

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Setiap individu yang diciptakan oleh Allah memiliki kelebihan dan kekurangan. Namun, manusia secara alami mendambakan kehidupan yang sempurna, namun realitas seringkali menghadirkan tantangan, terutama bagi mereka yang hidup dengan disabilitas fisik. Keterbatasan fisik yang dialami seringkali diiringi oleh stigma sosial dan hambatan akses yang signifikan. Stigma sosial dapat memperburuk kondisi psikologis individu dengan disabilitas, mengakibatkan rasa rendah diri dan eksklusi sosial. Menurut Shakespeare (2006), stigma ini tidak hanya membatasi peluang individu dengan disabilitas untuk berpartisipasi secara penuh dalam masyarakat, tetapi juga mempengaruhi cara mereka memandang diri sendiri.

Rasa eksklusi ini sering kali membuat individu merasa tidak berharga, sehingga menurunkan kepercayaan diri dan harga diri mereka. Apabila hasrat untuk hidup bermakna belum terpenuhi bisa menyebabkan kekecewaan hidup, juga dapat menimbulkan berbagai gangguan perasaan yang menghambat pengembangan pribadi (Bastman, 2007). Tanpa pencarian makna yang jelas, individu berisiko mengalami stagnasi dalam kehidupannya. Oleh karena itu, mencari dan menciptakan arti dalam hidup bukan hanya penting untuk kebahagiaan, tetapi juga esensial untuk pertumbuhan pribadi dan pencapaian tujuan hidup yang lebih besar. Namun, ada individu yang mampu mengatasi tantangan ini dengan cara mengembangkan konsep diri yang kuat, yang berfungsi sebagai pondasi untuk mengatasi kesulitan hidup.

Konsep diri adalah penilaian individu tentang dirinya sendiri, yang sangat penting dalam menentukan respons terhadap tantangan hidup. Individu dengan konsep diri yang positif cenderung memiliki pandangan

yang realistis tentang kemampuan dan keterbatasan diri mereka. Hutz dan Pacheco (2006) menjelaskan bahwa konsep diri yang positif terkait dengan tingkat depresi dan kecemasan yang lebih rendah serta kualitas hidup yang lebih baik pada individu dengan disabilitas fisik. Individu yang memiliki konsep diri yang sehat cenderung melihat tantangan sebagai kesempatan untuk berkembang dan beradaptasi, bukan sebagai hambatan yang tidak dapat diatasi.

Menurut Rosenberg (1979), memiliki konsep diri yang positif sangat penting untuk membantu individu merasa lebih berharga dan mampu mengatasi tantangan yang ada. Dengan memahami dan menerima kekuatan serta kelemahan mereka, penyandang disabilitas dapat mulai membangun identitas yang lebih kuat dan positif, yang esensial dalam perjalanan mereka untuk mencapai kesejahteraan. Dengan kata lain, konsep diri yang kuat memberikan dorongan bagi individu untuk mengambil langkah proaktif dalam menghadapi kesulitan.

Pembentukan konsep diri dipengaruhi oleh berbagai pengalaman hidup yang dialami individu, termasuk keberhasilan dan kegagalan. Pengalaman positif dalam mengatasi tantangan dapat memperkuat keyakinan individu akan kemampuan diri mereka. Bandura (1997) mengemukakan bahwa pengalaman sukses atau penguatan diri dapat meningkatkan keyakinan individu terhadap kemampuan mereka. Dalam konteks individu dengan disabilitas, pengalaman positif dapat mencakup pencapaian kecil yang memberikan dorongan psikologis. Misalnya, seseorang yang berhasil belajar keterampilan baru atau menyelesaikan proyek dapat merasa lebih mampu dan percaya diri, yang kemudian memperkuat konsep diri mereka.

Sementara pengalaman positif memainkan peran penting, pengalaman negatif juga dapat membentuk konsep diri, meskipun seringkali dengan cara yang merugikan. Kegagalan atau penolakan dapat membuat individu meragukan kemampuan diri mereka. Menurut

penelitian oleh Taylor dan Brown (1988), individu yang memiliki pandangan positif tentang diri mereka cenderung lebih baik dalam mengatasi stres dan kesulitan. Namun, bagi individu dengan disabilitas, pengalaman negatif sering kali lebih mencolok, mengingat stigma dan diskriminasi yang mereka hadapi. Oleh karena itu, penting untuk menciptakan lingkungan yang mendukung di mana individu dapat merasakan keberhasilan tanpa harus berhadapan dengan penolakan atau diskriminasi.

Salah satu aspek penting dalam pembentukan konsep diri adalah keterlibatan individu dalam aktivitas yang berarti. Aktivitas ini bisa berkisar dari pekerjaan, hobi, hingga partisipasi dalam komunitas. Menurut penelitian oleh Deci dan Ryan (2000), keterlibatan dalam aktivitas yang memberikan makna dapat meningkatkan rasa diri dan kepercayaan diri. Untuk individu dengan disabilitas, menemukan aktivitas yang sesuai dan dapat diakses menjadi sangat penting. Ketika individu merasa bahwa mereka memiliki kontribusi positif terhadap masyarakat, hal ini tidak hanya meningkatkan konsep diri tetapi juga memperkuat rasa identitas mereka.

Faktor lain yang mempengaruhi konsep diri adalah bagaimana individu menafsirkan umpan balik yang diterima dari lingkungan mereka. Dalam penelitian oleh Dweck (2006), dinyatakan bahwa individu yang memiliki mindset berkembang (*growth mindset*) cenderung lebih terbuka terhadap umpan balik dan melihatnya sebagai kesempatan untuk belajar. Sebaliknya, individu dengan mindset tetap (*fixed mindset*) mungkin merasa terancam oleh umpan balik negatif. Bagi individu dengan disabilitas, memahami dan menerima umpan balik dapat menjadi tantangan, terutama jika mereka sudah berhadapan dengan stigma. Mendorong mindset berkembang dapat membantu individu melihat kritik sebagai alat untuk pertumbuhan dan pengembangan diri.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada komunitas PERCATU, ditemukan bahwa beberapa terkadang menghadapi perasaan rendah diri, kurangnya rasa percaya diri, serta ketakutan untuk berinteraksi dalam kehidupan sosial. Karena umpan balik yang diberikan oleh orang lain seakan kasihan terhadap mereka. Hal ini sesuai dengan aspek pengetahuan atau cara individu melihat dirinya dalam teori yang dijelaskan Calhoun dan Acocella (1990) terkait konsep diri. Perasaan ini muncul karena mereka khawatir menjadi bahan gunjingan dan kerap kali menerima stigma negatif dari masyarakat. Stigma tersebut bisa berupa pandangan negatif, diskriminasi, atau perilaku yang merendahkan, yang kemudian memperburuk perasaan mereka terhadap diri sendiri. Akibatnya, ada beberapa anggota komunitas ini yang cenderung tidak memandang potensi positif dalam diri mereka dan menghambat produktivitas kehidupan sehari-hari mereka. Hal ini didukung oleh hasil penelitian yang pernah dilakukan oleh Ka'arayeno, Piran dan Yuliwar (2017) yang menyatakan bahwa terdapat beberapa responden yang merasa malu dan minder dengan keadaan fisik mereka serta tidak percaya diri ketika bergaul dengan teman-temannya yang tidak punya kelainan.

Menurut Baumeister et al. (2003) untuk pembentukan konsep diri yang sempurna individu juga harus mengembangkan dirinya, pengembangan diri atau *self-enhancement*, memainkan peran penting dalam perjalanan individu menuju pencapaian dan kesejahteraan. Untuk pembentukan konsep diri yang sempurna, individu juga harus mengembangkan dirinya. Pengembangan diri atau *self-enhancement* memainkan peran penting dalam perjalanan individu menuju pencapaian dan kesejahteraan. Baumeister (2003) menambahkan, konsep diri yang positif dapat berkontribusi pada peningkatan motivasi dan kinerja individu, yang pada akhirnya berpengaruh pada pencapaian tujuan hidup mereka. *Self-enhancement* mengacu pada kecenderungan untuk menekankan kekuatan dan prestasi, serta melihat diri sendiri dalam cahaya positif.

Menurut Sedikides & Gregg, 2008 *self-enhancement* adalah mekanisme psikologis yang memungkinkan individu untuk menilai diri mereka dengan cara yang lebih positif, bahkan dalam situasi yang menantang atau ketika menghadapi keterbatasan. Dalam konteks membangun konsep diri, *self-enhancement* membantu individu mengembangkan pandangan yang optimis tentang diri mereka sendiri. Hal ini sangat penting, terutama bagi individu dengan disabilitas, yang sering kali berhadapan dengan stigma sosial dan tantangan fisik.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Taylor dan Brown (1988), individu yang memiliki kemampuan untuk mengidentifikasi dan mengakui sisi positif dari diri mereka cenderung lebih bahagia dan memiliki ketahanan yang lebih baik dalam menghadapi stres. Hal ini sangat relevan dalam konteks penyandang disabilitas, di mana mereka sering kali menghadapi tantangan yang tidak biasa dan perlu menemukan cara untuk beradaptasi dengan kondisi mereka. Dengan mengembangkan sikap *self-enhancement*, penyandang disabilitas dapat membangun citra diri yang lebih positif, yang sangat penting untuk meningkatkan kualitas hidup mereka (Sedikides & Gregg, 2008).

Salah satu cara agar memenuhi kebutuhan *self-enhancement* adalah dengan cara menganut persepsi diri spesifik yang positif walaupun hanya terlihat semu, dan agak dilebih-lebihkan, yang berkaitan erat dengan kemampuan, bakat, dan keterampilan sosial (Taylor & Brown, 1988). Taylor dan Brown menyebut ini sebagai *positive illusion* (ilusi positif). Setidaknya ada tiga tipe ilusi positif: orang memandang dirinya lebih positif ketimbang yang sesungguhnya; mereka percaya bahwa mereka punya lebih banyak kontrol atas peristiwa di sekitarnya, padahal kenyataannya tidak demikian; dan mereka merasa optimis secara tidak realistis terhadap masa depannya.

Self-enhancement bukan hanya sekadar cara untuk melihat diri sendiri dengan lebih baik, tetapi juga berfungsi sebagai mekanisme

penting untuk mengatasi berbagai tantangan (Sedikides & Gregg, 2008). Fokus pada kekuatan dan pencapaian dapat membantu individu, terutama penyandang disabilitas, untuk menemukan motivasi dalam mencapai tujuan hidup mereka. Dengan cara ini, mereka dapat merasakan pencapaian yang berharga dan merayakan setiap langkah kemajuan, sehingga meningkatkan rasa percaya diri. Penjabaran di atas menunjukkan bahwa memiliki pandangan positif terhadap diri sendiri dapat meningkatkan motivasi intrinsik, yang selanjutnya berkontribusi pada perkembangan keterampilan dan kemampuan baru.

Kedua aspek konsep diri yang positif dan *self-enhancement* memang saling berinteraksi dan memperkuat satu sama lain. Ketika individu mengalami kemajuan dalam pengembangan diri, mereka cenderung melihat diri mereka dengan cara yang lebih positif, yang kemudian mendorong motivasi untuk terus berusaha dan berkembang. Proses ini bersifat dinamis, di mana setiap kemajuan yang dicapai dapat memperkuat citra diri positif, menciptakan siklus penguatan yang saling mendukung. Penelitian oleh Rusk dan Waters (2015) menunjukkan bahwa *self-enhancement* berkontribusi pada pengembangan diri yang lebih positif, yang berfungsi untuk meningkatkan kesejahteraan individu. Dengan memandang diri mereka secara optimis, individu memiliki dorongan untuk mengejar tujuan dan menghadapi tantangan, yang pada gilirannya memperkuat rasa percaya diri mereka.

Hal ini menjadi penting dalam konteks kesehatan mental dan kebahagiaan individu penyandang disabilitas, karena keduanya berkontribusi pada kualitas hidup secara keseluruhan. Dengan memahami dan mengembangkan konsep diri dan *self-enhancement*, individu dapat mencapai potensi maksimal mereka. Kombinasi dari konsep diri yang positif dan *self-enhancement* dapat membantu penyandang disabilitas untuk tidak hanya mengatasi stigma, tetapi juga mengembangkan potensi penuh mereka. Dengan dukungan yang tepat, mereka dapat membangun

jaringan sosial yang kuat dan mengakses sumber daya yang diperlukan untuk pengembangan diri, sehingga meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan (Antonak, R & Livneh H, 1995).

Berdasarkan fenomena yang terjadi pada komunitas PERCATU, oleh karena itu peneliti memiliki ketertarikan untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh *Self-enhancement* Terhadap Konsep diri Pada Komunitas Penyandang Disabilitas Cacat Tubuh di Tulungagung (PERCATU).”

1.2 Identifikasi Masalah

Dari penjelasan mengenai latar belakang yang telah disampaikan, peneliti dapat mengidentifikasi beberapa masalah yang menjadi fokus dalam penelitian ini sebagai berikut:

- 1.2.1. Beberapa anggota di komunitas PERCATU memiliki disabilitas cacat fisik dan terdapat kesenjangan antara harapan individu untuk hidup yang bermakna dan kenyataan banyaknya orang yang kesulitan menemukan makna tersebut, sering kali menyebabkan kekecewaan dan gangguan emosional.
- 1.2.2. Anggota komunitas PERCATU dengan disabilitas fisik sering mengalami perasaan rendah diri dan kurang percaya diri akibat stigma negatif dan diskriminasi dari masyarakat.
- 1.2.3. Konsep diri anggota komunitas percatur mungkin terganggu atau terpengaruh oleh stigma sosial dan diskriminasi yang mereka hadapi dalam kehidupan sehari-hari.
- 1.2.4. *Self-enhancement* sangat dibutuhkan untuk membantu anggota mengembangkan diri dan melihat diri secara positif.

1.3 Rumusan Masalah

Melihat dari penjelasan latar belakang masalah, maka rumusan masalah yang dihasilkan dalam penelitian ini ialah “Adakah terdapat pengaruh *Self-enhancement* terhadap konsep diri pada penyandang disabilitas cacat tubuh di komunitas PERCATU Tulungagung?”

1.4 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *Self-enhancement* terhadap konsep diri pada penyandang disabilitas cacat tubuh di komunitas PERCATU Tulungagung.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memberikan kontribusi pada teori *self-enhancement* dengan memahami bagaimana *self-enhancement* mempengaruhi konsep diri pada komunitas penyandang disabilitas cacat tubuh. Dengan demikian, penelitian ini dapat membantu mengembangkan teori *self-enhancement* dan memberikan kontribusi pada bidang psikologi. Selain itu, penelitian ini juga dapat membantu mengembangkan teori konsep diri dengan memahami bagaimana *self-enhancement* mempengaruhi konsep diri pada komunitas penyandang disabilitas cacat tubuh.

Penelitian ini juga dapat membantu mengembangkan teori psikologi sosial dengan memahami bagaimana *self-enhancement* mempengaruhi konsep diri pada komunitas penyandang disabilitas cacat tubuh. Dengan demikian, penelitian ini dapat memberikan kontribusi pada bidang psikologi sosial dan membantu meningkatkan pemahaman tentang bagaimana *self-enhancement* mempengaruhi konsep diri pada komunitas penyandang disabilitas cacat tubuh.

1.5.2. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat membantu meningkatkan kualitas hidup penyandang disabilitas dengan memahami bagaimana *self-enhancement* mempengaruhi konsep diri mereka. Dengan demikian, penelitian ini dapat membantu meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya *self-enhancement* dalam meningkatkan konsep diri penyandang disabilitas. Selain itu, penelitian ini juga dapat membantu mengembangkan program

intervensi yang efektif untuk meningkatkan *self-enhancement* dan konsep diri pada komunitas penyandang disabilitas cacat tubuh.

Penelitian ini juga dapat membantu meningkatkan partisipasi sosial penyandang disabilitas dengan memahami bagaimana *self-enhancement* mempengaruhi konsep diri mereka. Dengan demikian, penelitian ini dapat membantu meningkatkan kesejahteraan psikologis penyandang disabilitas dengan memahami bagaimana *self-enhancement* mempengaruhi konsep diri mereka. Selain itu, penelitian ini juga dapat membantu meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya *self-enhancement* dalam meningkatkan konsep diri penyandang disabilitas.