan, perang, bencana dan sebagainya. Adanya ketidaksempurnaan atau kerbatasan fisik dapat menimbulkan masalah mobilitas, atau seseorang tersebut akan mengalami hambatan dalam menjalankan kegiatan sehari-hari. Hal itu tentu saja dapat mempengaruhi tingkat pencapaian tujuan dalam hidup seseorang, terutama dalam hal pekerjaan.

Pada tahun 2016 lalu, Badan Pusat Statistik (BPS) menerbitkan survey ketenagakerjaan nasional (SAKERNAS), guna analisis yang lebih mendalam tentang kondisi penyandang disabilitas di pasar tenaga kerja di Indonesia. Kepala tim riset LPEM FEB UI, Alin Halimatussadiah menjelaskan jumlah penyandang disabilitas di Indonesia sebesar 12,15. Yang termasuk kategori sedang sebanyak

10,29% dan kategori berat sebanyak 1,87% (Susilawati, 2016). Permasalahan fisik yang dimiliki juga dapat berpengaruh pada keadaan psikologis para penyandang disabilitas. Greenspan mengatakan bahwa para penyandang disabilitas akan sangat peduli pada *body image*, penerimaan dari teman-temannya, kebebasan dari lingkungan, penerimaan diri sendiri, serta pencapaian prestasi. Para penyandang disabilitas akan mudah tersinggung ataupun marah kepada lingkungan dan kepada dirinya sendiri karena keadaannya, mudah mengalami depresi, melakukan tindakan kekerasan dan bertindak sewenang-wenang akibat perasaan yang dimiliki tersebut (Hallahan & Kauffman, 2006).

Seseorang yang terlahir dengan keterbatasan fisik disebut dengan penyandang disabilitas bawaan, sedangkan seseorang dengan keterbatasan fisik yang terjadi secara tiba-tiba akibat suatu penyakit atau kecelakaan disebut dengan penyandang disabilitas bukan bawaan. Penyandang disabilitas tentunya akan mengalami kesulitan untuk menerima keadaan fisiknya, terlebih lagi apabila sebelumnya seseorang tersebut memiliki fisik yang normal atau tidak ada permasalahan apapun pada fisiknya. Seperti halnya yang terjadi pada seorang penyandang disabilitas akibat kecelakaan, penyebab kecelakaan dapat bermacam-macam seperti kecelakaan lalu lintas, kecelakaan kerja, kecelakaan olahraga, dan kecelakaan saat berkegiatan lainnya. Suatu kecelakaan yang terjadi dapat menimbulkan bermacam efek pada orang yang mengalaminya. Lembaga kesehatan dunia (WHO) merilis *The Global Report on Road Safety* yang menunjukkan angka kecelakaan lalu lintas yang terjadi sepanjang tahun di 180 negara, Indonesia menjadi negara ketiga di Asia di bawah Tiongkok dan India

dengan total 38.279 kematian akibat kecelakaan lalu lintas di tahun 2015. Meskipun Indonesia secara data menduduki peringkat ketiga namun dilihat dari presentase statistik dari jumlah populasi, Indonesia menduduki peringkat pertama dengan angka kematian 0,015 % dari jumlah populasi di bawah Tiongkok dengan presentase 0,018 % dan India 0,017%. Sedangkan angka yang tinggi juga merujuk pada terjadinya permasalahan kesehatan fisik paska terjadinya kecelakaan pada orang yang mengalaminya (Situmorang, 2016).

Disabilitas fisik juga bisa terjadi bukan karena kecelakaan lalu lintas saja, namun juga bentuk kecelakaan lainnya seperti kecelakaan kerja. Tingkat kecelakaan kerja di Indonesia juga tergolong tinggi, berdasarkan data Badan Penyelenggara Jaminan Sosial (BPJS) Ketenagakerjaan, hingga akhir tahun 2015 telah terjadi kecelakaan kerja sebanyak 105.182 kasus. Kecelakaan berat yang mengakibatkan kematian tercatat sebanyak 2.375 kasus dari total jumlah kecelakaan kerja, sisanya mengalami permasalahan dengan kesehatannya baik ringan maupun sedang. Dirjen Pembinaan Pengawasan Ketenagakerjaan dan Keselamatan dan Kesehatan Kerja (PPK dan K3) Kementerian Ketenagakerjaan (Kemnaker) Muji Handaya mengatakan, jumlah kecelakaan kerja dari tahun ke tahun mengalami tren peningkatan sebesar 5% (Handoyo, 2016). Berdasarkan data-data di atas menunjukkan bahwa di Indonesia kematian akibat kecelakaan, baik kecelakaan lalu lintas maupun kecelakaan kerja berada dalam kategori yang tinggi, sedangkan sisanya mengalami permasalahan kesehatan ringan ataupun berat. Bentuk kecelakaan lainnya juga dapat berakibat fatal bagi seseorang, seperti kecelakaan saat berolahraga maupun beraktivitas lainnya.

Selain menyebabkan kematian, sebuah kecelakaan juga dapat mengakibatkan permasalahan lainnya seperti masalah pada kerugian materi dan kesehatan. Kesehatan dalam hal ini adalah kesehatan fisik dan juga kesehatan psikologis, karena kecelakaan yang sedang dan berat dapat mengakibatkan suatu kecacatan sementara atau bahkan permanen pada fisik, dan tentu dapat mempengaruhi kesehatan psikologis bagi penyandang. Peristiwa kecelakaan yang dianggap sebagai kejadian berat dapat berdampak pada permasalahan psikologis seperti depresi, trauma, marah, terkejut, tidak mampu menerima keadaan, hingga bunuh diri sebagai dampak ekstrimnya (Senra dalam Puspasari & Alfian, 2011).

Menurut Somantri (2006), individu yang baru mengalami suatu kejadian yang menyebabkan dirinya mengalami keterbatasan fisik atau disabilitas, umumnya akan menganggap hal yang terjadi pada dirinya merupakan suatu kemunduran sehingga akan sulit menerima kondisi tersebut. Keterbatasan fisik atau kecacatan yang diakibatkan oleh kecelakaan merupakan suatu hal yang sulit diterima oleh individu yang mengalaminya, sehingga individu tersebut akan cenderung memperlihatkan gejala emosi dan tidak mampu menerima keadaan dirinya. Kondisi individu yang pada mulanya memiliki kondisi fisik yang sempurna namun secara tiba-tiba yang diakibatkan oleh suatu kecelakaan sehingga harus mengalami permasalahan atau bahkan kehilangan anggota tubuhnya, tentu akan mempengaruhi pandangan dirinya sendiri mengenai kemampuannya dalam mencapai tujuan hidupnya. Hal ini tentu mengganggu kualitas seseorang dalam menjalani kehidupannya.

Penyandang disabilitas melakukan usaha dalam memperbaiki nasibnya, dengan bergabung dalam pelatihan atau rehabilitasi. Salah satunya adalah Balai Besar Rehabilitasi Sosial Bina Daksa (BBRSBD) Prof. Dr. Soeharso yang merupakan suatu lembaga dalam naungan Kementerian Sosial yang bertugas untuk membimbing dan memberikan pelatihan bagi penyandang disabilitas agar dapat mencapai kemandirian secara fisik maupun psikologis, sejahtera sosial maupun ekonomi. Dalam lembaga tersebut juga ditemukan permasalahan-permasalahan psikologis yang terjadi pada para siswa. Berdasarkan data yang diperoleh melalui wawancara dengan beberapa praktikan Psikologi di BBRSBD pada tahun 2015 dan 2016, terdapat siswa-siswi penyandang disabilitas akibat kecelakaan yang belum mampu menerima kondisi fisiknya saat ini. Siswa-siswa tersebut merasa bahwa dirinya menjadi tidak berharga, bingung dengan yang akan dilakukan selanjutnya dengan kondisi fisik yang dimiliki, masih menyayangkan kondisinya saat ini, merasa minder atau tidak percaya diri ketika berada di lingkungan.

Permasalahan-permasalahan yang sama masih ditemukan pada siswa baru di Balai Besar Rehabilitasi Sosial Bina Daksa Prof. Dr. Soeharso Surakarta yang masuk pada bulan Februari 2017. Berdasarkan hasil yang diperoleh dari angket terbuka yang diisi pada bulan April 2017, oleh para siswa penyandang disabilitas fisik akibat kecelakaan mengenai permasalahan apa saja yang dialami, adalah bahwa kecelakaan yang terjadi masih sangat membekas pada diri para siswa yang menyebabkan munculnya penyesalan dengan kondisi dan nasib tersebut, merasa rendah diri, mengalami kecemasan saat berada di lingkungan, merasa tidak

mampu untuk menggapai cita-cita dan tujuan yang diinginkan, masih mengalami kesedihan saat teringat dirinya harus kehilangan anggota tubuhnya, dan khawatir dengan masa depannya. Melalui wawancara kepada kepala pengawas asrama putra, ia juga menambahkan bahwa selain masalah yang telah disebutkan di atas, siswa penyandang disabilitas akibat kecelakaan juga sangat mudah tersinggung jika membahas mengenai fisiknya. Rasa tersinggung tersebut diwujudkan dalam perilaku menghindari aktivitas wajib di balai, menarik diri dari lingkup pertemanan, bahkan marah yang dilakukan secara verbal. Bahkan pada tahun-tahun sebelumnya terdapat kasus percobaan bunuh diri yang dilakukan siswa.

Setelah memperoleh data awal permasalahan yang dimiliki para penyandang disabilitas akibat kecelakaan, peneliti melakukan wawancara kelompok secara terpisah dengan 6 siswa dan 8 siswi penyandang disabilitas akibat kecelakaan. Wawancara kelompok ini dilakukan untuk mengetahui lebih mendalam permasalahan apa yang dominan dirasakan para siswa. Diperoleh hasil bahwa ketika berada di lingkungan sosial ada perasaan malu dan tidak percaya diri, merasa bahwa dirinya akan diremehkan orang lain karena kondisi fisik yang dimiliki, mudah marah dan tersinggung, menyesali nasibnya saat ini, bingung dengan masa depannya, serta adanya perasaan putus asa dalam menjalani kehidupan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa permasalahan yang dimiliki para siswa penyandang disabilitas akibat kecelakaan adalah kurang mampu dalam menerima kondisi dirinya.

Permasalahan psikologis yang dimiliki jika dibiarkan berkepanjangan dan tidak segera diselesaikan, maka dapat mengganggu proses dalam menjalani

kehidupan selanjutnya sehingga mempengaruhi kualitas hidup seseorang. Proses dalam menerima diri juga bukan hal yang mudah dan cepat dilakukan, namun memerlukan waktu dan juga kemampuan. Karena dengan perubahan kondisi fisik maka akan membuat perubahan pula pada kehidupannya secara menyeluruh. Hal tersebut menyebabkan seseorang akan mengalami ketegangan emosi (takut, khawatir, penyesalan, trauma), bingung, panik, malu, putus asa, dan lain sebagainya.

Sekalipun penyandang disabilitas tersebut mengikuti pelatihan keterampilan yang diberikan di suatu lembaga untuk memperoleh bekal dalam memulai suatu bidang usaha ataupun untuk bekerja di suatu perusahaan, namun masih terdapat perasaan dan pikiran negatif mengenai kondisi fisiknya, muncul pemikiran bahwa dirinya tidak akan mampu untuk menghadapi tantangan di masa depan, terutama jika harus bersaing usaha dengan orang lain yang memiliki kondisi fisik yang sempurna atau berbeda dengan dirinya. Muncul pemikiran bahwa keadaannya saat ini sudah tidak dapat dirubah lagi, menyesali yang telah terjadi. Para penyandang disabilitas tersebut masih berfokus pada keterbatasan fisiknya saat ini, menyesali keadaan, merasa khawatir mengenai masa depannya karena tidak yakin dengan kemampuan yang dimiliki, dan bingung dalam menghadapi permasalahan yang ada dan yang akan datang. Reaksi-reaksi tersebut menunjukkan bahwa seseorang belum mampu berdamai atau menerima diri berdasarkan realita yang ada. Chaplin (2006) menguraikan bahwa penerimaan diri adalah sikap yang pada dasarnya merasa puas dengan diri sendiri, potensi yang dimiliki serta pengakuan akan keterbatasannya. Perlu waktu bagi diri sendiri untuk berproses sampai pada akhirnya mampu menerima dirinya.

Di samping banyaknya permasalahan yang dimiliki, tidak sedikit pula penyandang disabilitas akibat kecelakaan yang dapat menunjukkan kelebihan yang dimilikinya dan mampu meraih prestasi. Oleh karena itu penyandang disabilitas akibat kecelakaan seharusnya tidak perlu merasa dirinya menjadi tidak berguna dan harus mampu untuk menyesuaikan serta menerima kondisi dirinya saat ini. Hal tersebut dapat menjadi bekal dalam menjalani kehidupan selanjutnya dengan lebih baik. Praktikan menyimpulkan bahwa segala permasalahan psikologis yang dimiliki oleh penyandang disabilitas akibat kecelakaan bermula dari rendahnya kemampuan dalam menerima kondisi dirinya saat ini, sehingga praktikan tertarik untuk melakukan suatu intervensi yang dapat meningkatkan kemampuan seseorang dalam menerima dirinya.

Berdasarkan penelitian-penelitian sebelumnya, banyak hal yang dapat dilakukan sebagai metode penanganan bagi individu yang memiliki penerimaan diri rendah diantaranya adalah dengan konseling realita berbasis Al-Hikmah (Yusrain, 2016), pelatihan manajemen perilaku kognitif (Nugraha, 2012), NLP dengan subjek remaja penyandang cacat tubuh (Wrastari & Handadari, 2003), konseling realita (Akbar, 2013), teknik permainan (Fitri, Kartadinata, & Rusmana, 2015), terapi pemaafan (Rahmadani, 2011), terapi pemaafan la-tahzan (Khoiryasdien & Soeparno, 2015), konseling naratif (Nuryono, 2012), serta REBT (Sidiq, 2016).

Pemilihan intervensi dalam menangani permasalahan penerimaan diri yang rendah ini berdasarkan pada pentingnya para penyandang disabilitas dalam mengelola cara berpikir, emosi, serta perilaku secara positif. Kekurangan fisik



yang dimiliki cenderung menyebabkan para penyandang disabilitas rentan dalam mengalami permasalahan psikologis yang disebabkan karena kesalahan berpikir yang dimiliki mengenai dirinya sendiri atau mengenai lingkungannya. Seperti berfokus pada hal negatif dan peristiwa tidak menyenangkan yang telah terjadi, sehingga tidak menyadari kemampuan yang sebenarnya dimiliki. Pemikiran yang negatif tersebut juga menyebabkan emosi yang cenderung negatif pula, seperti mudah tersinggung, marah, kecewa, menyesal, sedih, hingga depresi. Pada kegiatan sehari-harinya para penyandang disabilitas juga menunjukkan perilaku yang negatif pula, seperti bersikap tidak kooperatif dengan pihak pengajar di BBRSD, tidak percaya diri saat berada di lingkungan, dan merasa pesimis dengan masa depannya. Berdasarkan hal tersebut maka diperlukan suatu intervensi yang dapat membangun cara berpikir, mengelola emosi, dan berperilaku yang lebih positif. Hal ini sesuai dengan tujuan dalam pendekatan psikologi positif dengan intervensi psikoterapi positif yaitu melatih emosi positif, perilaku dan atau secara kognitif (Duckworth, Steen, & Seligman dalam Seyedi dkk., 2016).

Intervensi yang akan digunakan dalam penelitian ini dilakukan secara kelompok, adanya kebersamaan dalam kelompok maka masing-masing peserta dapat belajar secara langsung dari peserta lainnya. Selain itu juga dapat belajar menumbuhkan rasa percaya sehingga terbentuk keterbukaan dan muncul persepsi yang positif pada antar anggota kelompok atau orang lain. Penanganan berbagai permasalahan psikologis dengan menggunakan intervensi psikoterapi positif ini juga telah banyak dilakukan oleh peneliti sebelumnya, antara lain sebagai berikut:

depresi pada wanita terinfeksi *multiple sclerosis* (Khayatan dkk., 2014), kesejahteraan psikologis pada ODHA (Hidayah, 2014), kesejahteraan psikologis pada penderita Diabetes Melitus tipe II (Surjana, Wahyuningsih, & Uyun, 2015), tingkat kebahagiaan pada lansia (Zulfiana, 2014), stress pada penderita kanker (Ochoa, 2017), hingga gejala kejiwaan pada penderita skizofrenia (Meyer dkk., 2012). Psikoterapi positif dalam penelitian-penelitian tersebut di atas terbukti efektif dalam menangani berbagai permasalahan psikologis, namun dalam penelitian ini permasalahan yang dimiliki para penyandang disabilitas adalah penerimaan diri yang rendah.

Penyebab utama penerimaan diri yang rendah adalah karena adanya peristiwa yang tidak menyenangkan yang menyebabkan suatu kecacatan pada seseorang, hal tersebut kemudian mengakibatkan seseorang memiliki pemikiran yang tidak tepat mengenai dirinya dan masa depan, yang juga mempengaruhi emosi dan perilakunya dalam keseharian. Berdasarkan hal tersebut maka intervensi ini dianggap dapat mengatasi hal tersebut, Sin & Lyubomirsky (Seyedi dkk., 2016) menjelaskan bahwa intervensi ini digunakan sebagai teknik untuk mempromosikan pengalaman positif, perilaku positif, dan cara berpikir positif. Seligman, Rashid, & Parks (2006) juga menyimpulkan bahwa tujuan dari psikoterapi positif adalah untuk membangun emosi positif, kekuatan karakter, dan kebermaknaan sehingga dapat mencegah timbulnya kembali suatu gangguan mental.

Intervensi ini akan melatih secara berkelompok dalam mengenali kelebihan diri, sehingga akan memunculkan pemikiran yang lebih positif

mengenai kondisi dirinya. Pemahaman mengenai keadaan diri dapat memegang peranan penting dalam mengatasi permasalahan yang sedang dihadapi ataupun masalah yang akan datang. Seseorang yang memahami kelebihan dan tidak berfokus hanya pada keterbatasan yang dimiliki, dapat membangun emosi positif, maka seseorang tersebut akan mampu dalam menerima dirinya dengan baik sehingga dapat menjalani kehidupan selanjutnya dengan lebih optimal dan bahagia meski dengan kekurangan yang dimiliki. Teknik-teknik dalam psikoterapi positif tersebut sesuai untuk mengatasi permasalahan penerimaan diri yang rendah pada penyandang disabilitas fisik akibat kecelakaan.

Seseorang dengan penerimaan diri yang rendah dapat menjalani kehidupan dengan tidak optimal, merasa rendah diri, tidak yakin dengan kemampuan yang dimiliki, mudah khawatir, hingga munculnya perasaan putus asa atau depresi. Sesuai dengan Carson & Langer (2006) yang menyatakan bahwa penerimaan diri adalah hal yang sangat *crucial* bagi kesehatan mental, ketiadaannya dapat memunculkan beragam kesulitan emosi seperti kesulitan dalam mengontrol marah hingga depresi. Ditambahkan oleh Scott (2007) tentang pentingnya penerimaan diri, bahwa kurangnya penerimaan diri dapat menyebabkan tingginya tingkat depresi pada individu. Tracy (Fitri, Kartadinata, & Rusmana, 2015) juga menyampaikan bahwa penerimaan diri sangat berpengaruh terhadap cara seseorang berkomunikasi dan berinteraksi dengan lingkungannya.

Penjelasan di atas menunjukkan bahwa penerimaan diri sangatlah penting, terutama bagi penyandang disabilitas fisik akibat kecelakaan. Individu tersebut harus mampu menerima dirinya terlebih dahulu agar mampu melanjutkan

kehidupannya dengan optimal dan lebih baik. Sehingga sangat diperlukan penanganan agar individu dapat menerima dirinya atau meningkatkan penerimaan dirinya, dalam penelitian ini psikoterapi positif akan digunakan untuk meningkatkan penerimaan diri pada penyandang disabilitas fisik akibat kecelakaan.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah psikoterapi positif efektif untuk meningkatkan penerimaan diri pada penyandang disabilitas fisik akibat kecelakaan?”

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas psikoterapi positif terhadap peningkatan penerimaan diri pada penyandang disabilitas fisik akibat kecelakaan.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Memberikan sumbangan ilmu pengetahuan pada bidang psikologi klinis mengenai gambaran penerimaan diri pada penyandang disabilitas fisik akibat kecelakaan, gambaran penerapan psikoterapi positif, gambaran modul dan materi intervensi psikoterapi positif, serta efektivitas psikoterapi positif untuk meningkatkan penerimaan diri pada penyandang disabilitas fisik akibat kecelakaan.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Psikolog

Memberikan gambaran menyeluruh mengenai pelaksanaan intervensi bagi psikolog dalam menangani disabilitas fisik akibat kecelakaan yang memiliki penerimaan diri yang rendah.

### b. Bagi Penyandang Disabilitas Akibat Kecelakaan

Memberikan penanganan agar penyandang disabilitas fisik akibat kecelakaan dapat meningkatkan penerimaan dirinya, sehingga dapat menjalani kehidupan dengan baik dengan memiliki tujuan hidup yang terarah.

## E. Keaslian Penelitian

Penelitian mengenai variabel penerimaan diri dan juga variabel psikoterapi positif pernah dilakukan oleh peneliti-peneliti sebelumnya. Berikut ini adalah beberapa penelitian mengenai penerimaan diri pada penyandang disabilitas dan psikoterapi positif yang diketahui oleh peneliti:

Tabel 1. Keaslian Penelitian

Tema Penelitian	Nama Peneliti dan Tahun Penelitian	Variabel yang Diteliti	Metode yang Digunakan	Hasil Penelitian
<b>Psikoterapi Positif</b>	1. Meyer dkk. (2012)	<i>Positive living: A pilot study of group positive psychotherapy for people with schizophrenia</i>	Eksperimen	<i>Group positive psychotherapy</i> dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis, harapan, pemulihan psikologis, harga diri, dan gejala kejiwaan pada penderita skizofrenia
	2. Nilasari (2013)	<i>Positive Psychotherapy untuk Menurunkan Tingkat Depresi</i>	Eksperimen	Psikoterapi positif efektif menurunkan tingkat depresi yang dialami oleh subjek

---

3. Hidayah, N (2014)	Efektivitas <i>Group positive psychotherapy</i> untuk Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis pada Orang dengan HIV/AIDS (ODHA)	Eksperimen	Intervensi <i>group positive psychotherapy</i> dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis pada ODHA
4. Khayatan dkk. (2014)	<i>Group Positive Psychotherapy And Depression of Female Affected by Multiple Sclerosis</i>	Eksperimen	Intervensi <i>group positive psychotherapy</i> efektif menurunkan depresi pada wanita yang terinfeksi <i>multiple sclerosis</i> baik secara kognitif dan kecenderungan somatic
5. Seyedi dkk. (2014)	<i>The Effectiveness of Group Positive Psychotherapy on Improving the Depression and Increasing the Happiness of the Infertile Women: Clinical Trial</i>	Eksperimen	Tingkat depresi berkurang pada kelompok intervensi dan menunjukkan kebahagiaan dibandingkan kelompok kontrol
6. Zulfiana, U (2014)	Meningkatkan Kebahagiaan Lansia di Panti Wreda Melalui Psikoterapi Positif dalam Kelompok	Eksperimen	Psikoterapi positif dalam kelompok dapat meningkatkan kebahagiaan lansia di panti Wreda
7. Surjana, R.C., Wahyuningsih, H., & Uyun, Q. (2015)	Peningkatan Kesejahteraan Psikologis Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Dengan Menggunakan <i>Group Positive Psychotherapy</i>	Eksperimen	<i>Group positive psychotherapy</i> dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis penderita diabetes mellitus tipe 2
8. Seyedi dkk. (2016)	<i>Effect of Group Positive Psychotherapy on Improvement of Life Satisfaction and The Quality of Life in Infertile Woman</i>	Eksperimen	Kepuasan hidup meningkat secara signifikan pada kelompok intervensi kelompok psikoterapi positif
9. Utami, N (2016)	Efektifitas Kelompok Psikoterapi Positif untuk Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis pada Narapidana	Eksperimen	Intervensi kelompok psikoterapi positif kurang memiliki kontribusi secara signifikan pada perubahan kesejahteraan psikologis narapidana, namun dari keenam aspek kesejahteraan psikologis terdapat dua aspek yang mengalami peningkatan yaitu kemandirian dan penerimaan diri

---

	10. Ochoa, C. dkk. (2017)	<i>Positive Psychotherapy for Distressed Cancer Survivors: Posttraumatic Growth Facilitation Reduces Posttraumatic Stress</i>	Eksperimen	Psikoterapi positif menurunkan stres, gejala <i>post-traumatic</i> , dan meningkatkan <i>post traumatic growth</i>
<b>Penerimaan Diri</b>	1. Wrastari, A.T & Handadari, W (2003)	Pengaruh Pemberian Pelatihan <i>Neuro Linguistic Programming (NLP)</i> Terhadap Peningkatan Penerimaan Diri Penyandang Cacat Tubuh pada Remaja Penyandang Cacat Tubuh Di Pusat Rehabilitasi Panti Sosial Bina Daksa "Suryatama" Bangil Pasuruan	Eksperimen	Terdapat pengaruh pada pemberian pelatihan <i>NLP</i> terhadap peningkatan penerimaan diri remaja penyandang cacat tubuh.
	2. Rahmadani (2011)	Pengaruh Terapi Pemaafan untuk Meningkatkan Penerimaan Diri pada Penderita Kanker Payudara	Eksperimen	Terapi pemaafan dapat meningkatkan skor pemaafan dan penerimaan diri pada penderita kanker payudara
	3. Nuryono, W. (2012)	Keefektivan Konseling Naratif untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa	Eksperimen	Para siswa menunjukkan peningkatan skor penerimaan diri ke arah positif dengan konseling naratif
	4. Nugraha, A (2012)	Pengaruh Pemberian Pelatihan Manajemen Perilaku Kognitif Terhadap Penerimaan Diri Penyandang Tuna Daksa di BBRSD Surakarta	Eksperimen	Pelatihan Manajemen perilaku kognitif dan teknik relaksasi memiliki pengaruh positif terhadap peningkatan penerimaan diri pada penyandang tuna daksa akibat kecelakaan di BBRSD Surakarta
	5. Akbar, H (2013)	Meningkatkan Penerimaan Diri ( <i>Self Acceptance</i> ) Siswa Kelas VIII melalui Konseling Realita di SMP Negeri 1 Bantarbolang Kabupaten Pemalang Tahun Ajaran 2012/2013	Eksperimen	Konseling Realita berpengaruh pada peningkatan penerimaan diri siswa kelas VIII SMP N 1 Bantarbolang
	6. Khoiryasdien, A. D., & Soeparno, K. (2015)	Pengaruh Terapi Pemaafan La-Tahzan dalam Meningkatkan Penerimaan Diri Istri yang Mengalami Kekerasan dalam Rumah Tangga	Eksperimen	Terapi pemaafan La Tahzan efektif meningkatkan penerimaan diri para istri yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga

7. Fitri, L., Kartadinata, S., & Rusmana, N. (2015)	Efektivitas Permainan Meningkatkan Diri Siswa	Teknik untuk Penerimaan	Eksperimen	Teknik permainan tidak efektif untuk meningkatkan penerimaan diri ( <i>Self Acceptance</i> )
8. Andini, L. (2015)	Hubungan Penerimaan Diri Dengan Penyesuaian Diri pada Penderita Tuna Daksa		Korelasi	Penerimaan diri memberikan kontribusi positif terhadap penyesuaian diri, yang artinya semakin tinggi penerimaan diri maka akan semakin tinggi pula penyesuaian diri, sebaliknya semakin rendah penerimaan diri maka akan semakin rendah pula penyesuaian diri
9. Sidiq, M. (2016)	Efektivitas Rational Emotive Behavior Ththerapy (REBT) untuk Meningkatkan <i>Self Acceptance</i> pada Ibu Rumah Tangga yang Terinfeksi HIV/AIDS		Eksperimen	REBT efektif untuk meningkatkan penerimaan diri pada ibu rumah tangga yang terinfeksi HIV/AIDS
10. Yusrain (2016)	Konseling Realita Berbasis Al-Hikmah Guna Meningkatkan Penerimaan Diri pada Anak Tuna Daksa SMP N 2 Sewon Bantul		Eksperimen	Konseling Realita Berbasis Al-Hikmah mampu meningkatkan penerimaan diri pada anak tuna daksa di SMP N 2 Sewon Bantul

Penelitian ini berbeda dengan penelitian-penelitian yang telah dilakukan sebelumnya dalam tabel tersebut, seperti yang diketahui oleh peneliti bahwa belum ditemukan dalam penelitian sebelumnya yang menggunakan kedua variabel seperti dalam penelitian ini. Namun ada beberapa penelitian sebelumnya yang menggunakan salah satu variabel yang sama dengan penelitian ini, terdapat pula perbedaan dan juga kesamaan di dalamnya. Persamaan dengan penelitian lain tersebut adalah pada teori psikoterapi positif yang seluruhnya menggunakan teori utama dari Seligman. Sedangkan perbedaannya, sebagian besar terdapat pada berbagai jenis variabel yang digunakan, subjek, alat ukur, metode penelitian yang digunakan.



Penelitian-penelitian sebelumnya memiliki kesamaan terhadap variabel tergantung dan subjek dalam penelitian ini, yaitu penerimaan diri dengan subjek penyandang tuna daksa atau cacat tubuh. Namun menggunakan intervensi atau variabel bebas yang berbeda, diantaranya adalah konseling realita berbasis Al-Hikmah dengan subjek anak tuna daksa (Yusrain, 2016), pelatihan manajemen perilaku kognitif subjek penyandang tuna daksa (Nugraha, 2012), NLP dengan subjek remaja penyandang cacat tubuh (Wrastari & Handadari, 2003). Sedangkan penelitian lainnya menggunakan subjek yang berbeda dengan penelitian ini, antara lain konseling realita dengan subjek siswa kelas 8 (Akbar, 2013), teknik permainan dengan subjek siswa (Fitri, Kartadinata, & Rusmana, 2015), terapi pemaafan dengan subjek penderita kanker payudara (Rahmadani, 2011), terapi pemaafan la-tahzan dengan subjek istri yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga (Khoiryasdien & Soeparno, 2015), konseling naratif pada subjek siswa (Nuryono, 2012), serta REBT dengan subjek ibu rumah tangga yang terinfeksi HIV/AIDS (Sidiq, 2016). Penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa untuk meningkatkan penerimaan diri maka dapat dilakukan dengan berbagai macam intervensi atau penanganan.

Berbeda dari penelitian sebelumnya, peneliti memasang psikoterapi positif sebagai intervensi atau variabel bebas dengan tujuan untuk meningkatkan penerimaan diri pada subjek penyandang disabilitas fisik akibat kecelakaan. Seperti yang diketahui peneliti bahwa variabel ini belum pernah dipasangkan oleh peneliti-peneliti sebelumnya untuk meningkatkan penerimaan diri dan belum pernah dilakukan pada penyandang disabilitas fisik akibat kecelakaan. Penelitian

ini menggunakan alat ukur skala penerimaan diri yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek penerimaan diri dari Bernard (2013).

Penelitian lain juga memiliki kesamaan dengan variabel bebas dalam penelitian ini, yaitu psikoterapi positif namun dipasangkan dengan variabel tergantung dan subjek yang berbeda. Intervensi dalam penelitian ini disusun oleh peneliti dengan menyesuaikan latar belakang kebutuhan subjek. Intervensi ini terdiri dari 6 teknik (Seligman, Rashid, & Parks, 2006) yaitu, gunakan kekuatanmu, tiga hal baik, kunjungan terima kasih, menikmati, tanggapan/ respon aktif-konstruktif, dan ringkasan hidup. Hal yang disesuaikan antara lain: lebih meningkatkan kesadaran mengenai kemampuan atau potensi yang dimiliki, meningkatkan kemampuan berkomunikasi dan berinteraksi dengan sekitar, membangun emosi yang lebih positif, meningkatkan rasa syukur terhadap apa yang telah dimiliki dan menerima pengalaman buruk yang terjadi, serta membangun sikap optimis dalam menggapai tujuan hidup.

Subjek dalam penelitian ini memiliki kekhususan yaitu penyandang disabilitas fisik yang terjadi akibat kecelakaan. Pada penelitian sebelumnya banyak menggunakan subjek penyandang cacat tubuh atau tunadaksa, kedua kriteria subjek tersebut termasuk dalam disabilitas fisik. Intervensi ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan psikoterapi positif untuk meningkatkan penerimaan diri pada penyandang disabilitas fisik akibat kecelakaan.