

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Tuna Daksa

1. 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). Hal ini disebabkan karena seringkali terdapat gangguan kesehatan. Sebagai contoh, otak adalah pusat kontrol seluruh tubuh manusia. Apabila ada sesuatu yang salah pada otak (luka atau infeksi), dapat mengakibatkan sesuatu pada fisik/tubuh, pada emosi atau terhadap fungsi-fungsi mental, luka yang terjadi pada bagian otak baik sebelum, pada saat, maupun sesudah kelahiran, Menyebabkan retardasi dari mental (*tunagrahita*).

2. 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*).

Kelainan fungsi anggota tubuh atau ketunadaksaan yang terjadi sebelum bayi

lahiratau ketika dalam kandungan diantaranya dikarenakan faktor genetik dan kerusakan pada system syaraf pusat, faktor lain yang menyebabkan kelainan

pada bayi selama dalam kandungan adalah: *Anoxia Prenatal* hal ini disebabkan pemisahan bayi di *plasenta*, penyakit *anemia*, kondisi jantung yang gawat, *shock*, percobaan *abortus*, gangguan *metabolisme* pada ibu, faktor *rhesus*.

Sedangkan kondisi ketunadaksaan yang terjadi pada masa kelahiran bayi antara lain: Kesulitan saat persalinan karena letak bayi sungsang atau pinggul ibu terlalu kecil, pendarahan pada otak saat kelahiran, kelahiran *premature*, gangguan pada *plasenta* yang dapat mengurangi oksigen sehingga mengakibatkan terjadinya *anoxia*.

Kelainan fungsi anggota tubuh atau ketuna daksaan yang terjadi pada masa setelah lahir, diantaranya: (1) Faktor penyakit seperti *meningitis* (radang selaput otak), *encephalitis* (radang otak), *influenza*, *diphtheria*, *partusis* dan lain-lain. (2) Faktor kecelakaan, pertumbuhan tubuh atau tulang yang tidak sempurna. (Laila, 2012).

3. Karakteristik

Penyandang tuna daksa rata-rata mengalami gangguan psikologis yang cenderung merasa malu, rendah diri dan sensitif serta memisahkan diri dari lingkungannya. Disamping karakteristik tersebut terdapat problem lain, gangguan taktil dan knestetik serta gangguan emosi. (Martin & Hartini, 2012).

Klasifikasi kelainan pada Tuna Daksa dapat dikelompokkan menjadi dua bagian besar, yaitu:

a. Kelainan pada sistem cerebral (*Cerebral System*)

Penyandang kelainan pada sistem Cerebral , kelainan terletak pada sistemSaraf pusat, seperti *Cerebral Palsy* (CP) atau kelumpuhan otak. *Cerebral Palsy* ditandai adanya kelainan gerak, sikap, atau bentuk tubuh, gangguan koordinasi, kadang-kadang disertai gangguan psikologis dan sensoris yang disebabkan adanya kerusakan atau kecacatan pada masa perkembangan otak. Penyandang kelainan pada sitem cerebral dapat diklasifikasikan menurut derajat kecacatan dan letak kelainan otak dan fungsi gerak.

Menurut derajat kecacatan:

- 1) Ringan, dengan ciri-ciri, yaitu dapat berjalan tanpa alat bantu, bicara jelas dan dapat menolong diri sendiri.
- 2) Sedang, dengan ciri-ciri: membutuhkan bantuan untuk latihan berbicara, berjalan, mengurus diri dan menggunakan alat-alat khusus.
- 3) Berat, dengan ciri-ciri: membutuhkan perawatan tetap dalam ambulasi, bicara dan tidak dapat menolong diri sendiri.

Menurut letak kelainan otak dan fungsi gerak:

- 1) *Spastik*, dengan ciri-ciri seperti ada kekakuan pada sebagian atau seluruh ototnya.
- 2) *Dyskenesia*, yang meliputi *a'hetosis* (penderita memperlihatkan gerak yang tidak terkontrol), *rigid* (kekakuan pada seluruh tubuh sehingga

sulit dibengkokkan), *tremor* (getaran kecil yang terus menerus pada mata, tangan atau kepala).

- 3) *Ataxia*, adanya gangguan keseimbangan, jalannya gontai, koordinasi mata dan tangan tidak berfungsi.
- 4) Jenis campuran, seseorang mempunyai kelainan dua atau lebih dari tipe-tipe kelainan diatas.

b. Kelainan pada sistem otot dan rangka (*Masculus skeletal System*).

Golongan anak tuna daksa berikut ini tidak mustahil akan belajar bersama dengan anak normal dan banyak ditemukan pada kelas-kelas biasa. Klasifikasi anak tuna daksa dalam kelainan sistem otot dan rangka adalah sebagai berikut:

1) *Poliomyelitis*

Poliomyelitis merupakan suatu infeksi pada sumsum tulang belakang yang disebabkan oleh virus polio yang mengakibatkan kelumpuhan dan sifatnya menetap, dilihat dari sel-sel yang rusak kelumpuhan polio dapat dibedakan menjadi:

- a) Tipe *spinal*, yaitu kelumpuhan pada otot leher, sekat dada, tangan dan kaki.
- b) Tipe *bulbeir*, yaitu kelumpuhan sistem motorik pada satu atau lebih saraf tepi, dengan ditandai adanya gangguan pernafasan.
- c) Tipe *bulbispinalis*, yaitu gabungan antara tipe spinal dan bulbair.

d) *Encephalitis* biasanya disertai dengan demam, kesadaran menurun, tremor, dan kadang kejang-kejang.

Kelumpuhan pada polio sifatnya layu dan biasanya tidak menyebabkan gangguan kecerdasan atau alat indra, akibat penyakit poliomyelitis adalah otot menjadi kecil (*atrofi*) karena kerusakan sel saraf, adanya kekakuan sendi (kontraktur), pemandekan anggota gerak, tulang belakang melengkung kesalah satu sisi, kelainan telapak kaki yang membengkok ke luar atau ke dalam, dislokasi (sendi yang keluar dari dudukannya), lutut melenting kebelakang (*genu recurvatum*).

2) *Mucle dystrophy*

Jenis penyakit yang mengakibatkan otot tidak berkembang karena mengalami kelumpuhan yang sifatnya progresif dan simetris. Penyakit ini ada hubungannya dengan keturunan.

3) *Spina bifida*

Merupakan jenis kelainan pada tulang belakang yang ditandai dengan terbukanya satu atau tiga ruas tulang belakang dan tidak tertutupnya kembali selama proses perkembangan, akibatnya fungsi jaringan saraf terganggu dan dapat mengakibatkan kelumpuhan, *hydrocephalus*, yaitu: pembesaran pada kepala karena produksi cairan yang berlebih. Biasanya kasus ini di sertai dengan ketuna grahita.

B. Sikap Optimis

1. Pengertian sikap optimis

Optimisme berasal dari akar kata *optimis* dan imbuhan *isme* (paham, aliran). Optimis artinya sikap pandangan hidup yang dalam segala hal dipandang kebajikannya saja. Adapun *isme* berarti paham. Jadi optimisme secara etimologi berarti suatu paham (sikap) pandangan hidup yang memandang segi-segi kehidupan dari segi kebajikannya.

Optimisme mengasumsikan mengenai harapan seseorang dalam menghadapi kehidupan. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) disebutkan bahwa arti optimis adalah orang yang selalu berpengharapan (berpandangan) baik dalam menghadapi segala hal. Adapun optimisme secara terminologi dapat dipahami dari definisi yang diutarakan oleh para ahli sebagai berikut:

a. Duffi dkk. (2002)

Berpendapat bahwa optimisme membuat individu mengetahui apa yang diinginkan. Individu tersebut dapat dengan cepat mengubah diri agar mudah menyelesaikan masalah yang tengah dihadapi sehingga diri tidak menjadi kosong. Individu yang optimis diibaratkan seperti gelas yang penuh, sedangkan individu yang pesimis sebagai gelas yang kosong yang tidak memiliki apa-apa di dalamnya. Orang pesimis kurang memiliki kepastian untuk memandang masa depan dan selalu hidup didalam ketidakpastian dan merasa hidup tidak berguna.

b. Seligman (1991)

Optimisme adalah suatu pandangan secara menyeluruh, melihat hal yang baik, berfikir positif, dan mudah memberikan makna bagi diri. Individu yang optimis mampu menghasilkan sesuatu yang lebih baik dari yang telah lalu, tidak takut pada kegagalan dan berusaha untuk tetap bangkit mencoba kembali bila gagal. Optimisme mendorong individu untuk selalu berfikir bahwa sesuatu yang terjadi adalah hal yang terbaik bagi dirinya. Hal ini yang membedakan dirinya dengan orang lain.

c. Goleman (1996)

Beliau melihat optimisme melalui titik pandang kecerdasan emosional, yakni suatu pertahanan diri pada seseorang agar jangan sampai terjatuh ke dalam masa kebodohan, putus asa, dan depresi bila mendapat kesulitan. Dalam menerima kekecewaan, individu yang optimis cenderung menerima dengan respon aktif, tidak putus asa, merencanakan tindakan ke depan, mencari pertolongan dan melihat kegagalan sebagai suatu yang dapat diperbaiki.

Optimisme memiliki dua pengertian, yaitu: (1) optimisme adalah doktrin hidup yang mengajarkan kita untuk meyakini adanya kehidupan yang lebih baik. (2) optimisme berarti kecenderungan batin untuk merencanakan aksi untuk mencapai hasil yang lebih bagus dari sebelumnya.

Optimisme merupakan sikap selalu mempunyai harapan baik dalam segala hal serta kecenderungan untuk mengharapkan hasil yang menyenangkan. Optimisme dapat juga diartikan berpikir positif. Jadi optimisme lebih merupakan paradigma atau cara berpikir. Berdasarkan beberapa uraian definisi yang telah disebutkan, dapat kita simpulkan bahwa optimis berarti kita meyakini adanya kehidupan yang lebih baik atau pengharapan baik dan cara berfikir yang positif dan realistis seseorang dalam menghadapi kehidupan untuk mencapai hasil yang lebih baik dalam kehidupannya.

2. Faktor yang mempengaruhi sikap Optimis

Salah satu faktor yang berpengaruh terhadap optimisme adalah kepercayaan. Kepercayaan berasal dari kata percaya artinya mengakui atau meyakini kebenaran. Kebenaran menurut Poejawiyatna dalam bukunya etika dan tingkah laku, merupakan cita-cita orang yang tahu. Kebenaran ini bersifat logis. Dasar kepercayaan adalah kebenaran. Kepercayaan itu dapat dibedakan atas beberapa macam, yaitu:

a. Kepercayaan pada diri sendiri

Percaya pada diri sendiri, menganggap dirinya tidak salah, dirinya menangdirinya mampu mengerjakan yang diserahkan atau dipercayakan kepadanya.

b. Kepercayaan kepada orang lain

Kepercayaan kepada orang lain itu sudah barang tentu percaya terhadap kata hatinya, perbuatan yang sesuai dengan kata hati, atau terhadap kebenarannya.

c. Kepercayaan kepada pemerintah

Menurut pandangan teokratis dalam buku etika filsafat tingkah laku Prof IrPoedjawiyatna, negara itu berasal dari Tuhan. Tuhan langsung memerintah dan memimpin bangsa manusia, atau setidaknya Tuhan adalah pemilik kedaulatan sejati, karena semua adalah ciptaan Tuhan. Menurut pandangan demokratis kedaulatan adalah dari rakyat. Menurut pandangan demokratis yang lain ialah tidak menyamakan rakyat dengan negara, tetapi rakyat menjadi sumber kedaulatan sepenuhnya, sumber kedaulatan dan segala hak.

d. Kepercayaan kepada Tuhan

Kepercayaan kepada Tuhan yang maha esa itu amat penting, karena keberadaan manusia itu bukan dengan sendirinya, tetapi diciptakan oleh Tuhan. Kepercayaan itu amat penting karena merupakan tali kuat yang dapat menghubungkan rasa manusia dengan tuhan. Penguatan iman (kepercayaan), bahwanya dzat itu merupakan kebenaran mutlak. Perwujudannya terdapat dalam ikrar lisan yang dibenarkan dengan hati dan dilaksanakan dalam perbuatan (affirmation). (Raditya, 2012)

3. Pembentukan Sikap Optimis

Sikap optimis adalah sebuah keyakinan yang muncul dalam pribadi seseorang, sikap ini tidak akan muncul dengan sendirinya, sikap ini tidak akan muncul dengan sendirinya, sikap tersebut akan muncul sebagai akibat dari proses pencarian dan pembentukan, sikap tersebut tidak akan muncul secara tiba-tiba pada diri seseorang secara cuma-cuma, diperlu sebuah proses belajar dan tindakan untuk mendapatkan rasa optimis dalam pribadi seseorang. (Anggarjito, 2012)

Terdapat dua aspek yang berkaitan dengan sikap optimis, aspek kepribadian dan aspek ketuhanan (rabbaniyah), kita perlu memahami kedua aspek tersebut agar sikap optimis menjadi bagian dari kepribadian seorang manusia. Dalam surah Ali Imran ayat 139, Allah memerintahkan agar manusia tidak pesimis dan putus asa, karena manusia adalah makhluk yang paling tinggi derajatnya. Namun ada syarat yang harus dipenuhi yaitu apabila mereka beriman.

Aspek kepribadian, mempunyai sikap optimis atau pesimis adalah sesuatu yang melekat pada kepribadian seseorang, sebagai makhluk yang paling tinggi derajatnya manusia diberikan kecerdasan. Dengan kecerdasannya manusia diharapkan mampu memahami makna hakekat optimis. Dalam kehidupannya manusia selalu dihadapkan pada sebuah rencana yang terhampar dihadapannya untuk mencapai sebuah tujuan. Selalu ada kesempatan dan kesempatan dalam pandangan manusia. Seseorang yang

dapat selalu memandang bahwa sikap atau langkah perubahan yang dilakukan selalu ada peluang lebih baik.

Optimis dalam kepribadian manusia memiliki dua pengertian, *pertama* rasa optimis adalah doktrin hidup yang mengajarkan kita untuk meyakini adanya harapan yang lebih baik, ada kesempatan dalam sebuah kesempitan, *kedua*, rasa optimis berarti kecenderungan batin untuk merencanakan aksi, peristiwa atau hasil yang lebih bagus, apabila dibuat sebuah pengertian singkat manusia yang memiliki rasa optimis adalah ketika mampu meyakini adanya kesempatan dan peluang kehidupan yang lebih baik dan keyakinan memotivasinya, melakukan aksi dan tindakan nyata untuk meraihnya. Rasa optimis seperti itu dalam praktiknya sangat diperlukan. Manusia harus mempunyai harapan bahwa suatu yang dia lakukan akan membawa sebuah kebaikan. (Abi Alfin, 2011).

Pribadi yang optimis melihat segala sesuatu dengan kaca mata yang terang dan pikiran yang jernih. Dalam keadaan yang tertekan sekalipun masih mampu mempertahankan kejernihan pandangan dan pikirannya, selalu ada harapan dan kesempatan dalam setiap kegelapan yang menyelimuti. Sikap optimis telah melahirkan pribadi-pribadi yang tangguh, orang-orang yang menjadi aktor sejarah dalam kehidupan manusia adalah orang-orang yang mempunyai rasa optimis dalam dirinya.

Aspek ketuhanan (rabbaniyah), Firman Allah dalam surat Ali Imran ayat 139:

“janganlah kamu bersikap lemah (pesimis), dan janganlah (pula) kau bersedih hati, padahal kamu adalah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.”

Ayat tersebut memberikan penegasan kepada kita bahwa sikap optimis dan tidak mudah putus asa hanya akan dapat dirasakan oleh manusia-manusia yang beriman, proses pembentukan sikap optimis dalam diri manusia membutuhkan campur tangan Allah. (Abi Alfin, 2011).

Margo Jones, seorang pakar psikologi (dalam raih sukses dengan senyum dan optimis) (Al Fikri, 2010) mengatakan, terdapat satu persyaratan terhadap semua usaha, yaitu tingkatkan keimanan, menurut Margo Jones salah satu esensi keimanan adalah adanya kesadaran bahwa kita ini “dimiliki” (being owned) oleh Tuhan atau munculnya perasaan “kebersamaan” dengan Tuhan. Semakin kuat keimanan itu, semakin kuat pula kesadaran dan rasa kebersamaan itu. Adanya kesadaran yang kuat bahwa kita ini “dimiliki” akan membuat kita tidak mudah merasa sendiri atau merasa tidak memiliki siapa-siapa dalam menatap masa depan.

Sikap optimis tidaklah datang dengan sendirinya, kemunculannya harus didasari rasa taqwa yang membuat seseorang merasa perlu untuk meningkatkan volume ibadahnya kepada Allah. Kita harus yakin bahwa Allah Mahakuasa. Jika derajat manusia sudah dalam posisi bertaqwa, maka manusia

mempunyai keyakinan bahwa tidak akan ada yang terlepas dari kekuasaanNya, ditanganNya segala sesuatu, Allah Maha mengatur, Allah Maha Berkehendak, Allah Maha meenbuat sesuatu menjadi mulia, dan Allah pula yang membuat sesuatu menjadi hina. Jika Allah menghendaki segala sesuatu terjadi meskipun sulit menurut kita hal itu pastilah akan mampu terjadi.(Anggarjito, 2012).

Kepercayaan akan semua itu, dalam pandangan islam dikenal degan sebutan tawakkal. Semakin kuat kepercayaan ini, maka akan semakin tebal rasa tawakkal dan rasa optimis dalam diri aka semakin bertambah. Dari rasa tawakkal inilah optimis berawal. Rasa optimis haruslah mengalahkan pesimis yang bisa menyerang siapa saja, jika ingin berhasil, kita harus bisa membanun rasa optimis dalam diri dan kita memulainya dengan memupuk rasa tawakkal kepada Allah Swt.

Selain dengan tawakkal, rasa optimis akan semakin indah ketika manusia mampu mengkombinasikan dengan selalu berprasangka baik dengan Allah Swt. Berbicara optimis adalah berbicara tentang harapan akan suatu waktu dimasa yang akan datang. Ketika yang mempunyai kuasa atas segalanya sesuatu yang belum terjadi hanya Allah, manusia harus menyadarkan semuanya kepada Allah. Allah berfirman dalam hadits qudsi: *“Aku sebagaimana perasangka hambaku, kalau ia berperasangka baik maka ia akan mendapat kebaikan, bila ia berperasangka buruk maka keburukan*

akan menyimpannya.”(Al fikri, 2010), Selain itu ada beberapa cara untuk membentuk sikap optimis dan menumbuhkan cara berfikir yang positif:

a. Introspeksi diri (Muhasabah)

Sesuai terlintas pikiran bahwa tidak akan bisa menikmati suatu peristiwa buruk atau tidak akan sukses melakukan suatu tugas, segera singkirkan pikiran tersebut. Berfokuslah pada hal positif yang akan dihasilkan, lakukan periksa secara berulang. Jika pikiran negatif lebih banyak, maka segera alihkan pada pikiran positif.

b. Bergaya hidup sehat

Berolahraga tiap hari dapat mengubah suasana hati menjadi positif dan mengurangi stres. Pola makan yang sehat juga mempengaruhi pikiran dan tubuh. Serta coba mengelola stres.

e. Mencari teman yang positif

Cari teman yang memandang hidup dengan positif, orang-orang demikian adalah orang-orang yang optimis dan selalu mendukung dengan memberi saran yang baik. Sebaliknya jika dikelilingi orang-orang pesimis, akan meningkatkan stres bahkan membuat ragu untuk mengelola stres dengan cara yang sehat.

f. Hadapi dan terima takdir (qona'ah)

Hadapi situasi yang dapat dikendalikan, berupaya menerima situasi yang tidak dapat dikendalikan.

g. Memiliki rasa humor

Cobalah untuk tersenyum saat menghadapi situasi yang sulit, carilah kegiatan yang mengundang tawa dalam kegiatan sehari-hari, rasa humor yang baik membantu orang memiliki pikiran, emosi, dan perilaku yang lebih positif.

h. Catat hal-hal baik

Catatlah hal-hal baik yang dialami dan catatlah hal-hal buruk untuk dirubah.

i. Aturan sederhana

Jangan katakan apapun pada diri anda sesuatu yang tidak ingin anda katakan pada orang lain. Untuk bersikap optimis tidaklah mudah. Bencana alam, beban hidup dan juga musibah bisa saja terjadi yang membuat banyak orang merasa sulit untuk berpikir positif. Namun dengan berupaya bersikap optimis dan berpikir positif akan menghasilkan kehidupan yang lebih sehat dan lebih memuaskan.(Riyanto agus,2011)

4. Karakteristik

Semua orang yang berusaha meningkatkan kualitas diri dan ilmu pengetahuannya pasti tahu bahwa hidup akan lebih mudah dijalani bila kita selalu berpikir positif, namun, bagaimana cara melatih diri agar selalu berpikir positif, beberapa ciri orang yang berpikir positif:

a. Melihat masalah sebagai tantangan

Bandingkan dengan orang yang melihat masalah sebagai cobaan hidup yang berat dan membuat hidupnya menjadi paling sengsara didunia , masalah harus dijadikan tantangan agar hidup kita semakin berkembang.

b. Menikmati hidupnya

Pemikiran positif akan membuat seseorang menerima keadaannya dengan besar hati, meski tidak berarti dia tidak berusaha untuk mencapai kehidupan yang lebih baik

c. Berfikir terbuka untuk menerima saran dan ide

Dengan menerima saran dan ide baru maka akan ada pandangan baru dalam hidup kita untuk menuju yang lebih baik lagi.

d. Melenyapkan fikiran negatif

Memelihara pikiran negatif akan menimbulkan masalah dikemudian hari.

e. Mensyukuri apa yang dimiliki

Jangan berkeluh kesah atas apa yang belum kita miliki dan dan selalu bersyukur atas apa yang dimiliki.

f. Tidak mendengar gosip yang tidak menentu

Gosip serin kali berteman dengan pikiran negatif oleh karena itu mendengar omongan yang tidak ada kejelasannya dijauhi oleh para memikir positif.

g. Tidak membuat alasan akan tetapi melakukan tindakan

h. Menggunakan bahasa positif

Gunakan kata-kata dengan nada optimis dan mengandung makna positif seperti masalah itu pasti akan terselsaikan, kamu pasti bisa.

i. Menggunakan bahasa tubuh yang positif

Diantara menggunakan tubuh yang positif adalah dengan tersenyum, berjalan dengan langkah tegap dan gerakan tangan yang ekspresif atau anggukan mereka juga berbicara dengan intonasi yang bersahabat, anusias dan hidup

j. Peduli pada citra diri

Peduli pada citra diri mendorong seseorang untuk selalu berpenampilan baik, bukan hanya dari luarnya saja akan tetapi juga dalam perilaku dan bersikap.(Primardi aska, jurnal, 2010)

C. Kerangka Teoritik

Maslow percaya bahwa manusia tergerak untuk memahami dan menerima dirinya sebisa mungkin. Teorinya yang sangat terkenal sampai dengan hari ini adalah teori tentang *Hierarchy of Needs*(Hirarki Kebutuhan). Menurut Maslow, manusia termotivasi untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan hidupnya. Kebutuhan-kebutuhan tersebut memiliki tingkatan atau hirarki, mulai dari yang paling rendah (bersifat dasar/fisiologis) sampai yang paling tinggi (aktualisasi diri). Dalam teori psikologinya, yakni semakin tinggi need. achievement yang dimiliki seseorang semakin serius ia menggeluti sesuatu itu. (Alwisol, 2009).

Menurut Abraham Maslow, manusia memiliki lima tingkat kebutuhan hidup yang akan selalu berusaha untuk dipenuhi sepanjang masa hidupnya. Lima tingkatan yang dapat membedakan setiap manusia dari sisi kesejahteraan hidupnya, teori yang telah resmi diakui dalam dunia psikologi. Kebutuhan tersebut berjenjang dari yang paling mendesak hingga yang akan muncul dengan sendirinya saat kebutuhan sebelumnya telah dipenuhi. Setiap orang pasti akan melalui tingkatan-tingkatan itu, dan dengan serius berusaha untuk memenuhinya, namun hanya sedikit yang mampu mencapai tingkatan tertinggi dari piramida ini.

Lima tingkat kebutuhan dasar menurut teori Maslow adalah sebagai berikut (disusun dari yang paling rendah) :

Gambar 1.1

Gambar piramida *hierarchy of needs*



Maslow menyusun sejumlah kualifikasi yang mengindikasikan karakteristik pribadi-pribadi yang telah beraktualisasi :

- a) Memusatkan diri pada realitas (*reality-centered*), yakni melihat sesuatu apa adanya dan mampu melihat persoalan secara jernih, bebas dari bias.
- b) Memusatkan diri pada masalah (*problem-centered*), yakni melihat persoalan hidup sebagai sesuatu yang perlu dihadapi dan dipecahkan, bukan dihindari.
- c) *Spontanitas*, menjalani kehidupan secara alami, mampu menjadi diri sendiri serta tidak berpura-pura.
- d) Otonomi pribadi, memiliki rasa puas diri yang tinggi, cenderung menyukai kesendirian dan menikmati hubungan persahabatan dengan sedikit orang namun bersifat mendalam.
- e) Penerimaan terhadap diri dan orang lain. Mereka memberi penilaian tinggi pada *individualitas* dan keunikan diri sendiri dan orang lain. Dengan kata lain orang-orang yang telah beraktualisasi diri lebih suka menerima anda apa adanya ketimbang berusaha mengubah anda.
- f) Rasa humor yang ‘tidak agresif’ (*unhostile*). Mereka lebih suka membuat lelucon yang menertawakan diri sendiri atau kondisi manusia secara umum (ironi), ketimbang menjadikan orang lain sebagai bahan lawakan dan ejekan.
- g) Kerendahatian dan menghargai orang lain (*humility and respect*).
- h) Apresiasi yang segar (*freshness of appreciation*), yakni melihat sesuatu dengan sudut pandang yang *orisinil*, berbeda dari kebanyakan orang. Kualitas inilah yang membuat orang-orang yang telah beraktualisasi

merupakan pribadi-pribadi yang kreatif dan mampu menciptakan sesuatu yang baru.

- i) Memiliki pengalaman spiritual yang disebut *Peak experience*, atau sering disebut juga pengalaman mistik adalah suatu kondisi saat seseorang (secara mental) merasa keluar dari dirinya sendiri, terbebas dari kungkungan tubuh kasarnya.

Abraham Maslow dan Carl Rogers termasuk kedalam tokoh kunci *humanisme*. Tujuan utama dari *humanisme* dapat dijabarkan sebagai perkembangan dari aktualisasi diri manusia *autonomous*. Dalam *humanisme*, belajar adalah proses yang berpusat pada pelajar dan *dipersonalisasi*, dan peran pendidik adalah sebagai seorang *fasilitator*. *Afeksi* dan kebutuhan *kognitif* adalah kuncinya, dan goalnya adalah untuk membangun manusia yang dapat mengaktualisasikan diri dalam lingkungan yang *kooperatif* dan *suportif*. Dijelaskan juga bahwa pada hakekatnya setiap manusia adalah unik, memiliki *potensi individual* dan dorongan *internal* untuk berkembang dan menentukan perilakunya. Kerana itu dalam kaitannya maka setiap diri manusia adalah bebas dan memiliki kecenderungan untuk tumbuh dan berkembang mencapai aktualisasi diri. (Hamim, 2011).

