

PENGALAMAN DIFABEL: PENOLAKAN DAN UPAYA RESILIENSI

Hikmatul Rahmi, Putri Kournia Syafira, Mashendra, Lika Mar'atus Sholihah, Fina Nurul Husna, Dimas Novi Saputra, Rizki Alamsyah.

hikmatulrahmi@gmail.com

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Abstract

Rejections in society aimed at people with disabilities such as discrimination, bullying, neglect, and so on occur because of perceptions and stigma in society. These various rejections are forms of social pathology that must be faced by disabled people. In facing these problems and rejection, a special ability is needed, namely resilience. For this reason, this research is aimed at finding out the rejection experienced by disabled people in depth and the resilience efforts they make. The theory used in this research is resilience theory based on two resilience factors, namely risk factors and protective factors. The method used in this research is qualitative with data collection carried out by means of observation, documentation and in-depth interviews with 11 physically disabled people who have demonstrated resilience. The results of this research found that the rejection experienced by 11 informants was; 8 people experienced bullying, 1 person experienced neglect, and 2 people experienced unequal access and rights. Meanwhile, resilience efforts carried out by 11 informants identified protective factors even though they had carried out resilience several times which led to risk factors. Resilience efforts are carried out in three dimensions, namely thought patterns, feelings (the influence of religious values), and actions.

Keywords: disability, resilience, rejection.

Abstrak

Penolakan-penolakan di masyarakat yang ditujukan kepada kaum difabel seperti diskriminasi, bullying, pengabaian, dan lain sebagainya terjadi karena persepsi dan stigma di masyarakatss. Beragam penolakan tersebut merupakan bentuk patologi sosial yang harus dihadapi oleh kaum difabel. Dalam menghadapi masalah dan penolakan tersebut, diperlukan suatu kemampuan khusus, yaitu resiliensi. Untuk itu, penelitian ini ditujukan untuk mengetahui penolakan yang dialami oleh kaum difabel secara mendalam dan upaya resiliensi yang mereka lakukan. Teori yang dipakai dalam penelitian ini adalah teori resiliensi dengan berpatokan pada dua faktor resiliensi, yaitu faktor resiko dan faktor protektif. Metode yang dipakai dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan pengumpulan data dilakukan dengan cara observasi, dokumentasi, dan wawancara mendalam kepada 11 difabel fisik yang telah melakukan resiliensi. Hasil dari penelitian ini ditemukan bahwa penolakan yang dialami oleh 11 informan adalah; 8 orang mengalami bullying, 1 orang mengalami pengabaian, dan 2 orang mengalami ketidaksamaan akses dan hak. Sedangkan, upaya resiliensi dilakukan oleh 11 orang informan mengidentifikasi faktor protektif meski sempat beberapa kali melakukan resiliensi yang mengarah pada faktor resiko. Upaya resiliensi dilakukan dalam tiga dimensi, yaitu pola pikir, perasaan (pengaruh nilai-nilai agama), dan tindakan.

Kata kunci: difabel, penolakan, resiliensi.

A. Pendahuluan

Dalam kehidupan sosial, manusia terbentuk, terbagi, dan terdiri dari berbagai macam bentuk, bagian, dan identitas diri. Hal ini menunjukkan betapa beragamnya manusia di bumi yang luas ini. Indonesia sendiri, sebagai sebuah negara multikultural, cukup dapat mencerminkan bagaimana beragamnya manusia, mulai dari perbedaan ras, suku, bangsa, bahasa, bahkan fisik dan keterbatasan yang dialami masyarakatnya. Untuk masyarakat yang memiliki perbedaan pada segi fisik dan kemampuan ini, sering disebut sebagai penyandang disabilitas dan individu yang mengalami keterbatasan disebut dengan istilah difabel.

Perbedaan yang dimiliki oleh penyandang disabilitas menjadi faktor penyebab terjadinya perlakuan yang berbeda pada ruang publik. Banyak dari mereka memiliki masalah dalam faktor internal maupun eksternal. Pada faktor eksternal ini permasalahan datang dari ruang lingkup masyarakat yang menjadikan mereka sebagai salah satu dalam golongan kelompok minoritas, sehingga mengalami berbagai bentuk perundungan, diskriminasi, pengabaian, dan marginalisasi. Hal ini juga dipengaruhi oleh persepsi masyarakat terhadap penyandang disabilitas. Terbukti dari penelitian yang dilakukan oleh Avicenna Al Maududdy dengan judul “Persepsi Masyarakat terhadap Penyandang disabilitas Di Kota Banda Aceh (Studi Kasus Di Kecamatan Ulee Kareng)” (Al Maududdy, 2021), ditemukan hasil bahwa masih terdapat persepsi dari masyarakat tentang kaum difabel di Aceh. Mereka dipandang sebagai manusia yang membutuhkan belas kasihan dan ada pula masyarakat yang memandang penyandang disabilitas dengan sikap aneh. Hal ini dapat terjadi disebabkan karena beragam dan berbedanya karakter dari masyarakat sehingga masing-masing dari masyarakat memiliki pandangnya sendiri. Selain itu, dalam penelitian lain yang dilakukan oleh Jefirstson Richset Riwu-

kore (dkk) yang berjudul, “Persepsi Publik terhadap Penyandang disabilitas di Kota Kupang Provinsi Nusa Tenggara Timur”, ditemukan hasil bahwa persepsi publik terhadap penyandang disabilitas di Kota Kupang adalah orang-orang yang mengalami diskriminasi dan stereotype secara biomedis, sosial, dan biopsikososial (Riwukore et al., 2019). Persepsi-persepsi buruk inilah yang selanjutnya akan mencederai hak-hak difabel sebagai manusia.

Sementara itu, penyandang disabilitas menurut Undang-Undang No. 18 Tahun 2016 adalah setiap orang yang mengalami keterbatasan fisik, intelektual, mental atau sensorik dalam jangka waktu lama yang dalam berinteraksi dengan lingkungan dapat mengalami hambatan dan kesulitan untuk berpartisipasi secara penuh dan efektif dengan warga negara lainnya berdasarkan kesamaan hak (Widodo, 2020). Melalui pendefinisian ini dapat dilihat bagaimana penyandang disabilitas dan perjuangannya dalam menghadapi persepsi yang menyebar luas di masyarakat. Padahal perbedaan dan keterbatasan yang ada pada penyandang disabilitas seharusnya tidak menjadi penghalang mereka mendapatkan hak yang sama dengan masyarakat pada umumnya untuk hidup dan diterima oleh lingkungan sosial. Kemudian, berangkat dari persepsi-persepsi buruk ini jugalah berbagai patologi sosial muncul dan harus dihadapi oleh penyandang disabilitas.

Dalam hal ini, patologi sosial meliputi respon yang bersifat penolakan-penolakan secara sosial dan individu terhadap difabel yang berbasis pada persepsi yang ia miliki, di antaranya, diskriminasi, pembullyan, ketidakadilan dalam ketenagakerjaan, pengabaian dan lain sebagainya. Penolakan ini menjadi hambatan dan kesulitan tersendiri yang harus dihadapi oleh difabel sebagai makhluk sosial. Tidak sedikit dari difabel yang akhirnya sulit menyesuaikan diri dengan penolakan-penolakan tersebut dan akhirnya tidak dapat menerima dirinya sendiri. Bahkan beberapa penyandang disabilitas merasa harus mempertanyakan dirinya sendiri sebab mendapatkan penolakan dari lingkungan serta berbagai persepsi negatif dari masyarakat (Prihatini, 2021). Namun, tetap ada yang berjuang dan membuktikan bahwa penolakan tersebut dapat diterima dengan melakukan resiliensi yaitu kemampuan untuk bertahan dan menerima segala kondisi tidak menyenangkan di dalam hidupnya. Penyandang disabilitas perlu dan sangat harus memiliki kemampuan untuk dapat mengelola dan memulihkan emosinya yang tertekan karena kemampuan ini akan menentukan kehidupan individu kedepannya (Hendriani, 2018). Untuk itu, penting untuk melihat bagaimana upaya resiliensi difabel dalam merespon, menanggapi, dan menghadapi masalah-masalah tersebut.

Penelitian mengenai upaya resiliensi yang dilakukan oleh penyandang disabilitas telah banyak dilakukan oleh peneliti sebelumnya. Misalnya, penelitian Ira Shofa Rahmawati dan Novi Qonitatin yang membuktikan bahwa dari lima responden yang mereka teliti, hanya dua di antaranya yang dapat menerima diri sendiri dengan kondisi fisik yang demikian setahun setelah menjadi difabel, sementara tiga di antaranya mengaku masih sulit menerima diri

sendiri karena alasan tidak percaya diri dengan kondisi fisiknya dan menyesali kondisi fisiknya sekarang ini. Mereka juga menemukan bahwa terdapat faktor yang mempengaruhi responden untuk menerima diri, yaitu faktor aspirasi realistis, faktor wawasan diri, dukungan sosial, religiusitas dan lamanya menyandang sebagai tuna daksa (Rahmawati & Qonitatin, 2021)

Dalam penelitian lain, yang dilakukan oleh (Ningsih & Lestari, 2019) ditemukan hasil bahwa penyandang disabilitas fisik sudah mampu menerima dan merasa ikhlas terhadap keadaan fisiknya yang tidak sempurna, merasa bersyukur karena masih bisa melakukan banyak hal, merasa kondisinya lebih baik dari teman-teman difabel lain, mampu bangkit dari perlakuan tidak menyenangkan yang pernah diterimanya (bullying), merasa yakin diri untuk dapat mengatasi permasalahan hidup serta memiliki caranya masing-masing untuk mengelola perasaan ketika sedih atau tertekan, memiliki cita-cita dan pandangan masa depan serta yakin mampu mewujudkannya, mandiri dan tidak bergantung kepada orang lain dalam melakukan aktivitas harian, serta mampu menjalin hubungan yang baik dengan orang lain. Faktor yang mempengaruhi kemampuan resiliensi yaitu dukungan keluarga, dukungan teman atau lingkungan, keyakinan kepada Allah, keyakinan diri dan keinginan diri. Melalui dua penelitian di atas, dapat dipahami bahwa kemampuan resiliensi oleh penyandang disabilitas memang sangat diperlukan. Resiliensi akan mampu melihat bagaimana respon yang akan dikeluarkan dalam bentuk tindakan oleh penyandang disabilitas di masa depan, baik itu dalam bentuk penyesalan hingga menarik dirinya sendiri dari lingkungan sosial atau menemukan cara baru untuk melakukan aktivitas sehingga dapat menjadi produktif setiap waktu meski dalam keterbatasan sekalipun (Hendriani, 2018).

Sampai detik ini, penelitian-penelitian mengenai resiliensi telah banyak dilakukan oleh peneliti sebelumnya. Namun, dari hemat baca penulis, penelitian yang dilakukan dengan fokus pada pengalaman pribadi dan mendalam dari penyandang disabilitas fisik masih belum terlalu banyak. Untuk itu, penelitian ini ditujukan untuk melengkapi berbagai penelitian-penelitian terdahulu agar dapat turut berkontribusi dalam upaya penyebaran informasi resiliensi yang dilakukan oleh difabel. Selain itu, penelitian ini juga ditujukan untuk pengembangan ilmu pengetahuan, karena sejatinya penelitian merupakan sumbangsih dari berbagai peneliti yang telah ada dan akan ada nantinya. Dalam penelitian ini, resiliensi didapatkan berdasarkan dari pengalaman pribadi difabel. Penelitian ini akan mencoba mencari tahu bagaimana penolakan- penolakan dari masyarakat yang telah dialami oleh individu difabel yang telah mencoba bangkit mengupayakan resiliensinya sendiri. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk mencari tahu bagaimana upaya resiliensi yang dilakukan oleh difabel dalam menghadapi berbagai patologi sosial akibat dari persepsi serta penolakan tersebut.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian lapangan yang menggunakan pendekatan kualitatif dengan penyajian data berdasarkan pada metode deskriptif analisis. Penelitian ini melibatkan difabel yang tergabung sebagai peserta dalam Bootcamp SEHATI dengan tema “Pemimpin adalah Semua” yang diselenggarakan oleh House Ilmu Indonesia. Bootcamp ini ditujukan untuk mendukung difabel agar dapat percaya diri untuk menjadi pemimpin dan mematahkan stigma negatif tentang difabel di masyarakat. Dengan mengikuti Bootcamp ini, difabel telah menyadari bahwa ada hal yang harus dilakukan sebagai salah satu upaya resiliensi dalam menghadapi stigma negatif masyarakat yang merupakan salah satu bentuk penolakan sosial tersebut. Untuk itu, peserta Bootcamp adalah informan yang memenuhi karakteristik dari penelitian ini sehingga akhirnya peneliti menemukan informan yang berjumlah sebelas orang. Pemilihan informan didapatkan dengan teknik snowball sampling, yaitu teknik pemilihan informan yang didapatkan dari satu orang ke orang lainnya. Dengan akses dan izin dari CEO House Ilmu Indonesia, peneliti mendapatkan informasi informan-informan lainnya sehingga peneliti dapat melakukan kontak langsung. Sebelas orang informan tersebut merupakan difabel fisik baik bawaan lahir maupun tidak.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara mendalam yang dilakukan secara semi terstruktur. Segala informasi pribadi tentang informan yang didapatkan dalam wawancara mendalam ini akan disamarkan dan hanya menampilkan data-data yang mendukung penelitian demi kenyamanan dari informan. Fokus awal dalam penelitian adalah untuk mengetahui penolakan dan upaya resiliensi yang dilakukan oleh difabel sehingga pedoman pertanyaan disusun berdasarkan fokus awal tersebut yang menyesuaikan dengan pengalaman masing-masing individu. Sebelum melakukan wawancara mendalam, peneliti menghubungi CEO (Chief Executive Office) dari House Ilmu Indonesia untuk mendapatkan izin dan nomor dari calon informan yang mengikuti Bootcamp. Setelah itu informan pertama memberikan akses untuk mendapatkan informan lainnya dan begitu seterusnya sampai peneliti menemukan 11 informan yang dengan sukarela memberikan informasi kepada peneliti. Sejumlah 5 informan dapat ditemui secara langsung karena sedang berada di Yogyakarta, tepatnya di Bantul. Sedangkan 6 informan lainnya diwawancarai secara online melalui google meet karena berada di luar daerah Yogyakarta. Setiap informan diwawancarai secara individu agar mendapatkan data yang mendalam dengan sejumlah pertanyaan yang merujuk pada pendalaman penolakan yang mereka terima dan pendalaman mengenai upaya resiliensi yang telah mereka lakukan.

Selain wawancara mendalam, teknik pengumpulan data yang digunakan adalah dokumentasi dengan melakukan rekaman suara untuk keperluan transkrip data wawancara.

Berbagai referensi tambahan berupa penelitian-penelitian terdahulu juga turut membantu dalam memahami data-data dalam penelitian ini. Peneliti juga mendokumentasikan sesi wawancara dengan foto bersama sebagai bukti bahwa wawancara memang benar telah dilakukan.

C. Hasil dan Pembahasan

Dunia sosial bekerja sesuai dengan hukum sebab-akibat. Untuk itu, setiap perbuatan pada akhirnya akan menjadi alasan akan perbuatan yang lainnya. Sampai detik ini, teori-teori sosial yang menganut paham demikian masih banyak bermunculan (Sutomo et al., 2023). Peneliti sebagai pisau analisis, hal ini membuktikan bahwa pemikiran sosiolog era lampau masih tetap relevan di era sekarang. Demikianlah yang terjadi pada fokus utama penelitian ini. Posisi “sebab” adalah sejumlah patologi sosial yang dialami oleh difabel. Patologi sosial yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah berupa penolakan-penolakan sosial yang dialami oleh difabel. Sedangkan posisi “akibat” adalah sejumlah upaya yang dilakukan untuk bertahan dari semua patologi tersebut. Upaya yang dilakukan dalam hal ini adalah dengan melakukan resiliensi.

1. Patologi Sosial dalam Bentuk Penolakan Sosial

Dalam kehidupan sehari-hari penyandang disabilitas yang hidup berdampingan dengan masyarakat luas, tentu tidak jarang dari mereka mengalami penolakan-penolakan dari masyarakat, baik secara langsung maupun tidak langsung, verbal maupun non verbal, terjadinya ketidaksamaan hak, ketidaksamaan akses, kurangnya kesempatan kerja karena dianggap memiliki kekurangan, dan bahkan beberapa dari penyandang disabilitas juga mendapat penolakan dari keluarganya sendiri. Meskipun pada akhirnya, masyarakat sekitar akan menerima dengan berjalannya waktu, tetapi mereka tentu pernah mengalami penolakan atas dirinya oleh masyarakat. Melalui wawancara mendalam yang penulis lakukan pada sejumlah informan, terdapat tiga bentuk penolakan yang mereka alami dalam menjalani kehidupannya sehari-hari.

Pertama, penindasan atau yang biasa disebut dengan istilah bullying. Menurut Coloroso, bullying dibagi menjadi tiga jenis, yaitu: bullying fisik, bullying verbal, bullying relasional, dan cyber bullying. (Firmansyah et al., 2021). Dari 11 informan yang penulis wawancarai, 8 diantaranya pernah mengalami bullying selama menjalani hidupnya sebagai seorang difabel. Informan B, misalnya. Ia mengalami bullying verbal berupa penindasan yang dilakukan dengan tidak melibatkan fisik secara langsung. Hal ini terjadi ketika informan masih duduk di bangku SMA. Orang-orang menganggap bahwa penyandang disabilitas dianggap sebagai second society. Informan menambahkan, hal ini terjadi karena pola pikir yang mempengaru-

hi tindakan individu, sehingga beliau mendapat perlakuan tidak baik seperti kata-kata yang kurang enak didengar. Dalam wawancaranya, informan menceritakan:

“Penolakan tuh waktu masa SMA, masa labil, sekolah umum. Saya pernah dibully secara nonverbal karena teman-teman difabel tuh emang dianggap sebagai second society. pola pikir mempengaruhi pola tindak, jadi saya dikata-katain, saya si gapapa selama bukan bully verbal yang bawa fisik tapi tetap menyakitkan. Saya hampir menghentikan aktivitas waktu itu.” (Wawancara B, 2 Juni 2023)

Pengalaman yang berbeda dialami oleh saudari dengan informan IF. Pengalamannya sebagai difabel fisik yang memiliki tubuh yang berbeda dari yang lain mengundang banyak orang untuk melakukan bullying verbal terhadapnya. Informan, dalam satu waktu wawancara, bercerita:

“...aku juga tidak terlalu peduli dengan urusan difabel. Tapi kalau diliatin dari ujung rambut hingga ujung kaki saya merasa sangat kesal, pura pura ga peduli, tapi sampe kos tetep overthinking.” “scoliosis, ga semua orang tau ada aja yang suka iseng bilang, “bawa apa dipunggungnya? mending ditinggal di rumah aja” gitu, suka banyak yang kepo juga, bikin saya males ngobrol dan berinteraksi sama orang..” (Wawancara IF, 1 Juni 2023)

Selanjutnya, pengalaman yang dialami oleh inisial T. Masih dengan kasus yang sama, yaitu difabel yang mengalami difabel fisik. Ia mengatakan:

“..dulu pas sekolah saya pernah jadi korban bully.. mereka mengolok-olok cara jalan saya yang berbeda. Makanya saya merasa dibatasi pergerakannya, takut kejadian itu terulang lagi.” (Wawancara T, 21 Mei)

Cerita selanjutnya berasal dari inisial WH. Sebagai penyandang disabilitas fisik yang tinggal di daerah cukup terpencil, WH bercerita:

“..dulu nggak tau apa itu difabel kak taunya cacat. Sampe down kok saya berbeda ya sama teman-teman ada yg bilang jalannya lelet kayak keong, terus ada yang bilang gak ada musik tapi joget-joget” (Wawancara WH, 2 Juni 2023)

Cerita selanjutnya berasal dari salah satu informan yang dapat penulis temui langsung, informan SY yang merupakan difabel saat usia dewasa yang disebabkan karena kecelakaan kerja yang dialaminya. Difabel yang mengalami perubahan drastic karena kecelakaan kerja cenderung mengalami tekanan psikologis sehingga membuat individu tersebut menjadi lebih murung, tidak percaya diri, dan putus asa. Selain itu, lingkungan yang berada di sekitar lingkung hidup difabel yang diakibatkan karena kecelakaan kerja juga sangat mempengaruhi kondisi psikologis difabel (HOPIPAH & Khairi, 2022). Dalam wawancara mendalam dengan informan, SY menceritakan pengalaman bullying verbal yang dialami ketika pertama kali menjadi difabel karena kecelakaan kerja.

“Pertama kali menjadi difabel, ada teman-teman yang mengajak saya untuk ke lampu merah. Minta-minta katanya. ‘kan tangan saya putus nih.’” (Wawancara SY, 2 Juni 2023)

Pengalaman yang tidak mengenakan tersebut bersumber dari lingkungan sosialnya sendiri, tepat pada saat informan SY sedang bergelut dengan dirinya sendiri. Padahal sebagai difabel baru, SY membutuhkan waktu dan proses. Pada proses ini pula lah dibutuhkan peran dari orang-orang terdekat (ISMAWAN, 2019). Sedangkan beberapa cerita dan pengalaman bullying lainnya hanya disebutkan oleh informan karena cukup sensitif dan membuka luka lama, sehingga penulis pun tidak terlalu memaksakan informan untuk menceritakan apa yang tidak dapat mereka ceritakan. Berdasarkan cerita dan pengalaman-pengalaman di atas, terlihat respon masyarakat dan lingkungan sekitar terhadap difabel. Penindasan dalam bentuk apapun, seharusnya tidak pernah terjadi bahkan kepada orang yang berbeda sekalipun.

Kedua, diskriminasi dan pengabaian yang diterima dari respon masyarakat dan lingkungan sekitar. Pengalaman buruk ini terjadi dan dialami oleh informan IF. Pengabaian yang dialami oleh informan ini adalah ketika bergabung dalam Whatsapp Group dengan teman-teman satu fakultas. Saat masih menjadi mahasiswa baru dan tidak bertatap muka secara langsung karena pandemi, informan dan teman-teman cukup aktif dalam merespon pesan satu sama lain di grup tersebut. Sehingga, informan merasa keberadaannya sangat diterima. Namun, suatu hari, ketika mereka bertemu dan mengetahui keadaannya yang ternyata merupakan seorang penyandang disabilitas fisik, satu persatu teman-temannya menghilang. Tidak lama setelah itu, IF menemui bahwa status Whatsapp yang seharusnya dapat dilihat olehnya kini mulai perlahan lenyap. Peristiwa ini menandakan bahwa setelah mengetahui kondisi fisik yang dimiliki oleh IF, lingkungan sosialnya tidak dapat menerima kenyataan itu sehingga mereka memutuskan untuk tidak melakukan perlakuan yang sama seperti sebelumnya.

Kemudian IF juga membagikan pengalamannya yang lain yakni ketika IF masih menjadi mahasiswa di salah satu perguruan tinggi di Indonesia. IF sebagai mahasiswa, menambah ilmu dan pengalaman melalui organisasi adalah salah satu pilihan terbaik untuk mengembangkan diri. Selain itu, dengan fasilitas dan kesempatan yang diberikan oleh perguruan tinggi, mahasiswa diberikan kemungkinan untuk menambah berbagai pengalaman dan mengasah berbagai kemampuan melalui organisasi yang tersedia. IF yang saat itu telah memiliki kemampuan yang mumpuni berniat untuk mengembangkan kemampuannya di organisasi yang tersedia di Universitas-nya. Namun, ketika mendaftarkan diri dan menunjukkan kekurangan fisiknya saat seleksi tahap wawancara, IF selalu tidak diterima. Penolakan yang dialami IF ini merupakan tantangan yang harus dihadapi olehnya dan mahasiswa difabel lainnya (Tika, 2021).

Oleh karena itu, IF akhirnya memilih untuk mengasah dan mengembangkan kemampuannya di organisasi luar kampus. Beruntungnya, pada peruntungan nasib yang tidak pasti bagi hidupnya, IF akhirnya diterima. Penerimaan ini hanya karena pekerjaan IF dalam organ-

isasi luar tersebut dilakukan secara online. Berangkat dari hal tersebut beliau tidak peduli dengan pandangan orang-orang bahwa dirinya difabel, meskipun tidak memungkiri hal tersebut tetap akan mengganggu mentalnya, namun IF tetap mengambil sisi baik dari yang telah dialaminya.

Ketiga, Ketidaksamaan akses dan hak. Pengalaman buruk dan penolakan ini pernah dialami oleh penyandang disabilitas fisik, yaitu informan JH. Ia mengalami kendala dalam melamar pekerjaan. Hal ini disebabkan karena terdapat tempat kerja yang menolak untuk menerima penyandang disabilitas fisik sebagai pegawai mereka. Penolakan ini memiliki alasan karena kurangnya akses dan fasilitas yang tidak memadai. Akibat dari penolakan-penolakan ini, hingga sampai saat ini JH tidak memiliki pekerjaan. Meskipun sekarang terdapat beberapa Perusahaan yang menyediakan akses untuk penyandang disabilitas fisik, tetapi usia yang dimiliki JH sudah tidak memenuhi syarat. Dalam satu waktu wawancara, JH bercerita:

“Setelah jadi difabel ngga pernah daftar kerja, karena dulu aksesnya ngga ada, ngga ada lowongan buat difabel kek sekarang. Kalo mau daftar sekarang udah terlanjur, saya sudah tua.” (Wawancara JH, 2 Juni 2023)

Dalam ketidaksamaan hak sebagai penyandang disabilitas mereka juga jarang diberi kesempatan karena terdapat mindset atau pola pikir di masyarakat yang menganggap bahwa penyandang disabilitas tidak bisa berbuat apa-apa. Sehingga, alasan ini menyebabkan kaum difabel tidak dapat mencoba kesempatan yang sama, bahkan jika pun ada yang berani mencoba, respon yang mereka dapatkan tidak sama dengan orang-orang pada umumnya. Hal ini terjadi pada penyandang disabilitas fisik yang mencoba peruntungan untuk melamar pekerjaan, tetapi tidak kunjung mendapatkan panggilan. Saudara dengan Inisial T dan EK menceritakan:

“...sering melamar loker tapi gak ada satupun yg diterima..” “..Saya daftar kerja waktu dekat pandemi kemarin, karena aksesnya yang sulit, saya harus minta ditemani. Namun, sampai sekarang pengumuman itu belum keluar.” (Wawancara T dan EK, 21 Mei dan 2 Juni 2023)

Terlepas dari pengalaman-pengalaman yang pernah dialami oleh penyandang disabilitas, masih banyak juga stigma masyarakat yang memandang dan menganggap bahwa penyandang disabilitas dianggap tidak mampu dengan segala keterbatasan yang mereka miliki sehingga menjadi hambatan untuk melakukan aktivitas sehari-hari, demikianlah masyarakat memandang sebelah mata para penyandang disabilitas. Bahkan yang lebih parah adalah ketika penolakan tersebut dilakukan oleh keluarga sendiri. Keluarga seharusnya menjadi wadah, solusi, dan semangat untuk bertahan ditengah-tengah penolakan masyarakat baik secara langsung maupun tidak langsung.

Penyandang disabilitas yang memasuki lingkungan baru, mulai dari pergaulan sejak dini, hingga memasuki bangku pendidikan bahkan sampai lulus sarjana, selalu mengalami pe-

nolakan hanya karena mereka adalah orang yang keadaannya tidak sama dengan yang lainnya. Penolakan yang dilakukan dalam bentuk bullying di bangku sekolah seperti yang dialami oleh beberapa informan di atas memberikan dampak buruk berupa trauma atau depresi yang mendalam terhadap mereka dan dapat membunuh Kesehatan mental difabel yang menjadi korban bullying (Firmansyah et al., 2021).

Sehingga tidak menutup kemungkinan jika hal-hal yang dialami difabel mengganggu kesehatan mentalnya. Hal ini disebabkan karena dalam keadaan tubuh yang serba terbatas, cenderung lebih rentan memunculkan perasaan rendah diri, frustrasi, menarik diri dari lingkungannya, merasa diri tidak berguna dan sebagainya yang pada gilirannya akan dapat mempengaruhi sejauh mana dirinya mencapai kebahagiaan hidup (Pratiwi, 2018). Akan tetapi banyak pula dari mereka yang menjadikan penolakan dan rasa rendah diri tersebut sebagai tumpuan untuk membuktikan bahwa mereka tidak seperti yang dilabelkan oleh masyarakat. Proses perjuangan hidup seperti inilah yang disebutkan sebagai resiliensi. Pada tahap ini, difabel melakukan upaya untuk bangkit dan tidak menjadi beban keluarga karena keterbatasan yang dimiliki.

2. Resiliensi Difabel

Resiliensi menggambarkan kemampuan individu untuk merespon adversity atau trauma yang dihadapi dengan cara sehat dan produktif (Hendriani, 2022). Sedangkan menurut Murphy, resiliensi merupakan suatu kemampuan untuk menangani serta membiasakan diri terhadap peristiwa atau masalah yang berat dalam hidup, bertahan, dalam tekanan keadaan, kesengsaraan ataupun trauma yang pernah terjadi dalam hidup (Erick Maison Putra, 2022). Dalam realitas sosial yang dialami oleh difabel, konsep resiliensi ini dapat terlihat dengan jelas melalui tindakan dan pengalaman-pengalaman hidupnya.

Diantara realitas sosial yang dialami oleh difabel berupa adanya stigma negatif, pengabaian, ketidaksamaan akses, dan anggapan-anggapan buruk lainnya, tentu memungkinkan terjadinya dua respon. Pertama, respon negatif, yang dalam hal ini para difabel masuk dalam konstruksi ataupun persepsi masyarakat yang cenderung mengabaikannya. Para difabel ikut mengafirmasi persepsi-persepsi lingkungan sosialnya, sehingga hal yang demikian membuat difabel “mati” secara mental dan tentunya akan berdampak langsung terhadap individu-individu difabel, seperti kehilangan semangat untuk hidup atau bersosial dan cenderung menyalahkan takdir.

Kedua, respon positif, berbeda dengan respon yang pertama yang cenderung pasif sedangkan pada keadaan ini para difabel mempunyai rasa ingin menunjukkan bahwa anggapan masyarakat atau lingkungan sosialnya adalah hal yang salah (Lucia & Kurniawan, 2017). Pada kondisi tersebut difabel cenderung tidak ingin terlalu larut terhadap kekurangan mereka bahkan juga mengabaikan dan membuang jauh-jauh anggapan-anggapan negatif tentangnya, sehingga dari respon tersebut difabel dapat menjalani aktivitas sehari-harinya seperti yang lainnya bahkan melampauinya. Mere-

ka—individu (difabel)—yang memiliki kemampuan luar biasa untuk bangkit dari ketidakberdayaan dalam tempo singkat, disebut sebagai “individu yang resilien” (Nugroho, 2021).

Bagi individu yang resilien, baik disadari atau tidak, kuatnya dimensi resiliensi yang dimiliki sering kali tercermin melalui pemikiran, perasaan bahkan tindakan secara nyata (Nugroho, 2021). Setidaknya dalam ketiga dimensi tersebut penulis memetakan berbagai macam upaya yang dilakukan teman-teman difabel dalam upaya resiliensi. Pada dimensi pemikiran misalnya penulis menemukan temuan pada informan IF. Dalam dimensi pemikiran, IF sering kali menanamkan hal-hal yang positif untuk asupan berpikirnya. Dalam satu waktu wawancara, IF memaparkan,

“Saya punya prinsip kalau tidak diperhatikan di lingkungan sosial, berarti saya harus bisa menunjukkan skil yang saya punya. Itu akhirnya saya ikut berbagai kegiatan volunteer, ya meskipun itu juga kerjanya online.” (Wawancara IF, 1 Juni 2023)

Seperti yang diketahui bersama bahwa berpikir positif sangat berperan penting dalam mengurangi resiko-resiko negatif, seperti gangguan mental, cemas, depresi yang pada gilirannya juga akan berdampak buruk terhadap fisik. Sehingga berpikir positif merupakan dimensi dasar yang harus dilakukan secara terus-menerus oleh manusia dalam rangka menghadapi situasi dan tantangan hidup yang tidak bisa diprediksi (Pratiwi, 2018). Sehingga dari kondisi yang demikian, IF punya modal penting meskipun diliputi kekurangan fisik. Efek positif dari berpikir positif tadi adalah menciptakan pribadi yang optimis dalam menjalani hidup yang penuh kesulitan. Pemikiran positif ini dapat menggambarkan bahwa terdapat resiliensi psikologis yang mencerminkan kekuatan dan ketangguhan dalam diri seseorang (Hendriani, 2018). Hal demikian yang dilakukan oleh IF dalam upaya resiliensinya.

Hal yang sama juga ditemukan pada informan inisial IM. Berangkat dari stigma negatif yang dialaminya, saudara IM menegaskan dan berkomitmen kepada dirinya sendiri bahwa meskipun dikelilingi oleh kekurangan fisik dia pasti mampu dan bisa menjalani kehidupannya layaknya manusia lainnya. Pada satu wawancara IM berbagi cerita,

“Saat-saat kondisi terpuruk, saya berpikir harus mencari motivasi untuk diri sendiri. Saya mulai nonton video yang bermanfaat buat saya. Dengan media sosial ini saya yakin bisa membuktikan bahwa saya bisa bangkit dan bisa produktif”. (Wawancara IM, 3 Juni 2023)

Membenahi pola pikir merupakan langkah awal yang dilakukan oleh IM. Menurut IM, jika bukan diri sendiri yang berupaya untuk keluar dari keterpurukan ketidakberdayaan lalu siapa lagi, dan melalui basis pikiran IM mengawali itu semua. Ekspresi-ekspresi resiliensi tersebut hendaknya ingin mengatakan bahwa hal yang demikian mungkin kelihatan remeh dan cenderung gampang dilakukan. Namun, pada faktanya tidak semua orang dapat melakukannya saat kondisi hidup tidak berpihak pada dirinya (difabel). Pada konteks ini basis pemikiran menjadi hal yang harus dilakukan untuk menjadi tameng dari segala perasaan rapuh dan ke-

hilangan semangat dalam menjalani hidup. Semangat dalam menjalani kehidupan ini akan selalu membangun motivasi setinggi mungkin untuk mengubah keadaan yang sebelumnya menjadi ke arah yang lebih baik sehingga individu tersebut dapat memenuhi kebutuhannya (Wirmando et al., 2022). Pada akhirnya, dimensi pemikiran ini menjadi faktor protektif untuk melindungi difabel khususnya informan IM dari ditimbulkannya stigma-stigma negatif lingkungan sosialnya (Singgih & Triana, 2020).

Selanjutnya, faktor protektif dari dimensi relisiensi berbasis perasaan juga menjadi hal yang sangat penting dalam upaya resiliensi teman-teman difabel (Lucia & Kurniawan, 2017). Pada dimensi ini penulis fokus pada basis nilai dasar yang mempengaruhi kondisi perasaan difabel dalam upaya resiliensi (Suriyati, 2021). Dari hasil wawancara yang dilakukan penulis bersama para difabel, dapat ditemukan bahwa basis nilai dasar yang menjadi pijakan teman-teman difabel dalam berdamai dengan dirinya sendiri dan memulai aktif melakukan kehidupan sosial adalah nilai-nilai agama. Tidak dapat dipungkiri bahwa pada kondisi-kondisi tertentu nilai-nilai agama lebih mudah masuk dalam setiap jiwa manusia (Singgih & Triana, 2020). Sehingga nafas-nafas agama tersebut turut membantu dan menuntun manusia dalam sikap dan tingkah laku yang baik, baik untuk dirinya sendiri maupun di kehidupan sosial.

Pada informan B, misalnya. Ditemukan pengaruh nilai-nilai agama dalam upaya resiliensi yang dilakukannya. Menurutnya, segala sesuatu yang Allah ciptakan adalah berangkat dari Maha sempurnanya. Artinya secara hakikat tidak ada ciptaan yang tidak sempurna dari Tuhan yang Maha sempurna. Berikut dengan segala rencana-Nya bagi setiap hamba-Nya, skenario atau dalam bahasa agamanya adalah takdir, sudah menjadi keputusan yang mutlak dan pasti adil dalam kalkulasi hitungan Tuhan. Berikut dengan segala kesenangan yang diberi-Nya pasti ada ujian dibalikinya, begitupun dengan segala ujian hidup yang diberi-Nya pasti ada hikmahnya. Dalam satu kesempatan wawancara, B menegaskan,

“Kalau Allah memberikan kondisi ini kepada saya, berarti tandanya saya mampu.”
(Wawancara B, 2 Juni 2023)

Internalisasi nilai-nilai agama dengan sempurna akan berdampak positif terhadap sikap dan tingkah laku manusia, begitu pula yang terjadi pada informan B. Kenyataan sosio-religius demikian dapat dilihat pada aktivitas sehari-hari yang menjadi abdi dalem pondok pesantren. Untuk pandangan ke depan, informan B ingin membuat yayasan inklusif untuk membantu teman-teman difabel.

“Saya mengabdikan di pondok pesantren dan ingin membuat yayasan inklusif untuk teman-teman difabel di luar sana” (Wawancara B, 2 Juni 2023)

Faktor protektif yang terakhir dalam dimensi tingkah laku sebagai upaya resiliensi, merupakan tindakan sebagai pembuktian secara nyata bahwa anggapan-anggapan negatif yang

disematkan kepada teman-teman difabel adalah salah dan gagal total. Dalam dimensi ini teman-teman difabel telah benar-benar lepas sempurna dari stigma negatif lingkungan sosialnya, dan lebih mementingkan mengasah dan menyalurkan kreatifitasnya masing-masing. Informan B misalnya, selain aktif di pondok pesantren juga aktif dalam menulis jurnal penelitian, serta pernah menjadi utusan Jakarta dalam lomba nasional Kementerian Komunikasi public relation dan keluar menjadi juara. Ekspresi resiliensi lainnya juga diceritakan oleh EK,

“Saya bekerja di Astra Finance bagian akuntan. Aksesnya di sana sudah bagus untuk saya yang difabel, jadi saya sudah menemukan lingkungan yang tepat istilahnya”. (Wawancara EK, 2 Juni 2023)

Informan EK merupakan salah satu teman difabel yang penulis wawancarai. EK dari awal memang cenderung tidak peduli terhadap stigma negatif tentangnya. EK lebih fokus untuk terus mengasah kemampuannya. Hal ini dibuktikan dengan gelar sarjana dalam bidang IT di salah satu Universitas Yogyakarta yang berhasil diraih olehnya. Dari kesempatan demikian, EK dapat menyalurkan ilmunya dan memilih bekerja agar bisa membuktikan bahwa stigma negatif yang disematkan kepada para difabel adalah salah. Demikian para informan yang lain kurang lebih sama seperti saudara B dan saudara EK. Mereka memiliki upaya resiliensinya masing-masing dan hidup dengan nuansa penuh optimistis, baik aktif dalam kegiatan-kegiatan sosial, bekerja maupun yang lainnya. Berdasarkan dari pemaparan hasil analisis di atas dapat dipahami bahwa resiliensi setiap difabel mengalami perjuangannya masing-masing. Terdapat pula faktor-faktor yang turut mempengaruhi resiliensi masing-masing difabel.

D. Kesimpulan

Melalui penelitian yang dilakukan, ditemukan berbagai penolakan yang dialami oleh teman-teman difabel seperti bullying, pengabaian, ketidaksamaaan hak dan akses. Kemudian juga ditemukan upaya dan dimensi resiliensi yang dilakukan oleh teman-teman difabel. Pertama, upaya resiliensi yang dilakukan dimulai dari merubah pola pikir. Pola pikir yang sebelumnya cenderung tertutup dan takut dalam kehidupan sosial sudah teratasi dengan berbagai cara dan upaya, seperti meneguhkan prinsip eksistensial bahwa dunia adalah milik umat manusia dan oleh karenanya setiap individu punya hak yang sama untuk hidup secara normal.

Kedua, dimensi perasaan. Secara normatif kondisi perasaan dipengaruhi oleh nilai-nilai agama. Hal yang demikian dapat ditemukan pada teman-teman difabel yang berdamai dengan dirinya sendiri melalui spirit dan nilai keagamaan. Konsep kebersyukuran adalah elemen kunci yang mempengaruhi perasaan teman-teman difabel dalam menjalani situasi dan kondisi hidupnya. Artinya faktor agama juga turut andil dalam upaya resiliensi teman-teman difabel. Dan ketiga tingkah laku, dimensi ini adalah ekspresi resiliensi tertinggi dari teman-teman difabel, dengan dimensi tersebut teman-teman difabel semakin memperteguh ek-

sistensinya di kehidupan sosial, seperti aktif sebagai peneliti jurnal, aktif dalam volunteer, bekerja dan lain semacamnya.

E. Referensi

- Al Maududdy, Avicenna. (2021). Persepsi Masyarakat Terhadap Penyandang Disabilitas Di Kota Banda Aceh (Studi Kasus Di Kecamatan Ulee Kareng). Fakultas Adab dan Humaniora Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam - Banda Aceh.
- Erick Maison Putra. (2022). Resiliensi Anak Penyandang Disabilitas. PAUD Lectura: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 5(02), 154–160. <https://doi.org/10.31849/paud-lectura.v5i02.7020>
- Firmansyah, H., Sudiro, A., Cintya, S., & Besila, C. P. (2021). Pencegahan Bullying terhadap Masyarakat Difabel dan Berkebutuhan Khusus di Kalangan Remaja.
- Hendriani, W. (2018). Positive Meaning: The Typical Coping of Resilient Person Towards Changing Conditions Become Individual with Disability. Indonesian Journal of Disability Studies, Vol.5, 157–165.
- Hendriani, W. (2022). Resiliensi psikologi sebuah pengantar. Prenada Media.
- HOPIPAH, N., & Khairi, A. M. (2022). Resiliensi pada Disabilitas Daksa Akibat Kecelakaan Kerja di Paguyuban Difabel Sehati Sukoharjo.
- ISMAWAN, A. (2019). RESILIENSI SOSIAL DIFABEL BARU DI DESA TRIMURTI (Studi pada Difabel di Desa Trimurti, Kecamatan Srandakan, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta).
- Lucia, R., & Kurniawan, J. E. (2017). Hubungan antara regiliusitas dan resiliensi pada karyawan. Psychopreneur Journal, 1(2), 126–136.
- Ningsih, T., & Lestari, R. (2019). Resiliensi Penyandang Disabilitas Fisik yang Memiliki Pengalaman Bullying.
- Nugroho, W. B. (2021). Sosiologi Kehidupan Sehari-hari. Pustaka Egaliter.
- Pratiwi, L. R. (2018). Terapi Realitas Sebagai Sarana Meningkatkan Resiliensi pada Penyandang Tuna Daksa (Reality Therapy as a Means of Increasing Resilience to Individual with Physichal Disabilities). Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah, 10(1), 10–17.
- Prihatini, A. (2021). Komunikasi Intrapersonal Penyandang Disabilitas Mengenai Persepsi, Stigmatisasi, dan Diskriminasi.
- Rahmawati, I. S., & Qonitatin, N. (2021). “ Aku Berharga dan Aku Berdaya”(Pengalaman Resiliensi pada Penyandang Disabilitas Fisik Akibat Amputasi).
- Riwukore, J. R., Habaora, F., & Susanto, Y. (2019). Persepsi Publik Terhadap Penyandang Disabilitas di Kota Kupang Provinsi Nusa Tenggara Timur. 18(3), 10.

- Singgih, W. A., & Triana, J. (2020). Al-Fatihah Reflection Therapy (ART) Ssebagai Upaya Peningkatan Resiliensi Penyandang Disabilitas. *Psycho Idea*, 18(1), 26. <https://doi.org/10.30595/psychoidea.v18i1.6135>
- Suriyati, S. (2021). Gambaran Resiliensi Individu yang Menjadi Disabilitas Netra Saat Dewasa (Studi Kasus pada Komunitas Sahabat Mata Kota Semarang). *NUSANTARA: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 8(7), 2096–2106.
- Sutomo, A., Naibaho, D. P., & Devega, L. S. (2023). Konsep Dasar Sosiologi dalam Konteks Lokal, Nasional, dan Global Dilihat dari Sudut Pandang para Pakar. *Pena Edukasia*, 1(4), 297–298.
- Tika, C. (2021). Resiliensi Mahasiswa Difabel (Studi Kasus Pada Mahasiswa Tuna Daksa Institut Agama Islam Negeri Purwokerto dan Mahasiswa Tuna Rungu Institut Teknologi Telkom Purwokerto).
- Widodo, B. (2020, March 6). Upaya Memenuhi Hak Disabilitas. *ham.go.id*. <https://portal.ham.go.id/2020/03/21412/>
- Wirmando, W., Tola'ba, Y., & Saranga, J. L. (2022). Proses Perjuangan Hidup Menjadi Seorang Difabel Akibat Bencana Palu dalam Mencapai Resiliensi. *Jurnal Penelitian Kesehatan" SUARA FORIKES"* (Journal of Health Research" Forikes Voice"), 13, 214–218.