

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Resiliensi**

##### **1. Pengertian Resiliensi**

Reivich dan Shatte (2002) mengemukakan bahwa resiliensi merupakan kapasitas untuk merespons sesuatu dengan cara yang sehat dan produktif ketika berhadapan dengan kesengsaraan (*adversity*) atau trauma, terutama untuk mengendalikan tekanan hidup sehari-hari. Resiliensi merupakan *mind-set* yang mampu meningkatkan seseorang untuk mencari pengalaman baru dan memandang kehidupan sebagai proses yang meningkat. Resiliensi dapat menciptakan dan memelihara sikap positif untuk mengeksplorasi, sehingga seseorang menjadi percaya diri berhubungan dengan orang lain, serta lebih berani mengambil risiko atas tindakannya. Rhodes dan Brown (Desmita, 2005) juga menyatakan bahwa resiliensi adalah kemampuan memanipulasi dan membentuk lingkungannya, menghadapi tekanan hidup dengan baik, cepat beradaptasi pada situasi baru, mempersepsikan apa yang sedang terjadi dengan jelas, fleksibel dalam berperilaku, lebih toleran dalam menghadapi frustrasi dan kecemasan, serta meminta bantuan saat mereka membutuhkannya.

Dalam perkembangannya, resiliensi disebutkan sebagai ketahanan yang dilakukan melalui proses beradaptasi dengan baik dalam menghadapi kesulitan, trauma, tragedi, ancaman atau bahkan sumber stres lainnya yang signifikan (American Psychological Association, 2014). Menurut Grotberg

(Fiqiah, 2015) bahwa resiliensi adalah kemampuan yang bersifat universal dimana memungkinkan individu, kelompok, atau masyarakat untuk mencegah, mengurangi atau mengatasi pengaruh yang dapat merusak dirinya setelah mengalami kesulitan. Hal ini tidak terlepas bahwa memang tidak ada satu orangpun yang terlepas dari cobaan. Sekitar sepertiga dari orang-orang di berbagai belahan dunia secara konsisten menunjukkan resiliensi yang baik yaitu mereka mengalami kesengsaraan, lalu mengatasinya dan memperkuatnya dengan mengubah cara yang lebih baik

Dapat disimpulkan bahwa resiliensi merupakan kapasitas seseorang untuk bertahan walau keadaan sulit menimpanya, walau kecenderungan secara umum berlawanan dengan keputusannya. Walau keadaan sulit menimpa, orang yang memiliki resiliensi kuat akan mengambil keputusan yang tepat dan akan menerima dampak apapun dari keputusannya terhadap sesuatu hal.

## **2. Dimensi Dalam Resiliensi**

Menurut Wagnild dan Young (1993) menjelaskan ada lima karakteristik resiliensi:

- a. Ketekunan (*Perseverance*) yaitu suatu sikap individu yang tetap bertahan dalam menghadapi situasi sulit. *Perseverance* juga dapat berarti keinginan seseorang untuk terus berjuang dalam mengembalikan kondisi seperti semula. Dalam karakteristik *perseverance* ini dibutuhkan kedisiplinan pada diri individu ketika

berjuang menghadapi situasi yang sulit dan kurang menguntungkan baginya.

- b. Ketenangan (*Equanimity*) yaitu suatu perspektif yang dimiliki oleh individu mengenai hidup dan pengalaman-pengalaman yang dialaminya semasa hidup yang dianggap merugikan. Namun demikian individu harus mampu untuk melihat dari sudut pandang yang lain sehingga individu dapat melihat hal-hal yang lebih positif daripada hal-hal negatif dari situasi sulit yang sedang dialaminya. *Equanimity* juga menyangkut karakteristik humor. Oleh karena itu individu yang resilien dapat menertawakan situasi apapun yang sedang dihadapinya, melihat situasi tersebut dari hal yang positif, dan tidak terjebak pada hal-hal negatif yang terdapat di dalamnya.
- c. Kebermaknaan Hidup (*Meaningfulness*) merupakan kesadaran individu bahwa hidupnya memiliki tujuan dan diperlukan usaha untuk mencapai tujuan tersebut. Wagnild (1993) menyebutkan bahwa karakteristik ini merupakan karakteristik resiliensi yang paling penting dan menjadi dasar dari keempat karakteristik yang lain, karena menurutnya hidup tanpa tujuan sama dengan sia-sia karena memiliki arah atau tujuan yang jelas. Tujuan mendorong individu untuk melakukan sesuatu dalam hidup tidak terkecuali ketika individu mengalami kesulitan, tujuanlah yang membuat individu terus berjuang menghadapi kesulitan tersebut.

- d. Kemandirian (*Self-Reliance*) yakni keyakinan pada diri sendiri dengan memahami kemampuan dan batasan yang dimiliki oleh diri sendiri. Individu yang resilien sadar akan kekuatan yang dimiliki dan mempergunakannya dengan benar sehingga dapat menuntun setiap tindakan yang dilakukan. Karakteristik ini didapat dari berbagai pengalaman hidup yang dialami sehari-hari dan dapat meningkatkan keyakinan individu akan kemampuan dirinya sendiri. Individu yang resilien mampu mengembangkan berbagai pemecahan masalah yang dihadapinya.
- e. Kesadaran diri (*Existential aloneness*) yaitu kesadaran bahwa setiap individu unik dan beberapa pengalaman dapat dihadapi bersama namun ada juga yang harus dihadapi sendiri. Individu yang resilien belajar untuk hidup dengan keberdayaan dirinya sendiri. Individu tidak terus-menerus mengandalkan orang lain, dengan kata lain mandiri dalam menghadapi situasi sulit apapun sehingga individu menjadi lebih menghargai kemampuan yang dimilikinya. Karakteristik *existential aloneness* bukan berarti tidak menghiraukan pentingnya berbagai pengalaman dan merendahkan orang lain, melainkan menerima diri sendiri apa adanya.

Bernad (Alimi, 2005) memberi kajian lebih lanjut dengan menggolongkan empat sifat umum yang dimiliki individu yang resilien. Keempat sifat tersebut meliputi :

a. Kompetensi Sosial.

Kemampuan yang dimiliki individu untuk memunculkan respon yang positif dari orang lain, dalam artian individu mampu untuk menjalin hubungan yang positif dengan orang dewasa dan teman sebaya.

b. Keterampilan Memecahkan Masalah.

Perencanaan yang memudahkan untuk mengendalikan diri sendiri sendiri dan memanfaatkan akal sehatnya untuk mencari bantuan dari orang lain.

c. Otonomi.

Suatu kesadaran tentang identitas diri sendiri dan kemampuan bertindak secara independen serta melakukan pengontrolan terhadap lingkungan.

d. Kesadaran akan tujuan dan masa depan.

Kesadaran akan tujuan-tujuan, aspirasi pendidikan, ketekunan, pengharapan dan kesadaran akan suatu masa depan yang cemerlang.

Penelitian ini akan menggunakan aspek berdasarkan Wagnild dan Young (1993) yaitu *Perseverance*, *Equanimity*, *Meaningfulness*, *Self-Reliance*, dan *Existential aloneness*. Pemilihan aspek ini di dasarkan pada karakteristik remaja tuna netra.

### **3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Resiliensi**

Menurut Reivich dan Shatte (2002) menyebutkan bahwa terdapat tujuh faktor dalam resiliensi, yaitu:

a. Regulasi emosi (*Emotional Regulation*)

Regulasi emosi merupakan kemampuan untuk tetap tenang dalam kondisi yang penuh tekanan.

b. Pengendalian impuls (*Impulse Control*)

Pengendalian impuls adalah kemampuan individu untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, serta tekanan yang muncul dari dalam dirinya.

c. Optimisme (*Optimism*)

Individu yang resilien adalah individu yang optimis. Mereka yakin bahwa berbagai hal dapat berubah menjadi lebih baik. Mereka memiliki harapan terhadap masa depan dan percaya bahwa mereka dapat mengontrol arah kehidupannya.

d. Empati (*Empathy*)

Empati menggambarkan sebaik apa seseorang dapat membaca petunjuk dari orang lain berkaitan dengan kondisi psikologis dan emosional orang tersebut. Dengan adanya empati dari orang lain, individu yang mengalami musibah dapat lebih kuat menerima kesulitannya.

e. Analisis kausal (*Causal Analysis*)

Analisis kausal merupakan istilah yang digunakan untuk merujuk pada kemampuan individu untuk secara akurat mengidentifikasi penyebab dari permasalahan mereka. Dengan mengetahui penyebab kesulitan yang dialami, individu dapat lebih menerima kondisinya.

f. Efikasi diri (*Self-Efficacy*)

*Self-efficacy* menggambarkan keyakinan seseorang bahwa ia dapat memecahkan masalah yang dialaminya dan keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk mencapai kesuksesan

g. Penggapaian (*Reaching Out*)

*Reaching out* menggambarkan kemampuan seseorang untuk mencapai keberhasilan. Menunjukkan adanya keberanian untuk melihat masalah sebagai tantangan bukan ancaman dan adanya kemampuan pada seseorang untuk mencapai keberhasilan di dalam hidupnya.

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi menurut Neill dan Dias (Alimi, 2005) adalah sebagai berikut:

a. Faktor Risiko

Faktor risiko merupakan faktor yang secara langsung memperbesar potensi terjadinya risiko bagi individu yang kemudian dapat meningkatkan kemungkinan berkembangnya perilaku dan gaya hidup mal adaptif (Alimi, 2005). Adapun faktor tersebut meliputi: (1) kejadian yang bersifat katastrofik, seperti bencana alam, kematian anggota keluarga, perceraian, (2) latar belakang kondisi sosial ekonomi keluarga yang kurang mendukung, (3) hidup di lingkungan negatif atau lingkungan yang rawan terjadi tindak kekerasan, dan (4) akumulasi dari beberapa faktor risiko.

## b. Faktor Protektif

Sementara itu, faktor protektif merupakan keterampilan dan kemampuan yang sehat yang dimiliki individu, yang mendorong terbentuknya resiliensi. Adapun faktor-faktor protektif tersebut adalah sebagai berikut: (1) karakteristik individu, seperti jenis kelamin, tingkat inteligensi, karakteristik kepribadian, (2) karakteristik keluarga, seperti kehangatan, kelekatan, struktur keluarga, (3) ketersediaan sistem dukungan sosial di luar individu dan lingkungan keluarga, seperti sahabat.

Selanjutnya Benard (Alimi, 2005) membagi faktor protektif menjadi dua, yaitu (1) faktor protektif internal, yakni merupakan faktor yang ada di dalam diri individu, meliputi keterampilan sosial seperti berkomunikasi, kemampuan menyelesaikan masalah, kecenderungan atribusi sosial (*locus of control*) dalam menilai penyebab masalah, memiliki kontrol atas diri sendiri, dan tujuan hidup, dan (2) faktor protektif eksternal yakni segala karakteristik lingkungan yang dapat memengaruhi berkembangnya faktor protektif internal, seperti keikutsertaan individu dalam suatu komunitas yang mendukung, memiliki hubungan akrab dengan lingkungan sekitar.

Ciri-ciri orang yang memiliki perkembangan tahapan resiliensi baik adalah mampu menghadapi sebagian besar masalah atau situasi yang sulit dengan mudah dibandingkan individu yang lain. Individu yang resilien adalah individu yang tampak sehat, berumur panjang, jarang mengalami depresi, bahagia dan berprestasi baik di tempat kerja maupun di sekolah.



Individu yang resilien antara lain dapat mengembangkan *sense of efficacy* dengan baik, menjadi orang dewasa yang sangat mendukung orang lain, dan mau mencoba kesempatan kedua (Reivich dan Shatte, 2002).

Menurut Barankin dan Khanlou (2009), ciri-ciri anak yang resilien antara lain adalah mampu berempati atau dapat memahami dan bersimpati terhadap perasaan orang lain, dapat menjadi komunikator yang baik dalam memecahkan masalah, memiliki minat yang kuat di sekolah, berdedikasi untuk belajar, memiliki dorongan yang kuat untuk mencapai tujuan, selalu terlibat dalam kegiatan yang bermakna, selalu memiliki harapan dan memiliki hubungan yang baik dengan orang lain serta hidup dengan perasaan aman di keluarga maupun masyarakat.

Grotberg (2000) menyatakan ada tiga kemampuan atau faktor yang membentuk resiliensi, antara lain :

- 1) *I Am (Inner Strengths)*. Faktor *I Am* merupakan kekuatan yang berasal dari dalam diri, seperti perasaan, tingkah laku dan kepercayaan yang terdapat dalam diri seseorang. Faktor *I Am* terdiri dari bangga pada diri sendiri, perasaan dicintai dan sikap yang menarik, individu dipenuhi harapan, iman, dan kepercayaan, mencintai, empati dan *altruistic*, yang terakhir adalah mandiri dan bertanggung jawab.
- 2) *I Have (External Support)*. Aspek ini merupakan bantuan dan sumber dari luar yang meningkatkan resiliensi. Faktor *I Have*

terdiri dari memberi semangat agar mandiri, struktur dan aturan rumah, *Role Models*, adanya hubungan.

- 3) *I Can (Interpersonal and Problem Solving Skills)*. Faktor *I Can* adalah kompetensi sosial dan interpersonal seseorang. Bagian-bagian dari faktor ini adalah mengatur berbagai perasaan dan rangsangan, mencari hubungan yang dapat dipercaya, keterampilan berkomunikasi, mengukur tempramen diri sendiri dan orang lain, kemampuan memecahkan masalah.

## **B. Tuna Netra**

### **1. Pengertian Tuna Netra**

Menurut Agustyawati dan Solicha (2009) tunanetra adalah salah satu jenis hambatan fisik yang ditandai dengan ketidakmampuan seseorang untuk melihat, baik menyeluruh (*total blind*) ataupun sebagian (*low vision*). Dengan kata lain tunanetra adalah seseorang yang mengalami gangguan fungsi penglihatan sedemikian rupa sehingga tidak dapat menggunakan indera penglihatannya secara fungsional. Menurut Koestler (Fiqiah, 2015) tunanetra (kebutaan) adalah ketajaman penglihatan pusat 20/200 atau kurang pada bagian mata yang lebih baik dengan kaca mata koreksi atau ketajaman penglihatan pusat lebih dari 20/200 jika terjadi penurunan ruang penglihatan dimana terjadi pengerutan suatu bidang penglihatan sampai tingkat tertentu sehingga diameter terlebar dari ruang penglihatan membentuk sudut yang besarnya tidak lebih dari 20 derajat pada bagian mata yang lebih baik.

Menurut Somantri (2007) tunanetra adalah individu yang indera penglihatannya tidak berfungsi sebagai saluran penerima informasi dalam kegiatan sehari-hari. Menurut Rahardja (2006) Seseorang dikatakan buta apabila mempergunakan kemampuan perabaan dan pendengaran sebagai saluran utama dalam belajar.

## **2. Klasifikasi Tunanetra**

Anak tunanetra dapat dikelompokkan menjadi dua macam menurut Somantri (2007), yaitu:

1. Buta, jika anak sama sekali tidak mampu menerima rangsang cahaya dari luar (visualnya nol)
2. *Low Vision*, anak masih mampu menerima rangsang cahaya dari luar, tetapi ketajamannya lebih dari 6 per 20, atau anak hanya mampu membaca *headline* pada surat kabar.

## **3. Faktor Penyebab Tuna Netra**

Menurut Soekini & Suharto (1977) faktor-faktor ketunanetraan tidak jauh berbeda dengan yang telah dikemukakan oleh Soemantri (2007), faktor-faktor tersebut adalah faktor endogen dan faktor exogen. Faktor endogen yaitu faktor yang erat hubungannya dengan masalah keturunan dan pertumbuhan seorang anak dalam kandungan. Ketunanetraan yang disebabkan oleh faktor keturunan ini, dapat dilihat pada sifat-sifat keturunan yang mempunyai hubungan pada garis lurus, silsilah dan hubungan sedarah.

- a. Faktor dari dalam (internal/ genetik). Faktor yang erat hubungannya dengan keadaan bayi selama masih dalam kandungan. Kemungkinan karena faktor gen (sifat pembawa keturunan), kondisi psikis ibu, kekurangan gizi, keracunan obat dan sebagainya.
- b. Faktor dari luar (eksternal / non genetik). Faktor-faktor yang terjadi pada saat atau sesudah bayi dilahirkan. Misalnya kecelakaan, terkena penyakit yang mengenai mata, pengaruh hp, alat medis (tang) saat dilahirkan sehingga sistem persyarafan rusak, kurang gizi, terkena racun dan virus.

Berdasarkan faktor penyebab tunanetra, dalam penelitian ini peneliti menggunakan subjek yang mengalami tuna netra bukan bawaan lahir yang dipengaruhi oleh faktor dari luar (eksternal / non genetik).

### **C. Pertanyaan Penelitian**

Setiap individu dalam perjalanan hidup pasti akan mengalami permasalahan, dimana tingkat penyelesaian permasalahan tersebut sangat tergantung kemampuan individu itu sendiri dalam menyelesaikannya. Dalam kondisi tertentu permasalahan tersebut memberikan dampak begitu besar yang mempengaruhi kehidupannya. Kemampuan seseorang untuk bertahan walau keadaan sulit menyimpannya, walau kecenderungan secara umum berlawanan dengan keputusannya. Pengertian dari kemampuan seseorang untuk bertahan dalam keadaan sulit tersebut yang disebut sebagai resiliensi. Individu yang memiliki

resiliensi kuat akan mengambil keputusan yang tepat dan akan menerima dampak apapun dari keputusannya terhadap sesuatu hal resiliensi merupakan kapasitas seseorang.

Permasalahan muncul ketika tingkat resiliensi antara satu individu dengan individu lain berbeda. Mereka akhirnya memiliki tingka berbeda dalam hal aspek resiliensi yaitu tetap bertahan dalam menghadapi situasi sulit (*Perseverance*), perspektif yang dimiliki oleh individu mengenai hidup dan pengalaman-pengalaman yang dialaminya semasa hidup yang dianggap merugikan (*Equaminity*), kesadaran individu bahwa hidupnya memiliki tujuan dan diperlukan usaha untuk mencapai tujuan tersebut (*Meaningfulness*), keyakinan pada diri sendiri dengan memahami kemampuan dan batasan yang dimiliki oleh diri sendiri (*Self-Reliance*), dan kesadaran bahwa setiap individu unik dan beberapa pengalaman dapat dihadapi bersama namun ada juga yang harus dihadapi sendiri (*Existential aloneness*).

Tentunya tingkat resiliensi ini dipengaruhi oleh berbagai faktor. Diantaranya disebutkan bahwa faktor yang mempengaruhi resilensi adalah (1) Faktor *I Am* merupakan kekuatan yang berasal dari dalam diri, seperti perasaan, tingkah laku dan kepercayaan yang terdapat dalam diri seseorang (2) Faktor *I Have* terdiri dari memberi semangat agar mandiri, struktur dan aturan rumah, *Role Models*, adanya hubungan (3) *I Can* adalah kompetensi sosial dan interpersonal seseorang.

Kondisi sama terjadi pada remaja yang mengalami kebutaan tidak sejak lahir. Pada masa remaja, kesadaran akan kebutaan yang dideritanya akan

membawa konsekuensi yaitu terjadi perubahan besar dalam memandang dirinya secara fisik. Oleh karenanya ketunaan yang dialaminya tersebut akan membuat remaja merasa malu, minder, tidak percaya diri untuk bersosialisasi dengan lingkungannya, dan merasa tidak berguna. Remaja menganggap bahwa mereka hanya akan diterima jika mereka memiliki penampilan fisik yang ideal, mereka merasa tidak memperoleh penilaian positif dari lingkungan. Hal ini nantinya akan mempengaruhi resiliensi yang mereka miliki.

Dinamika dan faktor resiliensi yang dimiliki antara remaja yang mengalami kebutaan tidak sejak lahir tentunya berbeda antara satu dengan yang lainnya. Melalui kajian dinamika resiliensi dan faktor resiliensi yang dimiliki antara remaja yang mengalami kebutaan tidak sejak lahir akan memberikan cara untuk membantu sesama remaja yang mengalami kebutaan tidak sejak lahir untuk meningkatkan kemampuan resiliensi yang mereka miliki. Dalam hal ini, bagaimana proses remaja yang mengalami tuna netra bukan bawaan lahir untuk memperoleh titik resiliensi dalam hidupnya akan digambarkan dalam penelitian ini.