

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

2.1 Konsep Penyesuaian Diri

2.1.1 Pengertian Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri adalah proses di mana seseorang beradaptasi dengan lingkungan, keadaan, atau perubahan yang terjadi dalam kehidupan mereka. Proses ini melibatkan kemampuan untuk mengelola emosi, perilaku, dan pikiran mereka agar dapat berfungsi secara efektif dalam berbagai konteks sosial dan pribadi (Susanto, 2018). Menurut Schneider (1964), penyesuaian diri adalah proses bagaimana seseorang mencapai keseimbangan pada dirinya sendiri dengan memenuhi kebutuhan, ketegangan, frustrasi, dan konflik dalam dirinya dengan tujuan untuk mencapai keharmonisan dan keselarasan antara tuntutan lingkungannya dan tuntutan dirinya sendiri. Penyesuaian diri adalah proses psikologis yang terjadi sepanjang hidup di mana seseorang berusaha untuk menemukan dan mengatasi tekanan dan kesulitan dalam hidup mereka untuk menjadi pribadi yang sehat (Fatimah, 2012: 194). Ada pendapat lain yang mengatakan bahwa penyesuaian diri dapat didefinisikan sebagai suatu proses yang mencakup perilaku dan respons mental yang dilakukan seseorang untuk berhasil menghadapi kebutuhan internal, frustrasi, konflik, dan ketegangan, serta memiliki kemampuan untuk melakukan pilihan yang lebih baik. Penyesuaian adalah istilah psikologis untuk penyesuaian diri. Menurut Chaplin (2000), adopsi adalah hubungan yang kuat dengan lingkungan fisik dan sosial. Kemudian menurut Davidoff (dalam Fatimah, 2006), perubahan adalah proses mencapai kesepakatan antara kondisi diri dan kebutuhan lingkungan.

Setiap Individu harus selalu menyesuaikan diri dengan lingkungannya, baik sosial maupun alam. Selain itu, manusia secara alamiah dimotivasi untuk menyesuaikan diri. Dengan demikian, penyesuaian diri adalah proses alamiah dan dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku seseorang

untuk membangun hubungan yang lebih sesuai dengan lingkungannya. Menurut Fahmi (dalam Silalahi, 2014) dalam ilmu jiwa, penyesuaian diri adalah proses dinamika yang bertujuan untuk mengubah perilaku laku dengan tujuan menciptakan hubungan yang lebih baik antara seseorang dengan lingkungannya. Penyesuaian diri juga dapat didefinisikan sebagai proses yang dilakukan seseorang secara sadar atau tidak sadar untuk mengubah tingkah laku, sikap, kebutuhan mental, dan beberapa aspek kepribadiannya untuk mencapai keselarasan antara dirinya sendiri dan dunia luar.

Atkinson (1987) menambahkan bahwa penyesuaian diri adalah proses kesinambungan dari respon baru yang diperoleh saat itu, baik secara langsung maupun tidak langsung. Penyesuaian diri dilakukan sepanjang hidup seseorang. Penyesuaian diri didefinisikan oleh Hariyadi dkk. (dalam Wijaya 2011) sebagai kemampuan untuk mengubah diri sendiri sesuai dengan keadaan lingkungan dan juga dapat mengubah lingkungan sesuai dengan keadaan atau keinginan sendiri. Teori Bandura (1997) mendukung ini, yang menjelaskan perilaku manusia dengan melihat interaksi timbal balik yang berkelanjutan antara perilaku, kognitif, dan pengaruh lingkungan. Pola belajar sosial jenis ini sangat dipengaruhi oleh lingkungan seseorang. Selain itu, teori belajar ini digunakan untuk menjelaskan bagaimana seseorang belajar dalam lingkungan nyata.

Menurut Bandura (1997), ada hubungan antara tingkah laku, lingkungan, dan peristiwa internal yang mempengaruhi persepsi dan tindakan siswa. Pembelajaran merupakan bagian penting dari proses penyesuaian diri karena melalui proses ini akan berkembang pola-pola respon yang akan membentuk kepribadian. Sebagian besar respon dan karakteristik kepribadian diperoleh melalui proses pembelajaran daripada diwariskan. Pembelajaran dalam proses penyesuaian diri adalah modifikasi yang berlangsung sepanjang hayat dan diperkuat oleh kematangan (Surya,

2014). Sekolah diharapkan dapat menyediakan lingkungan untuk pola penyesuaian diri dalam hal pembelajaran.

Sekolah memberikan pengaruh pada kehidupan intelektual, sosial, dan moral siswa. Surya (2014) menyatakan bahwa suasana di sekolah, baik sosial maupun psikologis, mempengaruhi pola dan proses penyesuaian diri. Selain itu, hasil pendidikan yang diterima anak-anak di sekolah akan memberikan kontribusi pada proses penyesuaian diri di masyarakat. Schneiders (dalam Agustiani, 2006) mendefinisikan penyesuaian diri sebagai suatu proses yang melibatkan tindakan dan proses mental seseorang dalam upaya untuk memenuhi kebutuhan, mengatasi kekecewaan, konflik, dan ketegangan, serta menciptakan hubungan yang harmonis antara kebutuhan seseorang dan norma atau kebutuhan lingkungannya. Schneiders menyatakan bahwa penyesuaian diri adalah kebiasaan.

Penyesuaian diri, menurut Calhoun dan Acocella, adalah interaksi yang terus menerus antara diri sendiri, orang lain, dan lingkungan, hal ini selaras dengan teori Schneiders. Menurut Penyesuaian Diri Pathak (dalam Louis & Emerson), penyesuaian diri merupakan proses saling mempengaruhi dan timbal balik antara seseorang dan lingkungannya. Mereka percaya bahwa seseorang dapat menyesuaikan diri dengan baik di lingkungannya. Menurut Sunarto dan Hartono, penyesuaian diri juga dapat diartikan sebagai penguasaan, yaitu kemampuan untuk membuat rencana dan mengorganisasi respon-respon sedemikian rupa sehingga dapat mengatasi segala macam konflik, kesulitan, dan frustrasi-frustrasi secara efisien. Menurut Kartono, penyesuaian diri dapat diartikan sebagai usaha manusia untuk mencapai keharmonisan pada diri sendiri dan pada lingkungannya, sehingga rasa permusuhan, dengki, iri hati, dan ketidaksetujuan hilang dari kehidupan.

Oleh karena itu, Sobur menggambarkan penyesuaian diri sebagai kemampuan untuk membuat hubungan yang memuaskan antara orang dan lingkungannya, dengan tujuan untuk mengubah perilaku seseorang agar

hubungan antara mereka dan lingkungannya menjadi lebih sesuai. Penyesuaian diri, menurut Haber & Runyon, adalah proses dinamis di mana seseorang berusaha untuk mengubah tingkah lakunya sehingga tercipta hubungan yang lebih sesuai antara mereka dan lingkungan mereka. Seperti yang dinyatakan di atas, penyesuaian diri adalah upaya perilaku manusia untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan dan tekanan hidup yang berasal dari dalam maupun luar. Dengan demikian, penyesuaian diri adalah proses yang dilakukan secara aktif dan terus-menerus oleh individu untuk mengatasi tekanan, konflik, dan kekecewaan yang disebabkan oleh janji untuk memenuhi kebutuhan mereka.

2.1.2 Aspek Penyesuaian Diri

Scheineders (1964), mendefinisikan penyesuaian diri sebagai suatu proses mental dan perilaku yang mendorong seseorang untuk menyesuaikan diri sesuai dengan keinginan yang berasal dari dalam diri sendiri, yang dapat diterima oleh lingkungannya. Menurut Scheineders (dalam Susanto, 2018), penyesuaian diri terdiri dari aspek empat, diantaranya, yaitu:

- a. *Adaptation*. Individu dapat memenuhi kebutuhan sosial, menunjukkan eksistensi, dan memperoleh kesejahteraan rohani dan fisik.
- b. *Comformity*. Individu dapat mencapai ketenangan dan ketentraman dalam hidup bermasyarakat jika mereka memperlakukan diri mereka sesuai dengan norma sosial dan hati nurani mereka sendiri.
- c. *Mastery*. Kontrol diri yang kuat dan kemampuan untuk merencanakan dan mengorganisasikan respons dalam cara-cara tertentu sehingga tidak terjadi konflik, kesulitan dan frustrasi.
- d. *Individual Variation*. Masalah yang berhubungan dengan individualitas tidak boleh diabaikan.

Menurut Schineider (dalam Susanto, 2018) bahwa penyesuaian diri yang baik di tandai dengan karakteristik sebagai berikut:

- a. Terhindar dari ekspresi emosi yang berlebihan, merugikan atau kurang mampu mengontrol diri.
- b. Terhindar dari mekanisme-mekanisme psikologis.
- c. Terhindar dari perasaan frustrasi, kecewa karena sesuatu.
- d. Memiliki kebijaksanaan dan kemandirian.
- e. Dapat belajar untuk meningkatkan kualitas diri.
- f. Mampu mengambil manfaat dari pengalaman sebelumnya.
- g. Bersikap objektif dan realistis agar mampu menerima kenyataan hidup.

2.1.3 Ciri-Ciri Penyesuaian Diri

Menurut Schneiders (1964), individu dengan tingkat penyesuaian diri yang tinggi menunjukkan beberapa ciri khas yang mencerminkan kemampuan mereka dalam menghadapi tuntutan internal dan eksternal secara efektif. Berikut penjelasan lengkap mengenai ciri-ciri tersebut:

1) Mampu Beradaptasi

Individu yang memiliki penyesuaian diri tinggi mampu menyesuaikan perilaku dan sikapnya sesuai dengan perubahan lingkungan atau situasi baru. Kemampuan ini mencerminkan fleksibilitas dalam menghadapi tantangan dan perubahan yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari.

2) Mampu Mempertahankan Diri Secara Fisik

Kemampuan ini menunjukkan bahwa individu dapat menjaga kesehatan dan kesejahteraan fisiknya, sehingga mampu menghadapi tekanan atau stres fisik yang mungkin timbul dari lingkungan atau situasi tertentu.

3) Mampu Menguasai Dorongan Emosi

Individu dengan penyesuaian diri yang baik dapat mengendalikan emosi negatif seperti marah, cemas, atau frustrasi. Mereka mampu mengekspresikan emosi secara tepat dan tidak membiarkan emosi menguasai tindakan atau keputusan mereka.

4) Perilaku Terkendali dan Terarah

Perilaku individu yang memiliki penyesuaian diri tinggi cenderung konsisten, tidak impulsif, dan sesuai dengan norma sosial yang berlaku. Mereka memiliki tujuan yang jelas dan bertindak sesuai dengan nilai-nilai yang diyakini.

5) Motivasi Tinggi

Individu ini menunjukkan semangat dan dorongan yang kuat untuk mencapai tujuan pribadi maupun sosial. Mereka memiliki inisiatif dan berusaha secara aktif untuk mengembangkan diri serta meningkatkan kualitas hidupnya.

6) Sikap Berdasarkan Realitas

Mereka memiliki pandangan yang realistis terhadap diri sendiri dan lingkungan. Individu ini mampu menerima kenyataan, mengenali keterbatasan, dan tidak terjebak dalam harapan atau angan-angan yang tidak sesuai dengan kondisi sebenarnya.

2.1.4 Faktor Yang Mempengaruhi

Berikut adalah beberapa faktor utama yang mempengaruhi penyesuaian diri individu, meskipun proses penyesuaian diri sangat kompleks dan dipengaruhi oleh banyak faktor:

1) Faktor Psikologis :

- a. Motivasi. Dalam penyesuaian diri, motivasi sangatlah penting. Orang-orang yang sangat bermotivasi cenderung lebih mampu beradaptasi dengan perubahan dan menghadapi tantangan.
- b. Kepribadian. Karakteristik kepribadian, seperti keterbukaan terhadap pengalaman baru dan kemampuan untuk mengelola stres, juga mempengaruhi proses penyesuaian diri.

2) Faktor Lingkungan :

- a. Lingkungan Keluarga. Dukungan dari keluarga sangat penting dalam proses penyesuaian diri. Lingkungan keluarga yang positif dapat

membantu individu merasa lebih aman dan percaya diri dalam menghadapi perubahan.

- b. Lingkungan Sosial. Penyesuaian diri dibantu oleh interaksi dengan anggota komunitas dan teman sebaya. Hubungan sosial yang baik dapat memberikan dukungan emosional yang diperlukan.

3) Faktor Pendidikan :

- a. Pengalaman Belajar. Pendidikan formal dan informal memberikan individu keterampilan dan pengetahuan yang diperlukan untuk beradaptasi dengan situasi baru. Pengalaman belajar yang positif dapat meningkatkan rasa percaya diri dan kemampuan penyesuaian diri.
- b. Keterampilan Sosial. Sangat penting untuk menyesuaikan diri, terutama dalam berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain.

4) Faktor Fisik

Kesehatan Fisik. Kondisi kesehatan yang baik mendukung individu dalam menghadapi stres dan tantangan. Sebaliknya, masalah kesehatan dapat menghambat kemampuan penyesuaian diri.

5) Faktor Budaya

Nilai dan Norma Budaya. Budaya tempat individu mempengaruhi mempengaruhi cara mereka beradaptasi dengan lingkungan baru. Nilai-nilai budaya individu dapat memberikan panduan tentang bagaimana seharusnya seseorang berperilaku dalam situasi tertentu.

2.1.5 Dampak Penyesuaian Diri

Schneiders (1964) dalam bukunya *Personal Adjustment and Mental Health* mengemukakan bahwa penyesuaian diri dapat dilihat dari empat aspek, yaitu *adaptation*, *conformity*, *mastery*, dan *individual variation*. Masing-masing aspek memiliki dampak positif maupun negatif terhadap individu.

1. *Adaptation* (Kemampuan Beradaptasi)

- a. Dampak positif: Individu mampu menyesuaikan diri dengan perubahan lingkungan, memanfaatkan fasilitas yang tersedia, serta mengembangkan strategi belajar yang sesuai dengan kondisinya. Hal ini dapat meningkatkan rasa percaya diri, mengurangi stres, dan mendukung keberhasilan akademik (Lestari & Wahyuni, 2021).
- b. Dampak negatif: Ketidakmampuan beradaptasi dapat menimbulkan perasaan terisolasi, kesulitan mengikuti aktivitas akademik, serta meningkatkan risiko gangguan emosional seperti kecemasan dan depresi (Wulandari & Arifin, 2019).

2. *Conformity* (Kepatuhan terhadap Norma Lingkungan)

- a. Dampak positif: Kepatuhan pada norma sosial dan budaya di lingkungan kampus menciptakan hubungan sosial yang harmonis, meminimalkan konflik, dan meningkatkan penerimaan sosial (Pratiwi, 2017).
- b. Dampak negatif: Ketidakmampuan menyesuaikan diri dengan norma dapat memicu kesalahpahaman, penolakan dari lingkungan, dan konflik interpersonal.

3. *Mastery* (Penguasaan terhadap Lingkungan dan Tantangan)

- a. Dampak positif: Kemampuan mengatasi hambatan fisik, sosial, maupun akademik secara efektif dapat menumbuhkan rasa pencapaian (*achievement*), meningkatkan motivasi, serta mengembangkan keterampilan pemecahan masalah (Lestari & Wahyuni, 2021).

- b. Dampak negatif: Rendahnya kemampuan menguasai tantangan dapat menyebabkan individu merasa kewalahan, kehilangan motivasi, dan mengalami burnout akademik.

4. *Individual Variation* (Variasi Individu dalam Penyesuaian)

- a. Dampak positif: Pengakuan dan penerimaan terhadap keunikan diri, seperti bakat, minat, dan gaya belajar, dapat memperkuat identitas diri dan meningkatkan harga diri (Wulandari & Arifin, 2019).
- b. Dampak negatif: Jika keunikan diri tidak diterima oleh lingkungan atau oleh individu itu sendiri, dapat menimbulkan rasa minder, penarikan diri, dan hambatan dalam membangun relasi sosial.

2.2 Mahasiswa

2.2.1 Pengertian Mahasiswa

“Mahasiswa” berasal dari kata “maha”, yang berarti “lebih” dan “siswa”, yang berarti “pelajar.” Oleh karena itu, “mahasiswa” berarti siswa yang berada pada tingkat yang paling tinggi dibandingkan dengan siswa lainnya. Menurut Oemarjati dkk. (2002), siswa adalah pelajar. Oleh karena itu, mahasiswa dapat didefinisikan sebagai individu yang belajar di perguruan tinggi. Mahasiswa adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan individu yang terdaftar sebagai mahasiswa di perguruan tinggi. Namun pada dasarnya, arti pelajar tidak terbatas.

Mahasiswa adalah peserta didik yang mendaftar dan belajar di perguruan tinggi (Buku Pedoman Universitas Diponegoro Tahun 2004/2005, h.94). Mereka termasuk dalam tahap perkembangan, yang berlangsung dari 18 hingga 25 tahun. Tahapan ini dapat dibagi menjadi kategori dari masa remaja akhir hingga masa dewasa awal, dan tugas perkembangan pada usia ini adalah pemantapan pendirian hidup (Yusuf, 2012). Mahasiswa dapat

didefinisikan sebagai orang yang belajar di perguruan tinggi, baik di negeri maupun di swasta, atau di lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi (Siswoyo, 2007). Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), "mahasiswa" adalah orang yang sedang belajar di perguruan tinggi. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2008), "mahasiswa" adalah orang yang menuntut ilmu atau belajar di perguruan tinggi, baik di universitas, institut, atau akademis.

Setelah lulus sekolah, sebagian besar siswa menganggur, mencari pekerjaan, atau melanjutkan ke perguruan tinggi. Mahasiswa adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan seseorang yang sedang menjalani pendidikan di perguruan tinggi. Mereka yang terdaftar sebagai mahasiswa di perguruan tinggi dapat menjalani pendidikan di salah satu dari berbagai jenis perguruan tinggi, seperti universitas, politeknik, sekolah tinggi, dan akademik (Hartaji, 2012). Mahasiswa dapat didefinisikan sebagai orang yang belajar di sekolah tinggi, baik negeri maupun swasta, atau lembaga lain yang setingkat dengan sekolah tinggi. Mahasiswa dinilai memiliki kecerdasan yang tinggi, kecerdasan berpikir, dan kemampuan untuk mempersiapkan tindakan.

Menurut Siswoyo (2007), berpikir kritis dan bertindak cepat dan tepat adalah sifat yang cenderung ada pada setiap mahasiswa. Ini adalah prinsip yang saling melengkapi. Belajar di perguruan tinggi sangat berbeda dari belajar di sekolah (Furchan, 2009). Di perguruan tinggi, siswa lebih banyak berperan sebagai penerima pengetahuan, dan guru membantu siswa mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. Terdaftar sebagai pelajar hanyalah persyaratan administratif.

Mahasiswa memiliki pemahaman yang lebih luas hanya dari masalah administrasi. Peran pelajar sebagai calon pembaharu terkait erat dengan peran mereka sebagai calon cendekiawan. Sebagai calon cendekiawan, mahasiswa harus melatih perasaan mereka sehingga mereka siap untuk

berkontribusi sebagai cendekiawan saat mereka terjun ke masyarakat. Kelak, sebagai seorang cendekiawan, ia diwajibkan untuk menyampaikan ide-idenya dalam upaya memperbaiki banyak hal. Mahasiswa berasal dari kata "maha" dan "siswa", yang berarti "siswa yang paling tinggi".

Mahasiswa pasti sudah terpelajar sebagai seorang pelajar tertinggi, karena mereka harus terus belajar hingga menjadi manusia terpelajar yang sempurna. Diharapkan bahwa siswa pada akhirnya akan menjadi pembaharu, intelektual, dan penyangga keberlangsungan masyarakat. Dengan mempertimbangkan pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa "mahasiswa" adalah istilah yang mengacu pada seseorang yang sedang belajar di perguruan tinggi. Selain itu mahasiswa harus mencapai tiga tujuan utama saat belajar: menjadi intelektual, pembaharu, dan penyangga masyarakat. Tiga tujuan yang ingin dicapai mahasiswa selama perkuliahan merupakan dasar untuk menentukan standar psikologis yang harus dimiliki mahasiswa.

2.3 Disabilitas

2.3.1 Pengertian Disabilitas

Penyandang disabilitas adalah setiap individu yang mengalami keterbatasan fisik, intelektual, mental, atau sensorik yang berlangsung lama dan menghadapi tantangan dan kesulitan untuk berpartisipasi secara penuh dan aktif dalam masyarakat (Azzahra, 2020). Penyajian disabilitas unik dan memiliki cara yang berbeda untuk memenuhi hak dan kebutuhan mereka. Namun, sebagian orang menganggap mereka tidak berdaya dan memperlakukan mereka dengan tidak menyenangkan karena hal itu. Menurut Widinarsih (2019), pemahaman negatif atau negatif tentang disabilitas dan penyandang disabilitas biasanya menyebabkan perilaku diskriminatif. Antara lain, pola pikir masyarakat yang didominasi oleh konsep normalitas menyebabkan pemahaman negatif tentang disabilitas dan penyandang disabilitas. Teori ini menganggap disabilitas sebagai sesuatu yang tidak

biasa, yang sering mengarahkan pada gagasan bahwa kaum disabilitas adalah sesuatu yang tidak biasa dan layak dikasihani serta tidak dapat mandiri (Sinulingga, 2015 dalam Dhairrya dan Herawati, 2019).

Masyarakat yang penampilan atau tubuhnya tampak atau dianggap "berbeda" dari norma masyarakat dianggap tidak diinginkan dan tidak dapat diterima atau tidak diterima sebagai anggota masyarakat (Rothman , 2003; Couser, 2009). Penyandang disabilitas memiliki keterbatasan dalam melakukan aktivitas karena distigma atau dilabeli negatif. Menurut Undang-Undang Nomor 8 Tahun 2016 tentang Penyajian Disabilitas, diskriminasi adalah setiap pembedaan, menerjemahkan , memahami, atau pengucilan atas dasar disabilitas yang bermaksud atau berdampak pada pengakuan, penikmatan, atau pelaksanaan hak penyandang disabilitas. Karena stigma ini, keberfungsian sosial seseorang akan terganggu, sehingga mereka tidak dapat berkembang untuk memenuhi kebutuhan aktualisasi diri mereka.

Untuk menghindari stigma atau label negatif terhadap penyandang disabilitas, diperlukan pemahaman yang baik tentang apa itu disabilitas dan siapa mereka. Dengan pemahaman yang tepat, setiap orang dapat menyampaikan dan berperilaku lebih baik dan menghargai hak asasi penyandang disabilitas untuk diterima (Widinarsih , 2019). Hal ini dapat membantu menciptakan lingkungan yang mendukung pemenuhan kebutuhan penyandang disabilitas, terutama untuk memenuhi kebutuhan aktualisasi diri mereka. Walaupun disabilitas sering dianggap berbeda, beberapa diantara mereka dapat melanjutkan ke jenjang perguruan tinggi yaitu Universitas, mereka nantinya dikenal sebagai mahasiswa disabilitas. Mahasiswa disabilitas merupakan mereka yang memiliki identitas unik dan beragam, mencakup berbagai latar belakang, pengalaman, dan cara pandang terhadap dunia.

Mahasiswa disabilitas sering menghadapi berbagai tantangan, baik fisik maupun sosial. Tantangan ini dapat berupa aksesibilitas fisik di kampus,

stigma sosial, dan kesulitan dalam berinteraksi dengan teman sebaya dan dosen (Mulidiya dan Arsal, 2018). Meskipun menghadapi berbagai tantangan, mahasiswa disabilitas juga memiliki potensi dan kekuatan yang signifikan. Beberapa dari mereka berusaha untuk beradaptasi dalam menghadapi situasi sulit. Mahasiswa disabilitas memiliki peran penting dalam masyarakat.

Mahasiswa disabilitas dapat memberikan perspektif yang berbeda dan berkontribusi pada keberagaman pemikiran dan inovasi (Harry et al., 2017). Mereka dapat menjadi agen perubahan dalam komunitas mereka jika mereka melakukannya dengan benar. Mahasiswa penyandang disabilitas membutuhkan banyak dukungan untuk mencapai potensi terbaik mereka. Hal ini termasuk aksesibilitas fisik, dukungan sosial dan akademik, dan program yang mendorong inklusi dan kesadaran tentang disabilitas (Nafri, 2019).

Dari penjelasan di atas sudah cukup jelas bahwa peneliti saat ini menggunakan mahasiswa penyandang disabilitas sebagai subjek penelitian. Golongan tuna rungu adalah golongan disabilitas yang digunakan sebagai data awal penelitian. Penyandang disabilitas tunarungu adalah orang-orang yang mengalami masalah pendengaran sehingga mereka menghadapi kesulitan dalam berkomunikasi setiap hari. Bahasa isyarat Indonesia (Bisindo) adalah bahasa isyarat yang digunakan orang untuk berkomunikasi sehari-hari dengan menggunakan kedua tangan, gerak bibir, bahasa tubuh, dan pandangan mata untuk menyampaikan pesan (Khotijah, Juliana, & Dewi, 2023).

2.3.2 Jenis – Jenis Disabilitas

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2016 tentang Penyandang Disabilitas, disabilitas adalah keterbatasan fisik, intelektual, mental, dan/atau sensorik dalam jangka waktu lama yang dialami seseorang, yang dalam interaksinya dengan lingkungan dapat mengalami

hambatan dan kesulitan untuk berpartisipasi secara penuh dan efektif dalam masyarakat berdasarkan kesetaraan hak. Jenis-jenis disabilitas secara umum dapat dikelompokkan menjadi empat kategori, yaitu:

1. Disabilitas Fisik

Merupakan keterbatasan atau kehilangan fungsi gerak tubuh, baik sebagian maupun seluruhnya, yang dapat disebabkan oleh kelainan sejak lahir, kecelakaan, atau penyakit tertentu.

- a. Lumpuh (paraplegia, quadriplegia)
- b. Amputasi anggota gerak
- c. Cerebral Palsy
- d. Dwarfisme (perawakan pendek)
- e. Polio

Dampak: Hambatan dalam mobilitas dan aktivitas fisik sehari-hari, sehingga memerlukan alat bantu seperti kursi roda, kruk, atau prostetik.

2. Disabilitas Sensorik

Merupakan keterbatasan fungsi salah satu atau lebih pancaindra. Jenis disabilitas sensorik dibedakan menjadi:

- a. Disabilitas Netra: gangguan penglihatan total (tunanetra) atau sebagian (low vision).
- b. Disabilitas Rungu/Wicara: gangguan pendengaran (tunarungu) yang dapat memengaruhi kemampuan berbicara (tunawicara).

Dampak: Kesulitan dalam menerima informasi melalui indra tertentu, membutuhkan komunikasi alternatif seperti bahasa isyarat, huruf Braille, atau media audio.

3. Disabilitas Intelektual

Merupakan keterbatasan fungsi intelektual di bawah rata-rata, disertai dengan keterbatasan dalam keterampilan adaptif.

Contoh:

- a. Tunagrahita (ringan, sedang, berat)
- b. Down syndrome
- c. Gangguan perkembangan intelektual lainnya

Dampak: Kesulitan dalam berpikir abstrak, memecahkan masalah, dan belajar, sehingga memerlukan metode pembelajaran yang lebih sederhana dan dukungan intensif.

4. Disabilitas Mental

Merupakan gangguan pada fungsi pikir, emosi, dan perilaku, yang dapat memengaruhi kemampuan interaksi sosial dan partisipasi dalam kegiatan sehari-hari.

Jenis disabilitas mental meliputi:

- a. Psikososial: gangguan jiwa seperti skizofrenia, bipolar, depresi berat, PTSD.
- b. Autisme: termasuk dalam Autism Spectrum Disorder (ASD) yang memengaruhi komunikasi, perilaku, dan interaksi sosial.

Dampak: Hambatan dalam mengendalikan emosi, membangun relasi sosial, serta memerlukan dukungan konseling dan rehabilitasi psikososial.

5. Disabilitas Ganda (*Multiple Disabilities*)

Kondisi di mana seseorang mengalami lebih dari satu jenis disabilitas, misalnya disabilitas fisik sekaligus disabilitas sensorik atau intelektual.

Contoh:

- a. Tunarungu sekaligus tunanetra
- b. Cerebral palsy disertai gangguan intelektual

Dampak: Membutuhkan dukungan yang lebih kompleks dan terintegrasi dari berbagai bidang, baik medis, pendidikan, maupun

sosial.

2.3.3 Penyebab Disabilitas

Disabilitas dapat timbul akibat interaksi kompleks antara faktor biologis, lingkungan, dan sosial. Menurut WHO (2021) dan Kementerian Kesehatan RI (2023), penyebab disabilitas tidak hanya berasal dari kondisi medis bawaan atau cedera, tetapi juga dipengaruhi oleh kondisi sosial, akses layanan kesehatan, dan dukungan lingkungan. Dalam konteks penelitian, penting membedakan penyebab berdasarkan waktu terjadinya dan faktor pemicu.

1. Penyebab Berdasarkan Waktu Terjadinya

a. Kongenital (sejak lahir)

Disabilitas yang sudah ada sejak masa kehamilan atau saat lahir, biasanya disebabkan oleh kelainan genetik, gangguan perkembangan janin, atau komplikasi kelahiran.

Contoh: Down syndrome, spina bifida, cerebral palsy bawaan, kebutaan kongenital.

Faktor risiko: infeksi selama kehamilan (rubella, toxoplasma), malnutrisi ibu, paparan zat berbahaya, kelahiran prematur.

b. Didapat (acquired)

Disabilitas yang muncul setelah lahir, dapat terjadi pada masa anak-anak, remaja, atau dewasa.

Contoh: amputasi akibat kecelakaan, gangguan penglihatan akibat diabetes, gangguan pendengaran akibat infeksi telinga kronis.

Faktor risiko: penyakit kronis, cedera, infeksi, kondisi lingkungan yang tidak aman.

2. Penyebab Berdasarkan Faktor Pemicu

a. Faktor Genetik dan Hereditas

Mutasi gen atau kelainan kromosom yang diturunkan dari orang tua atau terjadi secara spontan saat pembuahan.

Contoh: Down syndrome (trisomi 21), muscular dystrophy,

retinitis pigmentosa.

Penjelasan ilmiah: Gen yang rusak memengaruhi pembentukan protein penting, mengganggu fungsi organ dan sistem tubuh.

b. Faktor Prenatal (sebelum kelahiran)

Gangguan selama masa kehamilan yang memengaruhi perkembangan janin.

Contoh: infeksi TORCH (toxoplasma, rubella, cytomegalovirus, herpes simplex), paparan alkohol/obat terlarang, gizi buruk ibu, hipertensi atau diabetes gestasional.

Dampak: gangguan otak janin, hambatan pertumbuhan organ, kelainan bentuk tubuh.

c. Faktor Perinatal (saat kelahiran)

Komplikasi saat persalinan yang memengaruhi pasokan oksigen atau kesehatan bayi baru lahir.

Contoh: asfiksia neonatorum, trauma lahir, perdarahan otak, infeksi segera setelah lahir.

d. Faktor Postnatal (setelah kelahiran)

Kondisi yang dialami setelah bayi lahir hingga masa dewasa.

Contoh: kecelakaan lalu lintas, cedera otak traumatis, infeksi (meningitis, ensefalitis), penyakit kronis (stroke, kanker), kekerasan fisik, bencana alam.

e. Faktor Lingkungan dan Sosial

Kondisi lingkungan yang berisiko tinggi menyebabkan cedera atau penyakit kronis, serta hambatan sosial yang memperburuk kondisi kesehatan.

Contoh: sanitasi buruk, kecelakaan kerja, paparan bahan kimia berbahaya, konflik bersenjata, kemiskinan ekstrem yang menghambat akses layanan kesehatan.

2.3.4 Kebutuhan Disabilitas

Kebutuhan disabilitas mencakup berbagai aspek yang diperlukan untuk memastikan individu dengan disabilitas dapat berfungsi secara optimal dalam masyarakat (Prarono, 2023). Berikut adalah beberapa kategori kebutuhan disabilitas yang penting :

1) Kebutuhan Fisik

a. Aksesibilitas

Fasilitas umum, seperti gedung, transportasi, dan infrastruktur, harus dirancang agar dapat diakses oleh penyandang disabilitas. Ini berarti bahwa ramp, lift, dan jalur khusus harus disediakan.

b. Alat bantu

Penyediaan alat bantu seperti kursi roda, alat pendengar, dan perangkat lunak aksesibilitas sangat penting untuk membantu mereka dalam beraktivitas sehari-hari.

2) Kebutuhan Edukasi

a. Akses ke Pendidikan

Pendidikan harus dapat diakses oleh semua orang, termasuk penyandang disabilitas, dengan kurikulum yang disesuaikan dan bantuan tambahan seperti tutor atau asisten.

b. Inklusi

Mahasiswa penyandang disabilitas memiliki kesempatan untuk berinteraksi dan belajar dengan teman sebaya mereka dalam lingkungan belajar yang inklusif, yang merupakan hal penting bagi kemajuan sosial dan akademis mereka.

3) Kebutuhan Sosial dan Psikologis

a. Dukungan Emosional

Akses ke layanan konseling dan dukungan psikologis membantu individu dengan disabilitas mengatasi stres dan tantangan yang mereka hadapi.

b. Interaksi Sosial

Untuk membangun jaringan dukungan dan meningkatkan keterampilan sosial, setiap individu harus memiliki kesempatan untuk berpartisipasi dalam kegiatan sosial dan berpartisipasi dalam komunitas mereka.

4) Kebutuhan Ekonomi

a. Pekerjaan

Kesempatan untuk mendapatkan pekerjaan yang sesuai dengan kemampuan dan minat, serta pelatihan untuk meningkatkan keterampilan kerja, sangat penting bagi penyandang disabilitas.

b. Dukungan Finansial

Bantuan keuangan, seperti tunjangan disabilitas atau program bantuan sosial, diperlukan untuk memenuhi kebutuhan hidup mereka.

5) Kebutuhan Kesehatan

a. Akses Layanan Kesehatan

Memastikan bahwa individu dengan disabilitas dapat mengakses layanan kesehatan yang berkualitas, termasuk perawatan medis dan rehabilitasi.

b. Perawatan Khusus

Ketersediaan layanan kesehatan yang dirancang khusus untuk memenuhi kebutuhan individu disabilitas, seperti terapi fisik atau okupasi, sangat penting.