

# KEBERSYUKURAN PADA PENYANDANG CACAT DI YOGYAKARTA

**Dwi Widarna Lita Putri & Ika Rosina**

Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Mataram

Email: Litawaspadali26@gmail.com &

ikarosina@gmail.com

## **Abstrak**

Penelitian bertujuan untuk melihat kebersyukuran pada penyandang cacat yang ada di Yogyakarta. Responden penelitian terdiri dari tiga orang cacat yang ada di Yogyakarta. Responden penelitian diambil dengan teknik snowball sampling. Penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi, pengumpulan data dengan menggunakan observasi dan wawancara. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa terdapat dinamika psikologis yang berbeda pada penyandang cacat yang usianya bebrbeda.

**Kata kunci:** *Penyandang Cacat, Kebersyukuran.*

## **Abstract**

This research was conducted to know how the gratitude on the handicap in Yogyakarta. Respondent were three people who are the handicap in Yogyakarta. The sampling technique used was snowball sampling. This research used a qualitative approach to phenomenology and data collection by observation and interview. Based on the results of research and discussion, it can be concluded that there are different psychological dynamics of handicap in the different age.

**Keyword:** *Handicap, Gratitude.*

## A. Pendahuluan

Bersyukur tampak seperti perbuatan yang mudah dilakukan, namun pada praktik sehari-hari masih banyak yang belum benar-benar bersyukur dengan apa yang telah dimiliki. Seseorang yang memiliki rasa kebersyukuran yang tinggi maka ia menjalani hidup dengan produktifitas tinggi yang menjadikan seseorang hidup dengan kondisi yang sehat. Kesehatan itu sendiri merupakan suatu keadaan dimana manusia telah mencapai kesejahteraan baik dalam aspek fisik maupun psikologis. Keadaan fisik misalnya badan sehat dan bugar, lancarnya pencernaan dan detak jantung normal. Sedangkan kesehatan psikologis seperti bahagia sehingga dapat terhindarnya dari gangguan jiwa, meminimalkan tingkat depresi dan stress, dapat melakukan adaptasi serta memanfaatkan potensi secara maksimal.

Kebersyukuran yang dilakukan manusia dapat meningkatkan perasaan bahagia seperti dalam studi dan penelitian oleh Emmons, dari University California.<sup>1</sup> Terdapat fakta bahwa bersyukur secara teratur dapat meningkatkan kebahagiaan sebanyak

25 persen. Hasil dari penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa bersyukur dan berfikir positif dapat mempengaruhi hubungan dengan orang lain, *mood* dan kesehatan fisik. Dalam penelitian tersebut Emmons mengamati hubungan antara kebahagiaan yang didapat dari rasa syukur terhadap kesehatan fisik seseorang. Dalam riset ini, tim peneliti meminta para responden untuk mengisi buku harian selama 10 minggu. Buku harian ini berisi lima hal yang disyukuri yang terjadi minggu lalu. Hasilnya terbukti 25 persen lebih bahagia dari sebelumnya. Mereka juga menunjukkan kondisi tubuh yang lebih bugar daripada orang-orang yang kurang bersyukur atas apa yang mereka alami. Sehingga riset ini menunjukkan bahwa rasa bersyukur dapat membawa efek yang luar biasa dari segi fisik dan psikososial.

Syaikh 'Abdurrahman al-Sa'di (Al-Fauzan) menyatakan "orang yang bersyukur adalah orang yang baik jiwanya, lapang dadanya, tajam matanya, hatinya penuh dengan pujian kepada Allah dan pengakuannya akan nikmat-Nya, merasa senang dengan kemuliaannya, gembira dengan kebaikannya, serta lisannya selalu basah pada setiap waktu dengan

<sup>1</sup>Emmons, R. A & McCullogh, M. E., "Counting Blessings Versus Burdens: An Experimental Investigation of Gratitude and Subjective Well-Being in Daily Life". *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol.84No. 2, (2003), 377-389.

bersyukur dan berzikir kepada Allah”.<sup>2</sup> Nash Al-Qur’an menjelaskan bahwa orang yang bersyukur sebenarnya mensyukuri dirinya sendiri.

Individu yang secara fisik memiliki kelengkapan tubuh yang normal, belum tentu dapat bersyukur dengan baik. Apalagi dengan individu yang mengalami cacat secara fisik. Individu yang tidak mempunyai kelengkapan fisik dikenal dengan nama penyandang cacat, penyandang cacat dalam istilah lain disebut *diffrenly able*, yang secara harfiah berarti sesuatu yang berbeda atau memiliki kekurangan. Dalam Convention on The Rights of Persons with Disabilities, Penyandang cacat yaitu mereka yang memiliki penderitaan fisik, mental, intelektual atau sensorik dalam jangka waktu lama, dimana menyulitkan dalam setiap interaksi dengan lingkungan sosialnya.

WHO mengatakan bahwa kecacatan telah menimpa sekitar 15% dari total penduduk di Negara-negara dunia. Sedangkan, di Indonesia jumlah penyandang cacat mencapai 2,8 juta dari seluruh penduduk Indonesia (Antarnews.com).<sup>3</sup> Sedangkan pada tahun 2011, jumlah penyandang cacat

yang berada di wilayah Yogyakarta sebanyak 3.353 jiwa.

Permasalahan yang dihadapi oleh penyandang cacat bersifat multikompleks, karena sebagian besar penyandang cacat tubuh mengalami ketidak berdayaan yang disebabkan karena kehilangan fungsi pengendalian diri, mengalami kehilangan kedudukan, mengalami kekurangan dukungan emosional, serta mengalami perasaan penolakan diri. Selain itu, adanya diskriminasi penyedia tenaga kerja juga menyebabkan penyandang cacat sulit mendapatkan pekerjaan. Fasilitas-fasilitas umum pun belum ramah kepada penyandang cacat seperti kemudahan dalam bertransportasi dan berkomunikasi. Di Yogyakarta sendiri sebenarnya sudah ada beberapa fasilitas umum yang telah disediakan untuk para penyandang cacat tetapi belum dioptimalkan. Contohnya, toilet atau eskalator khusus penyandang cacat sehingga penyandang cacat masih dibedakan secara kontras dengan orang normal pada umumnya di lingkungan sekitar.

Dari penjabaran singkat di atas, menunjukkan bahwa ada banyak perlakuan berbeda yang diterima oleh penyandang cacat dari lingkungannya, hal ini tentu akan berpengaruh terhadap kebersyukuran yang mereka lakukan. Dengan demikian, peneliti

<sup>2</sup>Al-Fauzan, A. B. S. *Indahnya Bersyukur Bagaimana Meraihnya*, (Bandung: Marja, 2007), 36.

<sup>3</sup><http://www.antarnews.com/berita/399334/penyandang-cacat-di-indonesia-mencapai-28-juta> (Senin, 7 Oktober 2013)

tertarik untuk meneliti kebersyukuran pada penyandang cacat di Yogyakarta.

## B. Metode Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Pendekatan fenomenologis merupakan riset kualitatif yang berakar pada filosofi dan psikologi yang berfokus pada pengalaman hidup manusia. Fenomenologi adalah studi tentang pengetahuan yang dari kesadaran atau cara seseorang memahami objek dan kejadian dengan mengalami secara sadar. Penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenologi karena ingin memahami makna peristiwa serta interaksi pada orang-orang dalam situasi tertentu. Penelitian ini akan mendiskusikan tentang suatu objek kajian dengan memahami inti pengalaman dari suatu fenomena.

## C. Karakteristik Subjek

Subjek dalam penelitian ini diambil dengan *carasnowball sampling*. Tidak ada kriteria khusus dalam jenis kelamin, usia dan jenis cacat yang dimiliki. Peneliti juga mengabaikan kriteria apakah cacat yang dimiliki subjek adalah bawaan sejak lahir atau cacat yang baru didapat setelah mengalami kecelakaan. Kriteria subjek dalam penelitian ini hanya subjek

yang mengalami kecacatan fisik atau penyandang cacat.

## D. Pengumpulan Data

Data dalam penelitian ini dikumpulkan dengan cara observasi dan wawancara di lapangan secara mendalam. Observasi dan wawancara dilakukan di Rumah Subjek. Observasi dilakukan untuk melihat kegiatan sehari-hari subjek di rumah dan melihat perilaku subjek saat wawancara dilakukan. Hal tersebut memberikan gambaran tentang kebersyukuran yang subjek lakukan dalam kehidupan sehari-hari. Wawancara dilakukan dengan mengajukan tiga pertanyaan utama, selanjutnya akan ada *probing* dari jawaban subjek. Tiga pertanyaan utama dalam wawancara yaitu:

1. Apa makna syukur menurut subjek?
2. Dalam situasi apa subjek bersyukur? Sebaliknya?
3. Apakah subjek bersyukur akan keadaanya saja (cacat) atau juga bersyukur dalam situasi lainnya?

## E. Teknik Analisis Data

Data yang telah didapat dianalisis dengan deskriptif kualitatif. Hasil yang didapat dari wawancara dianalisis dengan teknik analisis tematik, yaitu

teknik mencari tema-tema penting untuk mendeskripsikan fenomena (Daly, Kellehear, & Gliksman, dalam Fereday & Muir-Cochrane).<sup>4</sup>

## F. Hasil Penelitian

Sesuai dengan pengertian syukur menurut Al-Fauzan (2007), bersyukur arti asalnya adalah tampak atau nyata, seperti dalam bahasa Arab “*dabah syukur*” (binatang itu tampak lebih gemuk dari binatang lainnya), “*naqah syukur*” (tanaman yang dapat tumbuh dengan baik ditanah yang kering).

Ibnu Manzhur (Al-Fauzan, 2007) mengatakan bahwa syukur adalah membalas kenikmatan (kebaikan orang lain) dengan ucapan, perbuatan, dan niat. Seseorang harus menyampaikan (sanjungan) kepada yang memberikannya dengan ucapan, dengan ketaatan sepenuhnya, serta berkeyakinan bahwa yang memberinya itu semua adalah Allah SWT. Adapun kata *syukur* adalah bentuk *mubalaghah* dari kata *syukur* yang merupakan salah satu nama Allah. Sebagaimana yang akan diterangkan bahwa *syukur* yang digunakan untuk hamba Allah artinya mereka yang bersungguh-sungguh bersyukur kepada tuhanNya

dengan mentaati segala perintah-Nya, serta mempergunakan nikmat itu dalam hal yang mengakui nikmat Allah dan mengakui Allah sebagai pemberinya, tunduk kepada-Nya, cinta kepada-Nya, ridha terhadap-Nya, serta mempergunakan nikmat itu dalam hal yang disukai Allah dalam rangka taat kepada-Nya. Rasa syukur harus disertai ilmu dan amal yang disadari oleh ketundukan serta kecintaan kita kepada Tuhan pemberi nikmat.

Menurut Al-Munajjid (2006) yukur dapat muncul dikarenakan tiga aspek yaitu:

1. Mengenal nikmat, merasakan dalam hati, menyadari dan yakin bahwa segala nikmat yang kita rasakan merupakan nikmat yang diberikan Allah SWT.
2. Menerima nikmat, menyebut dan memperlihatkan kesenangan akan nikmat yang diberikan-Nya, karena memahami nikmat itu adalah bentuk karunia dan kemurahanNya.
3. Memuji Allah atas pemberian nikmat

Pujian terhadap nikmat ada dua macam, yaitu yang pertama bersifat umum seperti dermawan, pemurah dan berbagi. Sedangkan yang kedua bersifat khusus yaitu mengutaran nikmat secara spesifik terhadap

<sup>4</sup>Fereday, J, & Muir-Cochrane, E. Demonstrating rigor using thematic analysis; A hybrid approach of inductive and deductive coding and theme development, *International Journal of Qualitative Methods*, Vol. 5 No. 1, (2006), 1-11.

nikmat-nikmat yang diperoleh lalu mengungkapkan dengan lisan dan menggunakan nikmat tersebut dalam jalan yang diridhoiNya.

Sesuai dengan beberapa aspek diatas, kita bisa mengaitkan antara jawaban beberapa subjek yang telah peneliti wawancara untuk mendapatkan data tentang kebersyukuran. Pengambilan data dilakukan pada tanggal 7 dan 8 Desember 2013. Penelitian ini melibatkan 3 subjek. Subjek 1 adalah Bapak N (51 tahun) yang bekerja sebagai tukang fotocopyan. Fotocopyan tersebut adalah milik keluarganya yang berada di dekat Kampus 1, Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta. Bapak N mengalami kelumpuhan pada kakinya. Berdasarkan wawancara dengan Bapak N, kelumpuhan pada kaki telah dialaminya selama 20 tahun. Cacat yang dialaminya ini dikarenakan kecelakaan. Semenjak kecelakaan tersebut Bapak N tidak mampu berjalan secara normal. Sampai sekarang bapak N menggunakan kursi roda sebagai alat bantu jalan.

Bersyukur menurut Bapak N adalah berterimakasih kepada Tuhan atas kenikmatan hidup yang bisa ia jalani sekarang, walaupun dengan keadaannya yang terbatas secara fisik. Bersyukur menurut Bapak N adalah dengan cara mengucapkan syukur kepada sang pencipta dan juga tetap

menjalankan apa yang diperintah dan menjauhi apa yang dilarang olehNya. Jika sesuatu yang didapatkan itu berupa nikmat yang bisa dibagi dengan orang lain, maka bersyukur juga dapat dilakukan dengan membagi nikmat tersebut dengan orang lain. Bapak N juga mengatakan bukan hanya nikmat yang harus disyukuri, tetapi apapun itu yang telah diberikan olehNya, wajib disyukuri, termasuk dengan ujian hidup. Menurut Bapak N, ketika mendapatkan ujian hidup, maka bentuk syukur yang dilakukan adalah selalu berprasangka baik kepada Tuhan.

Menurut Bapak N, banyak situasi yang bisa ia syukuri, seperti dia mampu beraktivitas dengan kondisi kaki yang lumpuh. Bapak N juga bersyukur dengan keluarga yang dia miliki, Bapak N memiliki keluarga, terutama istri yang setia dan tetap mendukungnya. Istrinya tetap merawat Bapak N dengan baik meskipun bapak N mengalami kelumpuhan. Begitupun anak-anaknya, tetap menghormati, menjaga dan melihat bahwa tidak ada sesuatu yang berkurang dari Bapak N semenjak mengalami kelumpuhan.

Selain itu, karena Bapak N bekerja sebagai tukang fotocopy di lingkungan sebuah kampus, Bapak N berinteraksi dengan banyak orang. Bekerja sebagai tukang fotocopy memang tidak memberikan penghasilan yang tinggi,

namun sampai saat ini Bapak N bersyukur dengan pekerjaan yang dia miliki. Menurut Bapak N, pekerjaannya ini tidak hanya menghasilkan uang, tetapi juga menghasilkan banyak pelajaran hidup yang dapat dia ambil. Menjadi tukang fotocopy membuat Bapak N bertemu dengan banyak orang. Banyak orang yang menjadi pelanggan di tempat fotocopynya yang sudah akrab dengannya. Bapak N dikenal sebagai orang yang baik dan humoris. Bahkan kadang, orang datang ke fotocopyan Bapak N hanya untuk sekedar menyapa beliau, menanyakan kabar atau mengobrol. Hal tersebut disyukuri Bapak N karena beliau merasa dia tetap dianggap seperti orang normal pada umumnya.

Bapak N merasa sejak mengalami kelumpuhan, ia tidak bisa maksimal dalam melakukan banyak aktivitas, terutama tugas sebagai suami yang wajib bekerja untuk memenuhi semua kebutuhan keluarganya. Bapak N mengaku kadang ketika dia teringat kejadian yang menyebabkan kelumpuhan pada kakinya, Bapak N merasa sedih. Bapak N merasa bersalah kepada keluarganya, karena kelumpuhan yang dialaminya maka dia tidak bisa menafkahi keluarganya dengan lebih baik. Menurut Bapak N, dia sulit mendapatkan pekerjaan yang berpenghasilan

tinggi karena kekurangan yang dia miliki. Hal tersebut berdampak pada kesejahteraan keluarganya. Perasaan seperti itu muncul hanya ketika Bapak N teringat akan kejadian kecelakaan yang menyebabkan dia lumpuh. Bapak N akan merasa sedih dan merasa bersalah. Bapak N juga kadang merasa menyesal dan berpikir kalau saja dia pada waktu itu ia pergi dengan kendaraan pribadinya, bukan dengan kendaraan umum, mungkin dia tidak akan mengalami kecelakaan dan dia tidak akan mengalami kelumpuhan seperti sekarang, dan dia bisa mendapatkan pekerjaan yang lebih layak secara jabatan dan penghasilan sehingga keluarga yang dia miliki juga bisa hidup lebih baik lagi.

Pada akhirnya Bapak N tetap bersyukur dengan kondisi yang dia alami sekarang, dimana dia mengalami kelumpuhan pada kaki sehingga tidak bisa dengan bebas melakukan banyak aktivitas. Bapak N bersyukur karena setelah kecelakaan tersebut, dia hanya mengalami kelumpuhan pada kaki, bukan suatu hal yang lebih mengerikan. Bapak N berpikir bahwa sebenarnya Tuhan menyayangnya dengan cara memberikan ujian berupa kelumpuhan pada kakinya. Tuhan masih memberikan kesempatan pada Bapak N untuk tetap bersama dengan orang-orang terdekatnya, istri dan anak-anak.

Bapak N masih bisa membahagiakan orang-orang terdekatnya walaupun dengan kemampuan terbatas yang dia miliki. Menurut Bapak N, kekurangan dia adalah sebuah kelebihan yang diberikan Tuhan untuk mengangkat derajatnya di mata Tuhan.

Subjek 2 dalam penelitian ini masih mempunyai hubungan persaudaraan dengan subjek 1. Subjek 2 adalah S, keponakan dari Bapak N. S adalah seorang perempuan berusia 29 tahun. Saat ini S bekerja di tempat bapak N bekerja. S diminta oleh Bapak N membantu tempat fotocopyan yang dimiliki oleh Bapak N. S adalah seorang tunanetra. Dia mengalami kebutaan pada mata sebelah kirinya. Buta pada mata sebelah kiri sudah dialami S sejak dia lahir. Jadi, cacat yang dimiliki S adalah cacat bawaan.

Syukur menurut S adalah ketika mendapatkan sesuatu yang dia butuhkan, maka harus berterimakasih, tetapi kadang bersyukur tidak hanya ketika S mendapatkan sesuatu yang dibutuhkan. Bersyukur juga dilakukan ketika mendapatkan musibah. Menurut S, apapun musibah yang sedang dialami oleh seseorang, pasti ada suatu kebaikan di dalamnya. Dibalik setiap musibah pasti ada sesuatu yang diambil hikmahnya. S mengatakan ketika mendapatkan musibah, belum ada hikmah yang dapat diambil, mungkin

itu karena belum yakin apakah musibah itu membawa kebaikan atau tidak.

S sebagai penyandang cacat, buta pada mata sebelah kiri, mensyukuri keadaannya itu. Dia sadar, dia tidak seperti orang normal lainnya. Kekurangannya hanya terletak pada kebutaan mata kirinya. Selain itu, S merasa dia sama seperti orang normal. Fungsi tubuh lainnya yang dimiliki S berfungsi dengan baik. Hal tersebut membuat S bersyukur. Meskipun dia buta pada mata sebelah kiri, itu tidak menghambat dia melakukan banyak kegiatan. S tetap bisa berinteraksi dengan lingkungan sosial dengan baik. Hal ini terbukti dari keberhasilan S menyelesaikan pendidikannya sampai bangku SMA. S juga bersyukur dengan keluarga yang dia miliki. Keluarganya masih tetap menerima kekurangannya dan tetap merawatnya sampai sekarang.

S mengaku kadang ada situasi dimana dia tidak bersyukur. Seperti dia baru mendapatkan pasangan hidup pada saat S berusia 28 tahun. S merasa telat menikah dibanding dengan teman-temannya. Hal ini dirasakan subjek karena kebutaan pada mata kiri subjek merupakan suatu halangan untuk dia dalam mendapatkan pasangan hidup. Dia merasa dengan kekurangannya ini subjek tidak sama dengan teman-temannya, dimana pada usia

sekarang (29 tahun) harusnya sudah mempunyai anak. Hal lain yang masih sulit diterima oleh S yaitu lingkungan sosialnya, dimana masih ada orang-orang yang tidak bisa menerimanya. Sulit memiliki sahabat sejak S duduk di bangku SMP. Hingga saat ini, S tidak punya teman dekat.

Selanjutnya pada subjek yang ketiga yang berinisial R (13 tahun), memiliki jenis kelamin perempuan dan saat ini duduk di bangku kelas 1 SMP. R adalah anak ke 2 dari 3 bersaudara. Catatan yang dialami R adalah bibir sumbing. Berdasarkan penuturan R, Ia telah mengalami kecacatan sejak lahir.

Berdasarkan penuturan R, bersyukur adalah berterimakasih kepada tuhan atas kebahagiaan yang telah dilimpahkan sehingga Ia memiliki teman dan keluarga yang menyayangi dan mengerti dengan keadaannya.

Situasi yang R syukuri adalah ketika ada seseorang yang mau berteman dengannya, karena R menyadari bahwa karena kecacatannya maka tidak banyak orang yang ingin mendekatinya, sehingga teman yang ia miliki dari lahir sampai sekarang masih bisa dihitung dengan jari. Selain itu R bersyukur karena Ia memiliki keluarga yang menyayangi dan menerima keadaannya yang cacat. R pun mampu berkomunikasi dengan keluarganya yaitu seperti

adik, kakak, ayah dan ibunya, baik itu dilakukan dengan komunikasi verbal yang diutarakan dengan suara tidak begitu jelas dan lantang tetapi mampu dimengerti. R merasa Ayah dan Ibunya pun tidak pernah membeda-bedakan perlakuan yang berikan kepada Ia dengan saudaranya. Seperti dalam hal membelikan mainan, pemberian uang jajan, perlengkapan kebutuhan sekolah dan pakaian, walaupun saudara subjek normal tidak seperti dirinya.

R bersyukur dengan adanya Ayah dan Ibu yang mampu menafkahi keluarganya. Ayah dan ibunya bekerja sebagai PNS sehingga Ia dan adiknya mampu hidup dengan cukup karena R sadar bahwa banyak orang yang hidup dijalanan yang bersusah payah untuk mencari makan.

Sedangkan situasi yang Ia tidak syukuri adalah ketika teman-teman yang ada di sekolah menjauhinya dan tidak mau berteman dengannya karena teman-teman menganggapnya tidak cantik dan tidak menarik dibandingkan dengan teman-teman lainnya yang normal. Terkadang ia pun berfikir apa kesalahan yang ia perbuat sehingga Tuhan tidak berlaku adil kepadanya. Ia pun sering menangis karena perlakuan yang diberikan oleh teman-temannya di sekolah. Teman-teman di sekolahnya sering mengejeknya "Si buruk rupa". R kadang merenung dan

berfikir mengapa Tuhan memberikan cobaan yang begitu berat kepadanya. Ia melihat banyak teman-teman yang ada disekitarnya adalah anak yang pintar dan berprestasi serta memiliki bakat yang lebih tetapi R merasa tidak memiliki kelebihan apapun dibandingkan teman-temannya yang lain dan hanya ejekan yang di dapatkan. Banyaknya ejekan yang diberikan oleh teman-temannya maka R pun menarik diri dan menjadi susah bergaul dengan orang baru yang Ia kenal karena kurang percaya diri terhadap kekurangan yang R jalani sekarang.

Berdasarkan wawancara dan observasi yang telah dilakukan maka bisa disimpulkan R mampu bersyukur dengan keadaan keluarganya yang mampu menerima Ia apa adanya seperti Adik, Kakak, Ibu dan Ayah yang mampu mengerti dengan kekurangannya. Walaupun ada juga hal yang membuatnya tidak bersyukur seperti lingkungan sekitar seperti teman-teman yang ada di sekolah yang mengucilkan, karena kekurangan yang Ia miliki sehingga mengakibatkan R menangis dan menyesali keadaan yang Ia alami. R belum mampu mengambil hikmah terhadap cobaan yang diberikan Tuhan kepadanya sehingga Ia menjadi seseorang yang menarik diri dalam pergaulan dan tidak percaya diri. R kurang mampu

memaknai bahwa kekurangan yang ia miliki adalah suatu cobaan yang Ia harus hadapi dengan tegar dan berfikir bahwa kekurangan yang ia hadapi sekarang bukanlah hambatan dalam berproses mejadi lebih baik yaitu seperti berinteraksi dengan teman di sekolah dan lingkungan luar lainnya.

Dari wawancara yang telah dilakukan, peneliti menyimpulkan ada beberapa hal yang dapat mempengaruhi kebersyukuran pada penyandang cacat:

1. Usia penyandang cacat
2. Jenis cacat yang dialami
3. Rentang waktu menyandang cacat
4. Lingkungan sosial

Sedangkan setelah penyandang cacat tersebut bersyukur, maka akan mempengaruhi:

1. Penerimaan diri
2. Respon terhadap lingkungan
3. Cara adaptasi mereka dengan lingkungan
4. Kebahagiaan

Selain itu kebersyukuran menurut Al-Fauzan (2007) dengan arti kebersyukuran menurut ketiga subjek berbeda karena ukuran kebersyukuran seseorang berbeda, atau masih bersifat subjektif. Akan tetapi ciri-ciri kebersyukuran menurut Al-Munajjad (2006) dengan beberapa

pernyataan kebersyukuran ketiga subjek memenuhi kriteria ketiga ciri kebersyukuran.

## G. Pembahasan

Dalam penelitian ini, peneliti melihat dinamika psikologis kebersyukuran yang dialami oleh penyandang cacat, yaitu proses kebersyukuran yang terjadi pada diri subjek penyandang cacat berbeda-beda. Pada subjek yang cacat dari lahir, kebersyukuranyangterjadipada dirinya terbentuk dari kecil sehingga mampu beradaptasi lebih awal. Adaptasi yang dilakukan dengan lingkungan dan orang sekitar, tetapi akan berbeda pada subjek yang menyandang cacat setelah menjalani kehidupan yang normal dalam rentang waktu yang lama, adaptasi yang dilakukan lebih kompleks. Subjek lebih bekerja keras untuk berproses dalam beradaptasi dengan keterbatasan yang dialami sehingga mampu menerima dirinya sendiri, dengan lapang dada dan tidak mengeluh. Hal ini akan membawa seseorang dalam perasaan yang terbuka dengan orang lain. Saat seorang telah mampu menerima diri sendiri dan terbuka dengan orang lain, maka seseorang akan mampu bersyukur dengan keadaan yang dialami. Saat mendapatkan suatu cobaan, seharusnya seseorang mampu mengambil hikmah

dari setiap kejadian yang menyimpannya. Pengambilan hikmah yang dilakukan akan membawa seseorang untuk bersyukur dan lebih menerima musibah sehingga akan mengakibatkan ia menjadi manusia yang lebih takwa dan beriman.

Menurut Wood dkk (2009), kebersyukuran merupakan sebuah sikap yang dapat menunjang sekaligus dapat meningkatkan kualitas kehidupan manusia, seperti pada para penyandang cacat yang mampu bersyukur terhadap kehidupan yang dijalani. Kebersyukuran tersebut dapat dirasakan, dipelihara dan dapat membalas rasa kebersyukuran yang dirasakan dengan ucapan dan perbuatan. Kebersyukuran pun mempengaruhi penerimaan diri, cara adaptasi dengan lingkungan, kebahagiaan dan respon terhadap lingkungan. Hal tersebut menunjukkan bahwa bersyukur dapat membentuk kepribadian yang positif terhadap keterbatasan yang dihadapi seperti keterbatasan yang dihadapi oleh para penyandang cacat.

## H. Kesimpulan dan Saran

### 1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, peneliti dapat menyimpulkan bahwa ada beberapa

hal yang berkaitan dengan hasil penelitian yaitu:

- a. Dari ketiga subjek penelitian, maka penyebab kecacatan fisik dapat dibagi menjadi dua yaitu cacat yang dibawa dari sejak lahir dan cacat yang didapat karena kecelakaan yang dialami ketika hidup.
- b. Penerimaan yang positif dari diri sendiri, keluarga dan lingkungan sosial atas kecacatan fisik yang dialami dapat mempengaruhi kebersyukuran pada penyandang cacat.
- c. Usia penyandang cacat mempengaruhi kebersyukuran. Semakin matang usia penyandang cacat, semakin bersyukur mereka dengan kekurangan yang ada dalam diri mereka. Penyandang cacat yang masih berusia muda, masih belum bisa menerima kekurangan diri secara sepenuhnya, artinya kebersyukuran juga belum optimal. Semakin matang usia penyandang cacat, semakin terbuka pikiran dan pengalaman yang dia dapat, maka semakin penyandang cacat tersebut bersyukur, begitu juga sebaliknya.

- d. Faktor-faktor yang mempengaruhi penyandang cacat bersyukur yaitu usia, jenis cacat, rentang waktu menyandang cacat dan lingkungan sosial.
- e. Setelah penyandang cacat bersyukur, maka akan mempengaruhi beberapa hal dalam hidupnya yaitu terkait penerimaan diri, respon terhadap lingkungan, cara adaptasi, dan kebahagiaan penyandang cacat.

## 2. Saran

- a. Bagi subjek penelitian  
Hendaknya subjek memelihara sikap bersyukur dalam menjalani kehidupan sehingga subjek dapat menjalani kehidupan dengan lebih baik.
- b. Bagi keluarga subjek dan masyarakat  
Hendaknya keluarga subjek dan masyarakat selalu memberikan dukungan kepada subjek supaya subjek dapat lebih meningkatkan kebersyukuran.
- c. Bagi penelitian selanjutnya  
Penelitian ini masih banyak terdapat kelemahan dan kekurangan, misalnya waktu pengambilan data yang terbatas, menyebabkan data yang digali kurang lengkap.

Hendaknya penelitian selanjutnya dapat menggali kebersyukuran dalam konteks yang lebih luas, misalnya meneliti penyandang cacat yang tergabung dalam suatu komunitas yang ada di wilayah Yogyakarta atau wilayah yang lainnya. Hendaknya penelitian selanjutnya lebih mengkhususkan karakteristik subjek penelitian, misalnya terkait usia dan jenis cacat yang dialami.

#### Daftar Pustaka

- A. B. S Al-Fauzan.2012. *Indahnya Bersyukur Bagaimana Meraihnya*. Bandung: Marja.
- H Ash Shiddeqy. 1980. *Al Islam*. Yogyakarta: Bulan Bintang.
- R. A. Emmons, &M. E. McCullogh. 2003. "Counting Blessings Versus Burdens: An Experimental Investigation of Gratitude and Subjective Well-Being in Daily Life". *Journal of Personality and Social Psychology*.Vol.84, No. 2, 377-389.
- J Fereday, &E Muir-Cochrane. 2006. "Demonstrating Rigor Using Thematic Analysis; A Hybrid Approach of Inductive and Deductive Coding Ang Theme Development" *International Journal of Qualitative Methods*, Vol. 5 No. 1.
- M. E Tsang J McCullogh dan R. A Emmons. 2004. "Gratitude in Inermediate Affective Terrain: Links of Grateful Moods to Individual Difference and Daily Emotional Experience".*Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 86, No.2.
- M. I Taufiq. 2006. *Panduan Lengkap dan Praktis Psikologi Islam*. Jakarta: Gema Insani Press.
- Joseph A. M S Wood & J. Maltby. 2009. "Gratitude Predicts Psychological Well-Being Above the Big Five Faces". *Journal Personality and Individual Different*.Vol. 46, No.10.