

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Pada dasarnya manusia adalah seseorang yang memiliki emosi dan perasaan. Tanpa emosi manusia akan sulit untuk menikmati hidupnya karena emosi sudah menjadi bagian yang tidak terpisahkan dalam kehidupan manusia. Emosi termasuk dalam bentuk komunikasi yang dapat memengaruhi manusia sebagai makhluk sosial sekaligus makhluk individu yang senantiasa melakukan hubungan interpersonal dengan sesamanya. Emosi yang muncul pada manusia timbul melalui pengalaman yang dilalui baik secara individu maupun berkelompok. Emosi yang muncul dalam diri seseorang perlu dikendalikan, agar respon yang muncul berupa respon yang adaptif.

Sebagai makhluk sosial, manusia pasti pernah marah, jengkel, atau muak terhadap perlakuan orang yang dianggap tidak sesuai di lingkungannya ketika melakukan interaksi. Sisi lainnya, seseorang bisa merasa bahagia, tentram, dan senang berkat adanya beberapa faktor yang membuatnya demikian. Emosi tidak dapat dihindarkan dan dapat memengaruhi kehidupan seseorang sehingga diperlukannya regulasi emosi atau bentuk kontrol terhadap emosi yang dimilikinya. Seseorang yang berusaha untuk dapat mengontrol emosinya sesuai dengan tujuan dan situasi yang dihadapinya dapat disebut memiliki regulasi emosi yang adaptif. Sebaliknya, apabila individu kesulitan dalam mengontrol emosinya sesuai dengan tujuan maka disebut memiliki disregulasi emosi (Morelen, Shaffer

& Suveg, 2014). Shaffer berpendapat regulasi emosi adalah kapasitas untuk mengontrol dan menyesuaikan emosi yang timbul pada tingkat intensitas yang tepat untuk mencapai suatu tujuan, salah satu tujuan dari regulasi emosi adalah untuk mengontrol emosi dengan cara yang positif.

Hasil regulasi dapat berupa perilaku yang lebih baik atau lebih buruk dalam pengekspresian emosinya. Secara perilaku, emosi bermanfaat dalam mengelola proses kognitif yang tidak disadari seseorang, seperti proses *selective attention* (perhatian selektif merupakan kemampuan seseorang dalam menyeleksi stimulus yang ada di sekitar lingkungannya), *memory distortion* (distorsi memori merupakan bagaimana pikiran dan otak seseorang membentuk kembali masa lalu atau bisa disebut ingatan yang menyimpang), penolakan, atau perilaku kognitif yang disadari seperti menyalahkan diri atau orang lain. Regulasi emosi perlu untuk dimiliki karena Christiany dan Prawasti (2010) menyatakan bahwa meregulasi emosi individu dapat menurunkan komponen-komponen pengalaman dan tingkah laku dari emosi-emosi negatif sehingga individu memiliki kesiapan dalam melepaskan emosi negatif yang disebabkan tindakan dan perilaku. Emosi bukan hanya mengatur dan mengelola tindakan individu, namun juga sebaliknya, tindakan individu dapat turut mengatur emosi. Apabila seseorang tidak dapat mengontrolnya maka akan menimbulkan frustrasi yang berakibat pada kepribadian negatif.

Keadaan tersebut dapat terjadi pada siapa saja, tidak terkecuali seorang penyandang disabilitas sensorik netra. Penyandang disabilitas sensorik netra dapat mengalami hambatan-hambatan dan kesulitan, untuk mengatasi hambatan tersebut

sehingga menimbulkan reaksi emosional (Purwaka Hadi, 2007). Penyandang disabilitas sensorik netra dipahami sebagai kondisi ketunaan atau ketidakmampuan seseorang dalam penggunaan indera penglihatan. Kehilangan kemampuan akan penglihatan berarti kehilangan akses informasi secara visual, maka dari itu seseorang yang mengalami hambatan penglihatan akan berupaya untuk meningkatkan atau mengfungsikan indera lain (Juang Sunanto, 2005). Ketidakmampuan atau hambatan pada disabilitas sensorik netra ini sangat berpengaruh pada masa perkembangan. Hambatan ini menghambat akses penerimaan informasi secara cepat, serta dapat mengalami kesulitan belajar secara visual. Dengan kata lain, penyandang disabilitas sensorik netra mempunyai batas dalam melakukan komunikasi secara emosional lewat ekspresi atau respon wajah. Hambatan tersebut yang terkadang membuat mereka mengungkapkan emosinya secara tidak terkendali. Penyandang disabilitas sensorik yang mengalami disabilitas pada aspek apapun, termasuk sensorik netra akan mengalami akibat yang berbeda dari berbagai perubahan pada hubungan sosial, ataupun berbagai peran yang mereka mainkan dalam masyarakat. Kondisi kedisabilitas yang dialami merupakan hal yang sulit diterima bagi beberapa penyandang disabilitas. Individu yang sulit menerima keadaan dirinya dapat mengalami kesulitan dalam melakukan penyesuaian diri.

Feist dan Feist (2006) menyatakan bahwa kekurangan akan salah satu bagian tubuh seseorang akan mempengaruhi seseorang tersebut secara keseluruhan, baik individu yang sejak lahir mengalami kedisabilitas maupun individu yang awalnya menjalani kehidupan dengan keadaan fisik yang normal.

Ketika individu tidak dapat dengan leluasa melakukan apa yang seharusnya mereka lakukan, hambatan tersebut dapat menyebabkan stress dan keputusasaan. Selain itu, penyandang disabilitas sensorik netra menghadapi kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan sosialnya dan dengan dirinya sendiri karena tuntutan lingkungan yang menuntutnya untuk mandiri.

Whitehead dan Steptoe (2011) mengemukakan bahwa pengalaman kehidupan dalam lembaga pembinaan merupakan pengalaman yang penuh tekanan dibandingkan dengan semua kejadian hidup yang bersifat negatif lainnya. Hal ini disebabkan adanya kombinasi yang tidak sesuai dan ketidaknyamanan antara keadaan psikologis individu dan lingkungan serta kondisi lingkungan yang tidak jarang menakutkan dan mengkhawatirkan, oleh karena itu mereka membutuhkan resiliensi yang tinggi termasuk regulasi emosi yang baik untuk menjalani tekanan hidup dalam lembaga pembinaan.

Penyandang disabilitas sensorik netra yang berada di dalam lingkungan panti tentunya harus menyesuaikan diri dengan lingkungan baru yang dapat menyebabkan beberapa tantangan yang dihadapi. Setelah observasi dan wawancara saat melaksanakan praktikum institusi di Panti Sosial Bina Netra dan Rungu Wicara Cahaya Batin, peneliti menemukan beberapa permasalahan atau kesulitan yang dialami oleh Warga Binaan Sosial (WBS) penyandang disabilitas sensorik netra, di antaranya harus beraktifitas secara mandiri di tengah keterbatasan penglihatannya, harus menyesuaikan diri dengan lingkungan baru yang mana terbatasnya ruang dan gerak mereka secara bebas tidak seperti sebelumnya, serta adanya kesedihan dari WBS karena harus berpisah dengan

keluarga. Di samping itu, kegiatan rutin yang terbatas secara fisik yang dilakukan oleh penyandang disabilitas sensorik netra (WBS) menyebabkan mereka bosan dan jenuh. Selain itu, mereka harus memiliki kemampuan untuk menyesuaikan diri dan mematuhi aturan di panti asuhan, yang dapat membuat mereka tertekan. karena mereka juga tidak dapat menghindar, sebab tuntutan tersebut merupakan kewajiban bagi mereka. Berdasarkan wawancara dengan pekerja sosial panti, diketahui bahwa beberapa penyandang disabilitas sensorik netra mengalami permasalahan yang berkaitan dengan emosi, bahkan beberapa terlibat dalam konflik dengan sesama penyandang disabilitas lainnya akibat masalah tersebut.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti akan melakukan penelitian mengenai regulasi emosi para penyandang disabilitas sensorik netra di Panti Sosial Bina Netra Dan Rungu Wicara Cahaya Batin Jakarta Timur.

## **1.2 Perumusan Masalah**

Rumusan masalah yang diteliti oleh peneliti adalah:

“Bagaimana regulasi emosi penyandang disabilitas sensorik netra di Panti Sosial Bina Netra dan Rungu Wicara Cahaya Batin Jakarta Timur?”

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, sub-sub permasalahan penelitian adalah sebagai berikut:

- 1) Bagaimana pemilihan situasi yang dilakukan responden?
- 2) Bagaimana modifikasi situasi yang dilakukan responden?
- 3) Bagaimana penyebaran perhatian yang dilakukan responden?
- 4) Bagaimana perubahan kognitif yang dilakukan responden?
- 5) Bagaimana modifikasi respon yang dilakukan responden?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian yang dilakukan adalah sebagai berikut:

- 1) Untuk mengetahui pemilihan situasi yang dilakukan responden.
- 2) Untuk mengetahui modifikasi situasi yang dilakukan responden.
- 3) Untuk mengetahui penyebaran perhatian yang dilakukan responden.
- 4) Untuk mengetahui perubahan kognitif yang dilakukan responden.
- 5) Untuk mengetahui modifikasi respon yang dilakukan responden.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### **1. Manfaat Teoritis**

Secara teoritis diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran untuk pengembangan ilmu praktik pekerjaan sosial khususnya berkaitan dengan proses dan strategi regulasi emosi penyandang disabilitas sensorik netra.

#### **2. Manfaat Praktis**

Secara praktis diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran bagi pemecahan masalah yang berkaitan dengan regulasi emosi penyandang disabilitas sensorik netra, serta diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam penelitian mengenai regulasi emosi bagi peneliti selanjutnya.

### **1.5 Sistematika Penulisan**

Adapun sistematika penulisan penelitian ini adalah:

**BAB I PENDAHULUAN**, yang berisi: latar belakang, perumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

- BAB II** **KAJIAN KONSEPTUAL**, yang berisi: penelitian terdahulu, teori yang relevan dengan penelitian, dan kerangka pemikiran.
- BAB III** **METODE PENELITIAN**, yang berisi: desain penelitian, sumber data, definisi operasional, populasi dan sampel, uji validitas dan reliabilitas alat ukur, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, jadwal penelitian dan langkah-langkah penelitian.
- BAB IV** **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**, yang berisi: gambaran lokasi penelitian, hasil penelitian yang memuat karakteristik responden dan subproblematik, dan pembahasan terkait uraian penyajian hasil pengolahan data masalah berisikan analisa hasil penelitian, analisa masalah, analisa kebutuhan, dan analisa sumber.
- BAB V** **USULAN PROGRAM**, yang berisi: dasar pemikiran, nama program, tujuan, sasaran, pelaksana program, metode dan teknik, kegiatan yang dilakukan, langkah-langkah pelaksanaan, rencana anggaran biaya, analisis kelayakan, dan indikator keberhasilan.
- BAB VI** **SIMPULAN DAN SARAN**, yang berisi: simpulan dan saran.