

BAB II

LANDASAN TEORI

A. *Psychological Well-Being*

1. Pengertian *Psychological Well-Being*

Menurut Huppert dalam jurnal Lavenda Azalia, Leli Nailul Muna, dan Ahmad Rusdi, *Psychological Well-Being* menunjukkan arti akan kemampuan seseorang dalam menjalani kehidupan sehari-hari dengan baik.¹⁸ Seseorang dengan *psychological well-being* yang tinggi akan merasa bahagia, mampu menerima dirinya dengan baik bagaimana adanya dirinya, merasa puas dengan kehidupan yang dimiliki, serta mampu menjalani kehidupan sehari-harinya dengan baik.

Seseorang dikatakan memiliki mental yang sehat jika ia memiliki *psychological well-being* yang tinggi, mental yang sehat dapat diartikan dari berbagai sikap yang terdapat dalam individu, sikap-sikap itu diantaranya adalah sikap mengerti dan menerima kekurangan yang dimiliki dalam dirinya dan kekurangan yang dimiliki orang lain, sikap menghargai dirinya sendiri, sikap memahami kenyataan bahwa semua perilaku terjadi ada penyebabnya, dan sikap mengerti akan suatu dorongan guna aktualisasi diri.¹⁹ *Psychological Well-Being* adalah sebuah konstruk multidimensional yang terdiri dari sikap hidup yang terkait dengan dimensi kesejahteraan psikologis itu sendiri yaitu mampu

¹⁸ Azalia, Lavenda. et.at., “Kesejahteraan Psikologis Pada Jamaah Pengajian Ditinjau Dari Religiulitas Dan Hubbud Dunya”, *Jurnal Psikologi islami*, 1 (Juni, 2018) 36.

¹⁹ Yustinus Semiun, *Kesehatan Mental 1* (Yogyakarta: KANISIUS, 2006), 11.

merealisasikan potensi diri secara kontinew, memiliki penyesuaian sosial yang baik, memiliki kemandirian akan tekanan sosial, memiliki penerimaan diri yang baik, memiliki tujuan hidup serta dapat mengkondisikan lingkungan luar.²⁰

Menurut Ryff dalam jurnal Grecilia Kurniati, Hartini, dan Nanik, *psychological well-being* adalah sebuah kondisi dimana individu memiliki sikap yang positif terhadap dirinya sendiri dan orang lain, dapat membuat keputusan sendiri dan mengatur tingkah lakunya sendiri, dapat menciptakan dan mengatur lingkungan yang kompatibel dengan kebutuhannya, memiliki tujuan hidup, dan membuat hidup mereka lebih bermakna serta berusaha mengeksplorasi dan mengembangkan diri.²¹

Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa *psychological well-being* adalah kemampuan seseorang dalam menjalani hidup dengan baik, mampu membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, memiliki kemandirian terhadap tekanan sosial, maupun menerima diri apa adanya, memiliki arti dalam hidup serta mampu mengontrol lingkungan eksternal.

2. Dimensi *Psychological Well-Being*

a. Penerimaan Diri (*Self-acceptance*)

Kemampuan individu dalam menerima keadaan dirinya secara baik, baik yang positif maupun yang negatif akan dirinya,

²⁰ Ramadhani, Tia, Djunaedi dan Atiek Sismiati S, "Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well-Being*) Siswa Yang Orangtuanya Bercerai (Studi Diskriptif yang Dilakukan Pada Siswa di SMK Negeri 26 Pembangunan Jakarta)", *Jurnal Bimbingan Konseling*, Volume 5, 110

²¹ Gracilia Kurniati. et.at., "*Psychological.*", 4.

serta memiliki sikap yang positif terhadap kehidupannya di masa lalu.²² Individu dikatakan memiliki *psychological well-being* yang tinggi apabila memiliki sikap positif terhadap diri sendiri dan kehidupan di masa lalu, serta mengakui dan menerima keadaan dirinya. Sementara individu dikatakan memiliki *psychological well-being* yang rendah apabila individu memiliki penerimaan diri yang buruk, yaitu merasa tidak puas dengan dirinya.²³

Dalam pandangan islam sikap menerima diri dapat disamakan dengan sikap qana'ah yang memiliki arti suka menerima yang diberikan kepadanya, qana'ah dalam segi bahasa berarti rela atau ridha. Allah SWT berfirman dalam al-Qur'an surat at-Taubah ayat 59:²⁴

وَلَوْ أَنَّهُمْ رَضُوا مَا آتَاهُمُ اللَّهُ وَرَسُولُهُ وَقَالُوا حَسْبُنَا اللَّهُ سَيُؤْتِينَا اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ وَرَسُولُهُ إِنَّا إِلَى اللَّهِ رَاغِبُونَ

Artinya: “Jikalau mereka sungguh-sungguh ridha dengan apa yang diberikan Allah dan rasul-Nya kepada mereka, dan berkata: “Cukuplah Allah bagi kami, Allah akan memberikan sebagian dari karunia-Nya dan demikian (pula) Rasul-Nya, Sesungguhnya kami adalah orang-orang

²² Tia Ramadhani. et.al., *Kesejahteraan.*, 115.

²³ Annisa Fitriani, “Peran Religiusitas dalam Meningkatkan *Psychological Well Being*”, *Al-AdYaN*, (Januari-Juni 2016), Vol. 5 No. 1, 8.

²⁴ QS. At-Taubah (9): 59.

yang berharap kepada Allah” (tentulah yang demikian itu lebih baik bagi mereka).”

Ayat ini menerangkan tentang bagaimana Islam menganjurkan umatnya untuk tidak cepat berputus asa dan percaya sepenuhnya dengan kuasa Allah SWT. Dengan tidak berputus asa menuntun manusia untuk senantiasa menerima keadaan dirinya dengan lapang dada dan percaya bahwa Allah SWT akan memberikan karunia-Nya dengan jalan lain.²⁵

- b. Hubungan yang positif dengan orang lain (*positive relationship with others*)

Mencerminkan individu dengan kemampuan untuk menjalin hubungan dengan orang lain secara baik serta memiliki kesadaran untuk saling berbagi dan menerima, yang dicirikan dengan afeksi, empati, dan keakraban.²⁶ Hubungan positif dengan orang lain dicirikan dengan kemampuan individu dalam mengadakan hubungan interpersonal yang hangat dan saling mempercayai dengan orang lain, kemampuan untuk mencintai ini dipandang sebagai komponen utama dalam kesehatan mental. Individu dikatakan memiliki *psychological well-being* yang tinggi apabila individu mampu untuk bersikap hangat dan percaya dalam berhubungan dengan orang lain, memiliki empati, afeksi, dan keintiman yang kuat.²⁷

²⁵ Annisa Fitriani, “Peran Religiusitas., 8.

²⁶ Tia Ramadhani. et.at., *Kesejahteraan.*, 115.

²⁷ Annisa Fitriani, “Peran Religiusitas., 9.

Dalam al-Qur'an terdapat ayat yang mengajarkan bagaimana cara untuk mejalin hubungan yang lebih akrab dengan sesama. Allah SWT berfirman dalam al-Qur'an surat an-Nisa ayat 86:²⁸

وَإِذَا حُيِّتُمْ بِتَحِيَّةٍ فَحَيُّوا بِأَحْسَنَ مِنْهَا أَوْ رُدُّوهَا إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ

حَسِيبٌ

Artinya: “Apabila kamu diberi penghormatan dengan sesuatu penghormatan, maka balaslah penghormatan itu dengan yang lebih baik dari padanya, atau balaslah penghormatan itu (dengan yang serupa). Sesungguhnya Allah mempertimbangan segala sesuatu.”

c. Otonomi (*Autonomy*)

Mencerminkan kemandirian individu, dimana individu dapat menentukan sesuatu yang baik untuk dirinya, tanpa meminta pendapat dari orang lain, dan kemampuan untuk mandiri dan mengatur perilakunya sendiri. Individu ini tidak memperdulikan penilaian dari siapapun terhadap dirinya dan memiliki kemampuan yang baik dalam pemecahan suatu masalah yang sedang ia hadapi.²⁹

Individu dikatakan memiliki otonomi yang tinggi apabila individu memiliki kemampuan dalam mengarahkan diri dan bersikap mandiri, mampu menghadapi tekanan sosial serta mampu mengatur perilaku diri sendiri dan mengevaluasi diri dengan standar pribadi. sedangkan individu yang memperhatikan pengharapan dan evaluasi

²⁸ QS. an-Nisa (4): 86.

²⁹ Tia Ramadhani. et.at., *Kesejahteraan.*, 115

orang lain, bergantung pada penilaian orang lain dalam mengambil keputusan, menyesuaikan diri terhadap tekanan sosial dalam berfikir dan bertindak laku maka dikatakan sebagai individu yang memiliki otonom rendah.³⁰

Kemandirian dalam Islam merupakan hal yang selalu dianjurkan untuk dilaksanakan dengan tujuan supaya individu menjadi orang yang tidak selalu meminta bantuan orang lain dan memenuhi kebutuhannya dengan usahanya sendiri.³¹ Sebagaimana firman Allah SWT dalam al-Qur'an surat al-Imran ayat 139:³²

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya: “Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.”

Dapat disimpulkan bahwa individu yang otonom adalah individu yang senantiasa mempercayai kemampuan dirinya dalam menghadapi berbagai situasi yang dianggap dapat mengancam dirinya serta memiliki ketrampilan yang baik dalam mengambil keputusan atas suatu permasalahan.³³

³⁰Annisa Fitiani, “Peran Religiusitas., 10.

³¹Annisa Fitriani, Peran Religiusitas, 16.

³²QS. al-Imran (3): 139.

³³Annisa Fitriani, *Peran.*, 9.

d. Penguasaan Lingkungan (*environmental mastery*)

Menggambarkan adanya suatu perasaan kompeten dan penguasaan dalam mengatur lingkungan, memiliki minat yang kuat terhadap hal-hal di luar diri, dan berpartisipasi dalam berbagai aktivitas serta mampu mengendalikannya.³⁴

Manusia diciptakan oleh Allah sebagai khalifah di muka bumi ini, dengan tujuan supaya manusia senantiasa berperan aktif sebagai pengendali dari lingkungannya sebelum dan bukan dikendalikan pihak lain.³⁵ sebagaimana firman Allah SWT dalam al-Qur'an surat al-An'am ayat 165:³⁶

وَهُوَ الَّذِي جَعَلَكُمْ خَلَائِفَ الْأَرْضِ وَرَفَعَ بَعْضَكُمْ فَوْقَ بَعْضٍ دَرَجَاتٍ
لِيَبْلُوكُمْ فِي مَا آتَاكُمْ إِنَّ رَبَّكَ سَرِيعُ الْعِقَابِ وَإِنَّهُ لَغَفُورٌ رَحِيمٌ

Artinya: “Dan dia lah yang menjadikan kamu penguasa-penguasa di bumi dan dia meninggikan sebahagian kamu atas sebahagian (yang lain) beberapa derajat, untuk mengujimu tentang apa yang diberikan-Nya kepadamu. Sesungguhnya Tuhanmu amat cepat siksaan-Nya dan Sesungguhnya dia Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.”

Dapat disimpulkan bahwa individu yang mampu menguasai lingkungan merupakan individu yang dapat memahami keadaan lingkungan dan berusaha untuk bisa mengatur situasi di sekitarnya

³⁴ Tia Ramadhani. et.at., *Kesejahteraan.*, 116.

³⁵ Annisa Fitriani, *Peran.*, 17.

³⁶ QS. al-An'am (6): 165.

sesuai dengan apa yang sedang dibutuhkan, serta berusaha agar kehidupannya tidak dikuasai secara dominan oleh orang lain.³⁷

e. Tujuan Hidup (*purpose in life*)

Meliputi kesadaran akan tujuan hidup dan makna hidup, dan mencerminkan individu dengan keterarahan dalam hidup. Individu ini berpandangan bahwa hidup memiliki arti dan bermakna, baik itu pada masa lalu, masa sekarang, maupun masa mendatang.³⁸ Dimensi tujuan hidup meliputi keyakinan-keyakinan yang memberikan perasaan bahwa terdapat tujuan dan makna didalam hidupnya, baik masa lalu maupun yang sedang dijalannya kini.³⁹

Individu dikatakan memiliki skor tinggi dalam dimensi tujuan hidup apabila individu memiliki tujuan dan arah untu hidupnya, merasa memiliki arti dalam hidup baik di masa lalu maupun di masa kini. Sementara individu dikatakan memiliki skor rendah pada dimensi tujuan hidup apabila individu kurang mempunyai arti dalam hidup, dalam tujuan dan arah dalam hidup serta tidak memiliki sikap atau keyakinan yang memberikan makna hidup.⁴⁰

³⁷ Annisa Fitriani, *Peran.*, 17.

³⁸ Tia Ramadhani. et.at., *Kesejahteraan.*, 116.

³⁹ Annisa Fitiani, "Peran Religiusitas.", 11.

⁴⁰ Diane E. Papalia, et. al., *Perkembangan Manusia* (Jakarta: Salemba Humanika, 2009), 294.

Dalam al-Qur'an sudah ditegaskan bahwa Allah SWT telah menjelaskan apa yang menjadi tujuan kita hidup di muka bumi ini yang tertuang dalam surat adz Dzariyat ayat 56:⁴¹

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ

Artinya: “Dan aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka beribadah kepada-ku.”

Dalam ayat tersebut Allah berfirman bahwa Allah menciptakan jin dan manusia dengan tujuan untuk beribadah kepada Allah. Dalam menjalani kehidupan manusia hendaknya senantiasa memiliki tujuan hidup yang harus dicapainya untuk mewujudkan harapan yang didambakan, dengan begitu manusia dapat merasakan makna hidup yang dijalannya yang dapat membuatnya untuk lebih menghargai diri sendiri secara proporsional.⁴²

f. Pertumbuhan Pribadi (*personal growth*)

Kemampuan individu untuk tumbuh dan berkembang yang berkesinambungan dengan menyadari serta mengembangkan potensi yang dimiliki, terbuka akan pengalaman dan tantangan yang baru.⁴³

Potensi merupakan dasar dari pengembangan manusia, dengan mengembangkan potensi dalam upaya menjadikan individu

⁴¹ QS. adz Dzariyat (51): 56.

⁴² Annisa Fitriani, *Peran.*, 18.

⁴³ Tia Ramadhani. et.at., *Kesejahteraan.*, 116.

yang lebih baik. Upaya pengembangan potensi manusia dijelaskan dalam al-Qur'an surat al-Isro' ayat 70:⁴⁴

وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِّنَ الطَّيِّبَاتِ
وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِّمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا

Artinya: “Sesungguhnya telah kami muliakan anak-anak Adam, kami angkut mereka di daratan dan di lautan, kami beri mereka rezki dari yang baik-baik dan kami lebihkan mereka dengan kelebihan yang sempurna atas kebanyakan makhluk yang telah kami ciptakan.”

Surat al-Isro' ayat 70 diatas mencakup mengenai kemuliaan manusia, serta kelebihan pada diri manusia dari makhluk lain, kelebihan berupa potensi yang ada dalam diri manusia.

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Psychological Well-Being*

1. Usia

Seiring dengan berjalanya waktu dan bertambahnya usia, menyebabkan peningkatan kesejahteraan psikologis, seperti penerimaan diri, otonomi, penguasaan lingkungan, dan hubungan baik dengan orang lain mengalami peningkatan⁴⁵

2. Jenis kelamin

Secara psikologis laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan dalam pertumbuhan pribadi dan perbedaan dalam

⁴⁴QS. al-Isro' (17): 70.

⁴⁵Carol D. Ryff, “Happiness is everythin, or is it? Exploration on the meaning of psychological well-being”. *American Psychological Association*, (1989), Vol. 6: 180.

menjalin hubungan secara positif dengan orang lain. Perempuan memiliki kemampuan lebih baik dalam pertumbuhan pribadi dan dalam membina hubungan secara positif dengan orang lain dibandingkan dengan laki-laki.⁴⁶

3. Status sosial ekonomi

Psychological well-being juga berhubungan dengan status sosial ekonomi individu dilihat dari dimensi penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, tujuan hidup serta penerimaan diri. Ditemukan bahwa individu yang memiliki status sosial tinggi memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi dibandingkan dengan individu dengan status sosial rendah.⁴⁷

4. Dukungan Sosial

Dukungan sosial dapat berkaitan erat dengan *psychological well-being*, dukungan sosial dapat diperoleh dari orang-orang yang berinteraksi dan dekat secara emosional dengan individu. Orang yang memberikan dukungan sosial ini disebut sebagai sumber dukungan sosial.⁴⁸

⁴⁶Safira Shofia Suroyya, “*Psychological Well-Being* pada Anggota Kelompok Sosial Keagamaan di Kecamatan Tembalang”. Skripsi. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang, 2016.

⁴⁷Ibid

⁴⁸Devi Tri Wahyuningtiyas, “Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well-Being*) Orang Tua dengan Anak ADHD (*Attention Deficit Hyperactive Disorder*) di Surabaya”. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Slam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2016.

B. Penyandang Disabilitas

1. Pengertian Disabilitas

Disabilitas atau yang biasa dikenal dengan istilah cacat adalah manusia dengan keterbatasan fisik, dimana mereka memiliki kemampuan yang berbeda dalam menjalankan aktivitas bila dibandingkan dengan kebanyakan orang, selain keterbatasan fisik, mereka juga mengalami kelemahan mental, yang terjadi baik dari bawaan sejak lahir atau karena gangguan penyakit.⁴⁹ Individu yang mengalami keterbatasan fisik, intelektual, mental atau sensoris dalam jangka waktu lama dan kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan masyarakat merupakan definisi dari penyandang disabilitas.⁵⁰

2. Macam-macam Disabilitas

a) Buta (Tuna Netra)

Individu dikatakan tunanetra apabila, individu tersebut tidak dapat melihat dengan kedua mata yang di milikinya tetapi dapat mendeteksi benda-benda yang terdapat di sekitarnya dengan memaksimalkan kemampuan pendengarannya lewat suara yang di dengarnya

b) Tuli (Tuna Rungu)

Individu dikatakan tunarungu apabila, individu tersebut memiliki pendengaran yang tidak berfungsi sama sekali layaknya individu normal pada umumnya.

⁴⁹Takdir Qodratilah, dkk. *Kamus Besar.*, 64.

⁵⁰Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2016 tentang Penyandang Disabilitas, Jakarta, 2016.

c) Bisu (Tuna Wicara)

Individu dikatakan tunarungu apabila, individu tersebut tidak dapat berbicara sebagaimana individu normal pada umumnya. Hal ini dikarenakan permasalahan pendengaran yang tidak terdeteksi sejak lahir.

d) Cacat Fisik (Tuna Daksa)

Individu dikatakan tunadaksa apabila, individu mengalami cacat tubuh yang disebabkan oleh, cacat sejak lahir, kerusakan saraf tulang belakang, kerusakan otak, dan juga karena kecelakaan.

e) Keterbelakangan Mental (Tuna Grahita)

Individu dikatakan mengalami keterbelakangan mental apabila, individu memiliki kecerdasan di bawah rata-rata, memiliki tingkat kecerdasan yang rendah jika dibandingkan dengan individu pada umumnya. Dicitrakan dengan fisik serta perilaku tidak wajar yang berbeda dengan individu pada umumnya.

f) Cacat Pengendalian Diri (Tuna Laras)

Individu dikatakan tunalaras apabila, individu mengalami masalah terkait pengendalian emosi, memiliki kepercayaan diri yang rendah, senang menyendiri serta mengalami kesulitan dalam bergaul.

g) Cacat Kombinasi (Tuna Ganda)

Individu dikatakan tunaganda apabila, individu mengalami cacat tubuh lebih dari satu, contohnya individu yang mengalami

keterbelakangan mental (idiot) sekaligus mengalami cacat pendengaran (tuli) dan individu yang mengalami kebutaan permanen sekaligus mengalami cacat tanganbuntung.⁵¹

C. Disabilitas Tunadaksa

1. Pengertian Disabilitas Tunadaksa

Tuna daksa berasal dari kata “tuna dan daksa”, tuna memiliki arti rugi, kurang, sedangkan daksamemiliki arti tubuh. Sehingga tuna daksa ditujukan kepada individu yang memiliki anggota tubuh yang kurang atau tidak sempurna. Tuna daksa secara etimologis adalah individu yang mengalami kesulitan mengoptimalkan fungsi anggota tubuh sebagai akibat dari luka, penyakit, pertumbuhan yang salah perlakuan, dan akibatnya kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan tubuh tertentu mengalami penurunan. Tuna daksa dapat didefinisikan sebagai bentuk kelainan atau kecacatan pada sistem otot, tulang, persendian yang disebabkan oleh penyakit, virus, dan kkecelakaan baik yan terjadi sebelum lahir, saat lahir dan sesudah kelahiran.⁵²

Disabilitas tuna daksa merupakan Individu dengan kecacatan tubuh yang menetap atau individu dengan kelainan fungsi anggota tubuh.⁵³ Ketidakmampuan anggota tubuh untuk melaksanakan fungsinya dengan

⁵¹Macam/Jenis Cacat Pada Manusia (Disabilitas).
<https://www.google.com/amp/s/amp.kaskus.co.id>

⁵²Imelda Pratiwi dan Hartosujono, “Resiliensi”, 51.

⁵³Dewi Pandji, *Sudahkah Kita Ramah Anak Special Needs?*, (Jakarta:PT Elex Media Kompurindo, 2013), 18.

baik yang diakibatkan baik dari penyakit, luka ataupun pertumbuhan yang tidak sempurna.⁵⁴

2. **Klasifikasi Tunadaksa**

Menurut Soeharso, klasifikasi dapat dilihat dari sistem kelainanya, yaitu sebagai berikut:⁵⁵

- a) Kelainan pada sistem cerebral, adalah suatu kelainan gerak, postur, atau bentuk tubuh, gangguan koordinasi, dan kadang disertai gangguan psikologis dan sensoris yang disebabkan oleh adanya kerusakan pada masa perkembangan otak.
- b) Kelainan pada sistem otot dan rangka, terdapat beberapa macam yaitu *Poliomyelitis, Muscle Dystrophy, Spina Bifida*.
- c) Kelainan ortopedi karena bawaan.

⁵⁴ Pratiwi, Imelda dan Hartosujono, "Resiliensi.", 51.

⁵⁵ Imelda Pratiwi dan Hartosujono, *Resiliensi.*, 51.