

Pengaruh terapi candara jiwa terhadap inferioritas pada tuna daksa

Rosita Yuniati¹, Prilya Shanty Andrianie², Dewi Sulistyawati³

^{1,2,3}Universitas Setia Budi; Jl.Let.jend Sutoyo Surakarta;(0271)852518

ochita_june@yahoo.co.id, prilya.shanty@gmail.com, devi.trop.08@gmail.com

Abstrak. Kecacatan bagi sebagian orang merupakan suatu masalah yang sangat berat serta dapat menghambat cita-cita dan aktivitas. Bagi orang yang mengalami kecacatan atau tuna daksa memiliki berbagai permasalahan baik aspek sosial maupun psikologinya. Kecacatan yang dialami menyebabkan tuna daksa mengalami kemunduran dalam melakukan aktivitas sosialnya. Sehingga membuat tuna daksa menjadi inferior, patah semangat, merasa tidak berharga serta mengalami krisis kepercayaan diri. Hasil survey awal yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa tuna daksa cenderung mengalami inferior atau rendah diri karena keterbatasan fisik. Salah satu intervensi yang dapat dilakukan untuk menurunkan inferioritas adalah dengan terapi candara jiwa. Terapi candara jiwa adalah terapi mengenai penanaman lima watak utama yaitu *riya, narima, jujur, sabar, dan budi luhur*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi candara jiwa terhadap inferioritas tuna daksa di Balai Besar Rehabilitasi Sosial Bina Daksa Prof. dr. Soeharso Surakarta. Desain penelitian adalah *single group design* dengan *one group pre-test* dan *post-test experiment*. Subjek Penelitian menggunakan 8 kelayan tuna daksa usia 17-35 tahun yang memiliki nilai inferioritas sangat tinggi dan tinggi. Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan ada penurunan inferioritas subjek penelitian setelah terapi candara jiwa, yaitu saat *pre-test* ke *post-test* dengan nilai $Z = -2,243$ dengan $p = 0,025$ ($p < 0,05$), saat *pre-test* ke *follow-up* dengan nilai $Z = -2,366$ dengan $p = 0,018$ ($p < 0,05$). Hasil yang didapatkan menunjukkan bahwa terapi candara jiwa dapat menurunkan inferioritas pada tuna daksa.

Kata kunci : *inferioritas, terapi candara jiwa*

Pendahuluan

Kehidupan seseorang tidak selamanya menguntungkan, bagi sebagian orang yang terlahir dengan membawa beberapa kekurangan terutama kekurangan fisik, hal tersebut bukanlah hal yang menguntungkan. Kecacatan bagi sebagian orang merupakan suatu masalah yang sangat berat serta dapat menghambat cita-cita dan aktivitas. Orang yang mengalami kecacatan atau yang lebih sering disebut tuna daksa memiliki berbagai permasalahan baik aspek sosial maupun psikologinya. Tuna daksa memiliki beberapa keterbatasan, hal ini menyebabkan tuna daksa merasa terhambat dalam melakukan beberapa aktivitas sosial maupun fisiknya.

Dengan adanya keterbatasan tersebut menyebabkan penderita cacat menjadi rendah diri, patah semangat, menghambat kemampuan kerja dan sosial budaya yang bersangkutan, merasa tidak berharga serta kecemasan akan masa depan mereka. Menurut Adler (1999) minder atau rendah diri merupakan segala rasa kurang berharga yang timbul karena tidakmampuan psikologis atau sosial yang dirasa secara subyektif, ataupun karena keadaan jasmani yang kurang sempurna. Supraktinya (1993) mengemukakan inferioritas adalah perasaan yang timbul akibat lemahnya kondisi psikologis dan sosial yang dirasakan secara pribadi atau perasaan yang timbul

karena kelemahan yang dimiliki atau cacat tubuh yang ada. Sedangkan Adler (1999) menambahkan bahwa inferior adalah perasaan lemah dan tidak berdaya dalam menghadapi tugas yang harus diselesaikan. Perasaan ini menjadi sebab semua perbaikan dan tingkah laku manusia antara lain dapat menyebabkan individu menarik diri dan melakoni gaya hidup yang tidak berguna. Lima watak adalah faktor yang penting dalam hidup manusia karena mempengaruhi tindakan manusia dalam berbagai situasi. Hal tersebut juga sangat penting guna mencapai titik kesadaran yang tertinggi sehingga individu dapat mengaktualisasikan diri. Maka dari itu lima watak utama ini hendaknya dimiliki setiap individu termasuk penyandang tuna daksa.

Tidak semua individu sudah tentu memiliki *panca sila*, termasuk juga individu penyandang tuna daksa yang dianugrahi keterbatasan fisik. Pada umumnya, penyandang tuna daksa kurang bisa *rila dan narima* dikarenakan oleh pandangan lingkungan yang kurang baik sehingga menimbulkan perasaan tidak berharga dan rendah diri. Hal ini menjadikannya kurang memiliki *kesabaran* dalam menjalani hidup. Penyandang tuna daksa dapat menjadi putus asa, dan menjadi kurang *jujur*, artinya tidak dapat memenuhi kesanggupannya untuk mengaktualisasikan potensinya dan tentunya belum dapat mencapai tingkatan *budi luhur*. Terbentuknya lima watak utama diatas tentunya melalui suatu proses kehidupan, tidak bisa seketika. Manusia harus selalu berusaha membangun lima watak tersebut sejak kecil hingga tutup usia. Manusia memerlukan interaksi dengan lingkungannya, baik itu lingkungan fisik ataupun lingkungan sosial. Melalui interaksi tersebut maka dapat diupayakan membangun lima watak utama (*rila, narima, jujur, sabar dan budi luhur*) yang juga biasa di sebut dengan candra jiwa.

Lima watak utama adalah hal yang nyata tercermin dalam perilaku manusia sehari-hari, dapat dipelajari dan diamati. Dalam buku *sasangka jati*, Soenarto (Hardjoporakosa dkk, 1983) menjelaskan bahwa lima watak utama (*panca sila*) adaah sebagai berikut: 1. *Rila*, Rila ialah ketulusan hati, menyerahkan segala milik, hak dan semua hasil karyanya kepada Tuhan dengan ikhlas. 2. *Narima*, banyak mengarah ke ketentraman hati. *Narima* bukan berarti individu yang enggan bekerja, tetapi dengan rasa tawakal menerima apapun yang menjadi bagiannya. 3. *Jujur*, Arti pokok *jujur* yaitu menepati janji atau menepati kesanggupan baik yang terlahir dalam kata-kata maupun yang masih di dalam hati (niat). 4. *Sabar*, berarti berhati lapang, kuat menderita segala cobaan, tetapi bukan orang yang putus asa melainkan individu yang berhati teguh..5. *Budi Luhur*, Individu yang berbudi luhur hendaknya suka menolong dan melindungi tanpa pamrih apapun. Dalam berkorban tidak hanya berwujud harta, tenaga dan pikiran, tetapi bila perlu juga sampai jiwanya. Pengertian Tuna Daksa Tunadaksa berasal dari kata "Tuna " yang berarti rugi, kurang dan "daksa"berarti tubuh. Dalam banyak literatur cacat tubuh atau kerusakan tubuh tidak terlepas dari pembahasan tentang kesehatan sehingga sering dijumpai judul "*Physical and Health Impairments*" (kerusakan atau gangguan fisik dan kesehatan). Faktor penyebab Seperti kondisi ketunaan yang lain, kondisi kelainan pada fungsi anggotatubuhatau tuna daksa dapat terjadi sebelum anak lahir (*prenatal*), saatkelahiran (*neonatal*), dan setelah anak lahir (*postnatal*).

Kecacatan yang dimiliki oleh para kaum difabel menyebabkan mereka mengalami kemunduran dalam melakukan aktivitas-aktivitas kehidupan sosialnya. Berbagai masalah yang dapat dialami oleh difabel antara lain rendah diri, patah semangat, menghambat kemampuan kerja dan sosial budaya yang bersangkutan, merasa tidak berharga serta kecemasan akan masa depan mereka. Ditinjau dari segi psikologis, perubahan dan keterbatasan penderita dalam bergerak, berkomunikasi, berpikir sangat mengganggu bagi difabel yang dirasakan sebagai kekecewaan atau krisis. Penderita merasa kehilangan tujuan hidupnya, merasa jauh dengan teman-temannya, dan kehilangan kesehatan fisik secara menyeluruh. Hal ini dapat menimbulkan ketegangan, kecemasan, serta frustrasi dalam menghadapi hari esok bahkan sampai mengalami

depresi. Individu yang mengalami cacat tubuh akan merasa malu, ketakutan dan menderita batinnya, hari depan merasa gelap dipenuhi rasa malu, ketakutan dan merasa ragu (Kartono, 1983). Dalam kondisi tersebut maka individu penyandang tuna daksa menjadi kurang dapat menerima kenyataan hidupnya, menjalani hidupnya dengan kurang ikhlas dan kurang sabar, kehilangan motivasi hidup, sehingga tidak dapat mengaktualisasikan diri.

Melihat ketidaksiapan sumber daya penyandang difabel dalam persaingan usaha dan memperoleh pekerjaan tentunya menjadi tantangan bagi pengelola tuna daksa terutama yang dikelola oleh pemerintah untuk mengembangkan program-program pemberdayaan agar bisa mencetak sumber daya difabel yang handal, mempunyai mental yang kuat dan terampil. Kehidupan di dunia hendaknya dijalani manusia dengan penuh keikhlasan, manusia harus mau dan mampu menerima kenyataan hidup walau dalam kondisi apapun. Lima watak diatas adalah faktor yang penting dalam hidup manusia karena mempengaruhi tindakan manusia dalam berbagai situasi. Hal tersebut juga sangat penting guna mencapai titik kesadaran yang tertinggi sehingga individu dapat mengaktualisasikan diri. Maka dari itu lima watak utama ini hendaknya dimiliki setiap individu termasuk penyandang tuna daksa. Pertanyaan dari penelitian ini adalah "adakah pengaruh terapi candra jiwa terhadap inferioritas pada tuna daksa di BBRSD Prof.Dr.Soeharso Surakarta?". Untuk menjawab pertanyaan hipotesis dibuktikan kebenarannya secara empiris yaitu : ada pengaruh terapi candra jiwa terhadap inferioritas pada tuna daksa di BBRSD Prof.Dr.Soeharso Surakarta.

Penelitian ini memiliki tujuan untuk melihat pengaruh terapi candra jiwa terhadap inferioritas di BBRSD Prof.Dr.Soeharso Surakarta. Penelitian ini memiliki manfaat teoritis yaitu memperkaya ilmu psikologi terutama dalam bidang pengembangan terapi dan manfaat praktis bagi lembaga adalah menjadikan terapi candra jiwa sebagai terapi untuk menurunkan inferioritas bagi tuna daksa.

Metode

Penelitian ini dilakukan di BBRSD Prof.Dr. Soeharso, dengan subjek penelitian dalam penelitian ini adalah siswa tuna daksa di BBRSD berusia 17-35 tahun, memiliki nilai inferioritas dalam kategori sangat tinggi dan tinggi, laki-laki maupun perempuan, sejumlah 8 orang. Alat pengumpul data dalam penelitian ini adalah skala inferioritas. Rancangan eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Quasi Eksperimental Design* dengan pengukuran pada waktu *pre-test*, *post-test* dan *follow-up*. Peserta disreening awal dengan cara memisahkan subjek yang memiliki skor inferioritas sangat tinggi dan tinggi menjadi kelompok yang akan dipergunakan sebagai subjek penelitian dan mendapatkan intervensi berupa terapi candra jiwa, dan kelompok lain adalah yang memiliki skor inferioritas rendah dan sedang, yang selanjutnya tidak dipergunakan sebagai subjek penelitian. Eksperimen *quasi* merupakan salah satu metode penelitian eksperimen yang menggunakan partisipan dalam jumlah yang terbatas. Jumlah subjek yang terbatas. Intervensi dalam bentuk terapi candra jiwa diberikan selama lima hari berturut-turut. Subjek penelitian diberi pengukuran dengan menggunakan skala inferioritas, pemberian skala dilakukan pada saat sebelum dilakukan terapi, sesudah dilakukan terapi dan dua minggu setelah dilakukan *post test*.

Hasil

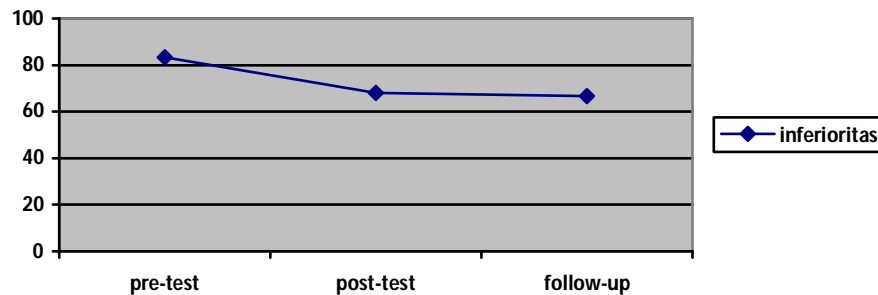
Proses *Screening* dilakukan dengan pengisian skala inferioritas oleh siswa di BBRSD dibantu dengan fasilitator, mengingat siswa mengalami kesulitan dalam menulis. Pengisian skala dilakukan selama 2 tahap yaitu pada tanggal 22 April dan 25 April 2017. Proses selanjutnya setelah pengisian skala skoring hasil. Hasilnya dari jumlah subjek sebanyak 78 subjek, terdapat 20 orang subjek yang memiliki skor inferioritas sangat tinggi dan tinggi, sedangkan 58 lainnya memiliki skor inferioritas sedang dan rendah. Setelah ditentukan 20 subjek penelitian, selanjutnya diberikan intervensi dalam bentuk terapi candra jiwa yang dilakukan lima hari berturut-turut dimulai mulai tanggal 3 Juli sampai dengan 7 Juli 2017. Pemberian terapi dilakukan selama 2 jam dengan pertimbangan apabila diberikan terlalu lama subjek akan mengalami kejenuhan. Dari 20 subjek penelitian yang diberi terapi candra jiwa yang dapat dianalisis sejumlah 8 subjek, 12 subjek lainnya tidak dapat dianalisis dikarenakan tidak mengikuti semua proses terapi dari awal sampai akhir dengan lengkap dikarenakan sakit, pulang kampung dan keperluan lainnya. Hasil akhir yang diharapkan oleh peneliti adalah untuk mengetahui pengaruh terapi candra jiwa terhadap inferioritas pada tuna daksa. Dari data penelitian di peroleh hasil sebagai berikut :

Hasil analisis menggunakan uji *Mann Whitney* (uji hipotesis) didapatkan hasil bahwa nilai $Z = -2,054$ dengan taraf signifikansi $0,040$ ($p < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis dapat di terima, yang artinya ada pengaruh antara terapi candra jiwa terhadap inferioritas pada tuna daksa. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan inferioritas pada subjek penelitian pada saat *pre-test*, *post-test*, *follow-up*. Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan ada penurunan pada saat *pre-test ke post test* dengan nilai $Z = -2,243$ dengan taraf signifikansi $0,025$ ($p < 0,05$). Akan tetapi hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* tidak menunjukkan ada penurunan yang signifikan pada saat *post-test ke follow-up* dengan nilai $Z = -0,775$ dengan taraf signifikansi $0,438$ ($p > 0,05$) yang berarti bahwa antara *post-test* dengan hasil *follow-up* tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan atau dapat dikatakan tidak ada perbedaan antara *post-test* dan *follow-up*. Dan hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* antara *pre-test* dan *follow-up* menunjukkan ada penurunan inferioritas pada subjek penelitian dengan nilai $Z = -2,366$ dengan taraf signifikansi $0,018$ ($p < 0,05$) yang artinya ada penurunan yang signifikan antara *pre-test* dengan *follow up*. Secara lengkap hasil uji hipotesis sebagai berikut :

Tabel 1
Hasil Uji *Wilcoxon Signed Rank Test*

	<i>Pre – Post</i>	<i>Post – Follow</i>	<i>Pre – Follow</i>
Z	-2,243	-0,775	-2,366
Sig (I-tailed)	0,025	0,438	0,018

Perbedaan antara *pre-test*, *post test* dan *follow-up* dapat dilihat dengan membandingkan rerata atau *mean* skor sebagaimana dapat dilihat dalam grafik berikut :



Berdasarkan grafik dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan antara *pre-test* dan *post-test*. Hal ini menunjukkan bahwa terapi candra jiwa yang diberikan pada saat intervensi berpengaruh untuk menurunkan inferioritas pada subjek penelitian. Penurunan inferioritas tersebut terlihat dari *mean rank* pada tiap-tiap pengukuran. *Ranks* (-) untuk *pre-test* – *post-test* sebesar 34,0 sedangkan *ranks* (+) sebesar 2,0 artinya sebagian besar nilai *post-test* menurun jika dibandingkan dengan *pre-test*. *Mean ranks* untuk *pre-test* - *follow-up* untuk nilai (-) sebesar 23,50 dan nilai *rank* (+) sebesar 12,50 yang artinya tidak ada perbedaan yang berarti antara *post-test* dengan *follow-up* , penurunan inferioritas untuk *pre-test* - *follow-up* sebesar 4,00 (-) dan nilai *rank* (+) sebesar 0. Yang artinya ada perbedaan antara *pre-test* dengan *follow-up*.

Diskusi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat dilihat bahwa terapi candra jiwa mampu menurunkan inferioritas pada tuna daksa, artinya ada efek dari terapi candra jiwa terhadap inferioritas tuna daksa. Dalam Candrajiwa dijelaskan bahwa dalam hidupnya, manusia wajib berusaha mencapai titik kesadaran yang tertinggi (*alam sejati* : hakekat hidup). Apabila manusia sudah mencapai pada titik kesadaran tetap ada di *alam sejati* maka setelah *panembah* (ibadah) selesai, suasana *heneng-hening* (kedamaian) tidak hilang. Sifat dan watak individu yang selalu diliputi suasana *heneng-hening* berbeda sekali dengan watak dari individu yang titik beratnya terletak di 'badan jasmani kasar' atau 'badan jasmani halus'. Peralihan titik berat kesadaran tidak mungkin dicapai tanpa membangun lima watak utama yaitu: *riila*, *narima*, *jujur*, *sabar*, dan *budi luhur* (Hardjoprakosa, 1973). Menurut Candra Jiwa kehidupan manusia hendaknya dijalani dengan penuh rasa syukur, ikhlas menerima semua kenyataan dalam kehidupan. Mampu menerima apapun kondisi yang tengah dialami, baik itu yang menyenangkan maupun yang tidak menyenangkan. Lima watak diatas adalah faktor yang penting dalam hidup manusia karena mempengaruhi tindakan manusia dalam berbagai situasi. Dengan lima watak utama manusia akan mencapai pada proses aktualisasi diri. sehingga manusia akan mampu menerima apapun kondisinya dan mencari hikmah serta mensyukuri papun kondisi hidupnya. Maka dari itu lima watak utama ini hendaknya dimiliki setiap individu termasuk penyandang tuna daksa.

Tidak semua manusia sudah tentu memiliki *panca sila*, termasuk individu penyandang tuna daksa yang dianugrahi keterbatasan fisik. Pada umumnya, penyandang tuna daksa yang kurang bisa *riila* dan *narima* disebabkan oleh pandangan lingkungan yang kurang baik sehingga menimbulkan perasaan tidak berharga dan rendah diri. Hal ini menjadikannya kurang memiliki

kesabaran dalam menjalani hidup. Penyandang tuna daksa dapat menjadi putus asa, mereka menjadi kurang *jujur*, artinya tidak dapat memenuhi kesanggupannya untuk mengaktualisasikan potensinya dan tentunya belum dapat mencapai tingkatan *budi luhur*.

Terbentuknya lima watak utama diatas tentunya melalui suatu proses kehidupan, tidak bisa seketika. Manusia harus selalu berusaha membangun lima watak tersebut sejak kecil hingga tutup usia. Manusia selalu berinteraksi dengan lingkungannya, baik lingkungan fisik maupun lingkungan sosial. Melalui interaksi tersebut maka dapat diupayakan membangun lima watak utama (*riila, narima, jujur, sabar dan budi luhur*) yang dapat dikatakan sebagai terapi candra jiwa. Terapi candra jiwa diarahkan untuk merekonstruksi pemikiran yang mengarah kepada penerimaan diri atas apa yang dimiliki, sehingga manusia akan termotivasi dan menjadi semangat untuk mencapai perasaan yang positif dan merasa lebih percaya diri. Dengan memiliki watak *riila* dan *narima* dapat menerima dan mensyukuri kondisi yang dimilikinya, jujur atau *temen* yang artinya dapat memenuhi kesanggupannya dan mengaktualisasikan potensinya yang dimilikinya dalam arti dapat optimalisasi potensinya, sabar yang berarti tidak mudah menyerah dan berhati lapang, yang terakhir budi luhur berusaha untuk mendelani sifat-sifat Tuhan dan mampu menerapkan dalam kehidupannya sehari-hari.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan , maka dapat diambil kesimpulan bahwa terapi candra jiwa memiliki pengaruh terhadap inferioritas pada tuna daksa. Hasil penelitian diharapkan para peserta terapi candra jiwa dapat mempraktekkan apa yang sudah diperoleh selama menjalani terapi. Hal ini dimaksudkan agar para peserta dapat menjalani kehidupan dengan baik dan tidak lagi mengalami perasaan rendah diri karena keterbatasan fisik yang dimilikinya. Bagi pengelola diharapkan dapat sebagai bahan informasi untuk menyusun program terapi candra jiwa untuk mengatasi inferioritas pada tuna daksa. Bagi peneliti selanjutnya terapi candra jiwa cukup efektif untuk mengatasi inferioritas pada tuna daksa, oleh karena itu terapi ini dapat diterapkan pada subjek yang lain dengan permasalahan yang berbeda.

Kepustakaan

Adler, R.B. & Rodman, G. 1999. *Understanding human communication*. Toronto: Holt Rinehart and Winston.

Chaplin, J.P. 2001. *Kamus Psikologi*. (Penterjemah : Kartono). Jakarta : PT. Raja

Grafindo persada

Encyclopedia Britannica, 2006. *Impairity Disability and Rehabilitation*. NewYork : Simon & Schuster and Prentice Hall International.

Hadi S dan Pamardiningsih Y . 2000. *Manual SPS Paket Midi*. Yogyakarta : Fak. Psikologi UGM.

Hardjoprakoso, S. 1973. *Arsip Sarjana Budi Santosa*. Jakarta: Proyek Penerbit dan Perpustakaan Pangestu Pusat



PROSIDING TEMU ILMIAH X IKATAN PSIKOLOGI PERKEMBANGAN INDONESIA

Peran Psikologi Perkembangan dalam Penumbuhan Humanitas pada Era Digital
22-24 Agustus 2017, Hotel Grasia, Semarang

_____. 1972. *Candrajiwa Sebagai Dasar Suatu Psikhoterapi*. Bagian I. (Terjemahan Oleh Dibyso Siswoyo)

_____. 1986. *Candrajiwa Sebagai Dasar Suatu Psikhoterapi*. Bagian II. (Terjemahan Oleh Muhamad Husodo)

Harjaprakosa dan Sumadiharja, T. 1983. *Pustaka Sasangka Jati*. Cetakan Ke Lima. Jakarta: Badan Penerbitan Dan Perpustakaan Pengestu Pusat.

Tarsidi, MSW. 1998. *Peraturan Standar Tentang Persamaan Kesempatan Bagi Para*

Penyandang Cacat 1. Jakarta: Biro HLN-DPP Pertuni

Ubaydillah. 2009. *Mengatasi Inferioritas* .www.epsikologic.com. Akses 12 Maret 2010.