

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Penerimaan Diri

2.1.1 Definisi Penerimaan Diri

Menurut Chaplin (2014), *Self-Acceptance* atau yang disebut penerimaan diri merupakan sikap yang pada dasarnya merasa puas dengan diri sendiri, kualitas-kualitas dan bakat-bakat sendiri, dan pengakuan akan keterbatasan-keterbatasan sendiri. Menurut Sudarsono (1993), *Self-Acceptance* merupakan dukungan atau sambutan diri, penerimaan diri seseorang dalam mencapai kebahagiaan dan kesuksesan. Menurut Victoria Moran (2000), Penerimaan adalah keadaan yang ideal untuk menghadapi hidup ini jika kita berharap untuk mencapai kepuasan hati. Menurut Supraktiknya (1995), Penerimaan diri adalah memiliki penghargaan yang tinggi terhadap diri sendiri, atau lawannya, tidak bersikap sinis terhadap diri sendiri.

Menurut Hurlock (1980), Ada beberapa esensi kebahagiaan, atau keadaan sejahtera, kenikmatan atau kepuasan. Beberapa diantaranya adalah Sikap menerima (*acceptance*), kasih sayang (*Affection*) dan prestasi (*acceptance*), yang sering disebut sebagai "Tiga A Kebahagiaan". Sikap menerima orang lain dipengaruhi sikap menerima diri yang timbul dari penyesuaian pribadi maupun penyesuaian sosial yang baik. Shaver dan Feedman lebih lanjut, Bahwa kebahagiaan banyak bergantung pada sikap menerima dan menikmati keadaan orang lain dan yang dimilikinya, mempertahankan keseimbangan antara harapan dan prestasi. Salah satu

yang paling penting dalam masalah sikap menerima orang lain merupakan daya tarik fisik. Hal ini juga mempengaruhi penerimaan diri sendiri, prestasi dan kasih sayang yang diperoleh dari orang lain.

Berdasarkan sejumlah pendapat dari para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri merupakan suatu keadaan yang dimana seseorang sudah menerima segala kondisi yang ada didalam dirinya baik itu kelebihan maupun kekurangan sehingga mampu terciptalah rasa bahagia didalam dirinya karena bersyukur atas kemampuan yang dia terima.

2.1.2 Aspek-aspek Penerimaan Diri

Supratiknya (1995), mengungkapkan ada beberapa aspek-aspek yang mempengaruhi penerimaan diri antara lain:

- a. Kerelaan atau mengungkapkan aneka pikiran, perasaan dan reaksi kita terhadap orang lain, pertama-tama harus melihat bahwa diri kita dan pembukaan diri yang akan kita lakukan tersebut diterima orang lain. Kalau kita sendiri menolak diri (*self rejecting*), maka pembukaan diri akan kita rasakan terlalu ringkas. Selain itu, kita harus bersikap tulus, jujur, dan autentik dalam membuka diri.
- b. Kesehatan Psikologi
Kesehatan psikologis berkaitan erat dengan perasaan kita terhadap diri sendiri. Orang yang sehat secara psikologis memandang dirinya disenangi, mampu, berharga, dan diterima oleh orang lain. Orang yang menolak dirinya biasanya

tidak bahagiadan tidak mampu membangun serta melestarikan hubungan baik dengan orang lain. Maka, kita tumbuh dan berkembang secara psikologis, kita harus menerima diri kita. Untuk menolong orang lain tumbuh dan berkembang secara psikologis, kita harus menolongnya dengan cara memberikan pemahaman terhadap kesehatan psikologis, agar menjadi lebih bersikap menerima diri.

c. Penerimaan terhadap orang lain

Orang bisa menerima diri biasanya lebih bisa menerima orang lain. Bila kita berpikir positif tentang diri kita, maka kita pun akan berfikir positif terhadap orang lain. Sebaliknya bila kita menolak diri kita, maka kita pun akan menolak orang lain. Bila kita memahami dan menerima perasaan-perasaan kita, maka biasanya kita mampu akan lebih mudah menerima perasaan-perasaan sama yang ditunjukkan oleh orang lain. Akibat samping dari sikap menerima diri adalah sikap lebih menerima orang lain.

Menurut Permatasari dan Gamayanti (2016), mengungkap aspek yang dapat membuat individu lebih terlihat menerima dirinya yaitu aspek spiritual, yang dimana individu bersyukur dengan keadaan dirinya dengan cara menemukan hal positif yang masih bisa disyukuri, serta melakukan kegiatan spiritual seperti berdzikir ataupun sholat mampu mengendalikan diri dan menjadi lebih tenang.

Berdasarkan penjabaran diatas, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek penerimaan diri yaitu kerelaan untuk

membuka atau mengungkapkan aneka pikiran, perasaan, dan reaksi kita terhadap orang lain, kesehatan psikologis, penerimaan terhadap orang lain dan aspek spiritual.

2.1.3 Faktor-faktor Penerimaan Diri

Hurlock (1990), mengemukakan tentang faktor-faktor yang dapat meningkatkan penerimaan diri adalah:

a. Aspirasi Realistis

Supaya anak menerima dirinya, ia harus realistis tentang dirinya dan tidak mempunyai ambisi yang tidak mungkin tercapai. Ini tidak berarti bahwa mereka harus mengurangi ambisi atau menetapkan sasaran di bawah kemampuan mereka. Sebaliknya mereka harus menetapkan sasaran yang didalam batas kemampuan mereka, walaupun batas ini lebih rendah dari apa yang mereka cita-citakan.

b. Keberhasilan

Bila tujuan itu realistis, kesempatan berhasil sangat meningkat. Lagi pula, agar anak menerima dirinya, anak harus mengembangkan faktor peningkat keberhasilan supaya potensinya berkembang secara maksimal. Faktor peningkat keberhasilan ini mencakup keberanian mengambil inisiatif dan meninggalkan kebiasaan menunggu perintah apa yang harus dilakukan, teliti dan bersungguh-sungguh dalam apa saja yang dilakukan, bekerja sama dan mau melakukan lebih dari semestinya.

c. Wawasan Diri

Kemampuan dan kemauan melalui diri secara realistis serta mengenal dan menerima kelemahan serta kekuatan yang dimiliki, akan meningkatkan penerimaan diri, tiap tahun dengan bertambahnya usia dan pengalaman sosial, anak harus mampu menilai dirinya dengan lebih akurat.

d. Wawasan Sosial

Kemampuan melihat diri seperti orang lain melihat mereka dapat menjadi suatu pedoman untuk perilaku yang memungkinkan anak memenuhi harapan sosial. Sebagai kontras, perbedaan mencolok antara pendapat orang lain dan pendapat anak tentang dirinya akan menjerumuskan ke perilaku yang membuat orang lain kesal, dan menurunkan penilaian orang lain tentang dirinya.

e. Konsep diri yang stabil

Bila anak melihat dirinya dengan satu cara pada satu saat dan cara lain pada saat yang lain, kadang-kadang menguntungkan dan kadang-kadang tidak, mereka menjadi ambivalen tentang dirinya. Untuk mencapai kestabilan seperti halnya dengan konsep diri yang menguntungkan, orang yang berarti dalam hidupnya harus menganggap anak secara menguntungkan sebagai besar waktu. Pandangan mereka membentuk dasar bayangan cermin anak tentang dirinya.

Menurut Sari dan Nuryoto (2002), menambahkan bahwa ada dua faktor yang mempengaruhi penerimaan diri:

- a. Pendidikan
Individu yang memiliki pendidikan yang tinggi memiliki kesadaran, pengetahuan, dan kemampuan yang dimilikinya, serta memandang dan memahami keadaan dirinya dengan baik.
- b. Dukungan sosial
Individu yang mendapatkan dukungan sosial akan mendapatkan perilaku yang baik sehingga individu tidak mengalami perasaan kesepian, dan merasa diperhatikan, dipercaya, dibantu, dihargai serta dicintai.

Berdasarkan penjelasan diatas, sehingga dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri dapat ditingkatkan dengan beberapa faktor diantaranya faktor aspirasi realistis, faktor keberhasilan, faktor wawasan diri, faktor wawasan sosial dan dukungan sosial, faktor konsep diri yang stabil, serta tingkat pendidikan mempengaruhi penerimaan diri seseorang.

2.1.4 Dampak-dampak Penerimaan Diri

Hurlock (1980), menjelaskan esensi dari kebahagiaan seseorang antara lain sikap menerima. Lebih lanjut Hurlock (2018) menjelaskan penerimaan bukan saja berarti penerimaan oleh orang lain tetapi juga penerimaan terhadap diri sendiri. Akan tetapi, umumnya hal itu berjalan seiring. Anak yang diterima orang lain merasa mudah menyukai dan menerima diri sendiri. Dengan demikian,

mereka menjadi orang yang menyesuaikan diri dengan baik serta disenangi teman sebayanya dan orang dewasa.

Shaver dan Feedmen (dalam Hurlock, 1980), menjelaskan bahwa kebahagiaan banyak bergantung pada sikap menerima dan menikmati keadaan orang lain dan apa yang dimilikinya, mempertahankan keseimbangan antara harapan-harap dan prestasi. Hal ini selaras dengan Supraktiknya (1995) yang mengungkapkan bahwa orang yang menolak dirinya biasanya tidak bahagia dan tidak mampu membangun serta melestarikan hubungan baik dengan orang lain.

Berdasarkan penjabaran diatas, dapat disimpulkan bahwa seseorang yang dapat menerima dirinya adalah orang yang telah mendapatkan esensi kebahagiaan itu sendiri, mampu menerima orang lain, mempertahankan keseimbangan antara harapan dan prestasi. Berbeda halnya dengan orang yang belum mampu menerima dirinya, dimana individu tersebut biasanya tidak bahagia dan tidak mampu membangun hubungan baik dengan orang lain.

2.1.5 Ciri-ciri Penerimaan Diri

Menurut Jersild (dalam permatasari & Gamayanti, 2016) menyebutkan ciri-ciri penerimaan diri adalah:

- a. Orang yang menerima dirinya memiliki harapan yang realistis terhadap keadaannya dan menghargai dirinya sendiri.
- b. Yakin akan standar-standar dan pengetahuan terhadap dirinya tanpa terpaku terhadap orang lain.

- c. Memiliki perhitungan akan keterbatasan dirinya dan tidak melihat pada dirinya sendiri secara irasional.
- d. Menyadari asset diri yang dimilikinya dan merasa bebas untuk menarik atau melakukan keinginannya.
- e. Menyadari kekurangan tanpa menyalahkan diri sendiri.

Menurut Wijayanti (2015), ciri-ciri individu menerima dirinya yaitu cenderung memiliki penilaian yang lebih positif terhadap kehidupannya. Menurut Listiani dan Savira (2015), seseorang yang menerima dirinya yaitu memberikan dampak positif terhadap dirinya antara lain perasaan semangat tidak putus asa, berusaha mandiri, percaya diri, bertanggung jawab, dan mempunyai tujuan dalam hidupnya.

Berdasarkan penjabaran diatas, dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri orang yang menerima dirinya adalah orang yang memiliki harapan yang realistis dan menghargai dirinya sendiri, yakin akan pengetahuan terhadap dirinya, memiliki perhitungan akan keterbatasan dirinya, menyadari asset yang dimilikinya, menyadari kekurangan dirinya, memiliki penilaian yang positif terhadap kehidupannya, serta memberikan dampak positif terhadap diri sendiri.

2.1.6 Proses Penerimaan Diri

Menurut Kubler Ross (dalam Nursalam & Kurniawati, 2016) mengatakan terdapat tahapan dalam penerimaan:

1. Tahap penolakan (*denial*)
Pada tahap ini menunjukkan karakteristik perilaku pengingkaran atau menolak. Pengingkaran diri yang mencolok tampak menimbulkan kecemasan. Pengingkaran ini merupakan *buffer* untuk menerima kenyataan yang sebenarnya. Pengingkaran biasanya bersifat sementara dan segera berubah menjadi fase lain dalam menghadapi kenyataan.
2. Tahap marah (*anger*)
Apabila pengingkaran tidak dapat dipertahankan lagi, maka fase pertama berubah menjadi kemarahan. Yang melampiaskan kemarahan pada segala sesuatu yang ada disekitarnya.
3. Tahap tawar menawar (*bargaining*)
Setelah fase marah-marah berlalu, kemudian ia akan berpikir dan merasakan bahwa protesnya tidak bearti. Ia mulai timbul rasa bersalah dan mulai membina hubungan dengan Tuhan.
4. Tahap depresi (*depression*)
Selama fase ini ia merasa sedih atau berkabung mengesampingkan rasa marah dan sikap pertahanannya, serta mulai mengatasi kehilangan secara konstruktif. Tingkat emosional adalah kesedihan, tidak berdaya, tidak ada harapan, bersalah, penyesalan yang dalam, kesepian dan waktu untuk menangis berguna pada saat ini. Perilaku fase ini termasuk didalamnya adalah ketakutan akan masa depan, bertanya peran baru dalam keluarga intensitas

depresi tergantung pada makna dan beratnya penyakit.

5. Tahap penerimaan (*acceptance*)

Seiringan dengan berlalunya waktu mulai dapat beradaptasi, kepedihan yang menyakitkan berkurang. Dan bergerak menuju identifikasi sebagai seseorang yang memiliki keterbatasan karena penyakitnya dan sebagai seseorang yang cacat.

Menurut Germer (2009), terdapat beberapa tahapan dalam penerimaan diri yaitu sebagai berikut:

1. Aversion (resisten, menghindar, kebencian/keengganan)

Reaksi alami pada perasaan yang membuat tidak nyaman ialah kebencian atau keengganan. Kebencian atau keengganan ini juga dapat membuat keterikatan mental atau perenungan, mencoba mencari tahu bagaimana cara untuk menghilangkan perasaan tersebut.

2. Curiosity (melawan rasa tidak nyaman dengan perhatian)

Pada tahap ini individu memiliki pertanyaan-pertanyaan yang muncul ialah "Perasaan apa ini..?, Apa artinya perasaan ini?, Kapan perasaan ini terjadi".

3. Tolerance (menanggung derita dengan aman)

Toleransi bearti menanggung rasa sakit emosional yang dirasakan, tetapi individu tetap melawannya dan berharap perasaan tersebut akan segera hilang.

4. *Allowing* (membiarkan perasaan datang dan pergi)
Setelah melalui proses bertahan akan perasaan tidak menyenangkan telah selesai, individu akan mulai membiarkan perasaan tersebut datang dan pergi begitu saja. Individu secara terbuka membiarkan perasaan itu mengalir dengan sendirinya.
5. *Friendship* (merangkul, melihat nilai-nilai yang tersembunyi)
Individu melihat nilai-nilai yang ada pada waktu keadaan sulit menimpanya. Hal ini merupakan tahap terakhir dalam penerimaan diri.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan proses-proses penerimaan diri melalui tahap beberapa tahapan, menurut Kubler Ross, proses penerimaan diri pertama tahap penolakan, tahap marah, tahap tawar-menawar, tahap depresi, kemudian sampai pada tahap penerimaan. Adapun proses penerimaan diri menurut Germer dimana tahap pertama yaitu tahap *Aversion*, *curiosity*, *Tolerance*, *Allowing*, dan *Friendship*.

2.2 Disabilitas Fisik

2.2.1 Definisi Disabilitas Fisik

Disability menurut kamus psikologi merupakan ketidakmampuan atau ketidaksanggupan. Secara umum merupakan kekurangan dalam kemampuan untuk melakukan performa sejumlah fungsi; dan secara spesifiknya yaitu kelemahan bawaan atau hilangnya fungsi akibat trauma, penyakit, dan sebagainya (Arthur & Emily, 2010).

Menurut Drever, *Disability* (kelumpuhan) merupakan hilangnya atau terhambatnya suatu fungsi, biasanya disebabkan oleh suatu gangguan terhadap struktur bersangkutan (Drever, 1988).

Menurut Sudarsono, *Disability* merupakan kelumpuhan. Kemunduran atau kemerosotan suatu fungsi karena gangguan pada struktur yang bersangkutan, atau hilangnya atau terhalangnya suatu fungsi sebagai akibat gangguan pada struktur yang bersangkutan (Sudarsono, 1993).

Disability menurut WHO yaitu keterbatasan atau kekurangan dari kemampuan untuk melaksanakan aktivitas yang biasanya dapat dikerjakan oleh orang normal sebagai akibat dari "*impairment*", misalnya kesukarannya berjalan, melihat, berbicara, mendengar, membaca, menulis, menghitung. Berkomunikasi dengan orang-orang sekitarnya. Bila *impairment* dapat permanen atau sementara, *disability* juga dapat berlangsung dalam waktu pendek atau lama (Moersintowati, 2005).

Lebih lanjut WHO mengelompokkan tiga definisi disabilitas, yaitu: *Impairment, disability and handicap*. *Impairment* memiliki arti dalam konteks kesehatan adalah suatu kondisi abnormal fisiologis, psikologis atau struktur fungsi anatomi. Sedangkan *disability* memiliki arti keterbatasan dalam melakukan fungsi atau aktivitas yang menurut ukuran orang normal bias dilakukan. *Disability* dapat dikatakan sebagai dampak dari *impairment*. *Handicap* sendiri menurut WHO memiliki arti kerugian yang dialami seseorang yang disebabkan *impairment* atau *disability* yang membatasi dalam memenuhi perannya

sebagai orang normal (bergantung pada usia, jenis kelamin, faktor budaya dan sosial) (Nursyamsi, dkk. 2015).

Disabilitas fisik atau tunadaksa merupakan suatu keadaan rusak atau terganggu sebagai akibat gangguan bentuk atau hambatan pada tulang, otot, dan sendi dalam fungsinya yang normal. Kondisi ini dapat disebabkan oleh penyakit, kecelakaan, atau dapat juga disebabkan oleh pembawaan sejak lahir. Tunadaksa sering juga diartikan sebagai suatu kondisi yang menghambat kegiatan individu sebagai akibat kerusakan atau gangguan pada tulang dan otot, sehingga mengurangi kapasitas normal individu untuk mengikuti pendidikan dan untuk berdiri sendiri (Somantri, 2006).

Tunadaksa berasal dari kata tuna yang berarti kerugian atau tidak punya dan daksa adalah anggota tubuh. Sehingga tunadaksa adalah orang yang secara fisik memiliki kelainan atau kekurangan (Pandji, 2013).

Berdasarkan sejumlah pendapat dari para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa disabilitas fisik atau yang dikenal dengan tunadaksa merupakan suatu keadaan fisik yang mengalami kerusakan atau terganggunya fungsi motorik dalam melakukan aktivitas yang normal yang dapat disebabkan oleh beberapa hal.

2.2.2 Penyebab Terjadinya Disabilitas Fisik

Penyebab terjadinya disabilitas fisik menurut Somantri (2006), dapat disebabkan oleh penyakit, kecelakaan, atau dapat disebabkan oleh pembawaan sejak lahir. Berikut merupakan penyebab terjadinya disabilitas fisik sesuai dengan urutan waktu kejadian diantaranya:

- a. Sebab-sebab yang timbul sebelum kelahiran:
 1. Faktor keturunan.
 2. Trauma dan infeksi pada waktu kehamilan.
 3. Usia ibu yang sudah lanjut pada waktu melahirkan anak.
 4. Pendarahan pada waktu kehamilan.
 5. Keguguran yang dialami ibu.
- b. Sebab-sebab yang timbul pada waktu kelahiran:
 1. Penggunaan alat-alat pembantu kelahiran (seperti tang, tabung, vacuum, dan lain-lain) yang tidak lancar.
 2. Penggunaan obat bius pada waktu kelahiran.
- c. Sebab-sebab sesudah kelahiran:
 1. Infeksi.
 2. Trauma.
 3. Tumor.
 4. Kondisi-kondisi lainnya, seperti kecelakaan (kecelakaan kendaraan bermotor, tenggelam, keracunan, luka bakar, jatuh, gigitan binatang, dan lain sebagainya).

Penyebab terjadinya disabilitas fisik begitu banyak baik timbul dari sebelum kelahiran, waktu kelahiran, dan sesudah kelahiran yaitu salah satunya akibat dari kecelakaan sehingga mengalami cedera. Dari cedera tersebut mengakibatkan seseorang mengalami disabilitas fisik.

2.3 Penerimaan Diri Dalam Perspektif Islam

Semua makhluk hidup yang bernyawa terutama manusia akan diberikan cobaan oleh Allah Swt baik itu

cobaan yang buruk maupun baik, seperti firman Allah Swt dalam Qs. Al-Anbiya ayat 35:

كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ ۗ وَنَبْلُوكُم بِالشَّرِّ وَالْحَيْرِ
فِتْنَةً ۗ وَاللَّيْنَا تُرْجَعُونَ

Artinya: *"Tiap-tiap yang bernyawa akan merasakan mati. Kami akan menguji kamu dengan keburukan dan kebaikan sebagai cobaan (yang sebenarnya). Dan hanya kepada kamilah kamu dikembalikan".*

Dari ayat tersebut menjelaskan bahwa setiap makhluk pasti menuju kefanaan dan kesirnaan, dan setiap jiwa pasti akan merasakan pahitnya kematian sebelum berpisah dari raganya. Oleh sebab itu, janganlah merasa gembira dengan kematian seseorang. Janganlah merasa lega dan puas dengan kematiannya karena masing-masing pasti akan meneguk gelas kematian. Dan kami uji kalian dengan berbagai musibah dan kenikmatan, atau dengan sesuatu yang disenangi dan dibenci, atau dengan kesulitan dan kemakmuran, sehat dan sakit, kaya dan miskin, halal dan haram, ketaatan dan kemaksiatan, petunjuk dan kesesatan supaya Kami mengetahui apakah kalian mampu bersabar dan bersyukur ataukah sebaliknya.

Maksudnya, Kami perlakukan kalian seperti halnya penguji yang sedang menguji supaya kami mengetahui siapa yang bersabar dalam menghadapi kesulitan dan bersyukur dalam menghadapi kelapangan. Tujuan akhir kalian adalah kepada Kami, kepada keputusan Kami, hisab.

Kami, dan pembalasan Kami. Lalu Kami balas tiap amal perbuatan yang pernah kalian kerjakan. Di sini terkandung janji berupa pahala, sekaligus ancaman hukuman (Az-Zuhaili, 2016).

Seperti yang diungkapkan oleh Ali Mustafa Yaqub, bahwa manusia diberikan musibah atau cobaan oleh Allah Swt yaitu dengan tujuan tertentu diantaranya (Reza, 2017):

- a. Untuk menguji keimanan.
- b. Sebagai upaya meningkatkan derajat keiman. Semakin tinggi iman seseorang, maka semakin tinggi pula ujiannya.
- c. Sebagai bukti cinta Allah Swt terhadap hambanya.
- d. Sebagai tanda bahwa Allah Swt menghendaki kebaikan bagi seseorang atau kaum. Kebaikan hal ini berbentuk penerimaan pahala dan menghapus dosa bagi orang yang bersabar menjalani musibah.
- e. Sebagai teguran atau peringatan.

Hal inilah yang dialami para penyandang disabilitas fisik akibat kecelakaan, dimana mereka diberikan cobaan oleh Allah Swt untuk mengikhlaskan kehilangan bagian tubuhnya. Pada kenyataannya anak disabilitas fisik yang baru mengalami ketunaan atau kecacatan memang lebih banyak menunjukkan adanya gangguan emosi. Hal ini sesuai dengan anggapan-anggapan bahwa ketika seseorang baru mengalami ketunaan, ia akan menunjukkan reaksi menolak tetapi semakin lama ia mengalaminya, ia akan dapat menerima ketunaan yang dideritanya sehingga mampu

menyesuaikan diri secara lebih baik dengan lingkungannya (Somantri, 2006).

Sebab Allah Swt memberikaan cobaan sesuai dengan kemampuan makhluknya, seperti firman Allah Swt dalam Qs. Al-Baqarah ayat 286:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

Artinya: *"Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya".*

Ayat tersebut menjelaskan bahwa Islam adalah kemudahan, karena Islam memiliki keistimewaan berupa sedikitnya perintah dan kewajiban, perintah-perintahnya mudah dan ringan serta tidak memberikan beban perintah yang berat dan susah. Di dalam Islam, tidak ada perbedaan perintah di luar batas kemampuan, akan tetapi beban perintah dan kewajiban disesuaikan dengan kemampuan yang ada. Di dalam Islam, ketaatan dijalankan sesuai dengan kadar kemampuan. Mungkin, dalam beberapa hal, ada beberapa perintah yang dibebankan oleh Allah SWT kepada kita yang terasa agak berat, namun itu semua tetap dalam batas-batas kewajaran dan kemampuan, seperti salah satu prinsip Islam yang menetapkan satu orang Mukmin melawan sepuluh orang kafir pada saat jumlah kaum Muslimin sedikit, seperti perintah hijrah meninggalkan tanah kelahiran, keluarga dan pekerjaan. Hanya milik Allah SWT semata segala puji, pemberian, karunia dan nikmat.

Inti dari ayat tersebut merupakan nash yang menegaskan bahwa Allah SWT tidak membebani seseorang dengan sesuatu di luar batas kemampuannya. Ini adalah

prinsip atau kaidah dasar yang agung di dalam Islam dan merupakan salah satu pilar Islam (Az-Zuhaili, 2013).

2.4 Penerimaan Diri Remaja Penyandang Disabilitas fisik Pasca Kecelakaan

Remaja adalah masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa atau tahap peralihan dari satu tahap perkembangan ke tahap berikutnya. Masa remaja sendiri menurut Gunarsa (dalam Al-Mighwar, 2006), meskipun menemui beberapa kesulitan dalam penentuan batasan usia masa remaja di Indonesia menetapkan bahwa masa remaja itu antara usia 12-22 tahun. Seperti yang diungkapkan oleh Surachmad menentukan usia 12-22 tahun adalah masa yang mencakup sebagian terbesar perkembangan *adolescence*. Pada masa ini juga remaja cenderung untuk melakukan segala bentuk kreativitas yang meniru gaya orang dewasa serta keinginan untuk mewujudkan kemandiriannya untuk membuktikan ketidaktergantungan dirinya terhadap orang lain. Namun tidak jarang untuk membuktikan kemandiriannya dan keinginan untuk dapat diakui oleh lingkungan sekitarnya kadang-kadang mereka melakukannya diluar realita hidup sehari-hari. Keberanian untuk mengambil resiko serta emosi yang meledak-ledak menjadi salah satu penyebab terjadinya kecelakaan pada remaja (Soetjiningsih, 2004).

Kecelakaan itu sendiri berasal dari kata "*accident*" yang mempunyai arti kejadian yang timbul karena ketidaksengajaan, berkonotasi suatu peristiwa yang tidak mempunyai pola tertentu dan tidak mampu diprediksi serta berkesan sebagai suatu hal yang fatal. Kemudian muncul istilah "*injury*" yang dalam bahasa Indonesia bearti cedera,

yang artinya suatu kejadian yang menyebabkan kerusakan pada bagian tubuh manusia (Soetjiningsih, 2004). Akibat dari kecelakaan itu remaja dapat mengalami disabilitas fisik, yang dimana mengalami keterbatasan atau kekurangan dari ketidak mampuan untuk melaksanakan aktivitas yang biasanya dapat dikerjakan oleh orang normal sebagai akibat dari *imprairment* yaitu kehilangan atau ke-tidak normalan pada hal-hal yang menyangkut psikis, fisiologis baik struktur maupun fungsinya (Moersintowarti, dkk, 2005). Perubahan fisik yang berubah begitu cepat membuat remaja yang mengalami disabilitas fisik akibat kecelakaan mengalami ketidak penerimaan diri, sehingga remaja mengalami ketidak capaian dalam suatu esensi kebahagiaan, seperti yang diungkapkan oleh Hurlock menjelaskan esensi dari kebahagiaan seseorang yaitu antara lain sikap menerima, kemudian tidak dapat menerima orang lain dan yang dimilikinya, tidak dapat memepertahankan keseimbangan antara harapan dan prestasi (Hurlock, 1980). Dibutuhkan waktu cukup lama bagi remaja disabilitas fisik untuk dapat menerima dirinya sekarang ini, seperti yang diungkapkan oleh Damayanti dan Rostiana (dalam Tentama, 2012), mengatakan bahwa penyandang cacat tubuh atau disabilitas fisik pasca kecelakaan membutuhkan waktu yang lama untuk dapat mencapai tahap penerimaan diri setelah kecelakaan yang dialaminya.

Sehingga diperlukan suatu proses atau tahapan untuk dapat mencapai penerimaan diri tersebut. Seperti yang diungkapkan oleh Kubbler Ros (dalam Nursalam & Kurniawati, 2016), mengatakan terdapat tahapan dalam penerimaan diri, pertama tahap penolakan (*denial*) yaitu

remaja yang mengalami kecelakaan pada awalnya pasti tidak terima akan peristiwa tersebut, karena peristiwa tersebut membuatnya menjadi disabilitas fisik atau cacat tubuh. Kedua tahap marah (*anger*), pada tahap ini remaja disabilitas fisik memberikan reaksi penolakan dengan cara meluapkan emosi atas apa yang ia alami. Ketiga tahap tawar menawar (*bergaining*), pada tahap ini remaja mulai mengalihkan kemarahannya dengan cara memikirkan sesuatu yang berbentuk kesempatan dengan keadaan dirinya saat ini misalnya remaja merasa masih memiliki harapan untuk pulih kembali dengan cara berobat dan terapi. Keempat tahap depresi (*depression*), pada tahap ini remaja mulai putus asa dengan kondisinya sehingga kehilangan rasa harapan yang ia miliki. Dan terakhir tahap penerimaan (*acceptance*), pada tahap ini remaja telah pasrah dengan kondisinya sehingga ia mencoba untuk menerima kenyataan. Terdapat dampak positif ketika remaja telah menerima kenyataan yang dialaminya yaitu remaja mampu mengenali kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya, memiliki keyakinan diri, memiliki harga diri, mampu menerima kritikan, menerima orang lain dan mampu menunjukkan rasa empati dan simpati pada orang lain.

Dari proses penerimaan tersebut terdapat faktor-faktor untuk meningkatkan penerimaan diri seperti yang diungkapkan Hurlock (1990), mengungkapkan agar mampu mencapai tahap penerimaan diri secara total yaitu dibutuhkan aspirasi realistis, dimana remaja harus realistis tentang dirinya dan tidak mempunyai ambisi yang tidak sesuai dengan kemampuannya. Kemudian dibutuhkan wawasan diri, remaja harus mengenal dan menerima

kelebihan dan kekurangan yang dimiliki serta mampu menilai dirinya sendiri. Yang ketiga keberhasilan, remaja disabilitas fisik harus memiliki tujuan atau cita-cita yang realistis maksudnya sesuai dengan kemampuannya sehingga kesempatan untuk berhasil sangat besar. Kemudian wawasan sosial, mampu mengenali situasi dan kondisi di lingkungan sekitar serta mampu menerima orang lain dengan cara memberikan simpati dan empati. Terakhir konsep diri yang stabil, remaja mampu menggambarkan yang ada pada dirinya baik itu mengetahui kemampuan yang dimiliki, mampu menilai dirinya sendiri, dan bagaimana individu menginginkan diri sendiri sebagai individu yang diinginkan atau diharapkannya.

Faktor-faktor tersebut akan optimal jika melibatkan pihak-pihak terkait didalam peningkatan penerimaan diri pada remaja yang mengalami disabilitas fisik akibat kecelakaan yaitu pihak keluarga, masyarakat, teman sebaya dan pemerintah, dengan cara ikut mendukung memberikan semangat dan fasilitas yang dibutuhkan penyandang disabilitas fisik, sebab sebenarnya semua penyandang disabilitas memiliki hak-haknya masing-masing. Hal ini telah ada di dalam Undang-Undang Nomor Pasal 5 UU RI N0 8 tahun 2016, hak penyandang disabilitas secara umum meliputi hak hidup, hak bebas dari stigma, hak hak privasi, hak keadilan dan perlindungan hokum, hak pendidikan, hak pekerjaan, kewirausahaan, dan koperasi, hak kesehatan, hak politik, hak keagamaan, hak keolahragaan, hak kebudayaan dan pariwisata, hak kesejahteraan sosial, hak aksesibilitas, hak pelayanan publik, hak perlindungan dari bencana, hak habilitasi dan rehabilitasi, hak konsesi, hak pendataan, hak hidup secara

mandiri dan dilibatkan dalam masyarakat, hak berekspresi, berkomunikasi, dan memperoleh informasi, hak berpindah tempat dan kewarganegaraan, dan bebas dari tindakan diskriminasi, penelantaran, penyiksaan, dan eksploitasi (Priamsari,2019).

Seperti contohnya di Jerman pada tahun 1722 di Heimshule, didikan sekolah untuk melatih orang-orang tunadaksa sehingga mereka dapat memperoleh pekerjaan yang sesuai dengan kemampuan yang mereka miliki. Pada tahun 1838 di Amerika Serikat didikan pusat rehabilitasi untuk orang-orang tunadaksa dan pada tahun 1897 di Rumah Sakit Minnesota disediakan alat-alat latihan untuk anak-anak tunadaksa. Usaha tersebut diikuti oleh orang Inggris yang memberikan latihan kepada orang-orang tunadaksa dalam bidang ilmu pengetahuan alam, karajinan tangan, dan pertanian (Somantri, 2006).

2.5 Kerangka Berpikir Penelitian

