EFEKTIVITAS PELATIHAN PENERIMAAN DIRI TERHADAP PENINGKATAN OPTIMISME PADA PENYANDANG CACAT TUBUH KORBAN BENCANA

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh

Gelar Sarjana Strata Satu Psikologi

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Disusun Oleh :

SITI NUR KHASANAH

(07710001)

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
2011

Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga
FM-UINSK-PBM-05-07/R0

PENGESAHAN SKRIPSI
Nomor : UIN.02/DSH/PP.00.9/898/2011

Skripsi/ Tugas Akhir dengan judul : EFEKTIVITAS PELATIHAN PENERIMAAN DIRI TERHADAP PENINGKATAN OPTIMISME PADA PENYANDANG CACAT TUBUH KORBAN BENCANA

Yang dipersiapkan dan disusun oleh :

Nama : Siti Nur Khasanah
NIM : 07710001

Telah dimunaqosyahkan pada : Selasa, 21 Juni 2011
dengan nilai : 93,33 (A-)
Dan dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga

PANITIA UJIAN MUNAQOSYAH :

Ketua Sidang

Erika Setyanti Kusumaputri, M.Si
NIP. 1975514200501 2 004

Penguji I

R.Rachmy Diana, MA
NIP.19750910 200501 2 003

Penguji II

Zidni Immawan Muslimin, M.Si
NIP. 19680220 200800 1 001

Yogyakarta, 28 Juni 2011
UIN Sunan Kalijaga
Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
DEKAN

Prof. Dr. Dudung Abdurahman, M.Hum
NIP. 19630306 198903 1 010

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Siti Nur Khasanah

NIM : 07710001

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Skripsi ini adalah asli hasil karya atau penelitian sendiri, bukan plagiasi dari karya atau penelitian orang lain. Dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali yang tertulis dalam naskah ini yang disebutkan dalam daftar pustaka.

Yogyakarta, 21 Juni 2011
Yang Menyatakan

METERAI TEMPEL
88010AAF402452973
6000 DJP

Siti Nur Khasanah
NIM : 07710001

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

NOTA DINAS PEMBIMBING

Prof. Dr. Dudung Abdurrahman, M.Hum
Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

NOTA DINAS PEMBIMBING
Hal : Skripsi

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
UIN Sunan Kalijaga
Di Yogyakarta

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Setelah memeriksa, mengarahkan, dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka selaku pembimbing, saya menyatakan bahwa skripsi Saudara :

Nama	: Siti Nur Khasanah
NIM	: 07710001
Prodi	: Psikologi
Judul	: Efektivitas Pelatihan Penerimaan Diri Terhadap Peningkatan Optimisme Pada Penyandang Cacat Tubuh Korban Bencana

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar sarjana strata satu Psikologi.

Saya mengharapkan semoga Saudara tersebut segera dipanggil untuk mempertanggung jawabkan skripsinya dalam sidang munaqosyah.

Demikian atas perhatiannya saya ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 21 Juni 2011
Dosen Pembimbing

Erika Setyanti Kusumaputri,S.Psi.,M.Si.
NIP. 19750514 2005 01 2 004

MOTTO

Kebanggaan kita yang terbesar adalah bukan kita tidak pernah gagal, tetapi bangkit kembali setiap kali kita jatuh.

(hasna, psikologi'07)

Apabila kamu tidak bisa berbuat kebaikan dengan kekayaanmu, maka berilah mereka kebaikan dengan wajahmu yang berseri – seri disertai dengan akhlak yang baik.

(Nabi Muhammad SAW)

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan mengucap syukur kehadirat Allah SWT atas berkah rahmat, hidayah, dan kemudahan yang diberikan.

Karya sederhana ini kupersembahkan untuk :

ALMAMATERKU

Prodi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial & Humaniora

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

KELUARGAKU TERCINTA

Bp. Iman Azis Suyitno & Ibu. Sadilah

Yang tiada habisnya mendoakanku & mendukungku, serta memanjakanku disaat aku merasa lelah. Senyum dan nasehat kalian adalah semangatku.

Kakakku satu - satunya, Mas Sidiq Purnomo

Meski jauh dan jarang bertemu namun kasih sayang yang kau berikan sangat aku rasakan disini. Dan untuk keponakanku tercinta Razin Hafidzuddin Rasydan, makasii "jagoan" karena selalu menghibur tante,

Ga' betah lama - lama jauh dari kalian...

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Bismillahirahmanirrahim.

Alhamdullilah, tiada kata yang pantas terucap kecuali puji syukur kepada Allah SWT atas segala nikmat dan karunia yang telah diberikan. Sholawat dan salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW yang telah menunjukkan jalan kebenaran dan menuntun manusia menuju tali agama Allah SWT yang mulia.

Selanjutnya, dengan kerendahan hati penulis ingin menghaturkan penghargaan dan rasa terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi ini. Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan partisipasi berbagai pihak, skripsi ini tidak akan terwujud dengan baik. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof.DR. Dudung Abdurohman M.Hum, selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
2. Bapak Benny Herlena M.Si, selaku Ketua Prodi Psikologi sekaligus Dosen Pembimbing Akademik, "*Thank's Dad! For the time and attention given during the four years of this to me.*"
3. Ibu Erika Setyanti Kusumaputri,S.Psi,M.Si, selaku dosen Pembimbing Skripsi, terima kasih atas kesediaan waktunya membimbing penulis dengan kesabaran dan segala kebaikannya. "*makasii bunda, atas senyum dan perhatiannya selama membimbingku selama ini..*"

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

4. Ibu R.Rachmy Diana,M.A,.Psi dan Bapak Zidni Immawan,S.Psi,M.Si selaku dosen Penguji Skripsi yang telah banyak memberi masukan, petunjuk, dan saran-saran dalam skripsi ini
5. Seluruh Dosen Program Studi Psikologi dan seluruh karyawan di Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora, atas segala kesempatan, ilmu pengetahuan, dan fasilitas yang diberikan.
6. Kepala Bidang Perlindungan & Rehabilitasi Sosial di Dinas Sosial Yogyakarta, atas ijin yang diberikan kepada penulis untuk melakukan penelitian di Pusat Rehabilitasi Terpadu Penyandang Cacat (PRTPC).
7. Ibu Farah Lestari, S.Psi selaku Psikolog di Pusat Rehabilitasi Terpadu Penyandang Cacat (PRTPC), terima kasih atas segala masukan yang diberikan. Ibu Hetty selaku Pendamping Klien, terima kasih atas kesedian waktu yang diberikan sehingga dapat memperlancar jalannya penelitian ini, serta segenap pegawai di bagian administrasi atas keramahan dan pelayanan yang diberikan secara baik.
8. Bapak Drs. Muhammad Ahsan M.Si Ketua Umum Yayasan Bina Potensi (Layanan Bimbingan Konsultasi & Tes Psikologi) selaku *trainer* dalam pelatihan di penelitian ini, terima kasih atas kesediaannya untuk menjadi fasilitator yang ramah dan profesional. Teman – teman kerjaku, Bu Tuti, Bu Yati, Mb Ria, Shanti, Tata, Mb Nur, Mba Ning, Mba Tanti, dan Mas Gunawan, terimakasih atas kebersamaannya selama 1 tahun ini dan pengertian kalian untuk menggantikan tugasku diselang menyelesaikan tugas skripsi ini.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

9. Bapak Suparno selaku narasumber pada pelatihan di penelitian ini, terima kasih sudah berkenan menjadi inspirator saudara – saudara kita dengan keterbatasan fisiknya, untuk berbagi pengalaman sukses dan hidup ikhlas dengan keadaan apapun.
10. Teman – teman baruku yang super di Pusat Rehabilitasi Terpadu Penyandang Cacat (PRTPC), penulis ucapkan terima kasih sebesar-besarnya atas partisipasi kalian dalam penelitian ini. Semangat super dan canda tawa kalian adalah kebahagianku. *"maaf sudah banyak merepotkan, semoga bermanfaat & tetap optimis!"*
11. Orangtuaku Bp. Iman Azis Suyitno dan Ibu Sadilah, kakakku Mas Sidiq Purnomo & keluarga besarku, terima kasih yang tak terhingga atas semua doa dan dukungannya.
12. Mas Agus Tedja Santosa dan keluarga, terima kasih atas doa', perhatian dan dukungan yang diberikan. *Makasi sudah membuatku lebih dewasa..*
13. Sahabat – sahabatku tersayang Psikologi 2007 : Dewi (*thank's.. sudah menjadi sahabat terbaikku dan selalu ada disaat ku sedang membutuhkan sandaran bahumu ^_^),* jenk Lutfi & jenk Dian (*makasi jenk untuk kasur dan bantalnya, disetiap menunggu waktu jeda kuliah dulu ;D*), Yoga, Rizky, Zahro, Malika, Liza, Ully, Kiki, Zaenal, Ilham, Ridwan, Gunawan, Bagus, Anisa, Dita, Mba' Ifa, Nia, Ella, Hunter, Andi, Hident, Fitri, Indah, Fatima, Miftah, Mba Widya, Mba' Hany, Fadli, Fared, Fatur, Kurniadi, Abbas, Yanto, Qomar, Ammy, Riyanti,

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Budi, Latifah T, Wahid, dan semua teman – teman yang mungkin terlewatkan. "*will always miss you guys..*"

14. Untuk adik – adikku psikologi 2008, khususnya untuk para praktikanku Psikologi Eksperimen dan Psikodiagnostik 3 terimakasih atas pengertian dan kesabaran kalian menghadapi asisten sepertiku. "*Selalu semangat belajar yaa..!*"

Terima kasih untuk semua pihak yang telah dengan setulus hati membantu kelancaran penelitian dan menjadikan skripsi ini ada. Semoga Allah membalas kebaikan kalian. Amin.

Semoga karya ini bermanfaat.

Yogyakarta, 21 Juni 2011
Penulis

Siti Nur Khasanah
NIM. 07710001

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL ..... **i**

HALAMAN PENGESAHAN ..... **ii**

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN ..... **iii**

NOTA DINAS PEMBIMBING ..... **iv**

MOTTO ..... **v**

HALAMAN PERSEMBAHAN ..... **vi**

KATA PENGANTAR ..... **vii**

DAFTAR ISI ..... **xi**

DAFTAR TABEL ..... **xiv**

DAFTAR GAMBAR ..... **xvi**

DAFTAR LAMPIRAN ..... **xvii**

ABSTRAKSI ..... **xvii**

BAB I PENDAHULUAN **1**

- **A. Latar Belakang Masalah** **1**
- **B. Rumusan Masalah** **7**
- **C. Tujuan Penelitian** **7**
- **D. Manfaat Penelitian** **8**
- **E. Keaslian Penelitian** **9**

BAB II TINJAUAN PUSTAKA **15**

- **A. Optimisme** **15**
  - **1. Pengertian Optimisme** **15**
  - **2. Aspek – Aspek Optimisme** **17**

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

3. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Optimisme 21

4. Manfaat Optimisme 22

B. Pelatihan Penerimaan Diri 23

1. Pengertian Pelatihan Penerimaan Diri 23

2. Aspek – Aspek Penerimaan Diri 26

3. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Penerimaan Diri 30

C. C. Penyandang Cacat Tubuh 32

1. Pengertian Penyandang Cacat Tubuh..... 32

2. Sebab – Sebab Cacat Tubuh 34

3. Jenis – Jenis Cacat Tubuh 35

4. Karakteristik Cacat Tubuh 36

5. 5Penerimaan Diri Penyandang Cacat Tubuh Korban Bencana 37

D. Pengaruh Pelatihan Penerimaan Diri Terhadap Peningkatan Optimisme Pada Penyandang Cacat Tubuh Korban Bencana 37

E. Hipotesis 40

BAB III METODE PENELITIAN 41

A. Identifikasi Variabel 41

B. Definisi Operasional 41

C. Subyek Penelitian 42

D. Rancangan Eksperimen 45

E. Metode Pengumpulan Data 52

F. Validitas dan Realibilitas 56

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

G. Metode Analisis Data 62

BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN..... 65

A. Prosedur Penelitian 65

1. Orientasi Kancah Penelitian 65

2. Proses Perijinan 66

3. Uji Coba Alat Ukur 66

B. Pelaksanaan Eksperimen 74

C. Deskripsi Data Penelitian 78

D. Hasil dan Analisis Data 84

1. Uji Normalitas 85

2. Uji Homogenitas 86

3. Uji Hipotesis 87

E. Pembahasan 89

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 97

A. Kesimpulan 97

B. Saran 97

DAFTAR PUSTAKA 99

LAMPIRAN

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Rancangan Eksperimen 46

Tabel 2. Materi Pelatihan Penerimaan Diri 48

Tabel 3. Rancangan Jadwal Pelatihan Penerimaan Diri 50

Tabel 4. Sebaran Aitem Skala Optimisme 54

Tabel 5. Skor Jawaban Pernyataan Skala Optimisme 56

Tabel 6. Kaidah Uji Hipotesis 64

Tabel 7. Sebaran Aitem Skala Minat Sebelum Uji Coba 67

Tabel 8. Daftar Aitem – Aitem Gugur 68

Tabel 9. Sebaran Aitem Skala Minat Setelah Uji Coba 69

Tabel 10. *Manipulation Check 1* 71

Tabel 11. *Manipulation Check 2* 73

Tabel 12. Jadwal Awal Pelatihan Penerimaan Diri 74

Tabel 13. Jadwal Pelatihan Penerimaan Diri 77

Tabel 14. Deskripsi Statistik Skor *Pretest* dan *Posttest* 79

Tabel 15. Kategorisasi *Pretest* Optimisme 81

Tabel 16. Kategorisasi *Posttest* Optimisme 82

Tabel 17. *Gain Score* Kelompok Kontrol 83

Tabel 18. *Gain Score* Kelompok Eksperimen 84

Tabel 19. Deskripsi Data 85

Tabel 20. Uji Normalitas 85

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Tabel 21. Uji Homogenitas 86

Tabel 22. Rangkuman Uji t 87

Tabel 23. Korelasi *Pretest* dan *Posttest* 88

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR GAMBAR

Gambar *1. Mekanisme Pengambilan Sampel*..... 45

Gambar 2. Grafik Kategorisasi *Posttest* 83

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

1. Olah data Validitas dan Reliabilitas (sebelum uji coba skala) 106
2. Olah data Validitas dan Reliabilitas (setelah uji coba skala) 110
3. Olah data uji normalitas 111
4. Olah data uji homogenitas 112
5. Olah data uji hipotesis 113
6. Tabulasi skor subyek penelitian 117
7. Skala Optimisme 122
8. Modul pelatihan penerimaan diri 126
9. Berita acara Manipulation Check Modul 141
10. Blanksheet pelatihan penerimaan diri
11. Daftar hadir peserta pelatihan penerimaan diri (kel. eksperimen) 145
12. Kontrak pelatihan 147
13. Lembar evaluasi kuantitatif 159
14. Surat – surat penelitian

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

ABSTRAK

EFEKTIVITAS PELATIHAN PENERIMAAN DIRI TERHADAP PENINGKATAN OPTIMISME PADA PENYANDANG CACAT TUBUH KORBAN BENCANA

Siti Nur Khasanah
07710001

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keefektifan pelatihan penerimaan diri terhadap peningkatan optimisme pada penyandang cacat tubuh korban bencana. Subyek penelitian ini dilakukan terhadap klien penyandang cacat tubuh di Pusat Rehabilitasi Penyandang Cacat Terpadu (PRPCT) Daerah Istimewa Yogyakarta . Terdiri dari 12 subyek sebagai kelompok eksperimen dan 12 subyek sebagai kelompok kontrol. Karakteristik subyek ini antara lain : a). Subyek yang memiliki kategorisasi optimisme sedang hingga rendah dan
b). Subyek yang belum pernah diberikan pelatihan penerimaan diri sebelumnya.

Kelompok eksperimen mendapat perlakuan berupa pelatihan penerimaan diri yang disampaikan selama 2 hari, sedangkan kelompok kontrol mendapat perlakuan berupa *waiting list with placebo* atau tanpa perlakuan. Desain yang digunakan adalah *two independent group with pretest-postest design.* Metode pengumpulan data melalui skala optimisme yang disusun oleh peneliti dari hasil modifikasi skala optimisme yang sudah dilakukan sebelumnya. Metode analisis data yang digunakan menggunakan *independent sampel t-test* dan *paired sample t-test.* Uji t menunjukkan perbandingan nilai *posttest* antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen dengan hasil nilai t sebesar -5.59 dan nilai ($p=0.000$) dengan taraf signifikansi ($p < 0.01$), dengan artian bahwa pelatihan penerimaan efektif dalam meningkatkan optimisme pada penyandang cacat tubuh korban bencana.

Kata Kunci : pelatihan penerimaan diri, optimisme

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

ABSTRACT

EFFECTIVENESS OF SELF ACCEPTANCE TRAINING TO INCREASING OPTIMISM FOR DIFABLE VICTIMS OF DISASTER

Siti Nur Khasanah
07710001

This study aims to determine the effectiveness of the training of self-acceptance to increased optimism on the difable victims of disaster. The subject of this research is conducted on the difable client's body at the Pusat Rehabilitasi Terpadu Penyandang Cacat (PRTPC) Daerah Istimewa Yogyakarta. For 12 subjects as the experimental group and 12 subjects as control group. Characteristics of these subjects among others: a). Subjects who had average to low optimism categorization and b). Subjects who had never previously given training self-acceptance.

The experimental group received treatment in the form of self-acceptance is delivered training during 2 days, where as the control group received treatment in the form of waiting list with placebo class or no treatment. The design was used with two independent groups pretest-posttest design. Methods of data collection through the optimism scale developed by researchers from the optimism scale modifications that have been done before. Methods of data analysis used the independent sample t-test and paired sample t-test. T test showed t value of -5.59, so the value (p = 0.000) with significance level (p <0.01), its mean training of self-acceptance is effective in increasing optimism on the difable victims of disaster.

Keywords : self-acceptance training, optimism

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Tidak ada manusia yang menginginkan tubuh cacat, namun terkadang harapan tersebut harus pupus karena musibah yang tidak terduga maupun penyebab – penyebab lain seperti bencana. Segala sesuatu yang terjadi pada diri individu seyogyanya tidak lepas dari nilai - nilai yang dimiliki pada diri untuk dapat mengontrol perasaan yang kadang tidak bisa terkontrol. Begitu juga dengan bencana, yang masih sering muncul di Negara Indonesia sehingga seringkali menyisakan kesan tersendiri bagi korban yang mengalaminya. Setiap individu tentu saja tidak ada yang menginginkan bencana datang menimpa dirinya dan setiap orang juga tidak akan pernah bisa menghindar dari bencana yang datang secara tiba – tiba.

Bencana yang datang tidak jarang membuat korbannya mengalami cacat fisik ataupun trauma tersendiri. Menurut Somantri (2006) cacat fisik atau *difabel* merupakan seseorang yang keadaan fisik atau sistem biologisnya berbeda dengan orang lain pada umumnya. Cacat fisik yang dialami seseorang ketika bencana alam datang disebabkan banyak yang tertimbun bangunan roboh atau terbentur benda keras dalam proses penyelamatan diri. Hal tersebut membuat salah satu organ tubuh mereka diamputasi sehingga membuat seseorang menderita cacat secara permanen. Menurut Hurlock (2007) cacat fisik merupakan hal yang dianggap

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

memalukan yang mengakibatkan perasaan rendah diri. Sedangkan menurut Ashriati (2006), penyandang cacat fisik identik dengan suatu keadaan dimana seseorang mempunyai kekurangan pada keadaan fisiknya atau suatu keadaan yang abnormal pada fisik individu.

Tercatat pada Peringatan Hari Internasional Penyandang Cacat (HIPENCA) di Bangsal Kepatihan Yogyakarta, Wakil Gubernur Paku Alam IX mengatakan pada 2004 jumlah penyandang cacat di DIY sebanyak 17.272 orang, dan setelah terjadi gempa pada tahun 2006 jumlah itu meningkat menjadi 24.225 orang *(www.media-indonesia.com/diunduh 22 januari 2011)*. Sedangkan pada tahun 2010, setelah adanya musibah letusan Gunung Merapi jumlah penyandang cacat di DIY bertambah menjadi sekitar 27.575 jiwa. Menurut data Persatuan Penyandang Cacat Indonesia (PPCI) Cabang Bantul sendiri tercatat 9.704 jiwa yang mengalami kecacatan fisik dan sebagian besar cacat pada bagian kaki yang menjadi korban gempa Bantul pada tahun 2006.

Individu yang terkena bencana tidak jarang akan mengalami gangguan psikologis yang akan mempengaruhi kehidupan keseharian individu tersebut. Menurut Durland dan Barlow (2006) gangguan psikologis merupakan disfungsi psikologis dalam diri individu yang berhubungan dengan *distres* atau *hendaya* pada fungsi dan respons yang atipikal atau secara kultural tidak diharapkan. Kecacatan yang dialami seseorang karena bencana akan mempengaruhi perkembangan psikologis dan perkembangan psikososial seseorang. Akan terjadi ketidaksiapan dari

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

para penyandang cacat, karena terjadi suatu perubahan fisik yang sebelumnya normal menjadi kehilangan salah satu organ tubuhnya.

Dari data hasil wawancara tanggal 11 Januari 2011 pada salah satu pasien rehabilitasi di PRTPC (Pusat Rehabilitasi Terpadu Penyandang Cacat) di Pundong Bantul, berinisial RT seorang perempuan berusia 29 tahun dan mengalami cacat fisik di bagian kaki kiri, merupakan salah satu korban selamat dari bencana letusan Gunung Merapi tahun 2010, peneliti menanyakan apa saja aktifitas yang dilakukan saat ini pasca bencana tersebut ?

" *ya saya hanya ngikut kegiatan mengerjakan keterampilan yang diadakan di Panti aja mba, sebenarnya saya dulu punya Salon di daerah Jl.Kaliurang tapi karena sekarang keadaan saya begini jadi saya sudah tidak beraktifitas lagi disitu. Salonnya sudah saya tutup. Saya malu dan pesimis aja mba, karena pasti pelanggan saya malah pada lari karena mereka tidak yakin dengan kepuasan kerja yang saya berikan. Makanya sekarang oleh keluarga, saya ditempatkan disini untuk mencari kesibukan, karena kalau saya dirumah terus saya ga' betah mba."*

Sesuai kutipan wawancara tersebut pada kenyataannya penyandang cacat tubuh di PRTPC masih memiliki rasa pesimis setelah mengalami kecacatan. Penampilan diri responden yang berbeda membuat responden merasa rendah diri meskipun perbedaan itu sebenarnya tidak mengurangi potensi yang ada pada dirinya.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti pada tanggal 20 Januari 2011 dengan Ibu Hety, salah seorang pendamping klien di Pusat Rehabilitasi Terpadu Penyandang Cacat (PRTCP) Daerah Istimewa Yogyakarta yang selama ini mendampingi para penyandang cacat di yayasan tersebut,

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

menjelaskan bahwa sebagian penghuni pusat rehabilitasi tersebut seringkali merasa khawatir dengan kelanjutan hidup mereka. Kekhawatiran tersebut tersebut antara lain masalah kehidupan pribadi seperti kemungkinan ditinggal oleh pasangannya, tidak yakin dapat membahagiakan keluarganya, maupun masalah lapangan pekerjaan yang minim bagi penyandang cacat. Para penyandang cacat tersebut berpikir bahwa bagi orang – orang yang memiliki tubuh normal saja pekerjaan sulit didapat, lalu bagaimana dengan mereka yang memiliki keterbatasan fisik. Belum lagi kekhawatiran bila mereka memasuki sebuah tempat kerja, mereka justru membebani orang – orang disekitarnya.

Menurut hasil beberapa wawancara diatas mampu menjelaskan bahwa para penyandang cacat di Pusat Rehabilitasi mengalami sikap pesimis dalam hidupnya. Terutama mereka yang awalnya memiliki fisik normal kemudian menyebabkan kecacatan permanen adalah musibah besar yang tidak mudah diterima. Mereka tidak lagi optimis dalam memandang hidup dan pesimis terhadap masa depan mereka. Mereka tidak yakin dapat berbuat sesuatu untuk mengubah keadaan. Padahal menurut Seligman (1995) optimisme dan harapan memberikan daya tahan yang lebih baik dalam menghadapi depresi tatkala musibah ataupun kesulitan melanda. Sedangkan menurut Purba (2006) optimisme merupakan cara berfikir yang positif dan realistis dalam memandang suatu masalah, serta berfikir positif berusaha mencapai hal terbaik dari keadaan terburuk. Oleh karena itu optimisme seseorang erat kaitannya dengan proses berfikir seseorang

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

terkait dengan kondisi yang dialaminya. Optimisme para penyandang cacat fisik teruji ketika mereka diharuskan untuk bertahan bahkan bersaing di tengah – tengah masyarakat yang mayoritas memiliki fisik normal.

Permasalahan besar lain yang dihadapi para penyandang cacat yang sekarang diperkirakan ada sekitar 3,11 % dari total jumlah penduduk Indonesia adalah masalah aksebilitas dan masalah kesempatan kerja untuk melangsungkan kehidupannya usai bencana *(*sumber: *www.kompas.com)*. Hal tersebut sudah ada payung hukumnya yang mengatur pemberian kesempatan kerja bagi orang dengan kecacatan yaitu UU No. 4 Tahun 1997 tentang Penyandang Cacat Pasal 5 yang berbunyi *"Setiap penyandang cacat mempunyai hak dan kesempatan yang sama dalam segala aspek kehidupan dan penghidupan"*.

Pemberitaan yang negatif, stigma, dan diskriminasi yang kerap kali tejadi pada penyandang cacat membuat mereka terganggu secara emosi dan kepribadian, salah satunya adalah sulitnya menerima keadaan diri yang sebelumnya normal menjadi memiliki keterbatasan secara fisik. Kondisi yang tidak sama dengan orang normal lain seringkali membuat mereka menjadi tertutup dan rendah diri, merasa kehidupannya seolah sudah berakhir. Oleh karena itu, apabila sikap optimis itu ada pada diri mereka, diharapkan mereka bisa mengubah keadaan dengan cara mengoptimalkan potensi lain yang ada pada dirinya sehingga sukses dan menunjukkan kesuksesan tersebut kepada penyandang cacat lain untuk kemudian memotivasi penyandang cacat lainnya. Individu dengan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

penerimaan diri yang baik selalu termotivasi untuk menjaga pandangan yang positif tentang dirinya.

Seorang individu yang sudah mampu menerima secara psikis bagaimana keadaan dirinya saat ini, maka perlahan akan tumbuh rasa penerimaan diri. Penerimaan diri yang tumbuh pada diri seseorang disebabkan oleh adanya beberapa faktor dan dari faktor yang didapat oleh seseorang penyandang cacat akan ditafsirkan atau diterima dengan cara yang berbeda. Individu yang merasa masih sulit menerima akan keadaan fisiknya yang jauh berbeda dari sebelumnya, akan merasa rendah diri dan tidak berguna lagi untuk melanjutkan aktifitas di kehidupannya. Menurut Ryckman (2006) penerimaan diri yang positif biasanya akan menumbuhkan perasaan bahagia dan nyaman karena pada dasarnya salah satu komponen yang bisa membuat seseorang merasa bahagia adalah adanya penerimaan diri, menerima dirinya dengan apa yang telah individu miliki baik kelebihan maupun kekurangannya. Artinya individu memiliki kepastian akan kelebihan – kelebihannya dan tidak mencela kekurangan – kekurangan yang ada pada dirinya sendiri. Individu yang memiliki penerimaan diri mengetahui potensi yang dimilikinya dan dapat menerima kelemahannya.

Dalam penelitian yang telah dilakukan oleh Yuanita Adhien Sukmawati (2004) yang berjudul efektivitas pelatihan penerimaan diri terhadap peningkatan harga diri pada remaja penyandang cacat tubuh kaki, mampu membuktikan bahwa pelatihan penerimaan diri yang diberikan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

dalam waktu 8 sesi tersebut dapat meningkatkan harga diri pada remaja penyandang cacat tubuh kaki. Kesimpulan dari hasil penelitian tersebut menjelaskan bahwa pelatihan penerimaan diri efektif dalam meningkatkan harga diri pada remaja penyandang cacat tubuh. Atas dasar hal tersebut, peneliti ingin memperkaya kajian teoritis melalui penelitian untuk meningkatan optimisme pada penyandang cacat tubuh korban bencana dengan memberikan perlakuan berupa pelatihan penerimaan diri.

Dari pemaparan di atas, terlihat bahwa berbagai hambatan berupa sikap pesimis yang dialami oleh penyandang cacat fisik kemungkinan berkaitan dengan sulitnya penerimaan diri yang dialami. Berdasarkan latar belakang masalah tersebut maka peneliti ingin meneliti ”Apakah pelatihan penerimaan diri yang diberikan dapat meningkatkan optimisme pada penyandang cacat tubuh korban bencana ?”

B. Rumusan Masalah

Dari permasalahan diatas maka dapat dirumuskan rumusan masalah sebagai berikut : Apakah pelatihan penerimaan diri efektif dalam meningkatkan optimisme pada penyandang cacat tubuh korban bencana?

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas pelatihan penerimaan diri terhadap peningkatan optimisme pada penyandang cacat tubuh korban bencana.

D. Manfaat Penelitian

Dari rumusan masalah yang sudah disampaikan diharapkan hasil penelitian dapat memberi manfaat baik secara teoritis maupun praktis. Untuk penjelasan mengenai kedua manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Secara Teoritis

   Dari penelitian ini dapat memberikan bukti empiris tentang adanya pengaruh pelatihan penerimaan diri terhadap peningkatan optimisme pada penyandang cacat tubuh korban bencana, sehingga hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi perkembangan psikologi terutama psikologi klinis dan psikologi sosial.

2. Secara Praktis

   a. Bagi subyek khususnya, pelatihan penerimaan diri yang diberikan dapat dijadikan sebagai suatu motivasi baru agar pada nantinya akan lebih optimis dan yakin akan potensi lain yang dimiliki untuk senantiasa dikembangkan dengan keterbatasan fisik yang dimiliki.

   b. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi masukan atau informasi yang berguna bagi pihak penanganan rehabilitasi penyandang cacat tubuh dan masyarakat. Modul Pelatihan dapat diakses atau digunakan dalam upaya pendampingan atau proses rehabilitasi pada penyandang cacat tubuh.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

E. Keaslian Penelitian

Sepengetahuan peneliti, penelitian mengenai pelatihan penerimaan diri dalam meningkatkan optimisme pada penyandang cacat tubuh korban bencana belum pernah dilakukan, namun beberapa penelitian yang dikaitkan dengan aspek optimisme yang merupakan variabel tergantung dalam penelitian ini sudah banyak dilakukan, antara lain :

a. Penelitian tentang optimisme masa depan ditinjau dari tingkat ketunanetraan dan jenis kelamin yang dilakukan oleh Nur Farida tahun 2005 dengan judul Optimisme Masa Depan Pada Tunanetra Di Panti Sosial Bina Netra Sadewa Yogyakarta Ditinjau Dari Tingkat Ketunanetraan Dan Jenis Kelamin, dengan menggunakan metode kuantitatif. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa tidak ada perbedaan optimisme masa depan pada tunanetra di Panti Sosial Bina Netra Sadewa dari tingkat ketunanetraan dan jenis kelamin. Subjek memiliki optimisme masa depan dalam taraf sedang.
b. Penelitian tentang konsep diri dan optimisme yang dilakukan oleh Putri Asri Astuti tahun 2010 dengan judul Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Optimisme Penyandang Cacat Non Bawaan Di Pusat Rehabilitasi Terpadu Penyandang Cacat dan menggunakan metode kuantitatif. Hasil dari penelitian tersebut adalah bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara konsep diri dengan optimisme. Dimana semakin positif konsep diri individu maka semakin tinggi pula tingkat optimisme pada penyandang cacat tubuh.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Untuk penelitian yang memiliki aspek penerimaan diri dan penyandang cacat tubuh, adalah sebagai berikut :

a. Penelitian tentang penerimaan diri dan kecemasan komunikasi interpersonal yang dilakukan Heni Fitriana tahun 2002 dengan judul Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Kecemasan Komunikasi Interpersonal Pada Penyandang Cacat Tubuh, dengan menggunakan metode kuantitaif. Hasil dari penelitiannya, bahwa ada hubungan negative yang sangat signifikan diantara dua variable tersebut, yaitu dimana semakin tinggi penerimaan diri seseorang maka semakin rendah kecemasan komunikasi interpersonal.
b. Penelitian tentang penerimaan diri dan penyesuaian diri yang dilakukan oleh Dini Putri Ayuningtyas tahun 2010 dengan judul Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada Penyandang Cacat Tubuh Karena Kecelakaan, dengan menggunakan metode kuantitatif. Hasil dari penelitiannya, bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara penerimaan diri dengan penyesuaian diri pada penyandang cacat tubuh karena kecelakaan. Dimana semakin tinggi tingkat kemampuan menyesuaikan diri seseorang maka semakin tinggi pula kemampuan penerimaan diri pada penyandang cacat tubuh karena kecelakaan.
c. Penelitian tentang pelatihan asertivitas dan peningkatan penerimaan diri yang dilakukan oleh Damayanti tahun 1992 dengan judul Efektifitas Pelatihan Asertif Terhadap Peningkatan Penerimaan Diri

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Pada Penyandang Cacat Tubuh. Kesimpulan dari penelitiannya, bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara pelatihan asertivitas dengan peningkatan penerimaan diri pada penyandang cacat tubuh.

d. Penelitian tentang pelatihan penerimaan diri dan peningkatan harga diri yang dilakukan oleh Yuanita Adhien Sukmawati tahun 2004 dengan judul Efektivitas Pelatihan Penerimaan Diri Terhadap Peningkatan Harga Diri Pada Remaja Penyandang Cacat Tubuh Kaki. Kesimpulan dari penelitiaanya, bahwa pelatihan penerimaan diri efektif dalam meningkatkan harga diri pada remaja penyandang cacat tubuh kaki.

e. Penelitian tentang pelatihan pengenalan diri terhadap peningkatan penerimaan diri dan harga diri yang dilakukan oleh Handayani dkk tahun 2000 dengan judul Efektivitas Pelatihan Pengenalan Diri Terhadap Peningkatan Penerimaan Diri dan Harga Diri. Kesimpulan dari penelitiannya, bahwa pelatihan pengenalan diri efektif dalam meningkatkan penerimaan diri dan harga diri .

f. Penelitian tentang faktor – faktor penerimaan diri yang dilakukan oleh Hadiyana Nur'aini tahun 2009 dengan judul Faktor – Faktor Penerimaan Diri Remaja Penyandang *Difabel* (Tuna Daksa) Pasca Bencana, dan menggunakan metode kualitatif. Hasil dari penelitian ini adalah bahwa secara umum remaja yang mengalami cacat ketika berusia remaja dapat menerima keadaan dirinya dan memiliki keyakinan dalam meraih cita – cita yang mereka inginkan. Penerimaan diri yang ada pada diri remaja penyandang cacat tersebut tidak terlepas

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

dari proses yang dialami oleh responden sehingga dapat muncul faktor – faktor penerimaan diri yaitu faktor dukungan sosial dan kepercayaan diri yang ada dalam diri mereka.

g. Penelitian tentang konsep diri dan kebermaknaan hidup pada penyandang cacat yang dilakukan oleh Iwan Rachmad Kurnia tahun 2010 dengan judul Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kebermaknaan Hidup Pada Penyandang Cacat, dan menggunakan metode kuantitatif. Hasil dari penelitian ini adalah bahwa ada hubungan positif yang sangat sugnifikan antara konsep diri dengan kebermaknaan hidup pada penyandang cacat. Dimana semakin positif konsep diri yang dimiliki maka akan semakin tinggi kebermaknaan hidupnya.

h. Penelitian tentang kesabaran dan kebahagiaan pada penyandang cacat tubuh yang dilakukan oleh Astrina Alfika Tarigan tahun 2010 dengan judul Hubungan Antara Kesabaran Dengan Kebahagiaan Pada Penyandang Cacat Tubuh, dan menggunakan metode kuantitatif. Hasil dari penelitian ini adalah bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara kesabaran dengan kebahagiaan pada penyandang cacat tubuh. Dimana semakin tinggi kesabaran seorang penyandang cacat tubuh maka senakin tinggi kebahagiaan pada penyandang cacat tubuh.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Sesuai beberapa referensi penelitian diatas beserta penjelasannya, peneliti menyimpulkan bahwa keaslian penelitian ini dapat dipertanggungjawabkan. Adapun yang menjadi perbedaan penelitian ini adalah metode yang digunakan oleh peneliti, dari beberapa penelitian yang

ditemukan dengan variabel yang sama menggunakan metode kuantitatif korelasional, sedangkan dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode kuantitatif eksperimen.

Selain itu, salah satu penelitian yang memiliki kesamaan perlakuan berupa pelatihan penerimaan diri yang sudah dilakukan oleh Yuanita Adhien Sukmawati tahun 2004 berjudul efektivitas pelatihan penerimaan diri terhadap peningkatan harga diri pada remaja penyandang cacat tubuh kaki, memiliki perbedaan pada variabel tergantung yang diukur, aspek – aspek yang digunakan dalam penyusunan modul pelatihan, dan karakteristik subjek yang diberi pelatihan. Dalam penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya, variabel tergantung yang diukur adalah peningkatan harga diri sedangkan dalam penelitian ini variabel yang hendak diukur adalah peningkatan optimisme. Aspek – aspek yang digunakan dalam penelitian sebelumnya, tidak menggunakan aspek – aspek pelatihan penerimaan diri yang diungkap oleh Shereer (Cronbach, 1963) sehingga perlakuan yang diberikan dalam proses pelatihan pun berbeda. Untuk subjek penelitian yang dilibatkan dalam penelitian, sebenarnya memiliki jenis cacat fisik yang sama yaitu cacat fisik kaki. Namun dalam penelitian yang telah dilakukan adalah cacat fisik bawaan (sejak lahir), sedangkan dalam penelitian yang peneliti susun ini melibatkan beberapa subjek yang memang mengalami cacat fisik dikarenakan bencana.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Menurut pemaparan di atas, peneliti meyakini bahwa penelitian yang peneliti susun yang dalam hal ini berjudul ”efektivitas pelatihan penerimaan diri terhadap peningkatan optimisme pada penyandang cacat tubuh korban bencana” belum pernah diteliti sebelumnya.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil mengenai efektivitas pelatihan penerimaan diri dalam meningkatakan optimisme pada penyandang cacat tubuh korban bencana, dapat ditarik kesimpulan bahwa dalam penelitian ini ada perbedaan optimisme pada penyandang cacat tubuh yang diberi pelatihan dan tidak diberi pelatihan. Pelatihan penerimaan diri efektif dalam meningkatkan optimisme pada penyandang cacat tubuh korban bencana, sehingga hipotesis yang diajukan dinyatakan terbukti.

B. Saran

Setelah melihat dan mengkaji hasil-hasil penelitian ini, peneliti menganjurkan beberapa saran sebagai berikut :

1) Bagi pendamping penyandang cacat tubuh

Dapat menggunakan materi dalam modul pelatihan penerimaan diri atau memodifikasi materi dalam modul pelatihan penerimaan diri untuk dapat disampaikan kepada para penyandang cacat tubuh dalam upaya meningkatkan optimisme.

2) Bagi peneliti selanjutnya

   a. Melakukan penelitian dengan subjek dengan karakteristik yang lebih luas, karena terbatasnya kriteria subjek penelitian ini.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

b. Penelitian dengan subyek para penyandang cacat tubuh masih jarang ditemukan, padahal jika ditelaah lebih lanjut selain untuk memenuhi tuntutan akademis penelitian sebagai seorang peneliti namun selain itu secara tidak langsung dapat membantu mereka dapat meningkatkan optimisme atau alternatif masalah psikologis lain. Selain itu sebagai acuan membuat modul pelatihan penerimaan dapat mencari acuan teori penerimaan diri yang lebih baru, karena dalam penelitian masih menggunakan teori lama namun tidak keluar dari relevansi teori yang digunakan dengan keadaan subyek yang sebenarnya.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR PUSTAKA

Amalia, A.F. (2009). Hubungan Antara Optimisme Dengan Depresi Pada Remaja. *Skripsi (tidak diterbitkan)*. Fakultas Psikologi UAD

Anam, C. (1983). *Psikologi Anak Luar Biasa*. Yogyakarta: SGPLB Negeri

Albrecht, K.(1980). *Brain Power: Learn To Improve Your Thinking Skills Englewood Cliffs*,News Jersey: Prentice Hall.Inc

Ashriati, N. (2006). Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Kepercayaan Diri Remaja Penyandang Cacat Fisik Pada SLB-D YPAC Semarang. *Jurnal Psikologi*. Volume 1, Nomor 1. Oktober 2006: 47-58

Astuti, A. Putri. (2010) . Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Optimisme Pada Penyandang Cacat Tubuh Non bawaan Di Pusat Rehabilitasi Terpadu Penyandang Cacat. *Skripsi (tidak diterbitkan)*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia

Ayuningtyas, P.D. (2010). Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada Penyandang Cacat Tubuh Karena Kecelakaan. *Skripsi (tidak diterbitkan*). Fakultas Psikologi UII

Azwar, S. (2005). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.

_____ (2000). *Validitas dan Reliabilitas*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.

Calhoun. J.F & Acocella.J.R .(1990). *Psychology Of Adhusment and Human Relationship.* New York : Mc GrawHill Publishing Company

Chaplin, J.P.(2006). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo

Carson,C.R & Butcher, N.J. (1992). *Abnormal Psychology and Modern Life New York* : Harper Collins Publisher

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Cronbach, L.J. (1963). *Educational Pychology (2nd ed).* New York: Harcourt Brace and World

Damayanti, E.T.(1992). Efektifitas Pelatihan Asertif Terhadap Peningkatan Penerimaan Diri Pada Penyandang Cacat Tubuh. *Skripsi (tidak diterbitkan).* Yogyakarta.Fakultas Psikologi UGM

Darmadji. M. ((1996). Hubungan Antara Optimisme dan Dukungan Sosial dengan Stress Pada Siswa Sekolah Penerbang TNI AU di Yogyakarta. *Skripsi (tidak diterbitkan)* Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM

Dunavold, P.A. (1997). *Happiness, Hope, and Optimism*. Nortidge : California State University

Durland, V.M. & Barlow.D.H. (2006). *Psikologi Abnormal*.Yogyakarta:Pustaka Pelajar

Fitriana, H. (2002). Hubungan Antara Penerimaan Diri Terhadap Kecemasan Komunikasi Interpersonal Pada Penyandang Cacat Tubuh. *Skripsi (tidak diterbitkan).* Yogyakarta: Fakultas Psikologi UII

Ginnis, M.C. (1995). *Kekuatan Optimisme*. Jakarta: Mitra Utama

Goleman,D. (1996). *Kecerdasan Emosional*. Penerjemah: Widodo. Jakarta: Gramedia Pustaka Umum

Hadi, S. (2004). *Metodologi Research I.* Yogyakarta : Andi Offset.

Hamid, A. (2008). *Pemberdayaan Penyandang Cacat: Apa Tanggung Sosial Perusahaan?* http: //www.depsos.go.id diakses 7 Januari 2011

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Handayani, MM. (2000). Efektifitas Pelatihan Pengenalan Diri Terhadap Peningkatan Penerimaan Diri Dan Harga Diri. *Skripsi (tidak diterbitkan)*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UII

Hinze,T&Suire.D.(1997).DefiningOptimism.http:*//www.ac.wwu.edu/optimism-defining*. Diunduh 20 Januari 2011

Hjelle, L.A.,& Ziegler, D. J. 1981. *Personality Theories: Basic Assumtions, Research and Application. 2nd Edition*. Tokyo : McGraw - Hill Kogakusha Ltd.

Hurlock, E.B. (1999). *Psikologi Perkembangan: Suatu Penedekatan Sepanjang Rentang Kehidupan.Edisi 5*. Jakarta: Erlangga

Kartono, K & Gulo, D.(2003). *Kamus Psikologi*. Bandung : Pionir Jaya

Kurnia, R. Iwan. (2010). Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kebermaknaan Hidup Penyandang Cacat. *Skripsi (tidak diterbitkan)*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UII

Kompas. (2010). Jumlah Penyandang Cacat DIY Pasca Merapi. *www.kompas.com*. Diunduh 22 Januari 2011

Latipun. (2008). *Psikologi Eksperimen*. Malang : UMM Pres.

Lestari, A. (1994). Pelatihan Berpikir Positif Untuk Menangani Sikap Pesimis dan Gangguan Depresi. *Tesis (tidak diterbitkan)*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM

Mangunsong, F. (1998). *Psikologi Dan Pendidikan Anak Luar Biasa*. Jakarta : Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran Dan Pendidikan Psikologi (LPSP3) Universitas Indonesia

Myers, A. & Hansen C. (2002). Experimental Psychology : 5th edition. USA;Wadsworth Group.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Media-Indonesia. (2007). Pasca Gempa, Jumlah Penyandang Cacatdi DIY Meningkat. *www.media-indonesia.com.* Diunggah 22 Januari 2011

Nandjaya, A. (2009). Pengaruh Pelatihan Pengenalan Diri Melalui Al – Qur'an Terhadap Kebermaknaan Hidup Pada Pengguna Narkoba. *Skripsi (tidak diterbitkan).* Yogyakarta: Fakultas Psikologi UII

Nur'aini, H. (2009). Faktor – faktor penerimaan diri remaja penyandang difabel (tunadaksa) pasca bencana. *Skripsi (tidak diterbitkan*). Fakultas Psikologi UII

Peale, N.V. (1997). *Cara Hidup dan Berpikir Positif*. Jakarta: Gunung Jati

Purba, A. (2006). Semangat Hidup Penderita Kanker Ditinjau Dari Optimisme, Dukungan Sosial, Dan Kepasrahan Kepada Tuhan. *Indigenious Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi.* Vol.8, No.2. November 2006: 41-54

Ratnawati S, dkk. (1998). Efektifitas Pelatihan Pengenalan Diri Terhadap Penerimaan Diri dan Harga Diri. *Jurnal Psikologika Tahun XXV*. Fakultas Psikologi UGM

Ryckman, R.M. (2006). *Theories Of Personality (Ninth Edition) NY*: ICC Macmillan

Sarason & Irwin G.(1972. *Personality : An Objective Approach(2nd ed).* New York : John Willey & Sonc,Inc

Sartain, A. Q. Nort, A. J., Strange, J .R., & Chapman ,H. M. (1973). *Psychology Understanding Human Behavior*. Singapore: McGraw Hill.

Seligmen,M.E. (1995). *Learned Optimism*. New York: Alfred A.Knoff Me

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Seniati, L., Yulianto, A., dan Setiadi, B. N. (2008). *Psikologi Eksperimen*. Jakarta: Indeks

Shapiro. (1997). *Mengajarkan Kecerdasan Emosional Pada Anak*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama

Soenarno, A. (2006). *Motivasi Games Untuk Pelatihan Manajemen*. Yogyakarta: CV. Andi Offset

Somantri, T Sutjihati.(2007). *Psikologi Anak Luar Biasa*. Bandung: PT. Refika Adhitama

Sudijono, A. (1998). *Pengantar evaluasi pendidikan*. Jakarta : Raja Grafindo Persada.

Sukmawati, A. Yuanita. (2004). Efektivitas Pelatihan Penerimaan Diri Terhadap Peningkatan Harga Diri Pada Remaja Penyandang Cacat Tubuh Kaki. *Skripsi (tidak diterbitkan).* Yogyakarta: Fakultas Psikologi UII

Suryabrata, S. (2008). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada

Tarigan, A.(2010). Hubungan Antara Kesabaran Dengan Kebahagiaan Pada Penyandang Cacat Tubuh. *Skripsi (tidak diterbitkan).* Yogyakarta: Fakultas Psikologi UII

Yulita, R. (1999). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Motivasi Berprestasi Pada Penderita Cacat Fisik. *Skripsi (tidak diterbitkan).* Yogyakarta: Fakultas Psikologi UII

Yuwono, dkk. (2005). *Psikologi Industri Dan Organisasi*. Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA