

Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Tunadaksa Di UPT Rehabilitasi Sosial Cacat Tubuh Pasuruan

Denia Martini Machdan
Nurul Hartini

Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya

Abstract.

This study aimed to determine whether there is a negative correlation between self-acceptance with anxiety to face the working world of individual with physical disability. Based on the research, internally individuals with physical disability generally have a low self-acceptance and high anxiety because of there different physical condition. Externally, individuals with physical disability discriminated by public and have limited employment opportunities.

Research conducted at UPT Rehabilitasi Sosial Cacat Tubuh Pasuruan between the ages of 21 to 35 years with a number of subjects were 40 people consisting of 24 people are male and 16 women.

Data collection tool in the form of self-acceptance questionnaire consisting of 32 items and the anxiety to face the working world consisting of 45 items. Reliability for self-acceptance is 0.788 and 0.901 for anxiety. Data analysis was performed with statistical techniques Product Moment correlation, with the help of SPSS version 16.

Based on the analysis of research data obtained by the correlation between self-acceptance with the anxiety at a -0.475 with p of 0.001. This suggests that there are negative and significant correlation between self-acceptance with the anxiety to face the working world on the individual with physical disability. That is, the higher self-acceptance, the anxiety facing the lower the working world.

Key words: *self-acceptance, anxiety, individual with physical disability*

Korespondensi: Nurul Hartini, Departemen Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Jl. Dharmawangsa Dalam Selatan Surabaya 60286, e-mail: nurul.hartini@psikologi.ac.id atau denia_martini@yahoo.com

Abstrak.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan negatif antara penerimaan diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada tunadaksa. Berdasarkan penelitian, secara internal individu tunadaksa memiliki penerimaan diri yang rendah dan kecemasan yang tinggi dikarenakan kecacatan pada dirinya. Secara eksternal, individu tunadaksa mendapatkan diskriminasi dari masyarakat dan memiliki kesempatan kerja yang terbatas.

Penelitian dilakukan pada klien di UPT Rehabilitasi Sosial Cacat Tubuh Pasuruan yang berusia antara 21-35 tahun dengan jumlah subyek penelitian sebanyak 40 orang yang terdiri dari 24 berjenis kelamin laki-laki dan 16 orang perempuan.

Alat pengumpul data berupa kuesioner penerimaan diri yang terdiri dari 32 butir dan kuesioner kecemasan menghadapi dunia kerja terdiri dari 45 butir. Uji reliabilitas pada skala penerimaan diri sebesar 0,788 dan skala kecemasan sebesar 0,901. Analisis data dilakukan dengan teknik statistik korelasi Product Moment, dengan bantuan SPSS versi 16.

Berdasarkan hasil analisis data penelitian diperoleh nilai korelasi antara penerimaan diri dengan kecemasan sebesar -0,475 dengan p sebesar 0,001. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif dan signifikan antara penerimaan diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada tunadaksa. Artinya, semakin tinggi penerimaan diri, maka kecemasan menghadapi dunia kerja semakin rendah.

Kata kunci: penerimaan diri, kecemasan, tunadaksa

Bentuk tubuh dapat mempengaruhi kuantitas dan kualitas perilaku seseorang, baik dalam proses kematangan individu maupun partisipasi individu dalam kegiatan bermasyarakat. Calhoun dan Accocella (1990) menyatakan apabila fisik-diri mengalami cedera, maka konsep-diri akan menderita, dan jika konsep-diri menderita maka pikiran dan tingkah laku seseorang (diri-sebagai-proses) akan menjadi terganggu, dan begitu seterusnya. Feist & Feist (dalam Dianawati, dkk, 2005) menjelaskan bahwa kekurangan yang terdapat pada salah satu bagian tubuh seorang individu dapat mempengaruhi individu tersebut secara menyeluruh.

Tunadaksa adalah kerusakan/kecacatan/ketidakhormalan pada tubuh, seperti kelainan pada tulang atau gangguan pada otot dan sendi yang menyebabkan kurangnya kapasitas normal individu untuk bergerak dan melakukan aktivitas sehari-hari. Akibat dari kecacatan yang dimiliki, individu tunadaksa menghadapi berbagai masalah, baik dari segi emosi, sosial, dan bekerja (Damayanti dan Rostiana, 2003).

Berdasarkan BPS tahun 2004, individu tunadaksa selalu merasa tertekan dan didiskriminasi oleh masyarakat, diantaranya sikap masyarakat mengejek atau menertawakan sebanyak 69,9%, sikap masyarakat menolak kehadiran mereka sebanyak 35,5%, sikap acuh tak acuh sebanyak 15%, dan sikap masyarakat terlalu protektif sebanyak 13,7% (BPS, 2004 dalam Gladys, 2010). Kecacatan yang dialami individu dan reaksi lingkungan sosial yang tidak mendukung, biasanya membuat usaha yang dilakukan individu tunadaksa pupus begitu saja, sehingga individu tunadaksa kurang dapat mengembangkan potensi dirinya (Damayanti dan Rostiana, 2003).

Ikraputra (2002) mengungkapkan kata 'cacat' secara tidak langsung menunjukkan suatu diskriminasi yang tanpa disadari telah mempengaruhi sikap masyarakat sehingga timbulah perlakuan yang berbeda terhadap mereka yang cacat. Mulai dari pembangunan gedung-gedung, penerimaan siswa, sampai penerimaan pegawai tampak tidak mengakomodasikan kebutuhan dan keberadaan

mereka (Ikraputra, dalam Damayanti dan Rostiana, 2003). Ketua Panitia Hari Penyandang Cacat 2005, Sakaril juga mengungkapkan bahwa, penyandang cacat menghadapi banyak kendala, misalnya adanya diskriminasi yang dilakukan oleh masyarakat, adanya keterbatasan akses untuk fasilitas umum dan kesempatan bekerja bagi para penyandang cacat yang langka meski terdapat jaminan untuk bekerja (dalam Pelita, 2007). Selain itu, Kepala Dinas Sosial Kabupaten Bantul, Mahmudi mengatakan bahwa selama ini tunadaksa masih sulit diterima di dunia kerja. Mereka masih dipandang sebelah mata. Apalagi, jumlah penganggur juga banyak sehingga tunadaksa harus memperebutkan peluang dengan mereka yang secara fisik normal. Ia menambahkan bahwa tidak banyak perusahaan yang mau memperkerjakan tunadaksa, yang sehat saja masih banyak, kenapa harus pakai yang cacat, begitu alasan mereka (dalam Kompas, 2009).

Papu (2002) menjelaskan bahwa individu tunadaksa mengalami kesusahan dalam mencari kerja karena banyak orang yang menganggap atau memberi stigma bahwa individu tunadaksa tidak memiliki kualifikasi yang cukup untuk bekerja. Individu tunadaksa jika bekerja lebih banyak merepotkan serta menambah pengeluaran perusahaan karena harus menyediakan akomodasi dan fasilitas khusus untuk membantu tunadaksa dalam melakukan pekerjaannya. Selain itu, lapangan pekerjaan khusus individu tunadaksa juga sangat minim sekali meskipun telah dibuatnya UU bagi penyandang cacat. Hal-hal inilah yang sering kali membuat para pelamar tunadaksa gagal diterima bekerja bahkan sebelum mereka sempat menunjukkan kualifikasinya.

Akibat dari seringnya individu tunadaksa dihadapkan pada kenyataan bahwa mereka berbeda dengan individu normal, maka keadaan ini dapat mempengaruhi pandangan individu tunadaksa tentang keberadaan dirinya, sehingga akan mempengaruhi penerimaan diri individu terhadap kekurangan yang dimiliki (Lewis, 1987 dalam Wrastari, 2003). Fai Tam (1998) menjelaskan bahwa pada umumnya individu tunadaksa kurang memiliki pengalaman yang positif yang dikarenakan mereka tidak memiliki posisi yang menguntungkan dalam hubungan sosial sehingga mereka menjadi inferior. Perasaan inferioritas pada individu tunadaksa adalah

penerimaan yang buruk mengenai diri sendiri, rendah diri sehingga menyebabkan kurangnya kepercayaan diri, sifat malu pada diri sendiri yang kemudian mengarahkan individu pada usaha mengisolasi dirinya sendiri dan akibatnya, individu tersebut cenderung merasa berbeda secara negatif (Correa dalam Dianawati, dkk, 2005).

Dalam jurnal "*Psychotherapy with Physically Disabled Patients*" menyebutkan bahwa tampak dari luar, turunnya konsep diri dan fungsi adaptif akan menciptakan perubahan yang drastis pada kehidupan seseorang. Maka dari itu konflik yang dihadapi oleh tunadaksa tersebut menyebabkan timbulnya kecemasan dalam bergerak dan perilaku regresif, atau yang mungkin tampak dari luar adalah hubungan sosial yang terganggu (Oliviera, dkk 2004).

Berdasarkan uraian diatas, individu tunadaksa cenderung memiliki perasaan rendah diri yang mengakibatkan mereka mempunyai penerimaan diri yang rendah. Selain itu, individu tunadaksa yang memasuki masa dewasa, mereka memiliki tugas perkembangan untuk mandiri dan bekerja. Secara eksternal, kesempatan kerja yang terbatas ketika akan memasuki dunia kerja dan diskriminasi masyarakat terhadap individu tunadaksa dapat menyebabkan kecemasan. Secara internal, perasaan rendah diri lebih berpengaruh terhadap munculnya kecemasan individu tunadaksa dalam menghadapi dunia kerja sehingga dapat mempengaruhi penerimaan diri. Permasalahan inilah yang menjadi fokus penulis untuk mengkaji apakah ada hubungan antara penerimaan diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada tunadaksa.

Penerimaan Diri

Sheerer (Cronbach 1963, dalam Paramita, 2012) menjelaskan bahwa penerimaan diri adalah sikap dalam menilai diri dan keadaannya secara objektif, menerima kelebihan dan kelemahannya. Menerima diri berarti telah menyadari, memahami dan menerima apa adanya dengan disertai keinginan dan kemampuan untuk selalu mengembangkan diri sehingga dapat menjalani hidup dengan baik dan penuh tanggung jawab. Sheerer (Cronbach 1963, dalam Wrastari, 2003) menambahkan seseorang yang dapat menerima dirinya adalah jika seseorang tersebut mempunyai

keyakinan akan kemampuannya untuk menghadapi kehidupan, menganggap bahwa dirinya berharga dan sederajat dengan orang lain, mampu bertanggung jawab terhadap perilakunya, mampu menerima pujian secara objektif, dan tidak menyalahkan diri sendiri.

Menurut Sheerer (dalam Sutadipura, 1984) menyatakan bahwa ciri-ciri orang yang menerima dirinya adalah

- Individu mempunyai keyakinan akan kemampuannya untuk menghadapi persoalan.
- Individu menganggap dirinya berharga sebagai seorang manusia dan sederajat dengan orang lain.
- Individu tidak menganggap dirinya aneh atau abnormal dan tidak ada harapan ditolak orang lain.
- Individu tidak malu atau hanya memperhatikan dirinya sendiri.
- Individu berani memikul tanggung jawab terhadap perilakunya.
- Individu dapat menerima pujian atau celaan secara objektif.
- Individu tidak menyalahkan diri atau keterbatasan yang dimilikinya ataupun mengingkari kelebihanannya.

Kecemasan

Nevid, dkk (2005) menjelaskan bahwa kecemasan adalah suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri-ciri seperti keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan aprehensif atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Kecemasan merupakan keadaan suasana-perasaan (mood) yang ditandai oleh gejala-gejala jasmaniah seperti ketegangan fisik dan kekhawatiran tentang masa depan (American Psychiatric Association, 1994; Barlow, 2002). Nevid, dkk (2005) menjelaskan bahwa kecemasan dapat ditandai oleh ciri-ciri fisik, behavioral, dan kognitif. Ciri-ciri fisik meliputi: (a) gangguan pada tubuh seperti berkeringat, panas dingin, dan lemas atau mati rasa, (b) gangguan kepala seperti pusing atau sakit kepala, (c) gangguan pernapasan seperti sulit bernapas, jantung berdebar atau berdetak kencang, (d) gangguan pencernaan seperti mual, diare, dan sering buang air kecil, (e) merasa sensitif atau "mudah marah", (f) gelisah/gugup. Ciri-ciri behavioral meliputi: (a) perilaku menghindar, dan

(b) perilaku tergantung. Sedangkan ciri-ciri kognitif meliputi: (a) perasaan khawatir, (b) sulit berkonsentrasi, (c) adanya pikiran yang mengganggu.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Subjek dalam penelitian ini adalah individu tunadaksa di UPT Rehabilitasi Sosial Cacat Tubuh, Pasuruan. Subjek dipilih berdasarkan teknik *purposive sampling*, artinya subjek yang dipilih dalam penelitian ini disesuaikan dengan kehendak atau kepentingan penelitian yang karakteristiknya sudah ditemukan dan diketahui lebih dahulu berdasarkan ciri dan sifat populasinya.

Subjek penelitian berjumlah 40 orang (24 laki-laki dan 16 perempuan) yang berusia antara 21-35 tahun dan tidak mengalami cacat lain selain tunadaksa. Tingkat pendidikan subjek bervariasi mulai dari SD hingga SMA. Mayoritas subjek berpendidikan akhir di tingkat SD, yaitu sebesar 21 orang.

Variabel X dalam penelitian ini adalah penerimaan diri dan variabel Y adalah kecemasan menghadapi dunia kerja. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner penerimaan diri yang berjumlah 32 item dan kecemasan menghadapi dunia kerja yang berjumlah 45 item, dengan pilihan respon Sangat Tinggi, Tinggi, Sedang, Rendah, dan Sangat Rendah. Adapun indikator penerimaan diri yang mengacu pada ciri-ciri penerimaan diri dari Sheerer (dalam Sutadipura, 1984), dan kecemasan dari Nevid, dkk (2005). Koefisien reliabilitas *alfa cronbach* yang diperoleh sebesar 0,788 untuk penerimaan diri dan 0,901 untuk kecemasan yang menunjukkan bahwa kuesioner tersebut reliabel. Analisis data dilakukan dengan menggunakan korelasi *product moment* dari Pearson dengan bantuan SPSS versi 16.0 for windows.

HASIL DAN BAHASAN

Hasil penelitian ini diperoleh nilai korelasi antara penerimaan diri dengan kecemasan sebesar $r = -0,475$ dengan $p = 0,001$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif dan signifikan antara penerimaan diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada tunadaksa. Artinya, semakin tinggi

penerimaan diri, maka kecemasan menghadapi dunia kerja semakin rendah, dan begitu juga sebaliknya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian dalam jurnal "*Psychotherapy with Physically Disabled Patients*" yang menyebutkan bahwa tampak dari luar, turunya penerimaan diri akan menciptakan perubahan yang drastis pada kehidupan seseorang, sehingga konflik yang dihadapi oleh tunadaksa menyebabkan timbulnya kecemasan dalam bergerak dan perilaku regresif, atau yang mungkin tampak dari luar adalah hubungan sosial yang terganggu (Oliviera, Milliner 2004). Artinya, semakin individu tunadaksa tidak mampu untuk menerima keadaan dirinya maka konflik yang dihadapi individu tunadaksa adalah timbulnya kecemasan atau rasa cemas yang dirasakannya individu tunadaksa semakin tinggi.

Efendi (2006) juga mengatakan bahwa individu yang mengalami tunadaksa akan menimbulkan perasaan frustrasi dan harga diri yang rendah. Kecemasan yang tinggi dapat menimbulkan frustrasi, sedangkan harga diri yang rendah akan mempengaruhi penerimaan diri individu sehingga penerimaan diri menjadi rendah, seperti yang telah dijelaskan Sheerer (dalam Sutadipura, 1984), ia menyatakan bahwa salah satu yang dapat mempengaruhi penerimaan diri adalah harga diri. Sehingga dapat dikatakan bahwa individu tunadaksa merasakan kecemasan yang tinggi dan memiliki penerimaan diri yang rendah.

Tabel 1.1.
Kategori Penerimaan Diri

Kategori	Jumlah Subjek	%	Tingkat Penerimaan Diri
Sangat tinggi	1	2,5%	Subjek memiliki penerimaan diri yang sangat tinggi
Tinggi	14	35%	Subjek memiliki penerimaan diri yang tinggi
Sedang	13	30%	Subjek memiliki penerimaan diri yang sedang
Rendah	8	20%	Subjek memiliki penerimaan diri yang rendah
Sangat rendah	4	10%	Subjek memiliki penerimaan diri yang sangat rendah

Tabel 1.2.
Kategorisasi Kecemasan

Kategori	Jumlah Subjek	%	Tingkat Kecemasan
Sangat tinggi	2	5 %	Subjek merasakan kecemasan yang sangat tinggi
Tinggi	10	25 %	Subjek merasakan kecemasan yang tinggi
Sedang	14	35 %	Subjek merasakan kecemasan yang sedang
Rendah	11	27,5 %	Subjek merasakan kecemasan yang rendah
Sangat rendah	3	7,5 %	Subjek merasakan kecemasan yang sangat rendah

Berdasarkan hasil pengkategorian penerimaan diri dan kecemasan, diketahui bahwa subjek lebih banyak berada dalam kategori penerimaan diri yang tinggi dan sedang, sedangkan pada kategori kecemasan subjek lebih banyak berada di kategori sedang dan rendah. Subjek yang memiliki penerimaan diri sangat tinggi memiliki kecemasan kategori sedang. Subjek yang memiliki penerimaan diri tinggi memiliki kecemasan yang kategori tinggi, sedang rendah sangat rendah. Subjek yang memiliki penerimaan diri rendah memiliki kecemasan pada kategori sangat tinggi, tinggi dan sedang. Subjek yang memiliki penerimaan diri sangat rendah memiliki kecemasan dengan kategori tinggi dan sedang.

Berdasarkan penjelasan diatas, diketahui bahwa penerimaan diri subjek terbilang baik karena sebanyak 27 orang memiliki penerimaan diri yang tinggi dan sedang. Hal ini dikarenakan di UPT Rehabilitasi Sosial Cacat Tubuh ini para klien diberi pelatihan berupa pembinaan dan bimbingan sosial yang terdiri dari bimbingan sosial, bimbingan fisik dan bimbingan mental serta kegiatan atau keterampilan berupa

keterampilan penjahitan, *bourdir*, cetak/sablon, dan sebagainya yang nantinya dapat menjamin masa depan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang negatif antara penerimaan diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada tunadaksa di UPT Rehabilitasi Sosial Cacat Tubuh Pasuruan.

PUSTAKA ACUAN

- Calhoun, J.F., & Accocella, J.R. (1990). *Psikologi tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan*. Semarang: IKIP Semarang Press.
- Damayanti, S., & Rostiana. (2003). Dinamika Emosi Penyandang Tunadaksa Pasca Kecelakaan. *Jurnal Ilmiah Psikologi Arkhe*, 08 (1), 15-28.
- Dianawati, Zamralita, & Ninawati. (2005). Perasaan Inferioritas dan Kompensasi Remaja Penyandang Cacat Fisik. *Jurnal Ilmiah Psikologi Arkhe*, 10 (2), 119-136.
- Dwidjo. (2007). Penyandang Cacat Tak Ingin Dikasihani. *Pelita* [on-line]. Diakses pada tanggal 12 Desember 2010 dari <http://www.pelita.or.id/baca.php?id=27047>.
- Efendi, M. (2006). *Pengantar Psikopedagogik Anak Berkelainan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Gladys, A. (2010). Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Aspirasi Perkawinan Pada Perempuan Cacat Tubuh Di UPT Rehabilitasi Sosial Cacat Tubuh, Pasuruan. *Skripsi Sarjana*. Universitas Airlangga, Surabaya.
- Nevid, dkk. (2005). *Psikologi Abnormal*, edisi kelima, Jilid 1. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Oliveira, R.A., Milliner, E.K., & Page, R. (2004). Psychotherapy with Physically Disabled Patients. *Journal Psychoanalytic Psychotherapy*, 58 (4), 430-441.
- Papu. (2002, 27 Agustus). Tunadaksa dan Pekerjaan. Artikel [online]. Diakses pada tanggal 11 Desember 2010 dari http://www.e-psikologi.com/epsi/industri_detail.asp?id=155.
- Paramita, R. (2012). Pengaruh Penerimaan Diri terhadap Penyesuaian Diri Penderita Lupus. *Skripsi Sarjana*. Universitas Airlangga Surabaya.
- Prihtiyani, E. (2009). Kesempatan Kerja bagi Penyandang Cacat Harus Dibuka. *Kompas* [on-line]. Diakses pada tanggal 12 Desember 2010 dari <http://nasional.kompas.com/read/2009/12/03/1338506/function.simplexml-load-file>.
- Sutadipura, B. (1984). *Kompetensi Guru dan Kesiapan Mental Anak*. Jakarta: Rajawali.
- Tam, S.F. (1998). Comparing the Self-Concepts of Persons with and without Physical Disabilities. *The Journal of Psychology*, 132 (1), 78-86.
- Wrastari, A.T. (2003). Pengaruh Pemberian Pelatihan Neuro Linguistik Programming (NLP) terhadap Peningkatan Penerimaan Diri Penyandang Cacat Tubuh pada Remaja Penyandang Cacat Tubuh di Pusat Rehabilitasi Panti Sosial Bina Daksa "Suryatama" Bangil Pasuruan. *Skripsi Sarjana* tidak diterbitkan. Universitas Airlangga.