



DINAMIKA COPING PADA PENYANDANG TUNA DAKSA: MASA DEPAN YANG PENUH HARAPAN

Abraham Sabda Respati & Haryanto
Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

INTISARI

Setiap penyandang disabilitas tentunya memiliki dinamika kehidupan yang berbeda, khususnya seorang tuna daksa yang awalnya terlahir sebagai orang normal. Kehidupan yang awalnya normal kemudian mengalami kejadian yang membuatnya menjadi seorang tuna daksa memerlukan usaha yang berat untuk beradaptasi dan menerima kondisi yang baru. Tekanan psikologis dan *stressor* pasca tuna daksa dari lingkungan berperan pula untuk membawa penyandang disabilitas ke dalam kondisi stres. Usaha *coping* yang besar diperlukan dalam proses penerimaan diri dan upaya untuk keluar dari kondisi stres. Penelitian ini bertujuan untuk memahami proses dan faktor-faktor yang mempengaruhi seorang penyandang disabilitas dalam melakukan *coping*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan strategi fenomenologi serta menggunakan analisis data *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Metode pengambilan data dalam penelitian ini ialah dengan wawancara mendalam dan proses observasi dengan melihat aktivitas keseharian subjek. Penelitian ini melibatkan 2 subjek dan 1 informan dengan kriteria subjek adalah sebagai penyandang disabilitas yang bukan bawaan lahir tetapi mengalami kecelakaan atau bencana alam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada beberapa *coping* yang dilakukan, seperti meningkatkan kontrol diri, mendekati diri kepada Tuhan, mencari dukungan ke lingkungan dan berusaha menggunakan waktu dengan lebih efektif. Beberapa faktor yang nampak jelas memengaruhi proses *coping* adalah keinginan yang tinggi untuk belajar dan menjadi mandiri, optimis, serta keterampilan sosial. Di samping itu, dibutuhkan pula dukungan emosional dari keluarga, dukungan instrumental dari kelompok atau yayasan, dan adanya status sosial yang setara saat berkumpul bersama para penyandang disabilitas lainnya.

Kata kunci : tuna daksa, stres, *coping*



Abraham Sabda Respati & Haryanto
Faculty of Psychology Gadjah Mada University

Abstract

Every person with disabilities must have different dynamics in life, especially a disabled person who was originally born as a normal person. Life which was normal but then, they had to experience events that made them a disabled person which requires a hard effort to adapt and accept the new conditions. Moreover, the psychological pressure and post disabled stressor from the environment have a role to bring to the stress condition. A big coping effort was needed in the process of having self-acceptance and attempt to get out of the stressful condition. This research aim to understand the process in coping and the factors which may affect to a person with disabilities in doing coping. This research used a qualitative approach with phenomenology strategy and used Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) data analysis. The methods of data collection in this research was with depth interviews and observation process by seeing the daily activities of the subject. This research involved 2 subjects and 1 informant. The criteria of the subjects were people with disabilities who were not innate but had an accident or natural disaster. The results showed that there were some copings that had done, such as improving self-control, getting closer to God, seeking support from the people surroundings and using time effectively. Some factors which were obvious influence the process of coping are a high desire to learn and be independent person, optimistic, and have social skills. Besides that, it is also needed an emotional support from family, instrumental support from groups or foundations, and equality in social status when gathered together with other disabilities

Keywords: disabilities, stress, coping