

**HUBUNGAN ANTARA *SELF COMPASSION* DENGAN KECERDASAN  
ADVERSITAS PADA PENYANDANG TUNADAKSA DI BALAI BESAR  
REHABILITASI SOSIAL PENYANDANG DISABILITAS FISIK  
(BBRSPDF) PROF.Dr. SOEHARSO SURAKARTA**

**INTISARI**



**Disusun Oleh :**

**Agustin Yuni Hartina Banggo**

**14150217K**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS SETIA BUDI SURAKARTA**

**2019**

**HUBUNGAN ANTARA *SELF COMPASSION* DENGAN KECERDASAN  
ADVERSITAS PADA PENYANDANG TUNADAKSA DI BALAI BESAR  
REHABILITASI SOSIAL PENYANDANG DISABILITAS FISIK  
(BBRSPDF) PROF.Dr. SOEHARSO SURAKARTA**

**SKRIPSI**

**Dalam Rangka Penyusunan Skripsi Sebagai Salah Satu Syarat Guna  
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi Strata 1 Psikologi**



**Oleh :**

**Agustin Yuni Hartina Banggo**

**14150217K**

**Pembimbing :**

**Dr. Aditya Nanda Priyatama, S.Psi., M.Si**

**Yustinus Joko Dwi Nugroho, M.Psi., Psikolog**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS SETIA BUDI SURAKARTA**

**2019**

**PENGESAHAN SKRIPSI**

**Berjudul**

**HUBUNGAN ANTARA *SELF COMPASSION* DENGAN KECERDASAN  
ADVERSITAS PADA PENYANDANG TUNADAKSA DI BALAI BESAR  
REHABILITASI SOSIAL PENYANDANG DISABILITAS FISIK  
(BBRSPDF) PROF. Dr. SOEHARSO SURAKARTA**

Oleh :  
Agustin Yuni Hartina Banggo  
14150217K

Dipertahankan di depan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi  
Universitas Setia Budi Surakarta dan diterima untuk memenuhi  
sebagian dari syarat-syarat guna memperoleh  
derajat gelar sarjana Psikologi

Pada tanggal :  
8 Juli 2019

Mengesahkan,  
Fakultas Psikologi  
Universitas Setia Budi



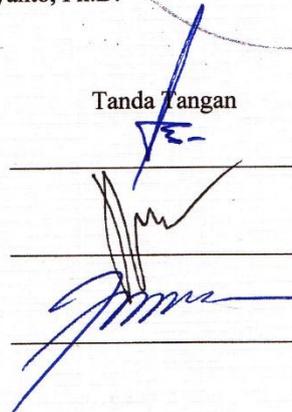
Dekan.

Drs. Isaac Jogues Kiyok Sito Meiyanto, Ph.D.

Penguji

1. Dr. Aditya Nanda Priyatama, S.Psi., M.Si
2. Yustinus Joko Dwi Nugroho, M.Psi., Psikolog
3. Arif Tri Setyanto, M.Psi., Psikolog

Tanda Tangan



## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi manapun. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan pernyataan ini, maka saya bersedia derajat keserjanaan saya dicabut.

Surakarta, 8 Juli 2019



Agustin Yuni Hartina Banggo

## **PERSEMBAHAN**

Skripsi ini saya persembahkan untuk :

1. Bapak dan Ibu serta ketiga adikku tercinta yang senantiasa memberikan motivasi, semangat dan doa selama proses penulisan skripsi ini.
2. Opa, Oma dan Bibi Sr. Theresitta serta keluarga besar Ressay yang selalu memberi dukungan dan nasehat.
3. Almamater tercinta, Universitas Setia Budi Surakarta.

## **MOTTO**

Diberkatilah orang yang mengandalkan Tuhan, yang menaruh harapannya pada  
Tuhan.

(Yeremia 17: 7)

Ketekunan menimbulkan tahan uji dan tahan uji menimbulkan pengharapan.  
Dan pengharapan tidak mengecewakan, karena kasih Allah telah dicurahkan di  
dalam hati kita oleh Roh Kudus yang dikaruniakan kepada kita.

(Roma 5: 4-5)

Semua kesulitan sesungguhnya merupakan kesempatan bagi jiwa kita untuk  
tumbuh.

(John Gray)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus yang telah melimpahkan rahmat dan penyertaannya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Hubungan antara *Self Compassion* dengan Kecerdasan Adversitas pada Penyandang Tundaksa di Balai Besar Rehabilitasi Sosial Penyandang Disabilitas Fisik Prof. Dr. Soeharso Surakarta”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi.

Pada proses penyusunan skripsi ini penulis mehadapi banyak kendala maupun kesulitan karena keterbatas kemampuan yang dimiliki, namun berkat kasih karunia Tuhan, penulis memperoleh kekuatan dan kesabaran sehingga dapat menyelesaikannya. Skripsi ini pun dapat terselesaikan tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dan motivasi yang diberikan dari berbagai pihak yaitu akademisi, keluarga serta teman-teman. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya secara khusus kepada :

1. Bapak Dr. Ir Djoni Tarigan, MBA selaku Rektor Universitas Setia Budi Surakarta.
2. Bapak Drs. Isaac Jogues Kiyok Sito Meiyanto, Ph.D, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi Surakarta.
3. Bapak Dr. Aditya Nanda Priyatama, S.Psi, M.Si, selaku dosen pembimbing utama yang telah bersedia meluangkan waktu di sela - sela kesibukannya untuk memberikan bimbingan, arahan serta saran dengan penuh kesabaran dari awal sampai akhir penyusunan skripsi ini.

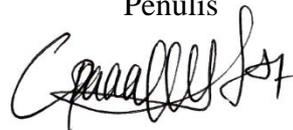
4. Bapak Yustinus Joko Dwi Nugroho, M.Psi, Psi, selaku dosen pembimbing pendamping yang telah bersedia meluangkan waktu di sela-sela kesibukan untuk memberikan bimbingan, arahan serta saran dengan penuh kesabaran dari awal sampai akhir penyusunan skripsi ini.
5. Bapak Arif Tri Setyanto, M.Psi, Psi, selaku penguji yang memberikan masukan agar skripsi ini menjadi lebih kaya dan berkembang.
6. Ibu Rosita Yuniati, S.Psi., M.Psi, Psi, selaku dosen pembimbing akademik yang banyak memberikan arahan serta motivasi untuk segera menyelesaikan tugas akhir.
7. Ibu Priliya Shanty Andrianie, M.Psi, Psi, selaku Ketua Program Studi S1 Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi Surakarta.
8. Bapak Patria Mukti, S.Psi, M.Si, Bapak Sujoko, S.Psi, S.PdI, M.Si, Bapak Mohammad Khasan, S.Psi, M.Si, Ibu Dra. Endang Widyastuti, MA, selaku bapak dan ibu dosen yang telah memberikan ilmu dan bimbingan selama menempuh studi di Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi Surakarta.
9. Bapak Suyanto, SE yang telah memberikan bantuan dalam proses administrasi sehingga skripsi ini dapat berjalan lancar.
10. Balai Besar Rehabilitasi Sosial Penyandang Disabilitas Fisik Prof. Dr. Soeharso Surakarta yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.
11. Bapak, Ibu dan ketiga adik yang telah memberikan motivasi, semangat dan doa sehingga skripsi ini berjalan lancar.

12. Opa, Oma dan Bibi Sr. Theresitta serta keluarga besar Ressay yang selalu memberikan dukungan dan nasehat.
13. Seluruh angkatan 2015, Anna, Suster Bergita, Sinta, Dya, Destrin, Ria, Wiwid, Aulia, Melinda, Ratna, Bagas, Royan, Tere, Okvi, Endah, Lutfi, Yohana dan Yoga yang telah menjadi teman selama menempuh studi.
14. Teman-teman *Psycoustic*, kakak tingkat maupun adik tingkat, teman-teman dari fakultas lain dan seluruh pihak yang telah memberikan semangat sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

Penulis Menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu penulis menerima kritik dan saran yang bersifat membangun untuk penyempurnaannya. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi peningkatan ilmu Psikologi khususnya Psikologi Klinis dan Psikologi Sosial.

Surakarta, 22 Juni 2019

Penulis



Agustin Yuni Hartina B anggo

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>HALAMAN JUDUL.....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>MOTTO.....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xiv</b>
<b>INTISARI.....</b>	<b>xvi</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>xvii</b>
<b>I. PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	10
C. Tujuan Penelitian.....	10
D. Manfaat Penelitian.....	10
<b>II. TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>12</b>
A. Kecerdasan Adversitas pada Penyandang Tunadaksa.....	12
1. Kecerdasan Adversitas.....	12
a. Definisi Kecerdasan Adversitas.....	12
b. Aspek Kecerdasan Adversitas.....	14
c. Faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Adversitas.....	19

d. Tipe-Tipe Kecerdasan Adversitas.....	22
2. Penyandang Tunadaksa.....	24
a. Definisi Penyandang Tunadaksa.....	24
b. Klasifikasi Penyandang Tunadaksa.....	25
c. Jenis-Jenis Penyandang Tunadaksa.....	26
d. Faktor Penyebab Tunadaksa.....	27
3. Kecerdasan Adversitas pada Penyandang Tunadaksa.....	27
B. <i>Self Compassion</i> .....	29
1. Definisi <i>Self Compassion</i> .....	29
2. Aspek <i>Self Compassion</i> .....	31
C. Hubungan antara <i>Self Compassion</i> dengan Kecerdasan Adversitas Pada Penyandang Tunadaksa.....	33
D. Hipotesis.....	36
E. Kerangka Berpikir.....	37
<b>III. METODE PENELITIAN.....</b>	<b>38</b>
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	38
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	38
1. Kecerdasan Adversitas.....	38
2. <i>Self Compassion</i> .....	39
C. Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel.....	39
1. Populasi.....	39
2. Sampel.....	40
3. Teknik Pengambilan Sampel.....	41

D. Metode Pengumpulan Data.....	41
1. Skala Kecerdasan Adversitas.....	43
2. Skala <i>Self Compassion</i> .....	44
E. Validitas dan Reliabilitas.....	46
1. Validitas.....	46
2. Reliabilitas.....	46
F. Metode Analisis Data.....	47
1. Uji Asumsi Dasar.....	47
a. Uji Normalitas.....	47
b. Uji Linearitas.....	48
2. Uji Hipotesis.....	48
<b>IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>50</b>
A. Persiapan Penelitian.....	50
1. Orientasi Kancan Penelitian.....	50
2. Proses Perizinan Penelitian.....	54
3. Persiapan Alat Ukur.....	55
4. Uji Coba Alat Ukur.....	56
5. Hasil Uji Coba Alat Ukur.....	57
B. Pelaksanaan Penelitian.....	62
1. Pengumpula Data.....	62
2. Pelaksanaan Skoring.....	64
C. Deskripsi Data Penelitian.....	64
1. Deskripsi Subjek Penelitian.....	64

2. Deskripsi Data Penelitian.....	66
D. Analisis Data Penelitian.....	68
1. Uji Asumsi Dasar.....	68
a. Uji Normalitas.....	68
b. Uji Linearitas.....	69
2. Uji Hipotesis.....	70
E. Pembahasan.....	71
<b>V. KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>78</b>
A. Kesimpulan.....	78
B. Saran.....	78
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>81</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>84</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Nomor</b>	<b>Judul</b>	<b>Halaman</b>
Tabel 1.	Skoring Skala <i>Self Compassion</i> dan Kecerdasan Adversitas.....	42
Tabel 2.	<i>Blue Print</i> Skala Kecerdasan Adversitas.....	44
Tabel 3.	<i>Blue Print</i> Skala <i>Self Compassion</i> .....	45
Tabel 4.	Distribusi Item Valid dan Gugur Skala Kecerdasan Adversitas.....	60
Tabel 5.	Distribusi Item Valid dan Gugur Skala <i>Self Compassion</i> .....	62
Tabel 6.	Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin.....	65
Tabel 7.	Deskripsi Subjek Berdasarkan Usia.....	65
Tabel 8.	Deskripsi Data Hasil Penelitian.....	66
Tabel 9.	Norma Kategorisasi Skor Subjek.....	67
Tabel 10.	Deskripsi Kategorisasi Variabel Penelitian.....	67
Tabel 11.	Hasil Uji Normalitas.....	69
Tabel 12.	Hasil Uji Linearitas.....	70
Tabel 13.	Hasil Uji Hipotesis.....	71

## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Halaman</b>
A. Lampiran A Alat Ukur Uji Coba.....	84
1. Skala Kecerdasan Adversitas.....	87
2. Skala <i>Self Compassion</i> .....	89
B. Lampiran B Data Tabulasi Uji Coba.....	91
1. Tabulasi Data Kecerdasan Adversitas.....	92
2. Tabulasi Data <i>Self Compassion</i> .....	93
C. Lampiran C Uji Validitas dan Reliabilitas.....	94
1. Validitas dan Reliabilitas Skala Kecerdasan Adversitas.....	95
2. Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Self Compassion</i> .....	103
D. Lampiran D Alat Ukur Setelah Uji Coba (Penelitian).....	108
1. Skala Kecerdasan Adversitas.....	111
2. Skala <i>Self Compassion</i> .....	112
E. Lampiran E Tabulasi Data Penelitian.....	113
1. Tabulasi Data Kecerdasan Adversitas.....	114
2. Tabulasi Data <i>Self Compassion</i> .....	117
F. Lampiran F Analisis Deskriptif, Uji Asumsi dan Uji Hipotesis.....	120
1. Analisis Deskriptif.....	121
2. Uji Normalitas.....	121
3. Uji Linearitas.....	121
4. Uji Hipotesis.....	123
G. Lampiran G Daftar Subjek <i>Try Out</i> dan Penelitian.....	126

H. Lampiran H Dokumentasi .....	130
I. Lampiran I Surat Izin Penelitian.....	132

**HUBUNGAN ANTARA *SELF COMPASSION* DENGAN KECERDASAN  
ADVERSITAS PADA PENYANDANG TUNADAKSA DI BALAI  
BESAR REHABILITASI SOSIAL PENYANDANG  
DISABILITAS FISIK (BBRSPDF) PROF.Dr.  
SOEHARSO SURAKARTA**

**Agustin Yuni Hartina Banggo**

**14150217K**

**Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi Surakarta**

**INTISARI**

Setiap individu memiliki berbagai permasalahan dalam kehidupannya. Individu yang mampu mengatasi permasalahan memiliki kecerdasan adversitas yang baik. Kecerdasan adversitas merupakan penentu bagi individu untuk bertahan menghadapi kesulitan dan mampu mengendalikan permasalahan. Individu yang mampu bertahan dan mengendalikan berbagai permasalahan terlebih dahulu harus memahami dirinya. Pemahaman diri ini dikenal dengan istilah *self compassion* yang merupakan rasa belas kasihan dan pemahaman terhadap diri. Individu yang memahami dirinya dengan baik akan mampu untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self compassion* dengan kecerdasan adversitas pada penyandang tunadaksa di Balai Besar Rehabilitasi Sosial Penyandang Disabilitas fisik (BBRSPDF) Prof. Dr. Soeharso Surakarta. Hipotesis yang diajukan adalah terdapat hubungan positif antara *self compassion* dengan kecerdasan adversitas. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dan pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Subjek penelitian berjumlah 72 penyandang tunadaksa. Alat ukur yang digunakan terdiri dari dua yaitu skala *self compassion* dan skala kecerdasan adversitas.

Metode analisis data yang digunakan yaitu korelasi *Product Moment* dari Karl Pearson dengan bantuan program *SPSS 21.0 for windows release*. Hasil penelitian menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar  $r_{xy} = 0,738$  dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ). Hal tersebut membuktikan bahwa ada hubungan antara *self compassion* dengan kecerdasan adversitas sehingga hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima. Adapun saran dari peneliti yaitu diharapkan agar peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan dengan cermat karakteristik sampel dan jumlah personil yang cukup untuk membantu mengontrol pelaksanaan penelitian.

**Kata Kunci : *Self Compassion* dan Kecerdasan Adversitas.**

**RELATIONSHIP BETWEEN SELF COMPASSION AND ADVERSITY  
INTELLIGENCE ON PEOPLE WITH DISABILITIES IN SOCIAL  
REHABILITATION CENTER FOR PEOPLE WITH  
PHYSICAL DISABILITIES (BBRSPDF)  
PROF. Dr. SOEHARSO SURAKARTA**

**Agustin Yuni Hartina Banggo**

**14150217K**

***Faculty of Psychology Setia Budi University Surakarta***

**ABSTRACT**

*Every individual has various problems in life. Individuals who are able to overcome problems have good adversity intelligence. Adversity intelligence is a determinant for individuals to endure difficulties and be able to control problems. Individuals who are able to survive and control various problems must first understand themselves. This is known as self compassion which is a feeling of mercy and understanding of oneself. Individuals who understand themselves well will be able to solve problems faced.*

*This study aims to determine the relationship between self compassion and adversity intelligence on people with disabilities in Social Rehabilitation Center for People with Physical Disabilities (BBRSPDF) Prof. Dr. Soeharso Surakarta. The hypothesis proposed is that there is a positive relationship between self compassion and adversity intelligence. This study uses quantitative methods and sampling uses purposive sampling technique. The research subjects were 72 people with disabilities. The measuring instrument used consists of two, namely the scale of self compassion and the scale of adversity intelligence.*

*The data analysis method used is the Product Moment correlation from Karl Pearson using the SPSS 21.0 for Windows release program. The results showed a correlation coefficient of  $r_{xy} = 0.738$  with  $p = 0,000$  ( $p < 0.01$ ). This proves that there is a relationship between self compassion and adversity intelligence so that the hypothesis in this study is acceptable. The suggestion from the researcher is that it is expected that the next researcher can carefully consider the characteristics of the sample and the number of personnel to help control the implementation of the study.*

***Keyword: Self Compassion and Adversity Intelligence.***

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Setiap individu memiliki berbagai permasalahan atau tekanan dalam kehidupannya baik itu tekanan secara fisik maupun mental. Individu yang mampu mengatasi tekanan dan permasalahannya disebut sebagai individu yang memiliki daya juang tinggi atau kecerdasan adversitas yang baik. Kecerdasan adversitas atau *adversity quotient* adalah kemampuan individu untuk menghadapi problematika dalam hidupnya (Suhartono, 2017). Kecerdasan adversitas akan membantu individu untuk mampu bertahan dan tetap tangguh melalui kesulitan hidup (Wijaya, 2016). Kecerdasan adversitas juga dapat membantu individu untuk tetap gigih melalui kondisi-kondisi yang penuh dengan tantangan. Kecerdasan adversitas merupakan sebuah penentu bagi individu untuk mampu bertahan menghadapi setiap tekanan dan kesulitan dalam kehidupannya, membantu ia untuk tidak mudah menyerah, mampu mengendalikan berbagai masalah dan juga mampu memperkecil akibat dari permasalahan yang dihadapinya sehingga tidak mudah mempengaruhi hal-hal lain dalam kehidupannya.

Kecerdasan adversitas pun dapat diartikan sebagai daya juang. Daya juang memang sangat penting bagi setiap individu namun realitanya berbeda. Setiap individu yang mengalami permasalahan ataupun kendala dalam kehidupannya

pasti merasa tertekan. Hal ini pun dirasakan oleh individu yang mengalami keterbatasan fisik seperti tunadaksa. Menurut Efendi (2008) tunadaksa merupakan ketidakmampuan anggota tubuh untuk melakukan fungsi secara normal akibat pertumbuhan tubuh yang tidak sempurna, luka ataupun penyakit. Menurut undang-undang Republik Indonesia No. 4 Tahun 1997 tentang penyandang cacat pasal 1 ayat 1; penyandang cacat adalah setiap orang yang mempunyai kelainan fisik dan/atau mental, yang dapat mengganggu atau merupakan rintangan dan hambatan baginya untuk melakukan kegiatan secara selayaknya yang terdiri dari penyandang cacat fisik, penyandang cacat mental, dan penyandang cacat fisik dan mental.

Berdasarkan informasi yang dikutip dari Aminah (2016) jumlah penyandang disabilitas di Indonesia sebesar 12,29%. Penyandang yang berada di kategori sedang sebesar 10,29% dan kategori berat 1,87%. Sementara itu prevelensi penyandang disabilitas provinsi di Indonesia antara 6,41% sampai 18,75%. Tiga provinsi dengan prevelensi tertinggi yaitu Sumatra Barat, Nusa Tenggara Timur dan Sulawesi Selatan. Dari jumlah penyandang disabilitas ini 53,37% adalah perempuan dan 46,63% adalah laki-laki. Tunadaksa dikategorikan sebagai disabilitas fisik atau keterbatasan secara fisik yang membuat penderita mengalami kesulitan untuk berjalan atau kesulitan beraktifitas karena ketidak-lengkapan anggota tubuh. Jumlah presentasi ini cukup banyak dan perlu adanya perhatian khusus bagi para penyandang tunadaksa sehingga mereka bisa mengembangkan diri.

Dampak negatif yang timbul jika individu memiliki kecerdasan adversitas rendah secara khusus penyandang tunadaksa yang memiliki kemampuan dalam menghadapi permasalahan rendah akan menyebabkan ia tidak percaya diri untuk melakukan sesuatu, pesimis, menyalahkan atau mengkritik diri sendiri serta mudah menyerah (Stoltz, 2000).

Berdasarkan wawancara awal yang dilakukan peneliti pada tiga subjek atau penerima manfaat di Balai Besar Rehabilitasi Sosial Penyandang Disabilitas Fisik (BBRSPDF) Prof. Dr. Soeharso Surakarta tanggal 20 November 2018 dan 26 April 2019 ditemukan bahwa Subjek pertama berinisial E berumur 27 tahun pernah mengalami ketidakpercayaan diri karena kecacatannya, ia sering menyendiri dan menutup diri ketika mengalami sebuah masalah. E pernah mengalami stres berat sehingga mengakibatkan ia kesulitan tidur. E juga pernah merasa sedih dan kecewa saat gagal menyelesaikan sebuah pekerjaan yang ia gemari. Subjek kedua berinisial S berumur 35 tahun menceritakan bahwa ia pernah mengalami konflik dengan teman-temannya saat bekerja sama membuka sebuah bisnis makanan. Konflik bermula ketika omset yang mereka dapatkan semakin berkurang. Akibatnya S merasa terbebani dan akhirnya memilih untuk berhenti berbisnis dengan temannya. Disaat S tidak mampu mengatasi kendala ia selalu membutuhkan bantuan temannya untuk bersama mencari jalan keluar. S juga mengungkapkan bahwa terkadang ia cukup mampu mengontrol dirinya namun disaat menghadapi masalah atau tantangan yang berat dan orang lain menilai dirinya tidak mampu menyelesaikan masalah tersebut maka ia akan merasa sedih, kecewa serta menyalahkan dirinya. Subjek

ketiga berinisial A berumur 21 tahun mengungkapkan bahwa ia cukup mampu mengontrol dirinya saat mengalami masalah, namun apabila masalah semakin berat A akan merasa sedih dan panik. A mengungkapkan bahwa kecacatan yang dialaminya disebabkan karena kecelakaan motor pada tahun 2013 dan membutuhkan waktu yang lama agar ia bisa menerima dan menyesuaikan diri. A juga menjelaskan bahwa ia sedang melatih ketrampilan menjahit. Kendala-kendala sering ia alami selama latihan ketrampilan dan hal tersebut membuatnya merasa sedih dan marah. A pun menambahkan bahwa saat ada masalah berat membuatnya sulit untuk berkonsentrasi, sering menyendiri serta merasa tertekan.

Menurut informasi yang dikutip dari *Wartakota.tribunnews.com* seorang penyandang tunadaksa A.M berumur 17 tahun kehilangan kaki kanannya karena harus diamputasi. Hal ini bermula ketika ia mengalami kecelakaan tunggal yang terjadi di daerah Duren Sawit, Jakarta Timur. Menurut hasil wawancara yang dilakukan dengan korban pada sore hari tanggal 2 Desember 2015 ia menyatakan bahwa kehilangan kaki yang disebabkan oleh kecelakaan tersebut membuat ia tidak terima dan merasa berat menghadapi kenyataan. Hal tersebut menghambat pergaulannya dengan teman-teman disekolahnya. Saat ia berkunjung ke rumah salah seorang temannya ia merasa malu, tidak percaya diri karena ketidaksempurnaan yang ada pada dirinya.

Dikutip dari Susanto (2017) seorang penyandang tunadaksa yang merupakan mantan atlet renang yaitu L.A mengalami kesulitan dan keterpurukan dalam hidupnya. Hal ini bermula saat ia mengalami kelumpuhan akibat retaknya

tulang punggung ketika jatuh dalam posisi terduduk saat mengikuti Pekan Olahraga Pelajar Daerah (POPDA) di Semarang. Satu bulan setelah mengalami cedera L.A merasakan sakit pada tulang punggungnya dan tidak bisa berjalan. Hasil pemeriksaan medis menyatakan bahwa tulang ekornya terlepas. Akibat kejadian ini L.A merasa putus asa dan mengalami depresi serta pernah mencoba bunuh diri. L.A tidak mampu menghadapi kenyataan yang ada bahwa kakinya tidak dapat lagi berfungsi. Kebiasaannya yang dulu selalu aktif menekuni olahraga harus pupus karena kehilangan fungsi kedua kakinya.

Ramadhanu & Suryaningrum (2014) menyatakan bahwa dampak positif jika individu memiliki kecerdasan adversitas yang baik akan membuat ia mampu mengatasi berbagai kesulitan maupun tekanan dalam hidupnya. Seseorang ketika tidak mampu mengatasi sebuah hambatan, maka bisa digambarkan bahwa orang tersebut memiliki kecerdasan adversitas rendah. Salah satu contohnya yaitu orang yang memilih untuk berhenti berjuang meraih impiannya karena takut akan menghadapi banyak tantangan dan tidak berani untuk mengambil resiko. Menurut penelitian kualitatif yang dilakukan oleh Setyawati (2017) dengan seorang penyandang tunadaksa ditemukan bahwa keadaan fisik yang membuat penyandang tersebut terlihat tak sama dengan orang lain tidak membuatnya merasa tidak percaya diri. Ia akan tetap berusaha dan tidak mudah putus asa untuk mencari pekerjaan walaupun terus di tolak.

Berdasarkan artikel yang diakses dari *Radarmalang.id* seorang penyandang tunadaksa berhasil menciptakan aplikasi kamus bahasa isyarat. Aplikasi yang telah diciptakan A.P bersama dua temannya ini berhasil

menjadikan mereka sebagai perwakilan Universitas untuk mengikuti kompetisi *Internasional Inovation Design and Articulation (I-IDEA)* di Malaysia. A.P merupakan penyandang tunadaksa sejak duduk di bangku SMP. Ia harus kehilangan kaki karena terjatuh. A.P sendiri merupakan siswa berprestasi sejak bersekolah. Ia telah mengikuti beberapa perlombaan seperti olimpiade matematika di Singapura, lomba debat bahasa Inggris tingkat provinsi, dan telah mendirikan *Student Class* di daerah asalnya. Aplikasi yang diciptakan A.P bersama kedua temannya sendiri bermula dari kepeduliannya terhadap sesama penyandang disabilitas yaitu tunarungu yang selalu mendapat *bully*. A.P termotivasi menciptakan aplikasi ini juga agar masyarakat semakin peduli dengan penyandang tunarungu dan lebih mudah mempelajari bahasa isyarat. Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada Selasa, 13 Februari 2018, A.P menjelaskan bahwa aplikasi yang dibuat lebih canggih dari aplikasi bahasa isyarat yang telah ada yaitu dapat menerjemahkan bahasa isyarat dalam bentuk kalimat. Dalam proses pengerjaan aplikasi ini A.P bertanggung jawab menganalisis aplikasi sedangkan kedua temannya bertugas mengumpulkan data-data tentang bahasa isyarat.

Menurut artikel yang dikutip dari *Liputan6.com* seorang penyandang tunadaksa berhasil mendaki gunung dengan hanya menggunakan satu kaki. S.G adalah penyandang tunadaksa yang telah mendaki 3 gunung yaitu gunung Carstenz di Papua, gunung Elbrush di Rusia, dan gunung Kilimanjora di Tanzania. Pendakian ini dilakukan S.G dengan hanya menggunakan kaki kirinya. S.G harus kehilangan kaki kanan karena mengalami kecelakaan kereta

api pada tahun 1996. Menurut wawancara yang dilakukan pada Selasa, 22 Agustus 2017 pada festival prestasi Indonesia, S.G menjelaskan dirinya telah berhasil membuktikan bahwa seorang tunadaksa pun bisa mendaki gunung dengan keterbatasan yang dimiliki. Saat mendaki gunung S.G mengatakan bahwa persiapan yang dilakukan sama seperti pendaki gunung pada umumnya namun yang membedakan adalah pendaki yang lain berlari sedangkan S.G menggunakan sepeda. Perjuangan mendaki gunung yang dilakukan S.G menggambarkan bahwa ia memiliki kecerdasan adversitas yang baik. Kecerdasan adversitas akan memperbaiki respon seseorang untuk menghadapi sebuah kesulitan (Kusuma & Fauziah, 2017). Dengan mengetahui, mengukur serta menerapkan kecerdasan adversitas, kita bisa memahami bagaimana cara dan alasan setiap orang terus-menerus melampaui prediksi dan harapan orang lain. Mereka yang tidak dapat bertahan terhadap kesulitan akan menderita sedangkan mereka yang memiliki kecerdasan adversitas yang cukup tinggi akan cenderung bertahan hingga akhir karena mampu mengambil manfaat dari semua bidang kehidupan. Hal ini yang membuat seseorang tetap memiliki semangat meskipun ia berada dalam kondisi yang buruk (Stoltz, 2000)

Individu yang mampu bertahan dan mengendalikan berbagai permasalahan tentu harus memahami dirinya terlebih dahulu. Pemahaman diri ini dikenal dengan istilah *self compassion*. *Self compassion* merupakan sebuah istilah yang diambil dari kata *compassion* dan memiliki arti rasa belas kasihan Echols & Shadily (dalam Ramadhani & Nurdibyanandaru, 2014). *Compassion* disebut sebagai rasa kasih sayang yang dirasakan seseorang ketika melihat orang

lain menderita, dan turut berempati terhadap apa yang dirasakan orang itu, serta berkeinginan untuk peduli dan berusaha untuk memahami perasaannya. *Self compassion* sama halnya dengan *compassion* namun *self compassion* lebih ditujukan pada diri sendiri. Jadi dapat diartikan bahwa *self compassion* adalah rasa belas kasihan dan kasih sayang serta pemahaman terhadap apa yang dirasakan oleh diri sendiri. Individu yang mengerti atau memahami dirinya dengan baik lebih mudah bertahan dalam situasi sulit dan berupaya untuk menyelesaikan tantangan-tantangan dari permasalahannya.

Menurut Neff (dalam Ramadhani & Nurdibyanandaru, 2014) *self compassion* memiliki tiga aspek yaitu *self kindness* (kebaikan diri), *a sense of common humanity* (pemahaman akan rasa kemanusiaan), *mindfulness* (perhatian/kesadaran penuh). Individu yang memiliki *self compassion* yang tinggi dapat merasa nyaman dalam interaksi sosial dan bisa menerima diri apa adanya.

Penelitian yang dilakukan Anggraini (dalam Septiyani dan Novitasari, 2017) ditemukan bahwa para penyandang disabilitas yang berada di BBRSD (Balai Besar Rehabilitasi Sosial Bina Daksa) merasa minder, tidak percaya diri, mengalami kecemasan, dan bahkan sampai pada tingkat depresi.

Hidayati (2015) menyatakan bahwa *self compassion* adalah kecenderungan individu berupa kemampuan penerimaan diri sehingga menimbulkan ketenangan, empati, kepekaan, kehangatan dan kesabaran individu tersebut untuk menghadapi permasalahan.

Neff, dkk (dalam Ramadhani & Nurdibyanandaru, 2014) juga berpendapat bahwa *self compassion* berkaitan dengan fungsi orientasi atau penyesuaian psikologis individu. *self compassion* dapat memudahkan individu untuk tidak merasa cemas dengan kekurangan atau keterbatasan yang terdapat pada dirinya. Individu yang memiliki *self compassion* bisa menerima atau mengakui dirinya dengan baik dan menerima keterbatasan dirinya.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Fitriana (2013) terhadap kepala keluarga difabel tunadaksa di Kabupaten Jombang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara konsep diri dan kecerdasan adversitas. Sebanyak 60% subjek penelitian memiliki kecerdasan adversitas yang tinggi. Kepala keluarga difabel tunadaksa sebagai subjek dalam penelitian tersebut memiliki kecerdasan adversitas yang tinggi atau daya juang yang baik dipengaruhi oleh konsep diri yang baik. Apabila individu memiliki konsep diri yang baik atau positif maka ia akan semakin menghargai keadaan diri dan lebih memahami dirinya dengan baik. Memahami diri inilah yang disebut sebagai *self compassion*. *self compassion* merupakan sebuah konsep pikir tentang cara pandang individu pada dirinya sendiri serta mampu bersikap baik dan peduli disaat mengalami kesulitan (Halim, 2015).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa tunadaksa merupakan disabilitas fisik yang dialami individu dan mengakibatkan tubuhnya tidak dapat menjalankan fungsi dengan sempurna. Penyandang tunadaksa seringkali menghadapi berbagai permasalahan dalam kehidupannya sehingga membuat ia tidak percaya diri, merasa inferior serta mengisolasi diri.

## **B. Rumusan Masalah**

Apakah terdapat hubungan antara *self compassion* dengan kecerdasan adversitas pada penyandang tunadaksa ?

## **C. Tujuan Penelitian**

Mengetahui hubungan antara *self compassion* dengan kecerdasan adversitas pada penyandang tunadaksa.

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat dalam pengembangan ilmu Psikologi khususnya Psikologi Klinis dan Psikologi sosial terutama dalam pembahasan mengenai *self compassion* dan kecerdasan adversitas.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi Subjek Penelitian (Penyandang Tunadaksa)

Manfaat praktis penelitian ini dapat membantu penyandang disabilitas secara khusus tunadaksa untuk semakin memahami diri sendiri dan mampu untuk menghadapi kesulitan serta hambatan.

#### b. Bagi Balai Besar Rehabilitasi Sosial Penyandang Disabilitas Fisik Prof. Dr. Soeharso Surakarta

Manfaat praktis penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan dalam melakukan tindakan bimbingan dan pelayanan bagi penerima manfaat secara khusus dapat menjadi teori penyuluhan terkait dengan *self compassion* dan kecerdasan adversitas.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Manfaat praktis penelitian ini dapat menjadi acuan referensi bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian psikologi, khususnya yang berkaitan dengan variabel *self compassion* dan kecerdasan adversitas.