

## **KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS REMAJA TUNARUNGU (STUDI DESKRIPTIF SISWA TUNARUNGU DI SMK MUHAMMADIYAH 3 YOGYAKARTA)**

*PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF DEAF ADOLESCENCE (Descriptive study on deaf student in Muhammadiyah 3 Yogyakarta Vocational High School )*

Oleh: Ni Sekar Ayu Agvitra Mahardi, Bimbingan dan Konseling, Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, Universitas Negeri Yogyakarta, [sekarayuagvitram@gmail.com](mailto:sekarayuagvitram@gmail.com)

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kesejahteraan psikologis remaja tunarungu di SMK Muhammadiyah 3 Yogyakarta. Pendekatan penelitian ini deskriptif kualitatif. Pemilihan subjek menggunakan teknik *purposive sampling*. Data berasal dari lima orang subjek dan enam orang informan kunci, pengumpulan data dilakukan di SMK Muhammadiyah 3 Yogyakarta dan taman Pakualaman. Metode pengambilan data dengan teknik wawancara mendalam dan observasi. Instrumen yang digunakan yaitu pedoman wawancara dan pedoman observasi. Uji keabsahan data dengan triangulasi sumber dan metode. Analisis data dengan analisis interaktif. Hasil penelitian, kesejahteraan psikologis remaja tunarungu di SMK Muhammadiyah 3 Yogyakarta cenderung memiliki kesamaan kondisi pada dimensi penerimaan diri, kemandirian dan perkembangan diri, namun berbeda-beda kondisi pada dimensi hubungan positif dengan lingkungan, penguasaan lingkungan dan tujuan hidup. Kondisi tersebut dipengaruhi oleh kesehatan dan fungsi fisik yang terbatas akibat ketunarunguan, jenis kelamin, religiusitas, dan dukungan sosial. Karakteristik sebagai tunarungu juga mempengaruhi kondisi kesejahteraan psikologis.

Kata kunci: kesejahteraan psikologis, remaja tunarungu

### **Abstract**

*This study aimed to find out psychological well-being of deaf adolescence at Muhammadiyah 3 Yogyakarta Vocational High School. Approach of this study is descriptive qualitative. Subject choosing uses purposive sampling method. Data come from five subjects and six key informants, done at Muhammadiyah 3 Yogyakarta Vocational High School and Pakualaman park. Data collecting method using indepth interview and observation. Instrument used are interview's and observation's directive. Data validation test uses source and method triangulation. Data analysed with interactive model analysis. The result of this research is the psychological well-being of deaf adolescence on Muhammadiyah 3 Yogyakarta Vocational High School have same condition at self acceptance, independency, and self-development, but have different condition at positive relation with others, environmental mastery, and life goal. The condition was influenced by their characteristics as deaf adolescence, physical function, gender, religiosity, and social support.*

*Keywords: Psychological Well-being, deaf adolescence*

## **PENDAHULUAN**

Kebahagiaan dan kesejahteraan fisik maupun psikologis merupakan keinginan dan tujuan hidup setiap individu seperti yang dikatakan oleh Ryff di dalam jurnalnya yang berjudul "*Happiness is Everything, or is it?*" (1989:1070), bahwa kebahagiaan merupakan

capaian tertinggi dari segala aktivitas individu.

Dalam proses perkembangan individu, akan ditemui pengalaman-pengalaman baru yang diterima oleh individu, dan konsep yang terbentuk dari berbagai pengalaman dan fungsi individu sebagai manusia yang utuh disebut dengan kesejahteraan psikologis. Keadaan fisik

menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu. Seperti yang diungkapkan oleh Mirowsky dan Ross (2004:1) bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu meliputi emosi dan kesehatan serta fungsi fisik, pekerjaan, pernikahan, anak-anak, kondisi masa lalu seseorang terutama pola asuh keluarga, dan kepercayaan. Individu yang memiliki fungsi fisik lengkap dimungkinkan memiliki kesejahteraan psikologis dan kepuasan hidup yang tinggi, sementara individu yang memiliki fungsi fisik tidak lengkap cenderung memiliki kesejahteraan psikologis dan kepuasan hidup yang rendah (Brebahama 2015:2).

Salah satu fase dalam perkembangan hidup manusia adalah fase remaja. Menurut Santrock (2007:20). Masa remaja adalah periode transisi perkembangan antara kanak-kanak menuju masa dewasa yang mengakibatkan perubahan-perubahan biologis, kognitif, dan sosio emosional. Izzaty (2013:82), mengatakan bahwa remaja memiliki tugas-tugas perkembangan, dan ketika tugas-tugas perkembangan pada masa ini tercapai dengan baik, maka akan berdampak baik pula pada tahap-tahap perkembangan selanjutnya. Dalam proses pencapaian tugas perkembangan, remaja akan mengalami hambatan dan salah satu hambatan tersebut berasal dari kondisi fungsi fisik.

Fungsi fisik menjadi faktor yang mempengaruhi proses pencapaian tugas perkembangan dan kesejahteraan psikologis seorang remaja. Salah satu bentuk dari tidak sempurnanya fungsi fisik adalah tunarungu

sekaligus tunawicara (yang selanjutnya hanya akan disebut sebagai tunarungu). Menurut data dari Susenas (Bulletin Kemenkes RI, 2014:7) tahun 2012, tunarungu di Indonesia jumlahnya mencapai angka 7,78%. Tunarungu adalah individu yang mengalami kerusakan pada indera pendengaran sehingga menyebabkan individu tidak bisa menangkap berbagai rangsang suara dan rangsang lain melalui pendengaran (Suharmini, 2009:35). Ketunarunguan akan menimbulkan berbagai permasalahan seperti permasalahan komunikasi dan bahasa, kognitif, pendidikan, emosi, sosial, dan masalah dalam hal memperoleh pekerjaan (Wasita, 2013:13).

Kehidupan yang berkualitas, dibutuhkan untuk mencapai kesejahteraan dalam hidup dan kesuksesan dalam proses perkembangan setiap fase kehidupan (Rahma, 2015:1). Pada remaja tunarungu, diperlukan pula kehidupan yang berkualitas agar dapat mencapai kesejahteraan dalam hidup, sukses dalam memenuhi setiap tugas-tugas perkembangannya meskipun muncul permasalahan-permasalahan dalam proses perkembangannya. Salah satu permasalahan perkembangan remaja tunarungu ada pada bidang pekerjaan atau vokasional. Hasil penelitian dari Wagino (2002:57) menunjukkan bahwa hanya 7% anak tunarungu yang berhasil mengembangkan karirnya dengan baik. Peneliti melakukan wawancara pada tanggal 26 Juli 2017 kepada MS, salah satu remaja tunarungu di SMK Muhammadiyah 3 Yogyakarta yang mengaku memiliki perencanaan karier yang baik. MS mengungkapkan bahwa ia ingin memiliki usaha

sepeda kayu setelah lulus SMK. Pernyataan dari MS menunjukkan bahwa ada remaja tunarungu yang memiliki perencanaan karier dengan baik sehingga tujuan hidup menjadi jelas. Tujuan hidup yang jelas merupakan salah satu indikator dari adanya kesejahteraan psikologis pada individu.

Remaja tunarungu juga memiliki permasalahan perkembangan pada bidang emosi. Tekanan pada emosi remaja tunarungu dapat menghambat perkembangan dirinya. Perkembangan diri merupakan salah satu dimensi atau aspek kesejahteraan psikologis. Remaja tunarungu yang memiliki kesulitan berkomunikasi secara normal akan kesulitan memiliki hubungan positif dengan lingkungan sekitar, sementara belajar bergaul dengan teman sebaya atau orang lain baik secara individu maupun kelompok merupakan salah satu tugas perkembangan yang harus dipenuhi pula oleh remaja. Penelitian yang dilakukan oleh Jumiyanti, Yusmansyah, dan Widiastuti (2015:13) menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara interaksi teman sebaya dan motivasi belajar dengan prestasi belajar, sehingga hubungan dengan teman sebaya yang kurang baik akan berdampak pada prestasi belajar yang kurang baik pula. Terkait hal tersebut, peneliti melakukan wawancara kepada salah satu guru pendamping disabilitas berinisial RA di SMK Muhammadiyah 3 Yogyakarta pada tanggal 26 Juli 2017, RA mengungkapkan bahwa siswa tunarungu tidak memiliki masalah belajar di sekolah dan memiliki hubungan yang baik dengan teman-teman serta guru dan karyawan di sekolah.

Ungkapan dari salah satu guru tersebut menunjukkan bahwa remaja tunarungu tidak memiliki masalah pada prestasi belajar dan memiliki hubungan positif dengan lingkungan

. Hasil penelitian dari Pratama (2016:2) menyatakan bahwa di sekolah inklusi, terdapat kemungkinan dilakukannya *bullying* terhadap siswa berkebutuhan khusus. *Bullying* yang dilakukan terhadap siswa berkebutuhan khusus seperti siswa tunarungu akan berdampak pada hubungan positif remaja tunarungu dengan lingkungannya. Hubungan positif dengan lingkungan merupakan salah satu aspek atau dimensi dari kesejahteraan psikologis. Peneliti melakukan wawancara pada AG yang merupakan salah satu siswa tunarungu di SMK Muhammadiyah 3 Yogyakarta. AG mengatakan bahwa dirinya merasa tidak ada *bullying* yang berlebihan dari teman-temannya dan menganggap teman-temannya hanya bercanda. Selain AG, ada pula AN yang juga tidak merasa menerima *bullying*. Pernyataan dari AG dan AN, menyiratkan bahwa ada kemampuan yang baik dalam menghadapi tekanan-tekanan sosial dalam bentuk ejekan atau *bullying* yang mengarah kepadanya sebagai siswa tunarungu di SMK inklusi. Kemampuan untuk mengendalikan tekanan sosial dalam bentuk ejekan atau *bullying* juga merupakan salah satu aspek atau dimensi yang membentuk kesejahteraan psikologis individu.

Kesejahteraan psikologis yang tinggi dapat membantu remaja menumbuhkan emosi positif, merasakan kepuasan hidup dan kebahagiaan, mengurangi depresi, dan perilaku negatif dari remaja (Prabowo, 2016:247).

Remaja tunarungu yang memiliki kesejahteraan psikologis tinggi, artinya mampu menerima keadaan dirinya dengan baik, menumbuhkan emosi positif, mengurangi perilaku negatif khas remaja, dan memaksimalkan fungsinya sebagai individu. Pentingnya kesejahteraan psikologis bagi remaja tunarungu semestinya menjadi perhatian bagi Bimbingan dan Konseling terutama pada Bimbingan dan Konseling Anak Berkebutuhan Khusus. Purwanta (2012:8) mengatakan bahwa selain anak normal, BK juga diperlukan bagi Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) untuk mencapai perkembangan yang optimal sesuai dengan tingkat dan jenis ABK. Layanan bimbingan juga memiliki sebuah prinsip, yaitu *Guidance for All* yang berarti layanan bimbingan diberikan bagi semua individu tanpa terkecuali (Yusuf dan Nurihsan, 2012:17). Sehingga layanan Bimbingan dan Konseling yang tepat sangat diperlukan bagi remaja tunarungu agar dapat terhindar dari kecemasan- kecemasan dan keterpurukan yang diakibatkan oleh kekurangan dalam fungsi fisik. Selain itu, layanan Bimbingan dan Konseling yang tepat, diperlukan agar remaja tunarungu dapat memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi.

Wawancara singkat kepada remaja tunarungu dan salah satu guru yang dilakukan oleh peneliti di SMK Muhammadiyah 3 Yogyakarta telah menggambarkan kondisi beberapa aspek atau dimensi dari kesejahteraan psikologis remaja tunarungu. Hasilnya menunjukkan bahwa remaja tunarungu tidak memiliki permasalahan pada pembelajaran dan pada hubungan dengan lingkungan sekitar

disekolah. Selain itu, remaja tunarungu juga mampu menghadapi tekanan sosial dalam bentuk *bullying* dan mampu menerima keadaan dirinya secara positif sebagai tunarungu. Hasil wawancara singkat juga menunjukkan bahwa permasalahan perkembangan yang dialami remaja tunarungu di sekolah inklusi tersebut tidak memiliki dampak pada beberapa aspek dari kesejahteraan psikologis remaja tunarungu. Hal tersebut menjadi alasan bagi peneliti untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang kondisi kesejahteraan psikologis remaja tunarungu di SMK Muhammadiyah 3 Yogyakarta.

## **METODE PENELITIAN**

### **Jenis Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif jenis deskriptif.

### **Setting Penelitian**

#### **1. Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di ruang inklusi dan ruang guru SMK Muhammadiyah 3 Yogyakarta dan taman Pakualaman Yogyakarta.

#### **2. Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan dari bulan Oktober sampai dengan November 2017. Wawancara dan observasi pada kelima subjek serta wawancara pada dua orang informan kunci lebih sering dilakukan pada pagi hari hingga menjelang siang hari, dan wawancara kepada empat informan kunci yang lain dilakukan pada siang hari hingga sore hari.

## **Subjek Penelitian**

Subjek dalam penelitian ini terdiri dari lima orang yang merupakan remaja tunarungu di SMK Muhammadiyah 3 Yogyakarta. Didukung oleh enam orang informan kunci, yaitu orang-orang yang sering berinteraksi dengan subjek.

## **Metode Pengumpulan Data**

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah wawancara mendalam dan observasi.

## **Metode Analisis Data**

Metode analisis data dalam penelitian ini yaitu dengan analisis interaktif, yang tahapannya adalah dengan mengumpulkan data, mereduksi data, menyajikan data dan menarik kesimpulan.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Kesimpulan dari data-data yang telah diperoleh, yaitu kesejahteraan psikologis kelima subjek cenderung memiliki kesamaan pada dimensi penerimaan diri, kemandirian, dan perkembangan diri, namun memiliki kondisi yang berbeda-beda pada dimensi hubungan positif dengan lingkungan sekitar, penguasaan lingkungan, dan tujuan hidup. Karakteristik kelima subjek sebagai remaja tunarungu turut mempengaruhi kondisi kesejahteraan psikologisnya, yaitu keterbatasan penerimaan informasi, menarik diri dari lingkungan, sifat egosentrisme, hati-hati dalam bertindak, dan sering memunculkan emosi negatif. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi kondisi

kesejahteraan psikologis kelima subjek yaitu kesehatan dan fungsi fisik yang terbatas akibat ketunarunguan, jenis kelamin, religiusitas, dan dukungan sosial. Berikut merupakan penjabaran setiap dimensi yang menyusun kesejahteraan psikologis:

### **1. Dimensi Penerimaan Diri**

Pada kelima subjek, menerima keadaan diri sebagai tunarungu membutuhkan waktu yang tidak sebentar. Subjek HG dan NP mampu menerima diri sebagai tunarungu setelah usia 10 tahun, subjek MD dan MS mampu menerima diri sebagai tunarungu setelah usia 14 tahun, dan subjek SD mampu menerima diri sebagai tunarungu setelah usia 12 tahun. Semangat yang diberikan oleh orang tua, guru, saudara kandung dan teman-teman sesama tunarungu membuat kelima subjek akhirnya mampu menerima diri sebagai tunarungu. Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Kusuma (2013:10) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial yang diterima dengan penerimaan diri tunarungu. Ditambahkan oleh subjek MS, bahwa kemampuan menerima diri sebagai tunarungu juga karena kekuatan yang diberikan oleh Allah SWT. Proses yang tidak sebentar dalam penerimaan diri subjek, sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Evitasari dkk(2015:139), bahwa terdapat tiga fase penerimaan diri remaja tunarungu, yaitu fase awal, fase konflik dan fase menerima. Pada kelima subjek, fase awal adalah fase dimana subjek kehilangan pendengaran, yaitu pada saat kelima subjek berusia dibawah 1 tahun. Fase konflik pada kelima subjek, adalah saat kelima

subjek merasa banyak masalah yang datang karena hilangnya kemampuan mendengar subjek. Kemudian fase menerima, adalah fase dimana kelima subjek akhirnya dapat menerima keadaan dirinya sebagai tunarungu.

Kelima subjek juga telah mampu menerima kejadian di masa lalu yang menyebabkan kelima subjek kehilangan pendengaran. Bagi subjek HG, MD dan NP, hidup harus terus berjalan sehingga tidak perlu lagi memikirkan sesuatu yang telah berlalu. Selain itu, ketiga subjek merasa tidak ada manfaat yang dirasakan ketika memikirkan hal-hal yang membuat sedih. Subjek MS, mengatakan bahwa dirinya sudah tidak lagi memikirkan penyebab ketunarunguan, dikarenakan subjek MS telah memasrahkan segalanya pada Allah SWT. Sementara subjek SD, mengungkapkan bahwa dirinya tidak sedih ketika memikirkan hal yang membuat subjek kehilangan pendengaran karena subjek merasa banyak teman yang bernasib sama dengan dirinya.

Subjek HG, MS, dan SD sama-sama belum memahami kelebihan maupun kekurangan yang ada dalam diri. Hal ini disebabkan keterbatasan pendengaran subjek yang mengakibatkan terbatasnya informasi yang diterima untuk memahami kelebihan dan kekurangannya. Subjek MD dan NP, telah memahami kelebihan pada dirinya, meskipun belum memahami kekurangan pada dirinya. Subjek MD telah memahami bahwa kelebihannya ada pada bidang olah raga karena sejak kanak-kanak, subjek sering bermain bulu tangkis bersama orang tua dan subjek sering

mengikuti lomba bulu tangkis. Sementara subjek NP, memiliki kegemaran melukis dan sejak masuk SMK, subjek sering mengikuti lomba melukis kaligrafi, sejak saat itu subjek mengetahui bahwa dirinya memiliki kelebihan pada bidang melukis kaligrafi. Berdasarkan pemaparan di atas, maka penerimaan diri dari kelima subjek penelitian cenderung memiliki kondisi yang sama. Hal ini dibuktikan dengan kemampuan seluruh subjek dalam menerima keadaan diri sebagai tunarungu, dan kemampuan seluruh subjek dalam menerima kejadian di masa lalu yang menyebabkan subjek kehilangan pendengaran.

## **2. Hubungan Positif dengan Lingkungan Sekitar**

Kelima subjek tidak memiliki konflik dengan lingkungannya di sekolah. Subjek HG dan MD, terlihat lebih nyaman saat bersama dengan teman-teman sesama tunarungu karena memiliki cara yang sama dalam berkomunikasi dan tidak merasa kesulitan dalam berkomunikasi. Hal tersebut juga dipengaruhi oleh karakteristik remaja tunarungu yang menarik diri dari lingkungan. Sementara tiga subjek yang lain, yaitu MS, NP dan SD terlihat nyaman dengan seluruh teman-temannya tanpa terkecuali. Diungkapkan oleh subjek MS bahwa dirinya tidak perlu membatasi pergaulan karena subjek MS ingin memiliki banyak teman. Begitu pula dengan subjek NP yang mengatakan bahwa kebaikan dari semua teman-teman di sekolah membuatnya harus bersikap baik pula pada teman-temannya. Sementara subjek SD mengungkapkan bahwa dirinya merasa nyaman dengan seluruh teman-

temannya di sekolah karena dirinya memiliki kepercayaan diri. Halimah dan Elcamila (2010:186) mengungkapkan bahwa *self esteem* yang dimiliki tunarungu berpengaruh terhadap kepercayaan diri, dan kepercayaan diri yang baik akan membuat hubungan interpersonal yang baik dengan lingkungan sekitar. Sehingga, kepercayaan diri menjadi faktor utama yang mempengaruhi kualitas hubungan interpersonal SD.

Subjek MS adalah satu-satunya subjek yang memiliki rasa empati dengan lingkungan di sekitarnya. Hal ini dikarenakan subjek diberi pemahaman oleh keluarganya, bahwa setiap orang yang membutuhkan bantuan harus dibantu. sementara empat subjek yang lain, hanya akan membantu ketika dimintai bantuan terlebih dahulu, sehingga tidak muncul inisiatif dari dalam diri sendiri. Menurut subjek HG, orang lain dapat menolong dirinya sendiri sehingga subjek tidak perlu membantu. Subjek NP dan SD, merasa enggan untuk menolong orang lain karena enggan mencampuri urusan orang lain. Sementara menurut subjek MD, sifat cuek dalam dirinya membuat subjek MD enggan membantu orang lain dan hanya akan membantu ketika dimintai bantuan. Menurut Hoffman (Andromeda, 2014:5) empati dipengaruhi oleh komunikasi (bahasa) yang digunakan seseorang. Perbedaan bahasa dan ketidakpahaman tentang komunikasi, akan menjadi hambatan dalam proses empati. Tidak adanya empati pada keempat subjek penelitian juga dipengaruhi oleh sifat egosentrisme yang dimiliki anak tunarungu. Berdasarkan pemaparan di atas, maka kelima subjek

memiliki sisi positif dalam kriteria menjalin hubungan yang hangat, namun cenderung negatif dalam kriteria empati.

### **3. Kemandirian**

Kelima subjek mampu menghadapi ejekan yang dilontarkan oleh teman-temannya di sekolah. Hal ini dikarenakan kelima subjek merasa tidak perlu lagi memikirkan ejekan dari teman-temannya. Menurut subjek MD, kemampuan untuk menghadapi ejekan juga disebabkan adanya nasehat dari orang tua subjek untuk tidak memikirkan perkataan dari orang lain yang menyakitkan hati subjek. Berdasarkan hasil penelitian dari Simbolon (2012:7), orangtua yang mendidik anak-anaknya menjadi orang-orang yang berkepribadian kuat, maka anak-anak akan tahan terhadap segala terpaan energi negatif yang berlangsung di sekitarnya seperti *bullying* atau ejekan. Selain telah mampu menghadapi ejekan, seluruh subjek juga telah mampu mengambil keputusan atas beberapa pilihan dalam hidupnya.

Subjek MD, MS dan NP, mampu mengambil keputusan tanpa dipengaruhi adanya opini dari orang lain. Menurut subjek MD dan NP, dirinya tidak bisa bergantung dan percaya sepenuhnya pada orang lain sehingga kedua subjek memilih mengandalkan diri sendiri. Sementara menurut subjek MS, orang lain tidak selalu memahami masalahnya secara penuh sehingga subjek MS memilih untuk mengambil keputusan secara mandiri. Lain halnya dengan subjek HG dan SD yang dalam mengambil keputusan masih dipengaruhi oleh opini orang lain, hal ini dikarenakan kedua subjek masih

merasa takut dan tidak percaya dengan hasil pemikirannya sendiri. Hal ini juga dipengaruhi karakteristik remaja tunarungu yang sangat berhati-hati dalam bertindak.

Empat subjek yaitu subjek HG, MD, MS dan NP mampu melakukan evaluasi diri. Menurut subjek HG, MS dan NP, evaluasi diri penting dilakukan karena setiap manusia pasti memiliki hal buruk dalam dirinya yang harus diperbaiki. Semetara itu, subjek SD mengaku jarang melakukan evaluasi diri karena subjek tidak terpikir untuk melakukan dan tidak ada orang lain yang mengingatkan subjek. Menurut Afiatin dan Martaniah (1998:68), melakukan evaluasi diri akan membuat remaja mampu memahami diri sendiri dan memiliki kepercayaan diri. Sehingga apabila remaja tunarungu mampu melakukan evaluasi diri, remaja tunarungu akan memiliki kepercayaan diri dan pemahaman diri yang baik. Berdasarkan pemaparan di atas, maka kondisi kemandirian kelima subjek cenderung memiliki kesamaan. Hal ini dibuktikan dengan kemampuan seluruh subjek dalam menghadapi ejekan, kemampuan tiga orang subjek dalam mengambil keputusan tanpa mengandalkan opini orang lain, dan kemampuan melakukan evaluasi diri pada empat orang subjek.

#### **4. Penguasaan Lingkungan**

Seluruh subjek mampu beradaptasi di lingkungan baru. Subjek MD, MS, NP dan SD, mengungkapkan bahwa kepercayaan diri menjadi salah satu hal yang menyebabkan keempat subjek memiliki kemampuan beradaptasi di lingkungan baru. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Styowati

(2015:1) di SMP Negeri 1 Sumbergempol Kediri, bahwa ada hubungan antara kepercayaan diri dengan kemampuan beradaptasi sosial. Selain kepercayaan diri, subjek HG juga dinasehati oleh orang tua subjek agar tidak minder ketika berada di lingkungan baru, hal ini yang menyebabkan subjek HG mampu beradaptasi di lingkungan baru.

Subjek MD adalah satu-satunya subjek yang aktif mencari informasi kegiatan-kegiatan yang dapat membuat dirinya berkembang seperti perlombaan. Hal ini disebabkan karena subjek memiliki motivasi untuk berprestasi meskipun memiliki keterbatasan dalam pendengaran. Selain itu, subjek juga mendapatkan dukungan dari keluarga untuk terus berprestasi, sesuai dengan yang diungkapkan oleh Nurica (2009:17) bahwa terdapat dua faktor utama yang menyebabkan remaja tunarungu memiliki motivasi untuk berprestasi, yaitu kebutuhan untuk berprestasi dan dukungan orang tua. Empat subjek yang lain, tidak aktif mencari informasi kegiatan-kegiatan yang dapat membuat prestasi karena menurut HG dan SD, mencari informasi kegiatan-kegiatan merupakan tugas guru di sekolah. Sementara subjek MS dan NP, merasa kegiatan di sekolah sudah cukup padat sehingga kedua subjek enggan untuk mencari kegiatan-kegiatan di luar sekolah yang dapat membuat prestasi. Berdasarkan pemaparan di atas, maka kondisi dimensi penguasaan lingkungan pada kelima subjek berbeda-beda. Seluruh subjek memiliki kemampuan dalam beradaptasi, namun cenderung memiliki sisi negative pada

sub dimensi keaktifan mencari informasi kegiatan yang membuat prestasi.

### **5. Tujuan Hidup**

Subjek MS, NP dan SD telah memiliki tujuan hidup atau cita-cita yang jelas setelah lulus SMK. Cita-cita dari ketiga subjek berawal dari kegiatan yang disenangi oleh masing-masing subjek. Ketiga subjek juga telah memiliki rencana jangka pendek agar keinginannya dapat terlaksana. Subjek MS dan SD mengatakan bahwa orang tua mendukung apa yang diinginkan oleh kedua subjek sehingga kedua subjek semakin yakin dengan cita-citanya. Sementara subjek MD dan HG masih memiliki keraguan dengan tujuan hidup atau cita-cita selepas SMK. Kedua subjek sedang mencari informasi lebih lengkap tentang perguruan tinggi yang cocok dengan dirinya. Subjek HG mengatakan bahwa orang tua belum memberikan arahan sehingga subjek belum memiliki tujuan hidup yang jelas selepas SMK. Marliyah dkk (2004:60) mengungkapkan bahwa terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pengambilan keputusan dalam karier seperti intelegensi, bakat dan minat, kepribadian, pengetahuan, keadaan fisik, serta nilai-nilai kehidupan, selain itu status sosial ekonomi keluarga, pendidikan sekolah, teman sebaya, dan latar belakang budaya juga mempengaruhi proses pengambilan keputusan karier

Seluruh subjek percaya bahwa pada setiap kejadian dalam hidup, terdapat hikmah atau sisi baik yang dapat dijadikan pelajaran. Seluruh subjek juga mampu mengambil sisi baik dari setiap kejadian dalam hidupnya. Subjek MS,

mengungkapkan bahwa dirinya selalu mengambil sisi baik dari setiap kejadian karena menurutnya, Allah SWT selalu memberikan hal baik dan hal kurang baik dalam waktu bersamaan, sehingga perlu mengambil hal yang baik-baik saja. Subjek HG dan NP jarang mengambil sisi baik dari setiap kejadian karena menurut kedua subjek, segalanya yang terjadi merupakan takdir dari Allah SWT. Lain halnya dengan subjek MD dan SD yang mengungkapkan bahwa kedua subjek sering terlarut dalam emosi yang dirasakan sehingga tidak dapat memikirkan sisi baik dari kejadian yang menimpa. Hal ini juga dipengaruhi oleh karakteristik remaja tunarungu yang sering memunculkan emosi negatif sehingga tidak dapat memikirkan sisi baik dari sebuah kejadian. Berdasarkan pemaparan di atas, kondisi tujuan hidup dari kelima subjek berbeda-beda. Kemampuan kelima subjek dalam mengambil sisi baik dari setiap kejadian cenderung positif, namun cenderung negatif pada tujuan hidup.

### **6. Perkembangan diri**

Subjek MD dan NP memahami potensi yang ada pada dirinya dan tahu bagaimana cara memaksimalkan potensinya. Sementara subjek HG dan MS, belum memahami potensi pada dirinya karena tidak ada yang mengarahkan dan memberitahu kedua subjek. Subjek SD, belum memahami potensinya karena masih memiliki keraguan pada dirinya. Terbatasnya pengetahuan ketiga subjek tentang potensi yang dimiliki, dipengaruhi oleh terbatasnya pendengaran yang mengakibatkan penerimaan informasi yang tidak maksimal. Hal tersebut

sesuai dengan pernyataan dari Junida (2004:21) bahwa pengetahuan atau wawasan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pemahaman diri.

Kelima subjek mengakui bahwa kelima subjek pernah melakukan kesalahan. Subjek HG dan MD, mengaku mampu belajar dari kesalahan dan jarang mengulang kesalahan karena mendapatkan dorongan dari guru, orang tua, dan teman-teman agar tidak lagi melakukan kesalahan yang telah diperbuat. Subjek MS dan NP, mengaku mampu belajar dari kesalahan dan jarang mengulang kesalahan karena takut orang tua atau guru di sekolah kecewa dan marah. sementara subjek SD, masih beberapa kali mengulang kesalahan karena lupa dan sering menyepelekan hal-hal kecil. Berdasarkan pemaparan di atas, kondisi dimensi perkembangan diri pada kelima subjek penelitian cenderung sama. Meskipun masih ada tiga subjek yang belum memahami potensi dalam diri, seluruh subjek mampu berusaha menjadi pribadi yang lebih baik dengan tidak mengulang kesalahan yang pernah dilakukan.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Kesejahteraan psikologis remaja tunarungu di SMK Muhammadiyah 3 Yogyakarta cenderung memiliki kondisi yang sama pada dimensi penerimaan diri, kemandirian dan perkembangan diri, namun memiliki kondisi yang berbeda-beda pada dimensi hubungan positif dengan lingkungan, penguasaan lingkungan dan tujuan hidup. Karakteristik remaja tunarungu turut

mempengaruhi kondisi kesejahteraan psikologisnya, yaitu keterbatasan penerimaan informasi, menarik diri dari lingkungan, sifat egosentrisme, hati-hati dalam bertindak, dan sering memunculkan emosi negatif. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi kondisi kesejahteraan psikologis pada remaja tunarungu yaitu kesehatan dan fungsi fisik yang terbatas akibat ketunarunguan, jenis kelamin, religiusitas, dan dukungan sosial.

Berikut merupakan penjabaran setiap dimensi kesejahteraan psikologis pada remaja tunarungu:

### **1. Dimensi Penerimaan Diri**

Remaja tunarungu di SMK Muhammadiyah 3 Yogyakarta mampu menerima keadaan dirinya sebagai tunarungu secara positif dan sudah mampu menerima kejadian di masa lalu yang menyebabkan remaja tunarungu kehilangan pendengarannya. Proses penerimaan diri dari remaja tunarungu membutuhkan waktu yang cukup lama. Kemampuan tersebut disebabkan adanya dukungan positif dari orang-orang terdekat seperti orang tua, guru sekolah, dan teman-teman sesama tunarungu. Pada sub aspek pemahaman tentang kelebihan dan kekurangan diri, terdapat tiga remaja tunarungu yang belum memahami kelebihan dan kekurangan pada dirinya. Hal ini disebabkan keterbatasan dalam pendengaran yang membuat remaja tunarungu tidak mendapatkan informasi lengkap terkait pengembangan bakat dan minat. Dua remaja tunarungu telah memahami kelebihan diri karena memiliki hobi yang didukung oleh orang

tua dan guru untuk dikembangkan melalui perlombaan.

## **2. Dimensi Hubungan Positif dengan Lingkungan Sekitar**

Remaja tunarungu di SMK Muhammadiyah 3 Yogyakarta berinteraksi baik dengan teman-teman dan guru di sekolah karena memiliki kepercayaan diri. Kepercayaan diri tersebut menjadi modal dalam menjalin hubungan interpersonal yang baik dan hangat. Meskipun demikian, ada dua remaja tunarungu yang merasa lebih nyaman untuk berinteraksi dengan sesama tunarungu karena kesulitan untuk berkomunikasi dengan teman-teman dengar. Hal ini juga disebabkan karakteristik remaja tunarungu yang cenderung menarik diri dari lingkungannya. Dalam sub aspek empati, hanya ada satu remaja tunarungu yang memiliki empati terhadap lingkungan di sekitarnya. Tidak adanya empati pada empat remaja tunarungu yang lain disebabkan karena sifat egosentrisme yang menjadi karakteristik remaja tunarungu, sehingga remaja tunarungu memiliki pemikiran bahwa orang lain yang mampu mendengar mampu membantu dirinya sendiri.

## **3. Dimensi Kemandirian**

Empat remaja tunarungu mampu melakukan evaluasi diri karena memiliki motivasi untuk menjadi pribadi yang lebih baik. Sementara satu orang remaja tunarungu tidak melakukan evaluasi diri karena tidak ada orang lain yang mengingatkan untuk memperbaiki diri. Kemandirian juga dilihat dari kemampuan remaja tunarungu dalam mengendalikan tekanan dalam bentuk *bullying* atau ejekan. Remaja tunarungu mampu mengendalikan

ejekan karena adanya dukungan positif dari orang tua dan teman-teman terdekat dari subjek.

Pada sub aspek selanjutnya, tiga remaja tunarungu mampu membuat keputusan secara mandiri dan tidak melibatkan opini orang lain dalam prosesnya. Hal ini dikarenakan ada perasaan tidak percaya terhadap orang lain dan perasaan memiliki tanggung jawab terhadap hidupnya sendiri. Sementara dua remaja tunarungu yang lain, kurang mampu membuat keputusan secara mandiri dan masih melibatkan opini dari orang lain. Hal ini disebabkan kurangnya rasa percaya terhadap diri sendiri untuk mengambil keputusan secara mandiri dan disebabkan adanya karakteristik remaja tunarungu yang sangat berhati-hati dalam bertindak.

## **4. Dimensi Penguasaan Lingkungan**

Remaja tunarungu di SMK Muhammadiyah 3 Yogyakarta mampu melakukan adaptasi. Hal ini disebabkan adanya kepercayaan diri dari remaja tunarungu dan dukungan dari keluarga agar tidak minder saat berada di lingkungan baru. Pada sub aspek selanjutnya, hanya satu remaja tunarungu yang aktif mencari informasi kegiatan-kegiatan atau perlombaan yang dapat membuat remaja tunarungu berprestasi. Hal ini disebabkan adanya motivasi untuk berprestasi walaupun memiliki keterbatasan dalam pendengaran. Sementara itu, empat remaja tunarungu tidak aktif mencari informasi kegiatan-kegiatan karena merasa guru yang bertanggung jawab untuk mencarikan informasi.

## **5. Dimensi Tujuan Hidup**

Tiga orang remaja tunarungu di SMK Muhammadiyah 3 Yogyakarta memiliki tujuan hidup berupa cita-cita dan memiliki rencana jangka pendek untuk mencapai tujuan hidupnya, yaitu dengan *browsing* di internet atau mencari informasi secara mandiri. Sementara dua remaja tunarungu yang lain, masih belum yakin dengan tujuan hidupnya karena kurangnya wawasan karier dan adanya intervensi orang tua yang menimbulkan kebimbangan. Pada sub aspek selanjutnya, remaja tunarungu percaya bahwa setiap kejadian dalam hidupnya memiliki sisi baik yang dapat dijadikan pembelajaran. Karakteristik remaja tunarungu yang sering memunculkan emosi negatif, membuat empat orang remaja tunarungu kesulitan untuk selalu melihat sisi baik dari setiap kejadian karena larut dalam emosi negatif yang dirasakan.

#### **6. Dimensi Perkembangan Diri**

Remaja tunarungu di SMK Muhammadiyah 3 Yogyakarta pernah melakukan kesalahan dan empat orang remaja tunarungu mengaku jarang mengulang kesalahan yang pernah dilakukan. Hal ini dikarenakan ada rasa takut membuat orang lain marah dan adanya keinginan menjadi pribadi yang lebih baik. Sementara itu, satu orang remaja tunarungu mengaku masih sering mengulang kesalahan karena menganggap sepele kesalahan yang pernah dilakukan. Pada sub aspek pemahaman potensi dan memaksimalkan potensi, dua remaja tunarungu telah menyadari potensi yang ada pada dirinya dan mampu memaksimalkan potensi melalui latihan- latihan rutin. Kesadaran potensi pada

dua remaja tunarungu diawali dari hobi yang didukung oleh guru dan orang tua melalui perlombaan. Sementara itu, tiga remaja tunarungu yang lain belum memahami potensi pada dirinya dikarenakan keterbatasan informasi tentang bakat dan minat remaja tunarungu.

#### **Saran**

##### **1. Bagi subjek penelitian**

Subjek penelitian disarankan untuk membaca buku yang berisi pemahaman konsep diri agar subjek lebih mengenali kelebihan atau potensi dan kekurangan pada dirinya. Selain itu, subjek perlu merancang tujuan hidup yang lebih jelas dengan cara meminta konseling karier kepada guru BK, berdiskusi dengan orang tua, dan mencari informasi-informasi karier atau perguruan tinggi secara mandiri di internet.

##### **2. Bagi sekolah**

SMK Muhammadiyah 3 Yogyakarta disarankan untuk memberikan fasilitas berupa jam khusus bagi guru Bimbingan dan Konseling agar dapat memberikan layanan klasikal bagi siswa-siswi di sekolah terutama siswa-siswi tunarungu.

##### **3. Bagi guru Bimbingan dan Konseling (BK)**

Guru BK disarankan untuk memberikan layanan yang dapat mendukung peningkatan kesejahteraan psikologis siswa tunarungu seperti pada bidang pribadi yaitu peningkatan konsep diri melalui teknik *bibliotherapy* atau layanan klasikal dengan topik pemahaman diri. Pada bidang sosial, guru BK dapat memberikan layanan terkait dengan informasi dan

pemahaman pentingnya memiliki empati terhadap lingkungan melalui diskusi dalam konseling kelompok. Serta pada bidang karier, guru BK disarankan untuk memberikan wawasan karier bagi anak tunarungu melalui pemberian informasi perguruan tinggi atau peluang pekerjaan dan mengadakan tes bakat minat.

### **Daftar Pustaka**

- Afiatin, Tina&Martaniah, Sri Mulyani. (1998). Meningkatkan kepercayaan diri remaja melalui konseling kelompok. *Jurnal Psikologi No 6*. Universitas Gadjah Mada
- Andromeda, Satria. (2014). Hubungan antara empati dengan perilaku altruisme pada karang taruna desa pakang. *Jurnal Psikologi*. Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Brebahama, Alabanyo. (2015). Meningkatkan kesejahteraan psikologis penyandang tunanetra. *Jurnal Psikologi Vol 1*. Universitas Yarsi
- Evitasari, Ida Ayu Gede Sri; Widiastuti, Putu Nugraheni; dan Herdiyanto, Yohanes K. (2015). Proses penerimaan diri remaja tunarungu berprestasi. *Jurnal Psikologi Udayana Vol 2*. Universitas Udayana
- Halimah, Lilim&Elcamila, Faya Noorhalida. (2010). *Self esteem* dan relasi interpersonal tunarungu di lembaga *deaf n' dumb*. *Jurnal Psikologi Vol 7 No 2*. Universitas Islam Bandung
- Izzaty, Rita Eka. (2013). *Perkembangan peserta didik*. Yogyakarta:UNY Press
- Jumiyanti; Yusmansyah; Widiastuti, Ratna. (2015). Hubungan interaksi teman sebaya dan motivasi belajar dengan prestasi belajar siswa smp. *Jurnal FKIP Vol 4*. Universitas Lampung
- Junida, Viani. (2004). Tingkat pemahaman diri pada siswa kelas 1 dan kelas 2 smu marsudi luhur yogyakarta tahun ajaran 2003/2004. *Skripsi*. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sanata Dharma
- Kementerian Kesehatan RI. (2014). *Situasi penyandang disabilitas*, Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
- Kusuma, Auditya Warta. (2013). Hubungan antara dukungan sosial dan penerimaan diri dengan resiliensi pada remaja penyandang tuna rungu di slb-b kabupaten wonosobo. *Skripsi*. Fakultas Kedokteran, Universitas Sebelas Maret
- Marliyah, dkk. (2004). Persepsi terhadap dukungan orang tua dan pembuatan keputusan karier remaja. *Jurnal Psikologi Vol 1*. Univeritas Tarumanagara Jakarta

Yogyakarta

- Mirowsky, John&Ross, Chaterine E. (2004). Education, social status and health. *Canadian Journal of Sociology Online*. University of British Columbia
- Nurica, Ni Gusti Made. (2009). Prestasi belajar siswa tunarungu ditinjau dari dukungan orang tua dan kebutuhan berprestasi. *Skripsi*. Fakultas Psikologi, Universitas Katholik Widya Mandala Surabaya
- Prabowo, Adhyatman. (2016). Kesejahteraan psikologis remaja di sekolah. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan Vol 4*. Universitas Muhammadiyah Malang
- Pratama, Rifqi Ramadhan. (2016). Resistensi siswa difabel terhadap bullying. *Skripsi*. Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Airlangga
- Purwanta, Edi. (2012). *Buku ajar bimbingan dan konseling anak berkebutuhan khusus*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta
- Rahma, Riska Nurwijayanti. (2015). Kesejahteraan psikologis penyandang tunanetra (Studi pada mahasiswa tunanetra fakultas ilmu pendidikan universitas negeri yogyakarta). *Skripsi*. Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta
- Ryff, Carol D. (1989). Happiness is everything, or is it? exploration on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology Vol 57*. American Psychology Association, Inc.
- Santrock, John W. (2007). Remaja jilid 1 (trans. Benedictine Widyasinta). Jakarta: Erlangga
- Simbolon, Mangadar. (2012). Perilaku bullying pada mahasiswa berasrama. *Jurnal Psikologi Vol 39 No 2*. Universitas Indonesia Advent Bandung.
- Suharmini, Tin. (2009). *Psikologi anak berkebutuhan khusus*. Yogyakarta: Kanwa Publisher
- Styowati, Nanik. (2015). Hubungan kepercayaan diri dengan kemampuan adaptasi sosial siswa kelas viii smp n 2 sumbergempol tahun ajaran 2014/2015. *Jurnal*. Universitas Nusantara PGRI Kediri
- Wagino. 2002. Kecenderungan perkembangan karier siswa tunarungu. Bandung: PSS UPI
- Wasita, Ahmad. (2013). *Seluk beluk tunarungu dan tunawicara serta strategi pembelajarannya*. Yogyakarta:

Javalitera

Yusuf, Syamsu dan Juntika Nurihsan. (2012).

*Landasan bimbingan dan konseling.*

Bandung: PT Remaja Rosdakarya

Offset