
Disabilitas sebagai Dakwah Sunyi: Narasi Resiliensi dan Dinamika Psikososial Mahasiswa dengan Kebutuhan Khusus di Indonesia**Izza Himawanti**Izza.himawanti@gmail.com

Fakultas Psikologi Universitas Indonesia

Submitted: 8 Mei 2025

Revised: 24 Juni 2025

Accepted: 24 Juni 2025

Abstract

*This study aims to explore the psychosocial dynamics and adjustment processes of students with disabilities in Islamic higher education institutions, focusing on narratives of resilience and the spiritual meaning embodied in the concept of silent da'wah. Using a phenomenological approach and Interpretative Phenomenological Analysis (IPA), data were collected through in-depth interviews with four students with physical and mental disabilities in Pekalongan. The findings reveal that students with disabilities face significant structural, social, and emotional challenges, yet they demonstrate strong resilience through Islamic values such as *abr* (patience), *ikhil* (sincerity), and *istiq mah* (steadfastness). Their adjustment journey follows stages from anxiety, self-acknowledgment, and social participation to meaningful contributions through altruism and adaptive conformity. These findings align with prior literature on the role of spiritual guidance in reconstructing happiness and the importance of faith in fostering subjective well-being. The study recommends enhancing inclusive campus support systems and integrating psychospiritual approaches into disability services in higher education settings.*

Keywords: *students with disabilities, da'wah, resilience, psychosocial*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap dinamika psikososial dan proses penyesuaian diri mahasiswa penyandang disabilitas di lingkungan perguruan tinggi Islam, dengan menekankan pada narasi resiliensi dan makna spiritual yang diwujudkan dalam bentuk *dakwah sunyi*. Menggunakan pendekatan fenomenologis dengan teknik analisis Interpretative Phenomenological Analysis (IPA), data dikumpulkan melalui wawancara mendalam terhadap empat mahasiswa disabilitas fisik dan mental di Pekalongan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa disabilitas menghadapi tantangan struktural, sosial, dan emosional yang signifikan, namun mampu menunjukkan daya lenting yang kuat melalui nilai-nilai keimanan seperti *abr*, *ikhil*, dan *istiq mah*. Proses penyesuaian diri berjalan melalui tahapan dari kekhawatiran, pengakuan diri, partisipasi sosial, hingga kontribusi bermakna melalui altruisme dan konformitas adaptif. Temuan ini sejalan dengan literatur sebelumnya mengenai peran bimbingan spiritual dalam rekonstruksi kebahagiaan dan pentingnya dukungan psikososial dalam membangun subjective well-being. Penelitian ini merekomendasikan perlunya penguatan sistem dukungan kampus yang inklusif serta integrasi pendekatan psikospiritual dalam layanan mahasiswa disabilitas.

Kata kunci: *mahasiswa disabilitas, dakwah, resiliensi, psikososial*

PENDAHULUAN

Pembahasan mengenai disabilitas seringkali menghadirkan dua sisi yang bertolak belakang, pemenuhan hak dan kebutuhan di satu sisi, serta tantangan struktural dan sosial di sisi lain. Menurut International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF) dari WHO, individu dengan disabilitas perlu dilibatkan dalam seluruh aspek kehidupan, mulai dari pekerjaan, pendidikan, hingga aktivitas keagamaan (World Health Organization, 2001). Namun realitas menunjukkan bahwa sekitar 1,3 miliar orang atau 16% populasi global mengalami disabilitas signifikan, dan sebagian besar dari mereka masih menghadapi keterbatasan akses terhadap hak-hak dasar, terutama dalam bidang kesehatan dan pendidikan (World Health Organization, 2022).

Laporan WHO tentang kesetaraan kesehatan bagi penyandang disabilitas menyoroti bahwa banyak dari mereka yang masih meninggal lebih awal, mengalami gangguan kesehatan kronis, dan dibatasi dalam fungsi sehari-hari akibat kondisi sosial yang tidak adil (World Health Organization, 2022). Negara-negara, termasuk Indonesia, memiliki tanggung jawab konstitusional dan internasional untuk menghapus ketimpangan tersebut melalui kebijakan dan pelayanan yang inklusif. Kesehatan mental, sebagaimana didefinisikan WHO, mencerminkan kualitas hidup optimal, yaitu kemampuan individu untuk beradaptasi dan berkontribusi secara aktif terhadap lingkungannya (World Health Organization, 2018). Namun pada kenyataannya, individu dengan disabilitas masih sering terjebak dalam stigma, diskriminasi, dan pengucilan sosial (Schulze & Grover, 2012).

Dalam konteks mahasiswa disabilitas, pra-penelitian yang dilakukan di Universitas Islam KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan menunjukkan bahwa mereka menghadapi berbagai tantangan penyesuaian diri. Misalnya, mahasiswa dengan disabilitas fisik mengalami kesulitan mengakses gedung perkuliahan dan fasilitas sosial karena tidak ramah disabilitas. Hal ini berdampak pada kepercayaan diri dan partisipasi sosial mereka. Pemerintah Indonesia melalui UU No. 8 Tahun 2016 tentang Penyandang Disabilitas dan PP No. 70 Tahun 2019 telah mencoba menjamin hak atas pendidikan inklusif dan bermutu bagi penyandang disabilitas di seluruh jenjang pendidikan. Namun, data menunjukkan hanya 2,8% dari penyandang disabilitas yang berhasil menyelesaikan pendidikan tinggi (BPS, 2020). Hal ini disebabkan oleh kurangnya sarana prasarana inklusif, keterbatasan kompetensi pengajar, proses seleksi yang tidak adaptif, serta masih adanya stigma dalam lingkungan pendidikan tinggi (Handayani, 2019).

Pra-penelitian juga menunjukkan bahwa mahasiswa penyandang disabilitas kerap mengalami isolasi sosial dan gangguan kesehatan mental. Stigma yang mereka hadapi muncul dalam bentuk pelabelan, stereotip, dan diskriminasi sosial, yang berdampak pada kualitas kesehatan mental (Goffman, 1963; Corrigan & Watson, 2002). Kondisi ini mencerminkan bahwa disabilitas bukan hanya soal fisik, tetapi juga menyangkut aspek psikososial yang mendalam. Selain itu, masih minimnya skrining awal di lingkungan kampus menjadikan data mahasiswa disabilitas belum terpetakan secara menyeluruh, khususnya untuk disabilitas non-fisik seperti disabilitas intelektual dan mental. Di UIN KH. Abdurrahman Wahid sendiri, belum ada data resmi terkait jumlah mahasiswa disabilitas karena keterbatasan sistem pendataan dan asesmen awal.

Dalam konteks ini, keberadaan mahasiswa penyandang disabilitas di lingkungan kampus Islam dapat dimaknai sebagai bentuk **dakwah sunyi**, yakni dakwah yang tidak dilakukan melalui kata-kata, melainkan melalui keteguhan, kesabaran, dan daya juang dalam menghadapi keterbatasan. Perjuangan mereka dalam menempuh pendidikan tinggi di tengah keterbatasan sarana, stigma sosial, dan hambatan psikososial menjadi representasi nyata dari nilai-nilai dakwah seperti kesabaran (*ṣabr*), keikhlasan (*ikhlās*), dan keteguhan iman (*istiqāmah*) (Al-Qaradhawi, 1995). Dakwah sunyi ini adalah ekspresi spiritual yang kuat, yang mengajak masyarakat untuk lebih peduli, inklusif, dan menghargai keberagaman kondisi manusia sebagai bagian dari rahmat Allah SWT.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini berupaya menjawab pertanyaan utama mengenai bagaimana proses penyesuaian diri dan kondisi kesehatan mental mahasiswa dengan disabilitas di lingkungan kampus keislaman, serta faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi resiliensi dan dinamika psikososial mereka. Penelitian ini memiliki kebaruan dalam pendekatan interpretatif fenomenologis terhadap pengalaman hidup mahasiswa disabilitas di perguruan tinggi Islam, sebuah aspek yang masih sangat minim dieksplorasi dalam konteks akademik Indonesia. Dengan menekankan pada narasi resiliensi dan pemaknaan subjektif individu terhadap disabilitas, studi ini tidak hanya mengungkap sisi personal mahasiswa dalam menghadapi tantangan psikososial, tetapi juga memberikan kontribusi empirik bagi pengembangan kebijakan pendidikan tinggi yang inklusif, komunikatif, dan bernuansa dakwah sosial.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian dengan pendekatan fenomenologis. Penelitian ini berusaha memahami pengalaman dan dinamika kesehatan mental mahasiswa

penyandang disabilitas yang berkuliah di perguruan tinggi di Pekalongan. Untuk mengungkap fenomena tersebut, maka peneliti membagi fokus penelitian pada dua skenario. Skenario yang pertama yaitu untuk mengeksplorasi proses penyesuaian diri mahasiswa dengan disabilitas. Skenario pertama ini akan menggali data tentang pemahaman mahasiswa disabilitas tentang diagnosa yang mereka miliki, mengeksplorasi kesadaran diri mahasiswa disabilitas tentang disabilitas mereka, dan untuk mengetahui proses penyesuaian diri mahasiswa disabilitas di perguruan tinggi. Skenario kedua penelitian ini adalah untuk mengetahui dinamika kesehatan mental mahasiswa disabilitas, yang meliputi eksplorasi mendalam tentang subjective well-being dan social well-being mahasiswa dengan disabilitas di perguruan tinggi.

Pemilihan partisipan bersifat purposive dimana partisipan dipilih berdasarkan kriteria: memiliki diagnosa disabilitas sensorik, fisik, mental, atau kognitif, menjadi mahasiswa di perguruan tinggi di Pekalongan, bersedia menjadi partisipan penelitian. Data dikumpulkan dengan metode wawancara dan observasi. Teknik analisis data menggunakan interpretative phenomenological analysis (IPA)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel. 1 Data partisipan

Partisipan	Jenis Kelamin	Usia	Perawatan Klinis
1	Perempuan	20 tahun	Disabilitas fisik, lumpuh layu
2	Laki-laki	22 tahun	disabilitas fisik lumpuh kaki
3	Laki-laki	24 tahun	Disabilitas mental, Mayor Depresi Disorder (MDB) dan Anxiety
4	Perempuan	20 tahun	Post Traumatic Stress Disorder (PTSD)

Narasi Kekhawatiran: Awal Proses Penyesuaian Diri

Transisi menuju pendidikan tinggi merupakan fase kritis yang memunculkan berbagai tantangan adaptasi, terutama bagi mahasiswa penyandang disabilitas. Baik mahasiswa dengan disabilitas fisik maupun mental cenderung menghadapi tingkat kekhawatiran yang tinggi saat pertama kali memasuki dunia kampus. Kekhawatiran tersebut mencakup keterbatasan fisik dalam mengakses fasilitas kampus, kecemasan akademik, serta ketakutan terhadap penolakan sosial. Sejalan dengan temuan Powers et al. (2024), mahasiswa penyandang disabilitas intelektual dan psikososial sering kali mengalami stres akibat kurangnya dukungan struktural dan sosial selama

masa transisi ke perguruan tinggi. Hal ini diperparah oleh pengalaman sebelumnya yang tidak menyenangkan di jenjang pendidikan sebelumnya.

Dalam wawancara yang dilakukan terhadap Partisipan 1, mahasiswa dengan disabilitas fisik, kekhawatiran utama berkisar pada keterbatasan akses terhadap fasilitas kampus seperti perpustakaan dan gedung-gedung bertingkat. Ia mengungkapkan: “Kalau boleh jujur, kendalanya mau masuk perpustakaan agak susah bu, dan kegiatan di lantai atas.” Ketidakmampuan untuk menggunakan kedua tangan secara bebas karena penggunaan tongkat, serta larangan membawa tas ke lantai atas, semakin menambah hambatan akses yang bersifat struktural. Pengalaman traumatis di masa lalu, seperti ketika dirinya ditinggalkan oleh guru dan teman saat terjadi gempa di sekolah, memperparah rasa cemas dan ketergantungan emosional terhadap keluarga:

“Hal paling menyakitkan waktu saya di MTS saya mendapatkan bully dan guru yang kurang baik, bahkan ketika ada gempa bumi semua pada meninggalkan saya dalam kelas...”

Sebagaimana ditekankan dalam studi oleh Forrester-Jones et al. (2023), pengalaman-pengalaman negatif sebelumnya berkontribusi signifikan terhadap rendahnya self-efficacy dan kepercayaan diri mahasiswa difabel saat berhadapan dengan lingkungan baru. Berbeda dengan Partisipan 1, Partisipan 3 yang memiliki disabilitas mental menyoroti kekhawatiran akademik yang mendalam.

“Kendala saya saat belajar di kampus yaitu, saat itu saya sedang mengerjakan tugas akhir atau skripsi... saya sangat sulit saat itu antara mengerjakan tugas dan tapi pikiran saya sibuk memikirkan kondisi kesehatan saya terutama kesehatan mental tadi.”

Pernyataan ini mencerminkan temuan dalam studi “Things Can Be Tough” (Habarth et al., 2019), yang menunjukkan bahwa mahasiswa disabilitas mengalami beban mental berlapis yaitu tekanan tugas akademik, ketidakpastian kondisi medis, serta kerap kali isolasi sosial.

Lebih lanjut, artikel oleh Huang et al. (2024) menyoroti bahwa sistem pendidikan tinggi sering kali gagal menyediakan lingkungan yang responsif terhadap kebutuhan mahasiswa disabilitas. Hal ini mendorong munculnya ambivalensi dan rasa tidak aman terhadap masa depan pendidikan mereka. Pengalaman partisipan yang mengungkap kekhawatiran tidak bisa menyelesaikan studi karena beban mental yang berat mengilustrasikan dampak psikologis dari sistem yang tidak inklusif. Namun demikian, pengalaman sebelumnya juga dapat bersifat suportif dan membentuk strategi adaptasi yang lebih sehat. Misalnya, Partisipan 2 yang pernah menjalani

sembilan kali operasi dan kehilangan fungsi kaki, memiliki optimisme yang lebih tinggi, serta menggunakan keahliannya dalam desain grafis sebagai mekanisme penguatan diri:

“Saya merasa lingkungan dapat mengakui kelebihan-kelebihan yang saya miliki... saya memiliki skill dalam design grafis”

Hal ini sejalan dengan temuan dalam “Enjoy Your Time and Be Confident” (Wolffe et al., 2023), yang menyatakan bahwa pengalaman positif dan penguatan kompetensi personal menjadi kunci dalam mengembangkan resiliensi mahasiswa difabel.

Dalam konteks studi fenomenologis ini, kekhawatiran mahasiswa disabilitas bukanlah sekadar hambatan individual, melainkan cerminan dari kesenjangan struktural, trauma masa lalu, serta ketidakpastian sosial-psikologis yang masih belum banyak ditangani oleh sistem pendidikan tinggi. Sebagaimana ditegaskan dalam studi Hughes et al. (2020), penting untuk mendengarkan suara personal mahasiswa difabel sebagai bentuk validasi identitas mereka, karena dari narasi itulah kita dapat memahami dinamika batin mereka sebagai bagian dari “dakwah sunyi” yang penuh keteguhan dan kesabaran.

Dakwah Sunyi: Praktek Resiliensi sebagai Respons Spiritual dan Psikososial

Dalam kehidupan mahasiswa penyandang disabilitas, perjuangan mereka untuk bertahan dan berkembang bukan sekadar persoalan fisik atau akademik. Di balik keterbatasan yang mereka hadapi, terdapat kekuatan spiritual dan psikososial yang terpatrit dalam tindakan-tindakan sunyi namun penuh makna. Ketahanan mereka adalah bentuk dakwah sunyi, yaitu ekspresi nilai-nilai keislaman seperti *abr* (kesabaran), *ikhla* (keikhlasan), dan *istiqmah* (keteguhan dalam prinsip), yang tidak disampaikan melalui lisan, tetapi diwujudkan dalam sikap, daya juang, dan keteladanan.

Salah satu partisipan, seorang mahasiswa dengan disabilitas fisik (Partisipan 2), menunjukkan bagaimana resiliensi dapat terwujud melalui optimisme, pengembangan diri, dan kontribusi positif bagi lingkungan sekitarnya. Dalam keterangannya, ia menyampaikan:

“Saya merasa lingkungan dapat mengakui kelebihan-kelebihan yang saya miliki... saya memiliki skill dalam design grafis dan troubleshooting laptop.”

Meskipun mengalami keterbatasan mobilitas, bahkan harus menjalani sembilan kali operasi tulang, partisipan ini mampu mengembangkan kemampuannya secara mandiri dan aktif dalam mendukung teman-temannya di bidang teknologi. Ketekunannya mencerminkan prinsip

ikhlas, yakni keikhlasan dalam berbuat baik, tanpa perlu pengakuan sosial. Dalam konteks inilah, perjuangan sunyi partisipan menjadi dakwah non-verbal, sebuah ajakan kepada masyarakat untuk lebih inklusif dan berempati melalui teladan nyata.

Pendekatan spiritual seperti ini selaras dengan pandangan Abdullah (2015) yang menegaskan bahwa dalam Islam, manusia dipandang sebagai makhluk yang memiliki potensi tumbuh dan berkembang, tidak hanya secara individual tetapi juga dalam hubungannya dengan Tuhan: “Orang dipandang sebagai pribadi yang tangguh dan mampu berkembang... dalam Islam, pertumbuhan tidak hanya terkait dengan diri, tetapi juga hubungan seseorang dengan Tuhan.” (Abdullah, 2015, hlm. 263). Pemaknaan ini menegaskan bahwa coping bukan hanya mekanisme psikologis, tetapi juga respons spiritual yang mendalam. Dalam studi Woodbridge et al.(2025), coping religius melalui praktik ibadah dan ikhlas memberikan makna dan ketenangan dalam penderitaan. Mahasiswa disabilitas, seperti Partisipan 2, secara tidak langsung menunjukkan praktik coping serupa dalam konteks akademik.

Keteguhan yang ditunjukkan partisipan juga memperlihatkan otonomi dan resiliensi yang berdampak positif terhadap partisipasi sosial dan perilaku inovatif. Hal ini sesuai dengan temuan Suhandiah et al.(2023) yang menyatakan bahwa resiliensi, otonomi, fleksibilitas, dan umpan balik sangat terkait satu sama lain. Pengalaman ini memperkuat bahwa mahasiswa disabilitas yang mampu mengembangkan potensi dirinya memiliki daya adaptasi yang kuat, sekaligus menjadi agen perubahan dalam komunitasnya. Resiliensi ini juga tidak lepas dari proses pemaknaan dan dukungan spiritual. Dalam studi pada komunitas minoritas, coping yang efektif dibangun dari makna hidup, spiritualitas, dan kepercayaan terhadap kompetensi diri.

Dakwah sunyi ini juga hadir dalam bentuk penerimaan dan kepercayaan diri yang tumbuh perlahan melalui proses sosial dan spiritual. Dalam studi tentang coping pada ibu dari anak dengan disabilitas, coping yang kuat dibangun melalui makna, spiritualitas, dan persepsi terhadap kompetensi diri (Manor-Binyamini, 2016). Fenomena ini menunjukkan bahwa tindakan adaptif mahasiswa penyandang disabilitas bukan hanya hasil survival psikologis, tetapi juga merupakan refleksi dari kekuatan batin dan spiritualitas yang mendalam. Dengan demikian, keteladanan yang ditunjukkan oleh partisipan 2 bukan hanya simbol adaptasi, tetapi juga wujud dakwah sunyi, menyampaikan pesan keimanan, keikhlasan, dan semangat hidup tanpa harus berbicara lantang. Dalam konteks masyarakat kampus keislaman, ekspresi ini menjadi panggilan bagi lingkungan sosial untuk lebih inklusif, empatik, dan menegaskan kembali nilai dakwah yang berakar dari kasih sayang dan penghargaan terhadap keberagaman ciptaan Allah SWT.

Mahasiswa difabel memilih bertahan secara diam dan tetap mencoba mencari makna meskipun menghadapi tekanan sosial dan akademik. Partisipan dalam penelitian ini mencerminkan daya tahan tersebut, terutama saat mereka menyatakan:

“Saya merasa ingin menyerah saat skripsi. Pikiran saya kacau, saya menutup diri. Tapi akhirnya saya bisa bangkit lagi karena merasa ini tanggung jawab yang harus saya selesaikan” (Partisipan 3).

Ungkapan ini merepresentasikan bentuk resiliensi psikososial yang tidak bersuara, namun kuat, yang sering disebut sebagai dakwah sunyi. Dalam kerangka spiritual Islam, proses ini mencerminkan nilai *abr* (kesabaran) dan *istiq mah* (keteguhan), yang merupakan fondasi ketahanan diri dalam menghadapi musibah atau keterbatasan (Abdullah, 2015). Resiliensi ini juga digambarkan dalam studi Suhandiah et al. (2023), yang menekankan bahwa otonomi dan ketangguhan seseorang dapat meningkatkan performa dan partisipasi aktif di lingkungan sosial. Kondisi ini tampak dalam narasi partisipan yang berusaha tetap menyelesaikan tanggung jawab akademik meskipun dalam tekanan. Dengan demikian, perjuangan diam mahasiswa penyandang disabilitas dalam menyelesaikan studi bukan hanya strategi bertahan secara psikologis, tetapi juga menjadi bentuk ekspresi religius dan sosial yang bermakna.

Dalam konteks keislaman, resiliensi pada mahasiswa disabilitas seperti ini merefleksikan *istiq mah*, atau keteguhan untuk tetap berada pada jalan yang diyakini benar walau penuh rintangan. Nilai ini juga terinternalisasi dalam narasi mahasiswa yang memberikan semangat dan motivasi kepada teman-teman disabilitas lain :

“Nikmatilah waktumu, tetap percaya diri, dan fokus pada apa yang kamu bisa.”

Dengan demikian, dakwah sunyi bukan sekadar konsep metaforis, tetapi merupakan bentuk keteladanan yang hidup dalam keseharian mahasiswa penyandang disabilitas. Mereka tidak berdakwah melalui mimbar, tetapi melalui sikap sabar, mandiri, dan tekun yang menjadi inspirasi bagi lingkungan kampus dan masyarakat luas.

Pola Penyesuaian Diri: Dari Kekhawatiran ke Pengakuan Diri

1. Pengakuan Internal & Eksternal

Perjalanan mahasiswa dengan disabilitas dalam dunia pendidikan tinggi sering kali dimulai dari posisi yang penuh kekhawatiran. Kekhawatiran ini bukan hanya berakar pada keterbatasan fisik atau psikologis semata, tetapi juga muncul dari pengalaman akan stigma dan

rendahnya ekspektasi sosial terhadap penyandang disabilitas. Dalam konteks akademik, perasaan ragu terhadap kemampuan diri, ketakutan akan penolakan, dan keengganan untuk terlihat “berbeda” membentuk tantangan psikologis yang kompleks. Hal ini tercermin dalam pengalaman Partisipan 1 yang mengungkapkan:

"Awalnya saya tidak cerita ke siapa-siapa. Saya takut kalau mereka jadi meremehkan saya, apalagi kalau tahu saya sering panik di tempat ramai."

Ungkapan ini menunjukkan bagaimana identitas disabilitas dapat menjadi sumber beban internal, terutama ketika mahasiswa merasa harus menyembunyikan aspek dirinya demi bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan kampus yang normatif. Proses ini, sebagaimana dijelaskan oleh Ball & Traxler (2023), merupakan bagian dari dinamika *disability disclosure* yaitu sebuah keputusan yang tidak hanya bersifat praktis untuk memperoleh akomodasi, tetapi juga sarat muatan emosional dan sosial. Dalam banyak kasus, seperti yang dialami oleh partisipan, disclosure menjadi gerbang menuju pengakuan dan penerimaan diri.

Seiring waktu, proses ini dapat mengubah persepsi mahasiswa terhadap dirinya sendiri. Dari yang semula merasa perlu menyembunyikan disabilitasnya, mereka mulai memahami bahwa keterbatasan bukan berarti ketidakmampuan. Partisipan 2 menggambarkan momen transformasi ini:

"Saya akhirnya terbiasa menjelaskan ke dosen kalau saya butuh waktu lebih. Dan ternyata banyak yang paham."

Pernyataan ini menunjukkan adanya pergeseran dari kekhawatiran akan stigma ke arah keberanian menyuarakan kebutuhan, yang pada akhirnya memperkuat harga diri dan memperluas ruang partisipasi dalam lingkungan akademik.

Kattari & Erickson (2025) dalam kajiannya tentang akademisi neurodivergen menekankan pentingnya pengakuan penuh atas identitas disabilitas sebagai bagian integral dari kepribadian dan pengalaman hidup. Ketika individu merasa diterima dalam keberbedaannya, bukan hanya ditoleransi, maka tumbuhlah bentuk keberdayaan baru yang memperkuat posisi mereka dalam sistem pendidikan. Ini sejalan dengan model sosial disabilitas yang dikemukakan Isadore et al. (2025), yang memandang bahwa hambatan utama bukan terletak pada individu, melainkan pada struktur sosial yang tidak ramah terhadap keragaman fungsi tubuh dan pikiran.

Penerimaan lingkungan juga berperan penting dalam memperkuat pengakuan diri. Ketika mahasiswa mulai mendapatkan umpan balik positif dari dosen dan teman sebaya, terjadi penguatan terhadap identitas diri yang utuh, bukan sebagai individu yang

“berkekurangan”, melainkan sebagai pribadi dengan kebutuhan dan kekuatan yang setara.

Partisipan 3, misalnya, bercerita:

"Saya merasa ingin menyerah saat skripsi. Pikiran saya kacau, saya menutup diri. Tapi akhirnya saya bisa bangkit lagi karena merasa ini tanggung jawab yang harus saya selesaikan."

Keteguhan ini bukan hanya tanda resiliensi individual, tetapi juga cerminan dari kesadaran bahwa perjuangannya memiliki nilai intrinsik, baik bagi diri sendiri maupun komunitas akademik tempat ia berada.

2. Partisipasi dalam Relasi Sosial

Penyesuaian diri mahasiswa dengan disabilitas tidak berhenti pada pengakuan individual semata, tetapi terus berlanjut dalam interaksi sosial sehari-hari di lingkungan kampus. Meskipun menghadapi hambatan yang bersifat fisik, psikologis, maupun sistemik, banyak dari mereka menunjukkan upaya aktif untuk tetap terlibat dalam komunitas sosial.

Partisipan 4 menyatakan:

"Saya suka ikut organisasi, meskipun kadang harus pulang lebih cepat karena kelelahan."

Kalimat ini merefleksikan bentuk partisipasi yang mungkin tidak ideal menurut standar umum, tetapi memiliki makna signifikan bagi individu dalam membangun koneksi sosial dan memperluas dukungan emosional.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Deksisssa Bejji et al. (2024), dijelaskan bahwa kompetensi sosial memiliki hubungan erat dengan kesehatan mental mahasiswa disabilitas. Lingkungan sosial yang suportif dapat mengurangi tekanan internal dan memperkuat strategi coping positif. Hal ini selaras dengan temuan pada Partisipan 1 yang mengungkapkan:

"Teman-teman sekelas saya biasanya bantu kalau saya kesusahan. Saya jadi merasa lebih tenang ikut kuliah."

Interaksi ini tidak hanya membantu mengurangi stres akademik, tetapi juga menciptakan rasa keberadaan yang bermakna di dalam komunitas kampus. Partisipasi dalam relasi sosial juga menjadi sarana bagi mahasiswa disabilitas untuk melampaui identitasnya sebagai penyandang keterbatasan dan menegaskan diri sebagai aktor sosial yang aktif dan bernilai. Pengalaman ini mendekatkan mereka pada bentuk identitas yang lebih seimbang yaitu identitas yang mengakui disabilitas, tetapi tidak terdefinisi secara sempit olehnya.

3. Persetujuan Sosial dan Dukungan Teman

Dukungan sosial dari teman sebaya merupakan salah satu elemen krusial dalam proses penyesuaian diri mahasiswa dengan disabilitas. Dalam lingkungan yang kerap menuntut kemandirian dan performa tinggi, keberadaan teman yang memahami dan menerima menjadi penopang emosional yang tak tergantikan. Partisipan 2 menceritakan:

"Saya punya satu teman yang selalu ingetin saya buat makan dan istirahat. Dia juga yang sering bantu kalau saya panik."

Dukungan ini, meskipun terlihat sederhana, mengandung makna yang sangat dalam bagi keberlangsungan hidup akademik dan psikologis mahasiswa. O'Shea et al. (2021) menggarisbawahi bahwa dimensi dukungan sosial baik emosional, instrumental, maupun persahabatan, secara signifikan berkorelasi positif dengan kepuasan hidup mahasiswa disabilitas. Hubungan ini menunjukkan bahwa keberhasilan adaptasi bukan hanya ditentukan oleh kapasitas individu, tetapi juga oleh keberadaan jaringan sosial yang empatik dan inklusif.

Lebih jauh, dukungan dari teman sebaya tidak hanya memperkuat kesehatan mental, tetapi juga meningkatkan kepercayaan diri dalam berinteraksi dengan sistem yang lebih luas, seperti birokrasi kampus atau forum akademik. Dalam konteks ini, hasil studi Isadore et al. (2025) tentang intervensi *peer-delivered self-advocacy* menjadi sangat relevan. Intervensi tersebut menunjukkan bahwa ketika mahasiswa mendapatkan dukungan dari rekan sebaya dalam bentuk advokasi dan berbagi pengalaman, mereka lebih mampu menavigasi sistem pendidikan dengan percaya diri dan mandiri. Pada akhirnya, pola penyesuaian diri mahasiswa dengan disabilitas adalah sebuah proses yang kompleks, dinamis, dan sangat dipengaruhi oleh konteks sosial tempat mereka berada. Dari kekhawatiran dan keraguan awal, mereka menempuh jalan menuju pengakuan diri, partisipasi aktif, dan penguatan identitas melalui relasi sosial yang bermakna. Ini adalah perjalanan resiliensi yang tidak sunyi, melainkan kaya makna.

Konstruksi Altruisme dan Konformitas: Strategi Bertahan di Komunitas Kampus

Dalam menghadapi kompleksitas kehidupan kampus, mahasiswa dengan disabilitas dihadapkan pada lebih dari sekadar tantangan mobilitas atau kognitif. Mereka memasuki ruang sosial yang kadang tidak dirancang untuk menerima perbedaan, dan karena itu harus mengembangkan strategi adaptif untuk bertahan dan membentuk eksistensinya. Dua mekanisme utama yang terlihat dalam pengalaman mereka adalah altruisme, kecenderungan untuk memberi dan membantu dan konformitas yaitu upaya menyesuaikan diri dengan norma lingkungan. Kedua

strategi ini bukan sekadar respons pasif, melainkan bentuk dari navigasi sosial yang mencerminkan ketangguhan dan konstruksi makna dalam konteks disabilitas.

1. Altruisme: Empati yang Lahir dari Luka dan Ketangguhan

Partisipan 1 yang mengalami disabilitas sejak lahir akibat kondisi prematur dan gangguan tulang, menyampaikan bahwa masa kecilnya penuh dengan stigma, termasuk pengalaman ditinggalkan saat gempa dan dikucilkan oleh guru serta keluarga. Namun, alih-alih menarik diri, ia justru mengembangkan empati sosial yang tinggi. Ia menyatakan:

“Saya mempunyai keinginan untuk membuat TPQ agar anak-anak mendapatkan pelajaran ilmu agama yang baik dan tidak ada kasus bully seperti yang pernah saya alami.”

Kutipan ini mencerminkan bentuk altruisme yang bersifat transformatif, yakni ketika individu mengolah pengalaman traumatis menjadi semangat untuk mencegah penderitaan serupa pada orang lain (Pramathevan & Garces-Bacsal, 2012).

Studi Wallace & County (2024) tentang trauma vicarious pada akademisi menunjukkan bahwa pengalaman penderitaan dapat menjadi pemantik empati tinggi terhadap individu lain yang mengalami kesulitan serupa. Ini diperkuat oleh temuan Lietz (2011), yang menjelaskan bagaimana tindakan empatik dalam relasi keluarga dan sosial dapat membentuk resiliensi komunal. Dalam konteks ini, altruisme bukanlah tindakan karitatif semata, melainkan bentuk keberdayaan psikososial yang memungkinkan penyintas disabilitas membalikkan posisi sebagai objek menjadi subjek penolong. Hal serupa juga ditemukan pada partisipan 3, seorang mahasiswa yang hidup dengan gangguan depresif mayor dan kecemasan. Ia menjelaskan bahwa setelah melalui isolasi sosial dan masa kelam saat menyelesaikan tugas akhir, kini ia merasa terpanggil untuk mendampingi individu lain dengan masalah kesehatan mental:

“Saya sangat-sangat terpanggil memberikan bantuan... karena saya tahu rasanya, empati saya jadi lebih.”

Di sini, altruisme muncul sebagai manifestasi kesadaran eksistensial yaitu kesadaran bahwa penderitaan memiliki nilai jika dapat diolah menjadi makna (Appau et al., 2019).

Bahkan dalam konteks keseharian, tindakan kecil seperti membantu teman mengerjakan skripsi, sebagaimana dilakukan oleh partisipan 2 meski dirinya sendiri belum menyelesaikan tugasnya, mencerminkan bentuk reciprocal altruism (Afolabi & Dennis, 2019). Reciprocal altruism juga berkaitan dengan pemaknaan hidup yang lebih

mendalam, sebagaimana diuraikan oleh Feng & Guo (2017) yang menemukan bahwa perilaku prososial secara signifikan meningkatkan persepsi akan makna hidup.

2. Konformitas sebagai Taktik Bertahan dan Integrasi Sosial

Sementara altruisme mewakili dimensi ekspansif dari diri, konformitas menggambarkan sisi adaptif yang lebih internal. Dalam masyarakat kampus yang mayoritas masih normatif secara fisik dan mental, mahasiswa dengan disabilitas sering kali memilih menyesuaikan diri demi menjaga harmoni sosial. Partisipan 2 mengungkapkan:

“Saya masih bisa menaiki tangga dengan hati-hati... kalau tidak bisa bawa barang ke lantai atas, saya minta tolong teman.”

Ini bukan sekadar bentuk kerendahan hati, tetapi strategi sosial yang memungkinkan dirinya tetap produktif dalam sistem yang belum inklusif. Konformitas juga terlihat dari cara partisipan 3 memaksakan diri kembali ke ruang sosial meskipun gejala panik dan kecemasan masih dominan. Ia mengatakan:

“Saya sudah mulai berinteraksi dengan banyak orang meskipun masih sering panik.”

Ini mencerminkan bentuk ketahanan psikologis yang disebut *psychological flexibility* oleh Gaffney (2020), yakni kapasitas untuk bertahan dalam tekanan sembari mempertahankan komitmen terhadap tujuan sosial.

Partisipan 1 juga menunjukkan bentuk konformitas pasif melalui sikap menerima kendala yang ia hadapi di kampus tanpa melakukan perlawanan langsung. Ia menyatakan kesulitan akses ke perpustakaan dan ruang kelas panas, namun tidak menuntut perubahan struktural. Ini menunjukkan bagaimana sistem sosial sering kali mendorong individu disabilitas untuk menyesuaikan diri meski secara diam-diam mengorbankan kenyamanan dan keadilan akses (Hsu et al., 2025).

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa mahasiswa penyandang disabilitas di lingkungan perguruan tinggi Islam menghadapi tantangan psikososial yang kompleks, mulai dari hambatan fisik, stigma sosial, hingga tekanan akademik dan emosional. Meskipun demikian, mereka menunjukkan pola penyesuaian diri yang khas, dimulai dari kekhawatiran dan isolasi menuju pengakuan diri, partisipasi sosial, serta pembentukan identitas positif yang disertai ketahanan spiritual. Ketahanan tersebut bukan hanya bentuk adaptasi psikologis, melainkan juga mencerminkan kekuatan nilai-nilai Islam seperti *abr* (kesabaran), *ikhlaq* (keikhlasan), dan *istiqmah* (keteguhan), yang diwujudkan dalam bentuk dakwah sunyi yaitu perjuangan diam

namun penuh makna. Temuan ini sejalan dengan penelitian terdahulu Himawanti, (2021), di mana keyakinan spiritual yang kuat membantu individu memaknai hidup secara positif dan menghadapi tekanan dengan lebih stabil. Berdasarkan temuan tersebut, disarankan agar kampus Islam membangun sistem asesmen dan pendataan awal yang lebih komprehensif bagi mahasiswa disabilitas, menyediakan kebijakan dukungan yang adaptif, serta mengintegrasikan pendekatan spiritual dalam layanan kesehatan mental. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengeksplorasi lebih dalam hubungan antara dimensi keimanan, resiliensi, dan *well-being* pada mahasiswa disabilitas di berbagai jenjang pendidikan, serta melibatkan partisipan dengan spektrum disabilitas non-fisik dan neurodivergen untuk memperkaya pemahaman terhadap dinamika psikososial mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, S. (2015). An islamic perspective for strengths-based social work with muslim clients. *Journal of Social Work Practice*, 29(2), 163–172. <https://doi.org/10.1080/02650533.2014.956304>
- Adioetomo, S.M., D. Mont, and Irwanto. (2014). *Persons with Disabilities in Indonesia: Empirical Facts and Implications for Social Protection Policies*, Jakarta, Indonesia, Demographic Institute, Faculty of Economics, University of Indonesia in collaboration with Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan (TNP2K), Jakarta, Indonesia.
- Afolabi, O. A. O., & Dennis, U. (2019). Reciprocal altruism: It's relationship to locus of control and dispositional optimism among Nigerian undergraduates. *Journal of Psychology in Africa*, 29(2), 155–158. <https://doi.org/10.1080/14330237.2019.1594652>
- Albery, I.P. & Munafò, M. 2008. *Key Concepts in Health Psychology*. London: Sage Publication.
- Al-Qaradhawi, Y. (1995). *Fiqh al-Dakwah: Kajian Prioritas Dakwah Islam*. Cairo: Maktabah Wahbah.
- Appau, S., Churchill, S. A., & Farrell, L. (2019). Social integration and subjective wellbeing. *Applied Economics*, 51(16), 1748–1761. <https://doi.org/10.1080/00036846.2018.1528340>
- Badan Pusat Statistik. (2020). *Profil Penyandang Disabilitas Indonesia 2020*. Jakarta: BPS. <https://www.bps.go.id/publication/download.html?nrbvfeve=profil-penyandang-disabilitas-indonesia-2020.html>
- Ball, K. B., & Traxler, R. E. (2023). “Things Can Be Tough”: A Qualitative Analysis of Disability Disclosure in Graduate School. *Journal of Diversity in Higher Education*, 17(6), 959–971. <https://doi.org/10.1037/dhe0000488>
- Burk, Richard D. 1967 "The nature of disability." *Journal of Rehabilitation* (November-December): 10-35
- Corrigan, P. W., & Watson, A. C. (2002). The paradox of self stigma and mental illness. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 9(1), 35–53. <https://doi.org/10.1093/clipsy.9.1.35>

- Deksissa Bejji, T., Kumar, R. S., & Muluneh, B. N. (2024). Social Competence and Mental Health Among Students with Disabilities in Ethiopian Universities: The Mediating Role of Social Support. *International Journal of Disability, Development and Education*, 72(5), 879–895. <https://doi.org/10.1080/1034912X.2024.2361267>
- Feng, L., & Guo, Q. (2017). Beneficial Effect of Altruism on Well-Being Among Chinese College Students: The Role of Self-Esteem and Family Socioeconomic Status. *Journal of Social Service Research*, 43(3), 416–431. <https://doi.org/10.1080/01488376.2016.1242449>
- Forrester-Jones, R., Dixon, J., & Jaynes, B. (2023). Exploring romantic need as part of mental health social care practice. *Disability and Society*. <https://doi.org/10.1080/09687599.2023.2222900>
- Gaffney, M. (2020). Peer reciprocity and friendship in the classroom: a disabled student's experience. *Ethnography and Education*, 15(4), 462–478. <https://doi.org/10.1080/17457823.2019.1698308>
- Goffman, E. (1963). *Stigma: Notes on the Management of Spoiled Identity*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Habarth, J. M., Wickham, R. E., Holmes, K. M., Sandoval, M., & Balsam, K. F. (2019). Heteronormativity and women's psychosocial functioning in heterosexual and same-sex couples. *Psychology and Sexuality*, 10(3), 185 – 199. <https://doi.org/10.1080/19419899.2019.1578994>
- Handayani, D. (2019). Inklusi pendidikan tinggi bagi penyandang disabilitas: antara kebijakan dan implementasi. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 4(2), 123–137. <https://doi.org/10.24832/jpnk.v4i2.1234>
- Himawanti, I. (2021). Analysis of the Effect of Faith on Subjective Well-being (Pilot Study on Muslim Adult in Indonesia). *IQTIDA : Journal of Da'wah and Communication*, 1(2), 189–204.
- Hsu, T., Nardini, C., Velez, G., & Raposa, E. (2025). Differential associations among psychological flexibility components, depressive symptoms, and sense of belonging in first semester college students. *Journal of American College Health*, 0(0), 1–10. <https://doi.org/10.1080/07448481.2024.2446442>
- Huang, S., He, J., & Xu, S. Q. (2024). Toward a Designated Pathway: Disabled Students' Ambivalent Educational Desire in China's National College Entrance Exam. *Journal of Diversity in Higher Education*. <https://doi.org/10.1037/dhe0000578>
- Hughes, R. B., Robinson-Whelen, S., Goe, R., Schwartz, M., Cesal, L., Garner, K. B., Arnold, K., Hunt, T., & McDonald, K. E. (2020). “I really want people to use our work to be safe”...Using participatory research to develop a safety intervention for adults with intellectual disability. *Journal of Intellectual Disabilities*, 24(3), 309–325. <https://doi.org/10.1177/1744629518793466>
- Isadore, K. M., O'Shea, A., & Galván, A. (2025). Life satisfaction among racially/ethnically minoritized college students with disabilities: Examining three dimensions of social support. *Journal of American College Health*, 0(0), 1–8. <https://doi.org/10.1080/07448481.2025.2520372>
- Kattari, S. K., & Erickson, D. (2025). “If You're Asking for My Diversity, You're Asking for All of Me”: Challenging Experiences of Neurodivergent Higher Education Faculty in the
-

- United States. *Journal of Diversity in Higher Education*.
<https://doi.org/10.1037/dhe0000639>
- Lietz, C. A. (2011). Empathic action and family resilience: A narrative examination of the benefits of helping others. *Journal of Social Service Research*, 37(3), 254–265.
<https://doi.org/10.1080/01488376.2011.564035>
- Manor-Binyamini, I. (2016). Positive aspects of coping among mothers of adolescent children with developmental disability in the Druze community in Israel. *Journal of Intellectual and Developmental Disability*, 41(2), 97–106.
<https://doi.org/10.3109/13668250.2015.1129665>
- O'Shea, A., Kilcullen, J. R., Hayes, J., & Scofield, B. (2021). Examining the Effectiveness of Campus Counseling for College Students With Disabilities. *Rehabilitation Psychology*, 66(3), 300–310. <https://doi.org/10.1037/rep0000349>
- Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 70 Tahun 2019 tentang Perencanaan, Penyelenggaraan, dan Evaluasi terhadap Penghormatan, Perlindungan, dan Pemenuhan Hak Penyandang Disabilitas.
- Powers, B. M., Patterson, F., Freedman, B., Giancola, S., Pacanowski, C., & Healy, S. (2024). A Multiperspectival Examination of Stress, Anxiety, and Related Coping Strategies Among College Students With Intellectual Disabilities. *Journal of Diversity in Higher Education*.
<https://doi.org/10.1037/dhe0000598>
- Pramathevan, G. S., & Garces-Bacsal, R. M. (2012). Factors Influencing Altruism in the Context of Overseas Learning Experiences Among Gifted Adolescent Girls in Singapore. *Roeper Review*, 34(3), 145–157. <https://doi.org/10.1080/02783193.2012.686421>
- Schulze, M., & Grover, A. (2012). Equality and non-discrimination: foundations of the right to health. *Health and Human Rights*, 14(2), 26–37.
<https://www.hhrjournal.org/2013/08/equality-and-non-discrimination-foundations-of-the-right-to-health/>
- Suhandiah, S., Suhariadi, F., Yulianti, P., & Abbas, A. (2023). Autonomy and feedback on innovative work behavior: The role of resilience as a mediating factor in Indonesian Islamic banks. *Cogent Business and Management*, 10(1).
<https://doi.org/10.1080/23311975.2023.2178364>
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2016 tentang Penyandang Disabilitas.
- Wallace, W. C., & County, K. (2024). Vicarious Trauma and Coping Mechanisms: The Lived Experiences of a Cohort of Qualitative Researchers in Academe. *Journal of Aggression, Maltreatment and Trauma*, 33(5), 570–588.
<https://doi.org/10.1080/10926771.2023.2228236>
- Woodbridge, E., Vanhouche, A., & Lechkar, I. (2025). Islamic practices as powerful tools for coping with prison life : experiences of men in a Belgian prison. *Justice, Opportunities, and Rehabilitation*, 64(1), 25–42. <https://doi.org/10.1080/10509674.2024.2433283>
- World Health Organization. (2001). *International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF)*. Geneva: WHO. <https://www.who.int/classifications/icf/en/>
- World Health Organization. (2018). *Mental health: strengthening our response*.
<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

World Health Organization. (2022). *Global report on health equity for persons with disabilities*.
<https://www.who.int/publications/i/item/9789240063600>