

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Indera penglihatan merupakan salah satu potensi vital yang dimiliki manusia untuk menjalani hidupnya. Kehilangan indera penglihatan akan menjadi masalah besar yang lebih cenderung berdampak negatif pada kehidupan seseorang, terlebih jika keadaan tunanetra tersebut terjadi setelah seseorang sempat merasakan keadaan memiliki penglihatan yang normal.

Perubahan secara tiba-tiba dari keadaan berpenglihatan normal menjadi tunanetra akan menjadi masalah dalam proses penyesuaian diri seseorang pada hampir keseluruhan hidupnya. Dalam beberapa literatur yang dikemukakan oleh beberapa ahli, terdapat berbagai dampak negatif secara psikologis yang akan ditimbulkan dari ketunanetraan, seperti kehilangan rasa kontrol dan *efficacy*, memandang diri sendiri sebagai inkompeten, cemas, depresi, dan mengakibatkan kehilangan rasa harga diri.

Keadaan tersebut, bisa diperparah oleh sikap negatif, pengabaian, kurangnya penerimaan, atau bahkan penolakan dari masyarakat terhadap ketunanetraan yang bisa menimbulkan rasa inferioritas atau keputus asaan, hal tersebut sangat mungkin terjadi karena pada kenyataannya tidak setiap masyarakat memiliki sikap positif pada ketunanetraan. Selain itu, pemaknaan hidup negatif yang mungkin terjadi pada seorang tunanetra adalah dengan merasa ketergantungan seumur hidup dan ketidak berdayaan.

Dari pemaparan dampak-dampak negatif yang dapat ditimbulkan dari ketunanetraan, maka tidak berlebihan jika kemudian muncul sebuah dugaan bahwa perjalanan hidup bagi seorang tunanetra adalah sesuatu yang akan sulit untuk dijalani. Namun pada kenyataannya, ketunanetraan tidak selalu harus menyebabkan munculnya dampak negatif, masih ada penyandang tunanetra yang tidak memaknai hidupnya secara negatif, bahkan memiliki beberapa pencapaian hidup yang lebih dari orang berpenglihatan normal.

Fenomena tersebut mungkin sulit untuk difahami, namun jika merujuk pada sabda Rasulullah: *"Apabila Allah menghendaki kebaikan (pada seseorang) diberikan kepadanya musibah"* (H.R. Bukhari). Musibah yang diberikan Allah berupa ketunanetraan, bukanlah sebuah isyarat ketidak adilan, itu adalah salah satu cara Allah, dalam menurunkan rahmat-Nya, dan tugas manusia adalah menemukan rahmat yang terkandung di dalamnya dengan semua potensi yang dimiliki.

Pada dasarnya manusia memiliki dua potensi, potensi baik dan juga buruk, ini bisa difahami dari firman Allah dalam Al-Quran : *Maka Allah mengilhamkan kepada jiwa itu (jalan) kefasikan dan ketakwaannya. Sesungguhnya beruntunglah orang yang mensucikan jiwa itu* (Q.S As-Syam ayat 8-9). Di sisi lain, Allah telah menunjukkan pada manusia, jalan yang baik dan yang buruk, melalui ajaran-Nya, seperti mana firman Allah dalam Al-Quran *"Dan Kami telah menunjukkan kepadanya dua jalan (jalan kebajikan dan jalan kejahatan)* (Q.S Al Balad ayat 10). Dari kedua ayat tersebut, dapat difahami bahwa manusia mempunyai pilihan,

untuk bisa mengembangkan potensi baiknya dan memilih jalan yang baik. Wallahu a'lam bishowab.

Hal inilah yang coba dilihat dalam psikologi positif. Seligman, seorang psikolog pakar studi optimisme, mempelopori revolusi dalam bidang psikologi melalui gerakan psikologi positif. Berlawanan dengan psikologi negatif, sains baru ini mengarahkan perhatiannya pada sisi positif manusia, mengembangkan potensi-potensi keutamaan dan kekuatan sehingga membuahkan kebahagiaan.

Seligman (2005), melihat bahwa ditengah ketidak berdayaannya, manusia selalu memiliki kesempatan untuk melihat hidup secara lebih positif. Manusia dipandang sebagai makhluk yang bisa bangkit dari segala ketidakberdayaan dan memaksimalkan potensi diri. Psikologi positif melihat manusia sebagai sosok yang mampu menentukan cara memandang kehidupan. Psikologi positif berpusat pada pemaknaan hidup, bagaimana manusia memaknai segala hal yang terjadi dalam dirinya, dimana pemaknaan ini bersifat sangat subyektif.

Seperti halnya yang terjadi pada R.E, laki-laki (34 tahun), yang mengalami tunanetra ketika usianya baru 10 tahun. Namun hal yang sungguh luar biasa, karena ternyata hal tersebut sama sekali tidak membuatnya putus asa, ia tetap semangat menjalani hidup, dan memiliki pencapaian hidup yang luar biasa, seperti dalam hal pendidikan, profesi, dan karya-karyanya sebagai penulis. Bahkan yang lebih luar biasa, hal tersebut ia lakukan di bawah keadaan ekonomi keluarga yang rendah dan kesadaran akan masih banyaknya pandangan dari orang lain yang memandang rendah pada seorang tunanetra .

Dari wawancara awal yang dilakukan oleh peneliti, didapat sebuah gambaran awal bahwa apa yang telah dilakukan R.E dalam hidupnya, merupakan bentuk rasa terimakasih terhadap apa yang telah diberikan oleh Allah pada dirinya, dan sebagai bentuk ibadah. Selain itu, juga sebagai bentuk terimakasih terhadap orang-orang yang ia anggap telah berjasa dalam hidupnya sehingga ia bisa menjadi seperti sekarang ini. Oleh karena itu, ia selalu termotivasi mensyukuri apa yang telah ada pada dirinya, berusaha menjalani hidup sebaik-baiknya dengan memaksimalkan potensi yang dimiliki, dan ia sudah merasa senang dengan apa yang ia miliknya saat ini.

Dari gambaran awal tersebut, maka dapat teridentifikasi adanya sebuah kekuatan *gratitude* (syukur) yang dimiliki oleh R.E. *Gratitude* (syukur) merupakan salah satu dari 24 kekuatan karakter yang muncul dari enam kekuatan dan keutamaan yang dimaksud oleh psikologi positif. Keutamaan dan kekuatan yang dimaksud keutamaan (*virtue*) sebagai karakteristik inti yang disokong oleh hampir semua tradisi religius dan filosofis, yakni kearifan dan pengetahuan (*wisdom and knowledge*), keberanian (*courage*), kemanusiaan dan cinta (*humanity and love*), keadilan (*justice*), kesederhanaan (*temperance*), dan transendensi (*transcendence*) (Peterson & Seligman, 2004).

Sebagai kekuatan karakter (*character strength*) berarti *gratitude* (syukur) merupakan salah satu komponen psikologis (proses dan mekanisme) yang memperjelas keutamaan, salah satu karakter baik yang mengarahkan individu pada pencapaian keutamaan, atau trait positif yang terefleksi dalam pikiran, perasaan dan tingkah laku (Park, Peterson, & Seligman, 2004).

Fenomena yang terjadi pada R.E, sejalan dengan apa yang dikemukakan oleh Peterson dan Seligman (2004) yang mendefinisikan *gratitude* (syukur) sebagai rasa berterima kasih dan bahagia sebagai respon penerimaan karunia, baik karunia tersebut merupakan keuntungan yang terlihat dari orang lain ataupun momen kedamaian yang ditimbulkan oleh keindahan alamiah. Secara singkat, orang yang bersyukur adalah seseorang yang menerima sebuah karunia dan sebuah penghargaan, dan mengenali nilai dari karunia tersebut. Orang yang bersyukur mampu mengidentifikasi diri mereka sebagai seorang yang sadar dan berterima kasih atas anugerah Tuhan, pemberian orang lain, dan menyediakan waktu untuk mengekspresikan rasa terima kasih mereka (Peterson & Seligman, 2004).

Dari Semua pemaparan di atas, muncul beberapa hal yang menarik untuk dikaji lebih lanjut, tentang bagaimana R.E berterimakasih dengan menerima, mengenali dan mengakui, serta mengapresiasi segala sesuatu yang telah ia terima dari sesuatu yang berada di luar dirinya, dan bagaimana R.E merefleksikan kebersyukuran tersebut dalam menjalani kehidupannya. Akhirnya, semua hal tersebut mengerucut pada sebuah konsep dasar tentang *gratitude* (syukur). Oleh karena itu, dalam hal ini peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang gambaran *gratitude* (syukur) pada tunanetra.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan sebelumnya, dalam hubungannya dengan judul penelitian yang peneliti ajukan, teridentifikasi sebuah masalah yang memerlukan sebuah jawaban dari hasil penelitian yang dilakukan.

Fitzgerald (dalam Peterson dan Seligman, 2004) mengidentifikasi tiga komponen dari bersyukur, yaitu perasaan hangat akan penghargaan (*warm sense of appreciation*) untuk seseorang atau sesuatu; perasaan berkehendak yang baik (*sense of goodwill*) kepada seseorang atau sesuatu; dan kecenderungan untuk bertindak (*disposition to act*) berdasarkan penghargaan dan kehendak baik.

Kemudian Peterson & Seligman (2004) membedakan bersyukur menjadi dua jenis, yaitu personal dan transpersonal. *gratitude* (syukur) personal adalah rasa berterimakasih yang ditujukan kepada orang lain yang khusus, yang telah memberikan kebaikan atau sebagai adanya diri mereka. Sementara *gratitude* (syukur) transpersonal adalah ungkapan terima kasih terhadap Tuhan, kepada kekuatan yang lebih tinggi, atau kepada dunianya.

Dengan berdasar pada komponen *gratitude* (syukur) yang dikemukakan oleh Fitzgerald (dalam Peterson dan Seligman, 2004) dan jenis bersyukur yang dikemukakan oleh Peterson dan Seligman (2004), maka selanjutnya rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana *gratitude* (syukur) R.E secara personal maupun transpersonal?
 - a. Bagaimana perasaan hangat akan penghargaan (*warm sense of appreciation*) R.E untuk seseorang atau sesuatu?
 - b. Bagaimana perasaan berkehendak yang baik (*sense of goodwill*) R.E kepada seseorang atau sesuatu?
 - c. Bagaimana kecenderungan R.E untuk bertindak (*disposition to act*) berdasarkan penghargaan dan kehendak baik?
2. Faktor-faktor apa yang mempengaruhi *gratitude* (syukur) R.E?

1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian

Adapun maksud dari penelitian ini adalah untuk mendapatkan data yang akurat dari variabel-variabel terkait dalam penelitian, dengan tujuan untuk mengetahui gambaran *gratitude* (syukur) pada tunanetra.

1.4 Kegunaan Penelitian

Pada dasarnya setiap penelitian diharapkan dapat berguna bagi pihak-pihak yang memerlukannya dan bisa memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan. Adapun manfaat yang diharapkan dari hasil penelitian ini adalah:

1. Teoritis

Sebagai tambahan khasanah untuk mengembangkan ilmu pengetahuan pada umumnya dan psikologi pada khususnya, serta sebagai apresiasi terhadap munculnya psikologi positif yang telah menyumbangkan paradigma baru dalam psikologi.

2. Praktis

- a. Bagi penyandang tunanetra, dapat dijadikan tambahan pemahaman dan pengetahuan, serta diharapkan akhirnya menyadari akan pentingnya *gratitude* (syukur).
- b. Bagi masyarakat diharapkan selain dapat menyadari pentingnya *gratitude* (syukur), juga dapat memberikan perlakuan yang tepat pada penyandang tunanetra.
- c. Bagi pemerintah, diharapkan dapat menciptakan kondisi lingkungan yang mendukung bagi perkembangan hidup tunanetra.

- d. Bagi peneliti lain, penelitian ini dapat di gunakan sebagai bahan perbandingan dan menambah wacana pemikiran untuk mengembangkan, memperdalam, memperkaya khasanah teoritis mengenai *gratitude* (syukur) pada tunanetra dan memberikan kerangka pemikiran pada penelitian-penelitian berikutnya.

