

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Individu yang disebut penyandang disabilitas merupakan masyarakat yang menghadapi banyak tantangan dalam aspek fisik, sosial, dan psikologis. Dalam kondisi ini membawa tantangan tersendiri untuk menghadapi kehidupan dalam kesehariannya, namun di balik keterbatasan fisik maupun mental, tidak sedikit penyandang disabilitas yang mampu menunjukkan sikap positif, termasuk sikap kebersyukuran dalam menghadapi hidup.³ Sikap ini menarik untuk diteliti karena bertolak belakang dengan asumsi umum bahwa keterbatasan akan selalu berdampak negatif pada kualitas hidup individu.⁴

Namun di tengah keterbatasan tersebut, banyak dari mereka yang justru mampu menunjukkan sikap kebersyukuran dalam menjalani hidup.⁵ Seperti halnya data awal yang diperoleh dari beberapa masyarakat Tulungagung yang mengalami disabilitas fisik menunjukkan bahwa mereka masih berhadapan dengan hambatan mobilitas, keterbatasan akses pekerjaan, serta pandangan sosial yang sering kali merendahkan kemampuan dan peran mereka di masyarakat. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada aspek fisik, tetapi juga turut memengaruhi kesejahteraan emosional, harga diri, dan cara mereka membangun relasi sosial sehari-hari. Meskipun demikian, temuan awal juga menggambarkan adanya kemampuan sebagian individu dalam memaknai pengalaman hidupnya secara positif melalui sikap kebersyukuran, seperti menerima kondisi diri dengan tetap melakukan pekerjaan sehari-hari, memiliki semangat untuk membantu

³ Lya Fayola Zen, Hadiyanto Abdul Rachim, and Nurliana Cipta Apsari, "PENGUNAAN TEKNOLOGI ASISTIF : PENINGKATAN KEMANDIRIAN PENYANDANG DISABILITAS FISIK," *Social Work Journal* 14, no. 2 (2025): 135–47.

⁴ Dinda Fauziyah Rachman and Rini Lestari, "Gratitude for People with Disabilities" 13, no. 4 (2024): 601–10.

⁵ Endang Lestari, Jayanti Dian Eka Sari, and Diza Ulya Nurfaizah, "PERSEPSI MASYARAKAT TERHADAP ANAK DENGAN DISABILITAS INTELEKTUAL DAN FAKTOR-FAKTOR," *CITIZEN: Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia* 6, no. 2 (2026): 346–54, <https://doi.org/10.53866/jimi.v6i2.1283>.

sesama disabilitas agar bermanfaat, serta menemukan makna dalam keterbatasan yang dialami, mereka juga melihat bahwa masih banyak individu lain yang mengalami hambatan yang lebih parah. Hal ini menunjukkan bahwa kebersyukuran tidak hanya berperan sebagai respons emosional, tetapi juga sebagai mekanisme adaptif dalam menghadapi tekanan hidup. Fenomena ini menjadi dasar dari rumusan problem riset yang akan diteliti, yakni bagaimana pengalaman kebersyukuran dialami dan dapat memberi makna bagi individu penyandang disabilitas dalam menjalani kehidupan kesehariannya.⁶

Menurut data Dinas Sosial Kabupaten Tulungagung, terdapat lebih dari seribu penyandang disabilitas dengan kategori fisik, sensorik, dan intelektual yang tersebar di berbagai kecamatan. Situasi ini sejalan dengan temuan nasional yang memperlihatkan bahwa penyandang disabilitas masih menghadapi keterbatasan akses pendidikan, rendahnya kesempatan kerja formal, dan stigma sosial yang kuat. Kompleksitas hambatan tersebut seringkali menimbulkan tekanan psikologis, rasa tidak berdaya, serta pengalaman hidup yang penuh tantangan bagi mereka.

Secara teoritis, kebersyukuran dikaitkan dengan kesejahteraan psikologis, peningkatan makna hidup, dan hubungan interpersonal yang positif.⁷ Namun dalam kenyataannya, penyandang disabilitas masih sering mengalami marginalisasi sosial, keterbatasan akses terhadap layanan publik, serta tekanan psikososial yang berat.⁸ Hal ini menimbulkan pertanyaan kritis: bagaimana individu dengan disabilitas tetap mampu merasakan dan mempraktikkan syukur dalam kondisi demikian. Pertanyaan ini menjadi celah teoritis yang ingin dijawab melalui studi

⁶ Faiza Silvyana, "Striving for Superiority Pada Remaja Penyandang Disabilitas Fisik," *UIN Sunan Ampel Surabaya*, 2018.

⁷ Asti Aisyah and Rohmatun Chisol, "Rasa Syukur Kaitannya Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Guru Honorer Gratitude in Relation With Psychological Well Being Among HonoraAisyah, Asti, and Rohmatun Chisol. "Rasa Syukur Kaitannya Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Guru Honorer Gratitude I," *Proyeksi* 13, no. 2 (2018): 109–22.

⁸ Erliana Fajarwati, "Marginalisasi Sosial Dan Tantangan Para Penyandang Disabilitas Terhadap Akses Pekerjaan Di Era Society 5.0," *Jurnal Inovasi Teknologi Dan Edukasi Teknik* 1, no. 12 (2021): 887–93, <https://doi.org/10.17977/um068v1i122021p887-893>.

ini. Seperti teori psikologi positif yang dikembangkan oleh Emmons dan logoterapi Viktor Frankl, kebersyukuran tidak hanya dipandang sebagai respons atas hal-hal menyenangkan, melainkan sebagai sikap yang terbentuk dari proses pemaknaan terhadap pengalaman hidup.⁹

Faktor-faktor yang berkontribusi dalam pembentukan sikap ini meliputi penerimaan diri, spiritualitas, dukungan sosial, serta keberadaan makna hidup yang dapat dirasakan setiap individu. Dalam hal tersebut, teori ini sangat relevan untuk menjelaskan bagaimana penyandang disabilitas dapat menunjukkan sikap kebersyukuran meskipun hidup dalam keterbatasan. Kebersyukuran, sebagai bentuk penerimaan dan penghargaan terhadap hidup, memiliki peranan penting dalam pembentukan kesehatan mental, ketahanan diri, dan makna hidup seseorang. Dalam konteks penyandang disabilitas, kebersyukuran dapat menjadi mekanisme psikologis yang membantu mereka menjalani hidup dengan lebih bermakna meskipun dihadapkan pada stigma sosial, keterbatasan aksesibilitas, dan tantangan personal.

Dalam penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Rachman & Lestari mengeksplorasi bentuk-bentuk kebersyukuran pada penyandang disabilitas dengan pendekatan kualitatif deskriptif naratif.¹⁰ Melalui wawancara semi-terstruktur terhadap lima partisipan dengan disabilitas fisik dan sensorik, studi ini menemukan bahwa kebersyukuran dimanifestasikan dalam berbagai bentuk seperti penerimaan diri, pasrah kepada Tuhan, emosi positif, spiritualitas, hingga sikap pantang menyerah. Penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam memahami dinamika psikologis penyandang disabilitas dalam menghadapi tantangan hidup. Namun, penelitian tersebut masih terbatas pada konteks wilayah tertentu (Surakarta) dan jumlah informan yang relatif kecil. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi landasan bagi studi yang dilakukan peneliti untuk

⁹ Adzanishari Mawaddah Rahmah, Zainal Abidin, and Fitri Ariyanti Abidin, "Mengupas Makna Syukur Dari Sudut Pandang Remaja Awal," *Jurnal Psikologi Udayana* 9, no. 1 (2022): 1, <https://doi.org/10.24843/jpu.2022.v09.i01.p01>.

¹⁰ Rachman and Lestari, "Gratitude for People with Disabilities."

menggali secara lebih mendalam bagaimana kebersyukuran dimaknai oleh penyandang disabilitas fisik melalui pengalaman hidup yang mereka jalani dengan menggunakan pendekatan Interpretative Phenomenological Analysis (IPA).

B. Fokus dan Pertanyaan Penelitian

1. Fokus Penelitian

Penyandang disabilitas seringkali menghadapi berbagai tantangan, baik secara fisik, sosial, maupun psikologis. Di tengah keterbatasan yang dimiliki, mereka berisiko mengalami perasaan rendah diri, keterasingan sosial, bahkan gangguan kesehatan mental seperti stres atau depresi. Namun, di sisi lain, terdapat individu penyandang disabilitas yang justru mampu menunjukkan sikap positif, menerima kondisi dirinya, dan tetap menjalani kehidupan dengan penuh makna. Salah satu bentuk respons positif tersebut adalah kebersyukuran. Fenomena kebersyukuran pada penyandang disabilitas menjadi menarik untuk diteliti karena secara umum, kebersyukuran dianggap sebagai kekuatan psikologis yang dapat meningkatkan kesejahteraan dan makna hidup seseorang. Namun demikian, belum banyak penelitian yang secara khusus menggali bagaimana penyandang disabilitas memaknai kebersyukuran dalam kehidupan mereka, faktor-faktor apa yang mempengaruhinya, dan bagaimana kebersyukuran tersebut diekspresikan dalam pengalaman sehari-hari mereka.

Studi mengenai kebersyukuran masih lebih banyak difokuskan pada populasi umum, sehingga diperlukan kajian yang lebih mendalam dan kontekstual mengenai bagaimana kebersyukuran hadir dalam kehidupan individu dengan kondisi disabilitas. Oleh sebab itu, penelitian ini dapat dilakukan guna memahami kebersyukuran sebagai fenomena psikologis yang unik dan kontekstual pada penyandang disabilitas, yang dapat berkontribusi terhadap pengembangan intervensi atau dukungan psikososial yang lebih tepat sasaran.

2. Pertanyaan Penelitian

- a. Bagaimana pengalaman penyandang disabilitas fisik dalam memaknai kebersyukuran dalam kehidupan sehari-hari?
- b. Bagaimana penyandang disabilitas fisik mengekspresikan kebersyukuran dalam menghadapi keterbatasan dan tantangan hidup?
- c. Apa makna kebersyukuran bagi penyandang disabilitas fisik dalam menjalani kualitas hidup dan kesejahteraan psikologis?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari Penelitian ini untuk memahami secara mendalam pengalaman kebersyukuran pada penyandang disabilitas dari perspektif mereka sendiri. Secara lebih jelas, penelitian ini memiliki tujuan, berikut:

1. Untuk mengetahui bagaimana pengalaman penyandang disabilitas fisik dalam memaknai kebersyukuran dalam kehidupan sehari-hari.
2. Untuk mengetahui Bagaimana penyandang disabilitas fisik mengekspresikan kebersyukuran dalam menghadapi keterbatasan dan tantangan hidup.
3. Untuk mengetahui makna kebersyukuran bagi penyandang disabilitas fisik dalam menjalani kualitas hidup dan kesejahteraan psikologis.

D. Kegunaan Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil dalam penelitian ini dapat digunakan untuk mendukung penelitian- penelitian selanjutnya, khususnya yang mengkaji tentang kebersyukuran dan penyandang disabilitas. Dalam penelitian ini juga dapat menjadi referensi dan bahan pertimbangan untuk peneliti yang ingin mengangkat tema serupa, baik dalam bidang psikologi, pendidikan khusus, maupun studi sosial.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Penyandang Disabilitas

Memberikan pemahaman bahwa kebersyukuran dapat menjadi salah satu kekuatan psikologis dalam menghadapi tantangan hidup, serta membantu meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan mental.

b. Bagi Keluarga dan Pendamping Disabilitas

Menjadi sumber wawasan untuk membangun dukungan emosional dan spiritual yang lebih efektif dalam mendampingi penyandang disabilitas, serta mendorong pola asuh atau pendekatan yang lebih empatik dan memberdayakan.

c. Bagi Praktisi Psikologi dan Pendidik

Memberikan masukan dalam merancang intervensi psikologis atau program pelatihan yang berfokus pada pengembangan sikap bersyukur bagi penyandang disabilitas, guna menunjang kesehatan mental mereka.

d. Bagi Masyarakat Umum dan Pemerhati Disabilitas

Menumbuhkan pemahaman bahwa penyandang disabilitas bukan hanya menghadapi hambatan, tetapi juga memiliki kapasitas psikologis dan spiritual yang kuat, termasuk dalam hal kebersyukuran, sehingga dapat mengurangi stigma dan mendorong penerimaan sosial yang lebih inklusif.

E. Penegasan Istilah

Untuk menghindari kerancuan makna dan memperjelas batasan, penelitian ini menggunakan. berikut dijelaskan beberapa istilahnya :

1. Kebersyukuran

Yang dimaksud dengan kebersyukuran dalam penelitian ini adalah sikap psikologis yang mencakup kesadaran, penerimaan, dan penghargaan atas kebaikan yang diterima individu, baik secara materiil maupun nonmateri, yang berasal dari Tuhan, orang lain, atau pengalaman hidup. Kebersyukuran dalam konteks ini mencakup aspek

kognitif (ilmu), emosional (hal), dan perilaku (amal) sebagaimana dijelaskan oleh Imam Al- Ghazali, serta dimensi intensitas, frekuensi, jangkauan, dan kepadatan menurut McCullough, Emmons, dan Tsang.

2. Penyandang Disabilitas

Penyandang disabilitas dalam penelitian ini merujuk pada individu yang memiliki keterbatasan fisik atau sensorik (misalnya tunadaksa, tunanetra, atau tunarungu) yang bersifat permanen atau jangka panjang, sehingga memengaruhi aktivitas dan partisipasi sosial mereka. Disabilitas yang menjadi fokus penelitian ini adalah disabilitas fisik dan sensorik, bukan disabilitas intelektual maupun mental.

3. Fenomenologi

Fenomenologi dalam penelitian ini ialah pendekatan kualitatif yang digunakan untuk memahami dan mengungkap makna dari pengalaman hidup subjek penelitian berdasarkan perspektif mereka sendiri. Peneliti tidak memberikan interpretasi dari luar, melainkan menggali secara mendalam bagaimana subjek mengalami, merasakan, dan memaknai kebersyukuran dalam kehidupan mereka sebagai penyandang disabilitas.

4. Ketahanan Psikologis (Resiliensi)

Istilah ini mengacu pada kemampuan individu untuk bertahan, bangkit, dan tetap memiliki sikap positif dalam menghadapi tekanan hidup. Dalam konteks penelitian ini, kebersyukuran dianggap sebagai salah satu bentuk ketahanan psikologis yang penting bagi penyandang disabilitas untuk menjaga stabilitas emosi dan makna hidup.