

**KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PENYANDANG TUNANETRA
(Studi pada Mahasiswa Tunanetra Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas
Negeri Yogyakarta)**

ARTIKEL E-JOURNAL

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Yogyakarta untuk
Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:
Riska Nurwijayanti Rahma
NIM 11104241050

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
JURUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
JUNI 2015**

PERSETUJUAN

Artikel *e-journal* yang berjudul “KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PENYANDANG TUNANETRA (STUDI pada MAHASISWA TUNANETRA FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA)” yang disusun oleh Riska Nurwijayanti Rahma, NIM 11104241050 ini telah disetujui oleh dosen pembimbing untuk dipublikasikan.



Yogyakarta, 11 Juni 2015
Dosen Pembimbing,

Eva Imania Eliasa, M.Pd
NIP. 19750717 200604 2 001

KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PENYANDANG TUNANETRA (STUDI PADA MAHASISWA TUNANETRA FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA)

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF BLIND PEOPLE

(Study on Blind Student Faculty of Education, Yogyakarta State University)

Oleh: Riska Nurwijayanti Rahma, Bimbingan dan Konseling, Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, Universitas Negeri Yogyakarta, riska.rahma123@yahoo.co.id

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis dan mendeskripsikan kesejahteraan psikologis penyandang tunanetra dewasa awal yang tengah menempuh pendidikan tinggi di FIP UNY. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan desain fenomenologis. Setting penelitian dilaksanakan di FIP UNY. Subjek penelitian terdiri dari 3 orang dengan kriteria mengalami tunanetra buta total tidak sejak lahir, berusia 20-25 tahun dan merupakan mahasiswa FIP UNY serta 3 orang *key informant* yang merupakan sahabat dan kekasih subjek. Metode pengumpulan data menggunakan wawancara mendalam dan observasi. Uji keabsahan data pada penelitian ini menggunakan teknik triangulasi metode dan sumber. Teknik analisis data dalam penelitian ini mengacu pada model interaktif Miles & Huberman yang terdiri dari empat tahap yaitu pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis pada ketiga subjek dilihat dari masing-masing dimensi yaitu: 1) penerimaan diri, ketiga subjek telah menerima kondisi ketunanetraannya 2) tujuan hidup, pemaknaan positif dari ketunanetraan yang dialami ketiga subjek menumbuhkan motivasi untuk mencapai tujuan atau cita-cita 3) pertumbuhan diri pada ketiga subjek terbentuk melalui pengembangan potensi-potensi yang dimiliki dan terbuka terhadap hal-hal baru 4) otonomi, kemandirian pada ketiga subjek terlihat dari aktivitas sehari-hari yang dilakukan secara mandiri dan pengambilan keputusan yang tidak banyak bergantung dengan orang lain 5) penguasaan lingkungan, kesulitan dalam hal mobilitas dialami oleh ketiga subjek namun tetap dilakukan upaya agar dapat menguasai lingkungan yaitu dengan cara memanfaatkan sumber-sumber peluang di lingkungan dan 6) hubungan positif dengan orang lain pada ketiga subjek terlihat dari kedekatannya dengan keluarga, teman sesama tunanetra dan teman awas.

Kata kunci: kesejahteraan psikologis, mahasiswa tunanetra

Abstract

This research aims to analyze and description of psychological well-being of early adult study in college FIP UNY. This study used a qualitative approach with phenomenological type. The research setting was carried out in FIP UNY. Research informant consisted of three people of FIP UNY student who are not totally blind since birth, age of 20-25 years old, and three of key informant. Data collection method used in depth interview and observations. Data validity used triangulation technique and source. Data analysis technique in this study refers to an interactive model by Milles & Huberman which consist of four stage is data collection, reduction, data display and conclusion. The result showed psychological well-being on three of subjects in each dimensions are: 1)self acceptance, three subjects had accepted condition of blindness 2) purpose in life, positive meaning of the three subject experienced blindness motivation to achieve the goals 3) personal growth, personal growth on three subjects formed from the development of potential and opened with new experience 4) autonomy, the autonomy of three subject seen from daily activity and decision making independently and not rely on others 5) environmental mastery, three subject experienced difficulties in mobility but still made an effort in order to master the environment by harnessing the opportunities that exist in the enviroment and 6) positive relations with other on three subject seen from intimacy with family, blinds friends and friends with normal vision.

Keywords: psychological well-being, blind students

PENDAHULUAN

Kehidupan yang berkualitas adalah kehidupan yang diinginkan oleh setiap manusia karena kehidupan tersebut mewakili kehidupan

yang bahagia, sejahtera baik fisik maupun psikis.

Kehidupan yang berkualitas dibutuhkan oleh setiap individu untuk mencapai kesejahteraan dalam kehidupan sehari-hari serta kesuksesan

2 *Jurnal Bimbingan dan Konseling Edisi 7 Tahun ke-4 2015*
menjalani proses perkembangan setiap fase kehidupan.

Keberhasilan dalam menguasai tugas-tugas perkembangan masa dewasa awal akan menentukan kebahagiaan mereka saat itu maupun selama tahun-tahun selanjutnya dalam kehidupan. Meskipun demikian, untuk mencapai keberhasilan tersebut tidak mudah dan selalu akan ada rintangan yang menghambat perkembangan seseorang. Salah satu rintangan yang menghambat penguasaan tugas-tugas perkembangan individu dewasa awal adalah hambatan fisik. Hambatan fisik menghalangi seseorang mengerjakan apa yang dilakukan oleh orang lain pada usia yang sama sehingga dapat menggagalkan penguasaan tugas-tugas perkembangan untuk sebagian atau secara total (Hurlock, 1980: 269).

Salah satu hambatan fisik yang dialami oleh seseorang dapat berupa kecacatan. Menurut Undang-Undang Nomor 4 Tahun 1997 tentang penyandang cacat yang diklasifikasikan dalam tiga jenis kecacatan yaitu cacat fisik, cacat mental, serta cacat fisik dan mental yang dikenal dengan cacat ganda. Badan kesehatan dunia *World Health Organization* (WHO) merilis data bahwa setidaknya ada 40 juta penderita kebutaan (cacat netra) atau gangguan penglihatan. Pertahunnya tidak kurang dari 7 juta orang mengalami kebutaan atau permenitnya terdapat satu penduduk bumi menjadi buta. Dan jika kondisi ini dibiarkan maka WHO memperhitungkan pada tahun 2020 mendatang, kelak jumlah penduduk dunia yang buta akan mencapai 2 kali lipat, kira-kira 80-90 juta orang (<http://kemosos.go.id>, 2010).

Pada tahun 2014, WHO mencatat terdapat 285 juta orang mengalami tunanetra di seluruh dunia. 39 juta mengalami kebutaan dan 246 juta mengalami lemah penglihatan (*low vision*). Sebanyak 90% kebutaan terjadi di negara berkembang (<http://www.who.int/mediacentre/>).

Menurut Gsianturi (Didi, 2011), berdasarkan hasil survei nasional tahun 1993-1996 angka kebutaan di Indonesia mencapai 1,5%. Angka ini menempatkan Indonesia pada peringkat pertama di Asia dan nomor dua di dunia setelah negara-negara di Afrika Tengah sekitar Gurun Sahara untuk masalah kebutaan. Sebagai perbandingan, di Bangladesh angka kebutaan mencapai 1%, di India 0,7%, di Thailand 0,3%, Jepang dan Amerika Serikat berkisar 0,1% sampai 0,3%. Jika ada 12 penduduk dunia yang buta dalam setiap 1 jam, empat di antaranya berasal dari Asia Tenggara dan dipastikan 1 orang dari Indonesia.

Tunanetra adalah suatu kondisi dria penglihat yang tidak berfungsi sebagaimana mestinya. Kondisitersebut disebabkan oleh kerusakan pada mata, syaraf optik dan atau bagian otak yang mengolah stimulus visual (Frans dalam Sari Rudyati, 2002: 23).

Kehilangan penglihatan sering mengakibatkan kendala dan masalah dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Sunardi (Munawir Yusuf, 1996: 36), secara garis besar masalah yang muncul pada penyandang tunanetra dapat dibagi menjadi tiga, yaitu masalah yang disebabkan oleh kecacatannya, masalah yang disebabkan oleh sikap dan penerimaan masyarakat serta masalah yang disebabkan oleh belum adanya fasilitas di masyarakat yang memungkinkan mereka untuk hidup mandiri.

Fenomena minimnya pendidikan (sekolah inklusi) bagi penyandang tunanetra membatasi peluang penyandang tunanetra untuk melanjutkan studi ke jenjang yang lebih tinggi. Hal tersebut, pernah dialami oleh subjek penelitian AR (22 tahun), seorang mahasiswa FIP UNY yang harus kehilangan penglihatan mata kanannya karena tertancap besi pedal sepeda saat sedang bermain. AR mengaku sempat mendapat penolakan dari pihak sekolah di tempat tinggalnya dulu karena kondisi ketunanetraan yang AR alami. Pada saat itu, sekolah inklusi di daerah tempat tinggal AR masih sedikit bahkan belum ada sehingga AR harus keluar daerah untuk bersekolah. (Wawancara, AR, 10 November 2014)

Fenomena lain yang terkait dengan masalah pendidikan juga terjadi dalam lembaga pendidikan tinggi yang memiliki lingkungan pembelajaran inklusi dan menerima penyandang tunanetra sebagai peserta didiknya. Hal ini ditunjukkan pada riset yang dilakukan oleh Pusat Studi dan Layanan Difabel (PSLD) UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang melibatkan 75 mahasiswa difabel pada sebelas universitas di Yogyakarta menunjukkan adanya hambatan yang dijumpai mahasiswa difabel yang terjadi disebabkan rendahnya kesadaran pimpinan, dosen, staff dan masyarakat kampus tentang kebutuhan mahasiswa difabel (Ro'fah, Andayani, & Muhrisun, 2010: 4).

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Steff, Mudzakir dan Andayani (Pihasnawati, 2014: 7) yang bertajuk *Equity and Access To Tertiary Education for Student with Disabilities in Indonesia* ditemukan fakta bahwa masih sulit bagi seorang penyandang tunanetra mendaftar dan diterima di universitas, tidak adanya layanan

Kesejahteraan Psikologis Penyandang.... (Riska) 3 yang mendukung bagi mahasiswa penyandang tunanetra, minimnya bahan akademik yang sudah diadaptasi, tidak memadainya program pelatihan pribadi, kesenjangan pendanaan dan akses struktur, dan minimnya kebijakan inklusif untuk memandu universitas. Hal ini berarti mahasiswa penyandang tunanetra harus berjuang untuk lulus tanpa bantuan khusus, mereka diterima jika dapat menyesuaikan diri dan tidak mengganggu fungsi universitas.

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat dimaknai bahwa pada dasarnya seseorang yang mengalami ketunanetraan tidak hanya mengalami gangguan penglihatan, tetapi juga mengalami berbagai kendala. Fenomena-fenomena yang terjadi merupakan bukti sulitnya penyandang tunanetra untuk menjangkau kehidupan sosial dan pendidikan yang layak ditengah-tengah kondisi masyarakat yang sebagian besar belum sadar terhadap keberadaan mereka.

Mirowsky & Ross (Sukma A. G. M. & Muhana S. U., 2007: 167) menyatakan bahwa pada dasarnya seseorang yang memiliki kesehatan dan fungsi fisik yang lemah atau memiliki kecacatan cenderung memiliki kesejahteraan psikologis dan kepuasan hidup yang rendah begitu pula sebaliknya. Dengan demikian, keterbatasan atau tidak berfungsinya indra penglihatan pada seseorang akan mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu.

Mclivane & Reinhardt menyatakan bahwa para penyandang tunanetra menunjukkan penurunan kesejahteraan psikologis yang secara spesifik berkaitan erat dengan fungsi visualnya, misalnya dalam hal relasi sosial dan penerimaan dukungan sosial (Mega Tala Harimukti & Kartika Sari Dewi 2014: 65). Selain itu, mereka

4 *Jurnal Bimbingan dan Konseling Edisi 7 Tahun ke-4 2015*
cenderung mengalami stres lebih tinggi, tingkat kepuasan perkawinan rendah, kesehatan mental dan kendali akan kesejahteraan psikologis yang menurun (Gardner & Harmon, 2002: 63)

Diungkapkan pada studi yang sama, Liveny & Joseph (Mega Tala Harimukti & Kartika Sari Dewi 2014: 65) menemukan pada populasi tunanetra di Eropa terganggunya fungsi penglihatan membawa dampak negatif terbesar dalam menurunkan kesejahteraan individu, sedangkan perbandingan antara populasi tunanetra sejak lahir dengan tunanetra tidak sejak lahir dijelaskan bahwa kesejahteraan psikologis dan resiliensi penyandang tunanetra tidak sejak lahir cenderung lebih rendah (Zeeshan & Aslam, 2013: 4)

Berdasarkan pendapat tersebut, dapat ditegaskan kembali bahwa kehilangan penglihatan akan berpengaruh pada kesejahteraan psikologis penyandangannya, terutama pada penyandang tunanetra tidak sejak lahir. Kesejahteraan psikologis menunjukkan indikator keseimbangan antara dampak negatif dan positif dari kondisi ketunanetraan yang dialami individu.

Kesejahteraan psikologis merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu dalam menjalani tugas perkembangannya sebagai manusia. Kesejahteraan psikologis membantu seseorang untuk mampu bertahan serta memaknai kesulitan yang dialami sebagai pengalaman hidupnya. Menurut Diener, kesejahteraan psikologis yang tinggi penting dimiliki oleh setiap individu karena akan mendukung kesehatan yang lebih baik, memperpanjang umur, meningkatkan usia harapan hidup dan fungsi individu (Mega Tala Harimukti & Kartika Sari Dewi 2014: 65)

Mengingat pentingnya kesejahteraan psikologis bagi individu, selayaknya kesejahteraan psikologis pada penyandang tunanetra dewasa awal juga tidak hanya menjadi perhatian bagi Pendidikan Luar Biasa saja namun juga bagi dunia Bimbingan dan Konseling. Masalah kesejahteraan psikologis selain dimiliki oleh orang normal juga dimiliki oleh penyandang tunanetra dan ini dipelajari oleh Bimbingan dan Konseling dalam Bimbingan dan Konseling Anak Berkebutuhan Khusus. Hal tersebut secara jelas tertuang dalam buku Bimbingan dan Konseling Anak Berkebutuhan Khusus (BK ABK) yang menyatakan bahwa selain bagi anak normal, BK juga diperlukan bagi ABK untuk mencapai perkembangan yang optimal sesuai dengan tingkat dan jenis ABK (Edi Purwanta, 2012: 8)

Merujuk pada pernyataan Edi Purwanta tersebut dapat ditegaskan kembali bahwa selayaknya kesejahteraan psikologis tunanetra dewasa awal tidak hanya menjadi perhatian bagi Pendidikan Luar Biasa saja namun juga bagi dunia Bimbingan dan Konseling karena pemberian layanan dalam Bimbingan dan Konseling tidak hanya pada anak normal namun juga bagi penyandang tunanetra. Seringkali, ketunanetraan yang dialami seseorang menimbulkan kecemasan dan penarikan diri dari lingkungan. Kondisi tersebut menyebabkan seorang penyandang tunanetra akan lebih terpuruk karena merasa tidak memiliki siapa-siapa atau tidak ada yang peduli dengan dirinya.

Pemberian layanan pribadi dan sosial dapat membantu penyandang tunanetra untuk mengatasi perasaan-perasaan negatif seperti cemas, rendah diri, putus asa, tidak berdaya, tidak berguna dan lain sebagainya yang sering muncul

Adapun waktu penelitian dilaksanakan pada Maret-April 2015.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dari bulan Maret sampai dengan April 2015.

Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini terdiri dari tiga orang dengan kriteria mengalami tunanetra buta total tidak sejak lahir, berusia 20-25 tahun, dan merupakan mahasiswa FIP UNY. *Key informant* pada penelitian ini terdiri tiga orang yang merupakan orang terdekat subjek.

Metode Pengumpulan Data

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

Metode Analisis Data

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan *interactive model analysis* yang menggunakan empat tahap, yaitu pengumpulan data, reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Keberadaan mahasiswa difabel netra di FIP UNY sungguh merupakan fenomena yang menarik untuk diteliti. Tidak berfungsinya organ visual dan terbatasnya sarana yang aksesibel untuk mengakomodasi keberadaan mereka semakin mempersulit dalam mencapai tugas perkembangan di masa dewasa awal. Terlebih tekanan-tekanan sosial yang dirasakan karena harus berjuang/bersaing ditengah-tengah mahasiswa normal cenderung menyebabkan tingkat stres/depresi yang lebih tinggi dan kesejahteraan psikologis yang rendah pada mahasiswa tunanetra.

pada penyandang tunanetra, mengatasi masalah kesulitan berinteraksi dengan orang lain dan penyesuaian diri dengan lingkungan. Selain itu, menurut Munawir Yusuf (1996: 160) pemberian layanan konseling vokasional dan bimbingan karir dapat membantu penyandang tunanetra dewasa awal untuk mengatasi ketakutannya dalam menghadapi kehidupan masa depan. Ketakutan tersebut muncul karena minimnya ketersediaan lapangan pekerjaan bagi penyandang tunanetra sehingga pemberian layanan bimbingan karir sejak awal ketunanetraanya akan sangat membantu bagi penyandang tunanetra untuk mempersiapkan masa depan.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti melihat fakta menarik tentang kesejahteraan psikologis penyandang tunanetra dewasa awal. Berbagai penelitian terdahulu menunjukkan penurunan kesejahteraan psikologis pada penyandang tunanetra dewasa awal. Hal tersebut menyebabkan terganggunya pencapaian tugas-tugas perkembangan pada penyandang tunanetra dewasa awal. Berpijak dari hal tersebut maka penelitian tentang kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) penyandang tunanetra dewasa awal yang tengah menempuh pendidikan di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta penting dilakukan.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan desain fenomenologis.

Setting Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta.

Kesejahteraan psikologis (Ryff, 1989: 1070) merupakan pencapaian penuh dari potensi psikologis seseorang dan suatu keadaan dimana individu dapat menerima kelebihan dan kekurangan dirinya yang didasarkan pada enam dimensi kebutuhan biologis yang mewakili kriteria fungsi psikologi positif yaitu penerimaan diri (*self-acceptance*), tujuan hidup (*purpose in life*), pertumbuhan diri (*personal growth*), otonomi (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*) dan hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with other*).

Merujuk dari dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis yang dikemukakan oleh Ryff, maka kesejahteraan psikologis pada mahasiswa tunanetra FIP UNY dapat dideskripsikan dalam enam dimensi, yaitu:

1. Dimensi Penerimaan Diri

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti melalui wawancara dan observasi, ketiga subjek saat ini telah menunjukkan penerimaan diri yang baik. Penerimaan diri tersebut ditandai dengan mengakui dan menerima kondisi ketunanetraan, tidak banyak mengeluh dengan keterbatasan penglihatan dan tidak menyesali secara berlarut-larut kejadian masa lalu yang menyebabkan kerusakan penglihatan. Salah satu pernyataan bahwa subjek telah memiliki penerimaan diri terhadap kondisi ketunanetraannya dapat dilihat dari pendapat berikut:

“Kalau sekarang ya Alhamdulillah udah bisa menerima, ya semua itu karena proses ya, akhirnya saya menyadari kalau sekarang saya bisa melakukan sesuatu, banyak hal yang bisa dikerjakan meskipun mata saya

tidak bisa melihat lagi.” (Wawancara, GJ, 18 Maret 2015).

Ryff (Fifi Yudianto, 2010: 14) mendefinisikan penerimaan dirisebagai sikap yang positif terhadap kekurangan dan kelebihan serta terhadap kehidupan masa lalu. Merujuk dari pendapat tersebut, individu dengan penerimaan diri yang baik berarti mampu menampilkan sikap positif terhadap kekurangan dan kelebihan serta positif terhadap kehidupan masa lalu, seperti puas dengan diri sendiri, tidak kecewa dengan kehidupan masa lalu. Berdasarkan hasil temuan penelitian, ketiga subjek juga menunjukkan adanya sikap penerimaan diri yang positif terhadap kondisi ketunanetraannya, tidak banyak mengeluh dengan keterbatasan penglihatan dan tidak menyesali secara berlarut-larut kejadian masa lalu yang menyebabkan kerusakan penglihatan.

2. Dimensi Tujuan Hidup

Menjadi difabel netra tentu saja bukanlah sebuah pilihan melainkan sebagai takdir dan ketetapan Tuhan. Bila dalam diri seorang penyandang tunanetra telah memahami hal tersebut maka kemungkinan yang terjadi adalah justru ketika penglihatan mereka tidak berfungsi mereka semakin termotivasi dalam menjalani hidup. Dalam hasil penelitian terungkap bahwa ketiga subjek memiliki pandangan yang positif dalam memandang/memaknai hidup. Seperti pada apa yang terungkap melalui pernyataan wawancara berikut ini:

“Hidup adalah pembuktian, baik itu pembuktian terhadap Tuhan, orang-

orang yang kita sayang ataupun terhadap diri sendiri. Buktikan pada Tuhan bahwa kita bukanlah produk gagal yang keterciptaannya hanyalah sia-sia. Buktikan pada mereka yang kita sayangi bahwa hidup kita adalah air mata kebahagiaan bagi mereka semua. Buktikan pada diri sendiri bahwa kita mampu mendulang keberhasilan dari setiap impian dan cita-cita yang ada.” (Wawancara, MBP, 7 April 2005)

Ketiga subjek menyadari bahwa didalam penderitaan sekalipun makna hidup tetap dapat ditemukan seperti pada ungkapan “hikmah dibalik musibah” sehingga keinginan yang kuat untuk meraih impian dan cita-cita tetap mereka perjuangkan melalui pendidikan tinggi yang saat ini mereka jalani. Berdasarkan pada cara mereka memaknai hidup dengan positif, maka ketiga subjek tidak hanya menjalani hidup secara asal-asalan namun ada target, cita-cita atau keinginan yang kuat yang ingin mereka wujudkan. Subjek GJ, MBP dan AR memiliki cita-cita positif yaitu menjadi pendidik bagi anak-anak berkebutuhan khusus, karena mereka merasa pendidikan adalah hal penting/krusial terutama bagi penyandang tunanetra untuk dapat mengangkat mutu/derajat penyandang tunanetra dan selama ini jumlah pendidik bagi penyandang tunanetra masih sedikit dibandingkan dengan jumlah pendidik bagi orang normal.

Dengan demikian, ketiga subjek telah memiliki dimensi tujuan hidup yang baik seperti pada apa yang disampaikan oleh Ryff bahwa dimensi tujuan hidup menekankan pentingnya memiliki tujuan, keterarahan dan

Kesejahteraan Psikologis Penyandang.... (Riska) 7
percaya bahwa hidup tidak hanya sekedar dijalani melainkan memiliki tujuan dan makna (Fifi Yudianto, 2010: 14).

3. Dimensi Pertumbuhan Diri

Kebutuhan akan pentingnya memiliki dan mengembangkan potensi disadari oleh ketiga subjek. Mereka memiliki potensi yang pada masing-masing subjek berusaha untuk terus dikembangkan. Pada subjek MBP misalnya, ia memiliki potensi dalam bidang musik. Subjek MBP sangat terampil dalam memainkan alat musik seperti gitar, bass, drum, keyboard dan harmonika. Keterampilan tersebut selalu subjek kembangkan melalui latihan yang ia lakukan ketika memiliki waktu senggang di kost dan mengikuti lomba-lomba untuk semakin menambah pengetahuannya terhadap bidang musik dan seni membaca puisi. Selain potensi yang terus dikembangkan, sikap terbuka terhadap pengalaman-pengalaman baru juga ditampilkan oleh subjek AR. Melalui wawancara peneliti berhasil mengungkap bahwa selain fokus terhadap pengembangan *skill-skill* sebagai pendidik yang profesional yang saat ini tengah ia alami dalam perkuliahan, AR juga mencoba hal-hal baru seperti berwirausahaan mempelajari pengobatan dan pijat refleksi.

Ketiga subjek mengakui bahwa pertumbuhan diri yang selalu meningkat dari waktu ke waktu sangat penting bagi mereka, agar pertumbuhan diri tersebut dapat terwujud dengan baik salah satu cara yang dapat ditempuh adalah melalui potensi-potensi yang selalu dikembangkan. Bahkan penting pula bagi mereka untuk

menunjukkan kepada orang lain kelebihan yang mereka miliki agar tidak selalu dipandang remeh, seperti dalam penuturan salah satu subjek berikut:

“Buat membuktikan juga sama orang-orang kalau dengan kondisi yang seperti ini, saya bisa.” (GJ, 25 Maret 2015)

Berdasarkan pemaparan di atas dapat ditegaskan kembali bahwa ketiga subjek memiliki potensi-potensi yang selalu dikembangkan. Potensi tersebut mereka kembangkan tidak hanya sebagai bekal dalam kehidupan namun juga sebagai pembuktian kepada orang-orang bahwa mereka mampu untuk bersaing dan bisa melakukan sesuatu sehingga tidak selalu dipandang remeh atas kekurangannya namun juga dipandang positif atas kelebihan yang mereka miliki. Dengan demikian, ketiga subjek telah memenuhi kriteria memiliki dimensi pertumbuhan diri yang baik seperti yang dingkapkan oleh Ryff bahwa pertumbuhan diri yang baik pada seseorang ditandai dengan melihat diri sendiri sebagai sesuatu yang terus tumbuh dan berkembang, terbuka terhadap hal-hal baru dan menyadari akan potensi-potensi diri yang dimiliki (Fifi Yudianto, 2010:14).

4. Dimensi Otonomi

Isu yang selama ini berkembang di masyarakat adalah sarana penunjang yang belum aksesibel bagi penyandang tunanetra menyebabkan mereka kurang dapat mandiri. Untuk mengurangi ketergantungan-ketergantungan pada penyandang tunanetra terhadap orang lain, diperlukan kepercayaan

dan kesempatan bagi penyandang tunanetra bahwa mereka mampu untuk hidup mandiri. Latihan mandiri sejak dini khususnya ketika pertama kali penyandang tunanetra mengalami ketunanetraan akan sangat membantu bagi penyandang tunanetra untuk membentuk dimensi otonomi atau kemandirian. Hal tersebut juga yang diungkapkan oleh salah satu subjek penelitian dalam pernyataan berikut ini:

“Ya kalau mandiri sih saya sudah apa-apa sendiri dari dulu mbak. Dari daftar sekolah sendiri, cari kos-kosan sendiri, ibaratnya di cul gitu sama orang tua. Kan saya dari SD, SMP itu di asrama, SMA ngekost ya otomatis sudah bisa mandiri.” (Wawancara, MBP, 31 April 2015)

Berdasarkan hasil pengamatan, ketiga subjek telah menunjukkan adanya kemandirian dalam melakukan aktivitas sehari-hari seperti berangkat dan pulang kuliah dengan berjalan kaki menggunakan tongkat sendiri, mengerjakan tugas kuliah (mengetik) sendiri, bahkan mencuci pakaian dan memasak nasi dilakukan sendiri. Bagi kebanyakan orang awas, berangkat dan pulang dari rumah ke kampus atau dari suatu tempat ke tempat lain sendiri adalah hal mudah, namun bagi penyandang tunanetra hal tersebut menjadi tantangan tersendiri. Meskipun telah hafal dengan rute namun tidak jarang merekatersandung, jatuh, menabrak sesuatu dalam perjalanan seperti yang peneliti saksikan dalam pengamatannya.

Kemandirian ketiga subjek juga terlihat dari pengambilan keputusan yang sudah tidak banyak bergantung dengan orang

lain. Hal ini terungkap melalui wawancara dengan salah satu subjek sebagai berikut:

“Oh, kalau itu saya sendiri, keputusan yang saya ambil itu ya berdasarkan kepingenan saya dan saya wajib bertanggung jawab dengan itu. Kalau orang tua biasanya menyerahkan keputusan ditangan saya, ya mendukung aja sih.” (Wawancara, MBP, 31 April 2015)

Berdasarkan pernyataan tersebut, MBP sepenuhnya sadar bahwa keputusan yang ia ambil adalah untuk dirinya dan ia wajib bertanggung jawab atas keputusannya tersebut. Kemandirian dalam pengambilan keputusan juga telah terbentuk dalam diri kedua subjek lain yaitu GJ dan AR seperti apa yang telah diungkapkan oleh Ryff (Fifi Yudianto, 2010: 14) bahwa dimensi otonomi dideskripsikan dengan individu yang mampu menampilkan sikap kemandirian dan mampu menolak tekanan-tekanan sosial.

5. Dimensi Penguasaan Lingkungan

Dimensi penguasaan lingkungan menurut Ryff (Fifi Yudianto, 2010: 14) adalah kemampuan individu untuk meraih atau menciptakan lingkungan yang cocok atau dengan kata lain dapat menguasai lingkungan yang kompleks. Sudah menjadi barang tentu sebuah lingkungan kampus dengan sistem terpadu menjadi lingkungan yang kompleks bagi penyandang tunanetra. Selain dari fasilitas yang belum mendukung secara penuh, tuntutan akademik dan persaingan dengan mahasiswa normal menyebabkan tekanan-tekanan sosial bagi penyandang tunanetra.

Dalam menguasai lingkungan yang baru, biasanya penyandang tunanetra akan

mengalami kesulitan-kesulitan salah satunya adalah dalam hal mobilitas. Hal ini sesuai dengan apa yang diungkapkan oleh Munawir Yusuf (1996: 85) yang menyatakan bahwa penyandang tunanetra sepanjang hidupnya akan menghadapi masalah dalam hal mobilitas sosial. Hal ini disebabkan karena setiap menghadapi lingkungan baru, mau tidak mau diperlukan bantuan orang lain untuk memperoleh gambaran yang jelas mengenai lingkungan tersebut.

Kesulitan dalam hal mobilitas tersebut juga dialami oleh ketiga subjek penelitian. Berdasarkan hasil wawancara, terungkap bahwa untuk dapat menguasai dan bermobilitas di lingkungan kampus pertama kali mereka harus berulang-ulang menghafalkan rute agar tidak menabrak atau masuk dalam selokan, sebagaimana tertuang dalam uraian wawancara berikut ini:

“Untuk pertama kali ya saya ngapalannya sama temen tapi lama-lama lewat ya saya apal sendiri dan FIP pun itu nggak seluruhnya, terutama FIP bagian timur itu saya masih sulit, kaya kantin paling sulit, paling ya FIP sebelah sini (menunjuk sisi barat FIP) mulai dari FIS, taman Pancasila terus FIP yang sini. Pokoknya tempat yang jarang didatangi, kalau nggak ada temen itu yang paling sulit, karena ya itu nggak ada fasilitas pendukung itu tadi tapi tinggal kita itu mau aktif enggak, aktif dalam artian kita mau tanya, tapi kalau diem aja ya sudah, tamat riwayat.” (Wawancara, AR, 2 April 2015)

Bantuan dari orang lain untuk mendampingi penyandang tunanetra dalam orientasi atau pengenalan sebuah tempat atau lingkungan yang baru akan sangat dibutuhkan

bagi penyandang tunanetra karena kondisi penglihatan yang sudah tidak berfungsi. Selain dapat menyesuaikan dengan lingkungan yang kompleks, dimensi penguasaan lingkungan juga mencakup tentang pemanfaatan sumber-sumber peluang yang ada di masyarakat. Seseorang yang baik dalam dimensi penguasaan lingkungan akan mampu menyadari dan memanfaatkan sumber-sumber peluang yang ada di lingkungan.

Berdasarkan hasil penelitian, meskipun mendapat hambatan dalam hal mobilitas, ketiga subjek tetap mengusahakan agar dapat menguasai lingkungan dengan baik. Usaha yang mereka tempuh adalah dengan memanfaatkan sumber-sumber peluang untuk mengembangkan dirinya secara kreatif, seperti ikut berperan aktif dalam kegiatan di masyarakat, organisasi ketunanetraan, organisasi kampus bahkan memanfaatkan potensi yang dimiliki untuk mendapatkan penghasilan tambahan dari acara-acara yang diselenggarakan oleh kampus atau lingkungan sekitar.

6. Dimensi Hubungan Positif dengan Orang Lain

Berdasarkan hasil penelitian pada ketiga subjek, peneliti berhasil mengungkap salah satu sebab yang mendukung munculnya sifat individualis pada diri penyandang tunanetra adalah adanya perasaan takut untuk meminta bantuan orang lain karena takut merepotkan. Hal ini dapat dilihat melalui ungkapan subjek berikut ini:

“Apalagi kalau berteman dengan orang yang awas kan jangan sampai merepotkan seperti itu, akhirnya jadi dianggepnya sok-sokan gitu,

susahnya disitu. Kadang-kadang kita butuh tapi nggak enak buat minta tolong, walaupun apa ya, kalau dulu pas belum tunanetrasaat butuh bantuan temen-temen ya tinggal ngomong aja. Ya itu sekarang adalah kondisi yang gimana caranya gak merepotkan, membebani orang lain, jadi sok-sokan bisa gitu.” (Wawancara, GJ, 27 Maret 2015)

Perasaan takut untuk merepotkan atau membebani orang lain tidak hanya muncul sebagai akibat dari ketunanetraan yang disandanginya namun juga sebagai akibat dari masa perkembangan dewasa awal. Masa dewasa awal adalah masa yang dimana seseorang diberikan kepercayaan penuh untuk mengatur hidupnya sehingga dituntut untuk hidup mandiri dan bertanggung jawab (Hurlock, 1980: 247). Berdasarkan pernyataan tersebut, maka seorang penyandang tunanetra yang berada pada usia dewasa awal akan memiliki rasa malu untuk meminta bantuan dengan orang lain.

Dalam menjalin hubungan sosial antara orang awas dengan orang yang sama-sama menyandang tunanetra lebih mudah bergaul dengan sesama penyandang tunanetra. Hal tersebut diungkapkan oleh salah satu subjek dalam uraian wawancara berikut:

“Kalau saya mengamatinya seperti ini, ketika saya bergaul dengan teman-teman tunanetra akan lebih lepas terus mereka itu menganggap bahwa kita itu satu, senasib, sepenanggungan, akhirnya kaya keluarga. Kita sama-sama tahu susahny jadi tunanetra itu kaya apa, kesulitan yang dihadapi itu seperti apa jadi lebih mudah akrab. Tapi kalau dengan teman-teman yang awas, kebanyakan teman-teman

tunanetra itu harus ada satu kerja ekstra dimana dia menjalin hubungan itu dua-duanya saling membutuhkan dan saling untung gitu. Jadi ada satu apa ya, perbedaannya ketika menjalin hubungan dengan yang sesama tunanetra dengan yang tidak tunanetra. Bagaimana kita berteman dengan yang tidak tunanetra itu tidak terkesan bahwa cuma membebani atau merepotkan.” (Wawancara, GJ, 27 Maret 2015)

Berdasarkan apa yang telah diungkap oleh subjek tersebut, peneliti melihat bahwa ada suatu perbedaan ketika seorang penyandang tunanetra bergaul atau bermain dengan sesama tunanetra atau dengan orang awas. Penyandang tunanetra cenderung akan lebih nyaman atau mudah akrab dengan sesama tunanetra. Hal tersebut didasari dari perasaan naluriah bahwa seseorang akan merasa nyaman jika berada dilingkungan yang sejenis/sesama komunitas. Meskipun demikian, dapat menjadi suatu manfaat bagi seorang penyandang tunanetra yang menempuh pendidikan tinggi di perguruan tinggi dengan sistem terpadu karena dengan sistem tersebut memungkinkan mereka untuk bergaul atau berinteraksi dengan teman difabel lain khususnya tunanetra maupun dengan teman penglihatan awas. Dengan demikian, hubungan yang positif tidak hanya terbentuk dengan sesama tunanetra namun juga dengan mata awas.

Hubungan yang hangat, memuaskan, tidak saling merugikan satu sama lain juga terjalin antara ketiga subjek dengan teman-teman di kampus. Hal tersebut peneliti saksikan sendiri melalui pengamatan terhadap subjek selama berada di kampus.

Dengan demikian, ketiga subjek telah memiliki dimensi hubungan positif dengan orang lain seperti pada apa yang disampaikan oleh Ryff bahwa seseorang yang memiliki hubungan positif dengan orang lain ditandai dengan adanya hubungan yang hangat, memuaskan, saling percaya dan memungkinkan untuk timbulnya empati dan intimasi (Fifi Yudianto, 2010: 14). Berdasarkan pendapat tersebut, dapat dimaknai bahwa hubungan positif dengan orang lain merupakan hubungan yang tidak saling merugikan satu sama lain dan memunculkan kedekatan/intimasi terhadap sesama

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan pada bab IV, dapat diambil kesimpulan bahwa kesejahteraan psikologis subjek dilihat dari masing-masing dimensi adalah sebagai berikut:

1. Penerimaan diri terhadap kondisi ketunanetraan ketiga subjek tidak langsung terjadi begitu saja. Perasaan negatif seperti rendah diri, malu, tidak berdaya, tidak berguna, mudah tersinggung, kecewa dengan diri sendiri dan putus asa dirasakan pada saat awal kehilangan penglihatan. Dukungan keluarga, proses belajar dan keimanan yang kuat terhadap Tuhan YME menjadi faktor pendukung yang kuat bagi terbentuknya dimensi penerimaan diri pada ketiga subjek.
2. Dalam dimensi tujuan hidup, ketiga subjek memaknai hidup dengan positif bahwa ada hikmah dibalik musibah. Kehilangan

- penglihatan semakin memotivasi mereka dalam menjalani hidup dengan tidak secara asal-asalan namun memiliki target, tujuan atau cita-cita yang positif yang ingin diwujudkan, yaitu menjadi pendidik profesional bagi anak-anak berkebutuhan khusus.
3. Pertumbuhan diri pada ketiga subjek terbentuk dengan baik melalui pengembangan potensi-potensi yang dimiliki dan membuka diri terhadap pengalaman-pengalaman baru. Pengembangan potensi diperlukan bagi ketiga subjek untuk menghasilkan prestasi. Prestasi tersebut mereka gunakan sebagai pembuktian kepada orang-orang bahwa dalam keterbatasan juga memiliki kelebihan dan mampu bersaing dengan yang lain.
 4. Kemandirian ketiga subjek terlihat dari aktivitas atau kegiatan sehari-hari yang dilakukan sendiri seperti berangkat dan pulang kuliah mandiri, mencuci pakaian, menanak nasi hingga mengerjakan tugas kuliah (mengetik) secara mandiri. Selain itu kemandirian juga terlihat dari pengambilan keputusan yang tidak banyak bergantung dengan orang lain. Latihan mandiri sejak dini pasca kehilangan penglihatan sangat membantu dalam membentuk dimensi otonomi.
 5. Dalam penguasaan lingkungan, kesulitan dalam hal mobilitas dialami oleh ketiga subjek. Bantuan dari orang lain berupa pendampingan dalam orientasi/pengenalan lingkungan baru sangat dibutuhkan bagi ketiga subjek. Pemanfaatan sumber-sumber peluang dalam lingkungan dilakukan dengan

cara berperan aktif dalam kegiatan pengajian, organisasi dan acara-acara yang diselenggarakan kampus.

6. Ketiga subjek memiliki hubungan yang positif dengan keluarga, teman sesama tunanetra maupun mata awas, dan salah satu subjek memiliki kekasih. Kenyamanan yang dirasakan oleh ketiga subjek saat bergaul dengan sesama tunanetra berbeda dengan mata awas. Ketiga subjek merasa lebih lepas dan akrab dengan teman sesama tunanetra dibandingkan dengan teman awas karena adanya perasaan senasib sepenanggungan yang dialami oleh penyandang tunanetra.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan informasi yang diperoleh, maka peneliti dapat memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Subjek
Dalam mencapai kesejahteraan psikologis, disarankan untuk lebih meningkatkan pada penguasaan lingkungan dan hubungan positif dengan orang lain, mau lebih terbuka dalam mengekspresikan sikap dan perasaan terutama saat membutuhkan bantuan dari teman awas.
2. Bagi FIP UNY
Memberikan fasilitas dan akses yang menunjang aktivitas perkuliahan bagi mahasiswa difabel netra, seperti komputer baca, *guiding block*, referensi dengan huruf *Braille* dan sebagainya.
3. Bagi Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Mahasiswa Bimbingan dan Konseling diharapkan untuk lebih peka, empati dan saling mendukung keberadaan mahasiswa

difabel netra di FIP UNY agar terwujud kampus ramah difabel.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini hanya memotret fenomena kesejahteraan psikologis mahasiswa tunanetra dewasa awal di FIP UNY, bagi peneliti selanjutnya dapat memperluas wilayah seperti di komunitas difabel netra sehingga dapat menghasilkan kajian yang lebih luas dan mendalam tentang fenomena ini. Disarankan pula untuk meneliti subjek tunanetra yang masih menempuh studi lanjut, seperti SMP atau SMA, banyak fenomena menarik yang dapat diteliti seperti penyesuaian pertama kali masuk sekolah, mengelola tekanan masa pubertas, regulasi emosi, regulasi diri, konsep diri dan sebagainya.

DAFTAR PUSTAKA

Abdillah Djunaedi. (2010). Tahun 2020 Jumlah Tuna Netra Dunia Menjadi 2x Lipat. *Artikel*. Diunduh dari <http://kemsos.go.id>. pada tanggal 28 Oktober 2014.

Edi Purwanta. (2012). *Buku Ajar Bimbingan dan Konseling Anak Berkebutuhan Khusus*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta.

Fifi Yudianto. (2010). Dinamika Psychological Well Being pada Narapidana. *Skripsi*. Tidak dipublikasikan. Universitas Negeri Sumatera.

Gardner, Jenny. & Harmon, Tony (2002). Exploring Resilience from a Parent's Perspective: A Qualitative Study of Six Resilient Mothers of Children with an Intellectual Disability. *Journal of Australian Sosial Work*. Vol. 55 (1), 60-68.

Hurlock, E. (1980). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.

Mega Tala Harimukti & Kartika Sari Dewi (2014). Eksplorasi Kesejahteraan Psikologis Individu Dewasa Awal Penyandang Tunanetra. *Jurnal Psikologi Undip*. Vol. 13 (1), 64-77.

Munawir Yusuf. (1996). *Pendidikan Tunanetra Dewasa Dan Pembinaan Karir*. Jakarta: Proyek Pendidikan Tenaga Guru, Ddirektorat Jendral Pendidikan Tenaga Akademik, Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi, Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan.

Pihasnawati (2014). Proses Penemuan Makna Hidup Mahasiswa Difabel Netra Di UIN Sunan Kalijaga. *Thesis*. Tidak dipublikasikan. Universitas Gadjah Mada.

Ro'fah, Andayani, & Muhrisun. (2010). *Inklusi Pada Pendidikan Tinggi: Best Practices Pembelajaran dan Pelayanan Adaptif Bagi Mahasiswa Difabel Netra*. Yogyakarta: PSDL UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 57, 1069-1081.

Sari Rudiwati. (2002). *Pendidikan Anak Tunanetra*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta.

Sukma Adi Galuh Amawidyawati & Muhana Sofiaty Utami (2007). Religiusitas dan Psychological Well Being Pada Korban Gempa. *Jurnal Psikologi*. Vol 3 (2), 165-171.

Zeeshan, Muhammad & Aslam, Naeem (2013). Resilience and Psychological Well-Being among Congenitally B;lind, Late Blind and Sighted Individuals. *Journal of Educational Research and Studies*. Vol. 1 (1), 1-7.

_____(2014). Visual Impairment and Blindness. *Artikel*. Diunduh dari <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs282/en/> pada tanggal 20 November 2014.