

KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PENGHAFAL AL-QUR'AN PENYANDANG TUNANETRA

Oleh : Yoga Achmad Ramadhan

Dosen Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda

=====

ABSTRACT

This Research aims to analyze and description of psychological well-being of Al-Qur'an Memorizer who were blind. The research is a qualitative research with phenomenology study approach. Data collection method used in this research was interview. Data analysis used in this research was qualitative descriptive. Data realibility checking was done using triangulation technique. According to the research, there found that psychological wealth Al-Qur'an Memorizer where subject AB and SY are able to accept themselves just the way they are, controlling warm relations with other to fit it with their needs, having purpose, and clear meaning of life, also aware and use their potential in continuous way. The increased of psychological well-being was obtained due to social support from family, friends and community. They both reported an increased psychological well-being after they reached life goals dimension. This study revealed life goals as initial dimension that helped subjects to reach other dimensions of psychological well-being: self acceptance, independence, environment mastery, personal growth, and positive relationships with others.

Keywords: *Psychological well-being, memorizer of Holy Al-Qur'an, blind.*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dan mendeskripsikan kesejahteraan psikologis penghafal Al-Qur'an penyandang tunanetra. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan desain fenomenologis. Subjek penelitian terdiri dari 2 orang dengan kriteria mengalami tunanetra buta total, dan berstatus sebagai seorang Hafidz Al-Qur'an. Metode pengumpulan data menggunakan wawancara mendalam dan observasi. Uji keabsahan data pada penelitian ini menggunakan teknik triangulasi metode dan sumber. Teknik analisa data dalam penelitian ini mengacu pada model interaktif Miles & Huberman yang terdiri dari empat tahap pengumpulan

data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan bahwa subjek AB dan SY mampu menerima diri apa adanya, mampu mengontrol hubungan yang hangat dengan orang lain, mampu mengatasi masalah secara mandiri, mampu mengontrol lingkungan agar sesuai dengan kebutuhan, memiliki tujuan dan makna hidup yang jelas, dan menyadari dan memanfaatkan potensi yang ada secara berkesinambungan. Peningkatan kesejahteraan psikologis disebabkan oleh adanya dukungan sosial, berupa dukungan yang bersumber dari keluarga, pasangan dan kelompok. Peningkatan kesejahteraan psikologis dapat dirasakan keduanya, setelah kebermaknaan hidup (tujuan hidup yang jelas) berhasil diraihinya. Dimensi tujuan hidup merupakan fondasi awal tegaknya religiusitas yang membantu subjek dalam mencapai dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis yang lain, dimulai dari dimensi penerimaan diri, kemudian berlanjut pada dimensi kemandirian, penguasaan lingkungan, pertumbuhan personal dan hubungan positif dengan orang lain.

Kata Kunci : *Kesejahteraan Psikologis, penghafal Al-Qur'an, tunanetra*

I. PENDAHULUAN

Status sebagai hafidz ataupun menghafal Al-Qur'an merupakan sebuah prestasi yang membanggakan, tidak hanya di dunia, namun juga di akhirat kelak. Kebanggaan tersebut menyangkut sebuah keberkahan hidup di dunia dan akhirat. Terlebih bagi seorang hafidz, ia akan mampu menjadikan kedua orang tuanya mendapat kemuliaan dan mahkota di Surga dari Allah SWT kelak. Kemuliaan tersebut yang membuat banyak individu beragama muslim ingin menghafal Al-Qur'an, tak terkecuali individu yang memiliki keterbatasan penglihatan (penyandang tunanetra).

Padahal menurut Sardegna dkk (2002) menjelaskan bahwa tunanetra adalah individu yang kehilangan penglihatan karena kedua indera penglihatannya tidak berfungsi seperti orang normal. Tunanetra dibagi menjadi dua, yaitu buta (*totally blind*) dan *low vision*. Permasalahan yang dialami individu yang mengalami tunanetra terkait dengan ketidakmampuan untuk bekerja dan hidup produktif, memperoleh pasangan hidup, diasingkan, dan akan selalu bergantung pada orang lain. Dampak lain yaitu perasaan kehilangan kemampuan untuk mengikuti aturan sosial yang berlaku di masyarakat (Crews & Campbell, 2004).

Berdasarkan pernyataan Crews & Campbell (2004), bahwa menjadi seorang penyandang tunanetra pasti akan mengalami kesulitan dalam menjalani kehidupan sehari-hari dan kesulitan dalam menghadapi masalah yang datang. Hilangnya indera penglihatan pada individu membuat individu tersebut kehilangan kemampuan untuk mengikuti aturan sosial yang berlaku di masyarakat, akibatnya individu tersebut merasa tidak diterima oleh masyarakat sehingga tidak mampu menjalin relasi dengan orang lain. Hal tersebut sesuai dengan data awal yang diperoleh peneliti melalui wawancara dengan informan yang berinisial YJ yang merupakan individu penyandang tunanetra namun bukan sebagai menghafal Al-Qur'an, yang mengalami kejadian tidak menyenangkan yang diterimanya dari masyarakat, membuat YJ menjadi menarik diri dalam pergaulan, dan lebih sering berada di dalam rumah.

Fakta tersebut terjadi berkebalikan dengan apa yang terjadi pada IM, seorang penyandang tunanetra yang mampu menerima dirinya apa adanya, mampu bekerja secara mandiri dan tetap mampu bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya. Sebagaimana informasi yang disampaikan oleh Budianto (2019) yang menjelaskan bahwa IM merupakan seorang penyandang tunanetra yang mampu menghafal 30 juz Al-Qur'an, dan mampu menjuarai lomba hafalan Al-Qur'an hingga tingkat provinsi Jawa Timur. IM menghafal Al-Qur'an sejak usia 8 tahun hingga 14 tahun, sehingga membutuhkan waktu selama 6 tahun untuk menghafal 30 juz. Prestasi yang IM capai merupakan kebanggaan luar biasa bagi kedua orang tuanya.

Hal serupa juga terjadi pada Subjek NT yang mengaku menjadi seorang penghafal Al-Qur'an karena terinspirasi oleh petikan hadist nabi yang berbunyi "*Sebaik-baiknya orang adalah yang belajar dan mengajarkan Al-Qur'an.*" Hal tersebut membuatnya memutuskan untuk mengajarkan Al-Qur'an kepada penyandang tunanetra lainnya dan tetap aktif melakukan kegiatan selayaknya individu normal (Maulana, 2019).

Terlahir dengan keterbatasan fisik, tak menghalangi para penyandang tunanetra tersebut menghafalkan Al-Qur'an. Al-Qur'an justru memberikan penyandang tunanetra kekuatan dan tujuan hidup yang jelas. sebagaimana diungkapkan oleh Subjek NT

"Sebelumnya saya gak punya cita-cita, namun setelah menghafal dan memahami Al-Qur'an, saya sekarang punya cita-cita dan tujuan hidup yang jelas. Saya ingin berbagi dengan penyandang disabilitas lainnya agar mereka juga punya semangat mengejar ridho Ilahi."

Daradjat (1985) berpendapat bahwa orang yang sehat mentalnya tidak akan lekas merasa putus asa, pesimis atau apatis, karena ia dapat menghadapi semua rintangan atau kegagalan hidupnya dengan tenang. Apabila kegagalan itu dihadapi dengan tenang, akan dapatlah dianalisa, dicari sebab-sebab yang menimbulkannya, atau ditemukan faktor-faktor yang tidak pada tempatnya. Dengan demikian akan dapat dijadikan pelajaran yaitu menghindari semua hal-hal yang membawa kegagalan pada waktu yang lain. Selain itu, Zhong dkk (2013) mengungkapkan bahwa penyandang tunanetra dewasa yang berusaha mencari tujuan dan makna hidupnya, serta lebih memiliki keyakinan dan partisipasi religius cenderung lebih sejahtera dan mampu mengatasi depresinya.

Kesejahteraan Psikologis merupakan suatu kondisi di mana individu mampu menerima dirinya apa adanya, mampu membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, memiliki kemandirian terhadap tekanan sosial, mampu mengontrol lingkungan eksternal, memiliki arti dalam hidup serta mampu merealisasikan potensi dirinya secara kontinyu (Ryff, 1989)

Dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis yang dikemukakan Ryff mengacu pada teori *positive functioning* (Maslow, Rogers, Jung dan Allport), teori perkembangan (Erikson, Buhler dan Neugarten), dan teori kesehatan mental (Jahoda). Masing-masing dimensi ini menggambarkan berbagai tantangan yang harus dihadapi individu sebagai upaya mereka untuk berfungsi positif. Adapun keenam dimensi dari kesejahteraan psikologis tersebut adalah (Ryff, 1989): Dimensi Penerimaan diri (*self acceptance*), Dimensi Hubungan Positif dengan orang lain (*positive relation with other*), Dimensi Otonomi/Kemandirian (*autonomy*), Dimensi Penguasaan lingkungan

(*environmental mastery*), Tujuan hidup (*purpose in life*), dan Dimensi Pertumbuhan pribadi (*personal growth*).

Pentingnya kesejahteraan psikologis adalah agar manusia dapat menjalankan hidupnya dengan bahagia, tenang dan mampu mengatasi segala masalah. Mengacu pada Undang-undang RI nomor 2 tahun 1992 tentang kesehatan pasal 12 ayat 1 bahwa setiap anggota keluarga berhak terpenuhi kesehatannya baik fisik maupun psikologis, yang menjadi hak dan tanggung jawab pada masing-masing keluarga. Hal tersebut dapat terpenuhi apabila ada kerjasama yang baik antara pemerintah dan masyarakat untuk mewujudkan kondisi yang sehat, sejahtera baik fisik maupun psikologis (Indie, 2009)

Berdasarkan fenomena yang peneliti temukan di lapangan, telah banyak bermunculan individu-individu penghafal Al-Qur'an yang menyandang disabilitas khususnya tunanetra, baik dari usia anak, remaja hingga dewasa. Dua orang subjek penelitian merupakan penyandang tunanetra namun berstatus sebagai seorang *hafidz* Al-Qur'an, dan berprofesi sebagai seorang Ustadz ataupun pengajar di pondok tahfidz Al-Qur'an. Hal ini menjadi fenomena yang luar biasa mengingat pada umumnya individu tunanetra memiliki hambatan dalam menerima informasi dan mempelajari sesuatu hal. Individu tunanetra tidak memiliki kendali yang sama terhadap lingkungan dan diri sendiri, seperti halnya yang dilakukan oleh individu normal. Keterbatasan tersebut dapat menghambat tugas-tugas perkembangannya (Delphie, 2006). Namun hal ini berkebalikan dengan kondisi Subjek AB yang mengaku tidak merasa kesulitan dalam menghafal Al-Qur'an bahkan berhasil menghafalkan Al-Qur'an sebanyak 30 juz, bahkan menerima dirinya apa adanya, mampu menjalin hubungan baik dengan orang lain, dan memiliki tujuan hidup yang jelas.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk meneliti kesejahteraan psikologis penghafal Al-Qur'an penyandang tunanetra, dimana tampak adanya peningkatan kesejahteraan psikologis, seiring dengan perubahan pandangan mereka terhadap hidup dan religiusitasnya. Berpijak dari hal tersebut maka penelitian ini berupaya menganalisis dan mendeskripsikan mengenai kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) pada individu penghafal Al-Qur'an penyandang tunanetra.

II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan jenis pendekatan pendekatan fenomenologis. Fenomenologi diartikan sebagai: 1) pengalaman subjektif atau pengalaman fenomenologikal; 2) Suatu studi tentang kesadaran kesadaran dari perspektif pokok dari seseorang. Fenomenologi merupakan

pandangan berfikir yang menekankan pada fokus kepada pengalaman-pengalaman subjektif manusia dan interpretasi-interpretasi dunia. Peneliti dalam pandangan fenomenologis berusaha memahami arti peristiwa dan kaitannya terhadap orang-orang yang berada dalam situasi tertentu (Moleong, 2006).

Secara umum, riset psikologi fenomenologis bertujuan untuk menjelaskan situasi yang dialami oleh pribadi dalam kehidupan sehari-hari. Fenomenologi tidak mencoba mereduksi suatu gejala menjadi variabel-variabel yang bisa diidentifikasi dan mengontrol konteks dimana gejala itu hendak dikaji, fenomenologi bertujuan untuk sebisa mungkin tetap selaras dengan gejala itu dan dengan konteks dimana gejala itu muncul di dunia. Ini berarti bahwa bila suatu gejala khusus hendak dikaji, maka akan digali suatu situasi dimana para individu mengalami sendiri pengalaman mereka sehingga mereka bisa menggambarkannya seperti yang sebenarnya terjadi dalam kehidupan mereka. Hal ini bertujuan untuk menangkap secermat mungkin bagaimana gejala itu dialami dalam konteks terjadinya pengalaman itu. Dari contoh gejala kontekstual yang terperinci sebagaimana dialami oleh partisipan, analisis fenomenologi mencoba untuk mencerna hakikat psikologis gejala tersebut. Dengan kata lain, fenomenologi mencari makna-makna psikologis yang membentuk gejala melalui investigasi dan analisis contoh-contoh dan gejala yang dialami dalam konteks kehidupan para partisipan (Smith, 2013).

Fenomenologi tidak berasumsi bahwa peneliti mengetahui arti sesuatu bagi orang-orang yang sedang diteliti oleh mereka. Mereka berusaha masuk ke dalam dunia konseptual para subjek yang ditelitinya sedemikian rupa sehingga mengerti apa dan bagaimana suatu pengertian yang dikembangkan oleh mereka di sekitar peristiwa dalam kehidupannya sehari-hari. Inkuiri fenomenologis dimulai dengan diam. Diam merupakan tindakan untuk menangkap pengertian sesuatu yang sedang diteliti. Yang ditekankan oleh kaum fenomenologis adalah aspek subjektif dari perilaku orang (Moleong, 2006)

Penggunaan pendekatan ini didasarkan pada dua alasan. Pertama, pendekatan kualitatif fenomenologis mampu mengungkap sebuah proses. Fokus penelitian ini adalah pada gambaran kesejahteraan psikologis pada penghafal Al-Qur'an penyandang tunanetra, sehingga dibutuhkan suatu metode yang mampu menggambarkan sebuah proses dari awal hingga munculnya fenomena. Kedua, pendekatan kualitatif fenomenologis dapat mengungkap pengalaman seseorang yang bersifat subjektif. Dengan kata lain, penelitian ini mencoba untuk menggunakan pandangan yang bersifat *emic*. Adapun perspektif *emic* adalah perspektif orang dalam, *perspective native*, atau perspektif pelaku (de Laine dalam Subandi, 2006).

Subjek pada penelitian ini dipilih melalui teknik *purposive*. Subjek terdiri dari dua orang individu, dengan karakteristik : (1) mengalami kehilangan penglihatan di kedua matanya (*totally blind*), (2) menempuh pendidikan minimal sekolah menengah atas (SMA/Sederajat), (3) hafal Al-Qur'an 30 juz, (4) berjenis kelamin laki-laki. Hal ini dipilih sebagai upaya dalam memenuhi tujuan dari penelitian kualitatif yang mengedepankan kedalaman data daripada keluasannya (Smith, 2013).

Pengumpulan data menggunakan metode wawancara mendalam. Wawancara, adalah percakapan dengan maksud tertentu. Percakapan itu dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara (*interviewer*) yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara (*interviewee*) yang memberikan jawaban atas pertanyaan itu (Moleong, 2007).

Sedangkan pedoman yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara semi-terstruktur. Pada wawancara semi-terstruktur, peneliti merancang serangkaian pertanyaan yang disusun dalam suatu daftar wawancara, akan tetapi daftar tersebut digunakan untuk menuntun dan bukan untuk mendikte wawancara tersebut. Dengan demikian ada upaya untuk membangun hubungan dengan subjek penelitian. Urutan pertanyaan tidak terlalu penting sifatnya, peneliti lebih bebas untuk meneliti wilayah-wilayah menarik yang muncul. Wawancara semi terstruktur memfasilitasi terbentuknya hubungan atau empati, memungkinkan keluwesan yang lebih besar dalam peliputan dan memungkinkan wawancara untuk memasuki daerah-daerah baru, dan cenderung untuk menghasilkan data yang lebih subur (Smith, 2013).

Analisa data dalam penelitian kualitatif dilakukan sejak sebelum memasuki lapangan, selama di lapangan, dan setelah selesai di lapangan. Dalam hal ini Nasution (Sugiyono, 2007), menyatakan analisis data yang dilakukan dalam penelitian kualitatif di mulai sejak merumuskan dan menjelaskan masalah, sebelum terjun ke lapangan, dan berlangsung terus sampai penulisan hasil penelitian.

Bogdan & Biklen (Moleong, 2007) mengatakan bahwa analisis data dalam penelitian kualitatif adalah upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data, mengorganisasikan data, memilah-milahnya menjadi satuan yang dapat dikelola, mensintesiskannya, mencari dan menemukan pola, menemukan apa yang penting dan apa yang dipelajari, dan memutuskan apa yang dapat diceritakan kepada orang lain.

Analisis data pada penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenologi yang mengacu pada teknik eksplikasi. Teknik eksplikasi ini merupakan teknik analisi yang dikembangkan oleh beberapa ahli yaitu Von Ekctartsberg, Wertz dan Schweizter (Subandi, 2009). Eksplikasi merupakan proses mengesplisitkan ungkapan responden yang masih bersifat implisit (tersirat). Proses ini terdiri dari beberapa tahapan yaitu:

Tahap pertama adalah memahami data yang diperoleh secara utuh. Tahap ini terdiri dari dua langkah yaitu membuat transkripsi dan melakukan *overview*. Dalam transkripsi, peneliti menuliskan setiap hasil komunikasi yang diperoleh dari hasil wawancara dan observasi baik secara verbal maupun nonverbal. Pada fase *overview*, peneliti berusaha memahami keseluruhan data melalui membaca dan jika perlu kembali mendengarkan hasil rekaman dari media yang digunakan tanpa memiliki praduga dalam memahami keseluruhan data tersebut. Tujuan dari pemahaman ini adalah agar peneliti benar-benar memahami dasar dari suatu fenomena sebagai bagian dari data yang utuh.

Tahap kedua adalah menyusun Deskripsi Fenomenologis Individual (DFI). Deskripsi ini disusun berdasarkan hasil wawancara sesuai dengan alur yang diperoleh dengan terlebih dahulu membersihkan deskripsi dari pernyataan yang tidak relevan dan pernyataan-pernyataan yang diungkapkan secara berulang-ulang. Bahasa pengungkapan dalam DFI ini menggunakan perspektif orang pertama. Penyusunan DFI ini meliputi beberapa fase yaitu: membersihkan transkripsi dari pernyataan yang berulang-ulang, menemukan unik-unit makna yang unik dan koheren, menghilangkan unit makna yang tidak berhubungan dengan fenomena yang sedang diteliti, mengelompokkan dan menyusun kembali unit makna menjadi suatu rangkaian agar mudah dibaca dan difahami, selanjutnya adalah memberi nomor pada setiap baris deskripsi yang telah disusun untuk memudahkan proses perujukan data.

Tahap ketiga adalah mengidentifikasi tema-tema umum yang muncul pada setiap DFI terkait dengan fenomena yang diteliti. Tema-tema yang ditemukan nantinya akan memberikan gambaran secara umum mengenai kesejahteraan psikologis penghafal Al-Qur'an penyandang tunanetra. Tema-tema ini diperoleh dengan cara membaca DFI berulang kali dan dengan cermat memahami setiap proses yang terjadi pada masing-masing responden untuk dapat memperoleh gambaran kesejahteraan psikologis individu penghafal Al-Qur'an penyandang tunanetra.

Tahap keempat adalah melakukan eksplikasi pada tema-tema yang telah diperoleh. Tahap ini pada dasarnya merupakan upaya peneliti untuk membahasakan ungkapan responden dengan merefleksikan ungkapan tersebut berdasarkan transkripsi yang ada. Dalam proses ini peneliti dituntut untuk dapat memahami makna tersirat dari ungkapan responden untuk dapat diungkapkan kembali menggunakan pernyataan yang mudah difahami atau dapat berupa pernyataan mewakili beberapa ungkapan yang berkesinambungan.

Tahap terakhir adalah proses sintesis. Pada proses ini peneliti mencoba menarik kesamaan, perbedaan dan keunikan berdasarkan tema-tema yang muncul. Sintesis ini juga dapat dikatakan sebagai rangkuman dari tema-tema yang muncul pada setiap DFI.

Pada proses analisis, pengajuan pertanyaan secara berulang terhadap fenomena yang dihadapi merupakan salah satu upaya untuk memperoleh keluasan data. Beberapa hal yang juga perlu diperhatikan dalam mengajukan pertanyaan adalah intensitas, frekuensi dan durasi kemunculan suatu fenomena. Hal ini membantu peneliti untuk memilah data sebagai kategori yang tepat untuk menggambarkan fenomena yang diteliti

Uji keabsahan data dalam penelitian, sering hanya ditekankan pada uji validitas dan reliabilitas. Dalam penelitian kualitatif, temuan atau data dapat dinyatakan valid apabila tidak ada perbedaan antara yang dilaporkan peneliti dengan apa yang sesungguhnya terjadi pada objek yang diteliti. Sementara di sisi lain, reliabilitas dari suatu penelitian kualitatif sangat berbeda dengan reliabilitas pada penelitian kuantitatif. Hal ini terjadi karena terdapat perbedaan paradigma dalam melihat realitas. Menurut penelitian kualitatif, suatu realitas itu bisa bersifat majemuk atau ganda, dinamisasi atau selalu berubah, sehingga tidak ada yang konsisten, dan berulang seperti semula (Sugiyono, 2007).

Berdasarkan penjelasan di atas, maka keabsahan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik triangulasi data. Triangulasi data adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data yang telah diperoleh untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data yang telah diperoleh (Moleong, 1990). Teknik triangulasi yang paling banyak digunakan ialah pemeriksaan melalui sumber yang lain. Denzin (Moleong 1990), membedakan empat macam triangulasi sebagai teknik pemeriksaan yang memanfaatkan penggunaan sumber, metode, penyidik dan teori.

Dengan berdasarkan pada beberapa pertimbangan, maka ditentukan teknik triangulasi yang akan digunakan adalah menggunakan triangulasi sumber. Patton (Moleong, 1990), menjelaskan triangulasi sumber berarti membandingkan dan mengecek balik derajat kepercayaan suatu informasi yang diperoleh melalui waktu dan alat yang berbeda. Hal itu dapat dicapai dengan jalan membandingkan data hasil wawancara dengan orang lain dengan data hasil wawancara dengan subjek.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Subjek dalam penelitian ini berjumlah dua orang yang semuanya berjenis kelamin laki-laki. Adapun identitas subjek dalam penelitian ini, akan disajikan dalam bentuk tabel di bawah ini:

Tabel 1
Karakteristik Subjek Penelitian

Karakteristik	Subjek 1	Subjek 2
Inisial	AB	SY
Jenis Kelamin	Laki-laki	Laki-laki
Usia	32 Tahun	37 Tahun
Pendidikan	SMA	SMA
Status	Menikah	Menikah
Pekerjaan saat ini	Ustadz	Ustadz
Hafalan Al-Qur'an	30 juz	30 juz

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti melakukan analisa dari data-data yang telah diperoleh, yang bertujuan untuk lebih mengetahui bagaimana gambaran kesejahteraan psikologis penghafal Al-Qur'an penyandang tunanetra, maka peneliti melakukan analisa per subjek sebagai berikut:

Tabel 2
Rangkuman Hasil Analisa Data

Subyek	Dimensi	Interpretasi
		Gambaran Kesejahteraan Psikologis
AB	a. Penerimaan diri:	Subjek telah menerima kondisi ketunetraannya, menerima kelebihan dan kekurangannya, mampu menerima masa lalunya, mampu mengevaluasi diri secara positif, mampu menghargai diri sendiri
	b. Hubungan positif dengan orang lain	Subjek mampu menjalin hubungan yang akrab dan hangat dengan orang lain, hubungan saling percaya, mampu berempati, mengasihi orang lain, memperhatikan peningkatan kapasitas keilmuan orang lain
	c. Otonomi	Subjek cukup mandiri dalam melakukan aktivitas sehari-hari dan pengambilan keputusan tidak bergantung pada orang

	<p>d. Penguasaan lingkungan</p> <p>e. Tujuan hidup</p> <p>f. Pengembangan pribadi</p>	<p>lain. Subjek meyakini dan memegang teguh prinsip, mampu bertahan terhadap tekanan, dan mampu mengevaluasi berdasarkan standar pribadinya.</p> <p>Meskipun kesulitan dalam hal mobilitas, namun tetap dilakukan upaya agar dapat menguasai lingkungan yaitu dengan cara memanfaatkan sumber-sumber peluang di lingkungan. Subjek berupaya memahami keadaan lingkungannya dan berusaha untuk dapat mengatur situasi sekitarnya sesuai dengan apa yang sedang dibutuhkannya, dan berusaha agar kehidupannya tidak dikuasai secara dominan oleh orang lain. Subjek juga telah mampu memanfaatkan waktu yang ada dengan secara efektif.</p> <p>Subjek telah menemukan tujuan hidup dan makna hidup, hidup subjek sudah terarah dengan jelas, ada visi dan misi yang sudah ia bangun, subjek pun telah merasa hidupnya saat ini bermakna, dan subjek memegang keyakinan yang memberikannya tujuan dalam hidup.</p> <p>Subjek sadar akan potensi dan berusaha untuk mengembangkannya, terbuka pada pengalaman baru, melihat kemajuan dari waktu ke waktu, merasakan adanya pengetahuan yang meningkat dan efektif, memiliki perasaan perkembangan yang berkelanjutan, mampu melewati tahap-tahap perkembangan, dan melakukan perbaikan setiap waktu.</p>
--	---	--

SY	<p>a. Penerimaan diri:.</p> <p>b. Hubungan positif dengan orang lain</p> <p>c. Otonomi</p> <p>d. Penguasaan lingkungan</p> <p>e. Tujuan hidup</p>	<p>Subjek mampu menerima kondisi ketunetraaannya, serta kelebihan maupun kekurangannya, mampu menghargai diri sendiri, mampu menerima masa lalunya hingga kini.</p> <p>Subjek telah mampu menciptakan hubungan yang akrab dan hangat, rasa saling percaya, mengerti makna dari rasa saling memberi dan menerima, mampu berempati, dan mampu memperhatikan kesejahteraan orang lain. Hal ini termanifestasikan dalam bentuk rutinitas sedekah yang ia lakukan setiap hari sebelum shalat.</p> <p>Subjek mampu memutuskan dan memecahkan masalah dengan mandiri, tanpa terpengaruh oleh paksaan maupun bantuan orang lain, tidak mudah terpengaruh oleh orang lain, bebas menentuka pilihan, mampu bangkit sendiri dari keterpurukan, mampu memegang dengan teguh prinsip dan keyakinannya, dan mampu bertahan terhadap tekanan sosial, namun masih kurang mampu dalam mengevaluasi dirinya</p> <p>Subjek mampu memahami keadaan lingkungannya dengan baik, mampu mengatur situasi sekitarnya sesuai dengan kebutuhan dan kemampuannya, dan mampu menciptakan komunitas yang sesuai dengan kepribadian. Subjek mampu merencanakan sesuatu, sehingga subjek cukup mampu mengontrol serangkaian aktivitas.</p> <p>Subjek telah menemukan tujuan hidup dan makna hidup, hidup subjek sudah terarah dengan jelas, ada visi dan misi</p>
----	---	---

	f. Pengembangan diri	yang sudah ia bangun, subjek pun telah merasa hidupnya saat ini bermakna, dan subjek memegang keyakinan yang memberikannya tujuan dalam hidup. Dimensi ini merupakan dimensi awal yang membantu subjek dalam mencapai dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis yang lain. Subjek senang belajar dan mengembangkan diri, terutama masalah keislaman. Subjek juga merasa berubah dan perubahan merupakan bukti adanya perkembangan diri, memiliki perasaan perkembangan yang berkelanjutan, melakukan perbaikan dari waktu ke waktu, menyadari potensi dan mengembangkannya.
--	----------------------	--

B. Pembahasan

Subjek AB dan SY merupakan penghafal Al-Qur'an penyandang tunanetra. Keduanya telah berhasil menghafal Al-Qur'an sebanyak 30 juz. Subjek AB menyelesaikan hafalan Al-Qur'an ketika berusia 19 tahun, sedangkan subjek AB berhasil menyelesaikan hafalan Al-Qur'an ketika berusia 23 tahun. Keduanya saat ini berprofesi sebagai seorang Ustadz pengajar program menghafal Al-Qur'an di pondok pesantren tahfidzul Qur'an yang berbeda. Berbeda dengan subjek SY, subjek AB turut membentuk komunitas tunanetra penghafal Al-Qur'an. Komunitas ini subjek AB sebagai bentuk kepeduliannya kepada penyandang tunanetra agar memiliki paradigma positif dalam memandang kehidupan berdasarkan tuntunan Al-Qur'an.

Hadirnya dua subjek ini dalam dunia menghafal Al-Qur'an di nusantara ini sungguh merupakan fenomena yang menarik untuk diteliti. Tidak berfungsinya organ visual seharusnya mempersulit mereka dalam menghafal Al-Qur'an, akan tetapi kedua subjek cukup sanggup dalam melewati perjuangan tersebut.

Berdasarkan wawancara didapatkan bahwa kedua subjek mengalami kebutaan saat usia remaja. Sejak saat itulah proses menjadi penyandang tunanetra diawali dengan tahapan terjadinya problem penglihatan. Periode ini merupakan periode yang sangat berat bagi kedua subjek, dimana

munculnya perasaan tidak berdaya, pudarnya semangat hidup, dan menurunnya kemampuan berkomunikasi. Subjek AB dan SY mengaku merasakan munculnya emosi negatif seperti marah, sedih, kecewa, menarik diri dan stres. Subjek SY juga menyampaikan bahwa di awal fase transisi, ia merasakan kurang memiliki otonomi sebagai individu dan merasakan penolakan dari lingkungan sekitar.

Hal ini sesuai dengan penelitian Gardner & Harmon (2002) yang mengungkapkan bahwa penyandang tunanetra di usia remaja cenderung mengalami permasalahan dengan dunia eksternal dan hal ini mempengaruhi rasa bahagia dan penyesuaian sosialnya.

Beruntung keluarga tidak membiarkan kesedihan berlarut. Ibu Subjek AB berupaya untuk mengembalikan semangat subjek AB dengan berbagai macam cara seperti menghibur, dan sering melantunkan ayat suci Al-Qur'an sembari membacakan terjemahnya. Sang Ibu juga mengajak subjek AB untuk mengaji bersama Ustadz ZN, seorang Ustadz penghafal Al-Qur'an. Subjek AB yang sudah merasa tidak berdaya menuruti kemauan Ibu dan memutuskan menjadi santri di pondok pesantren yang diasuh oleh Ustadz ZN, serta menjalani program menghafal Al-Qur'an. Ayat demi ayat subjek AB hafalkan, hingga pada surat *abasa*, dimana disebutkan kedudukan seorang sahabat Rasulullah SAW yang juga seorang penyandang tunanetra yang mendapatkan predikat kemuliaan daripada bangsawan terpendang. Subjek AB pun membuat tujuan hidup yang jelas untuk menjadi seorang Hafidz Al-Qur'an sehingga ia dapat memperoleh kedudukan yang lebih mulia, sehingga dalam waktu 3 tahun subjek AB berhasil menyelesaikan hafalan 30 juz Al-Qur'an dan mendirikan komunitas tunanetra penghafal Al-Qur'an.

Berbeda dengan subjek AB, subjek SY memperoleh dukungan sosial melalui sang kakak, mengingat kedua orang tua subjek SY sudah tiada. Kakak subjek SY senantiasa memperdengarkan melalui kaset, lantunan tilawah Al-Qur'an dari imam-imam besar dunia. Subjek SY merasa terkesima dengan lantunan ayat suci Al-Qur'an yang ia dengar setiap hari. muncul rasa rindu ingin berjumpa dengan imam-imam besar tersebut, hingga membuatnya menancapkan tujuan yang jelas untuk menjadi seorang penghafal Al-Qur'an dan suatu hari nanti mengunjungi tanah suci untuk berjumpa dengan para imam besar.

Kesejahteraan psikologis (Ryff, 1989) adalah kondisi dimana individu mampu menerima kondisi dirinya, mampu membentuk hubungan yang hangat hangat dengan orang lain, mampu mengontrol lingkungan, memiliki kemandirian, memiliki tujuan dan makna dalam hidup dan mampu mengembangkan bakat serta kemampuan untuk perkembangan pribadi. Kesejahteraan psikologis merupakan pencapaian penuh dari potensi psikologis seseorang dan suatu keadaan dimana individu dapat menerima

kelebihan dan kekurangan dirinya yang didasarkan pada enam dimensi yang mewakili kriteria fungsi psikologi positif yaitu penerimaan diri, tujuan hidup, pertumbuhan personal, otonomi, penguasaan lingkungan dan hubungan positif dengan orang lain.

Berdasarkan fenomena tersebut, didapatkan bahwa dimensi tujuan hidup merupakan dimensi yang lebih dahulu terbangun oleh kedua subjek. Individu yang memiliki dimensi tujuan hidup yang positif adalah individu yang memiliki tujuan dan makna hidup dan memiliki arah dan tujuan dalam hidup (Ryff, 1989). Subjek AB dan SY sudah memiliki tujuan dan makna hidup yang jelas. kedua subjek merasakan kebermaknaan dalam hidupnya. Kedua subjek menyadari bahwa di balik penderitaan, Allah SWT berikan kemuliaan dan kebahagiaan, sebagaimana diungkapkan oleh subjek AB:

“.....apa yang kita miliki ini titipan Allah SWT, termasuk mata, semua kembali hanya kepada-Nya. Hidup ini hakikatnya ibadah. Saya malah berharap tetap seperti ini agar tidak mengotori mata dengan selalu bermaksiat kepada Allah SWT..”

Keinginan kuat untuk meraih impian dan cita-cita mereka perjuangkan melalui menjadi santri di pondok tahfidzul Qur'an. Kedua subjek terbukti memaknai hidup secara positif, tidak mengerjakan hidup asal-asalan namun memiliki target kuat yang ingin mereka wujudkan, sehingga kedua subjek telah memiliki dimensi tujuan hidup yang baik sebagaimana disampaikan Ryff (1989) bahwa dimensi tujuan hidup menekankan pentingnya mencapai tujuan, keterarahan dan percaya bahwa hidup tidak hanya sekedar dijalani melainkan memiliki tujuan dan makna.

Kedua subjek juga 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. Salah satu pernyataan bahwa subjek telah memiliki penerimaan diri terhadap kondisi ketunanetraannya adalah sebagai berikut:

“Alhamdulillah....saya sudah bisa menerima kondisi saya saat ini. Saya malah jadi lebih baik dengan kondisi saat ini. Saya jadi hafal Al-Qur'an 30 juz, yang padahal mustahil hal itu terjadi pada saya jika sebelum kondisi ketunanetraan ini.”

Ryff (1989, Compton, 2005) menyatakan bahwa Individu yang memiliki dimensi penerimaan diri yang positif adalah individu yang mampu mengevaluasi dirinya secara positif, mampu menghargai diri sendiri dan mampu menerima aspek positif dan negatif dalam dirinya. Berdasarkan hal

tersebut, dapat dikatakan bahwa dalam dimensi penerimaan diri, subjek AB dan SY sudah mampu menerima dirinya secara utuh. Merujuk dari ungkapan subjek AB di atas, bahwa subjek mampu menampilkan sikap positif terhadap kekurangan dan kelebihan serta positif terhadap kehidupan masa lalu. Hal ini menunjukkan adanya sikap penerimaan diri yang positif terhadap kondisi ketunetraannya, tidak banyak mengeluh dengan keterbatasan penglihatan dan tidak mengalami penyesalan secara berlarut-larut.

Subjek AB dan SY juga merasakan pertumbuhan diri. Kedua subjek menyadari potensi yang mereka miliki, yaitu berupa ingatan yang kuat dan mampu menghafal secara cepat. Hal ini disadari kedua subjek ketika fase awal menghafal Al-Qur'an. Potensi ini mereka kembangkan melalui latihan hafalan ataupun murajaah yang kedua subjek lakukan setiap hari. Tidak hanya kemampuan menghafal Al-Qur'an, kedua subjek juga cukup mampu menghafal wilayah yang sudah dilewati, sehingga keduanya mampu berjalan di sekitar pondok tanpa bantuan. Sikap terbuka terhadap pengalaman-pengalaman baru juga ditampilkan oleh kedua subjek. Subjek AB, selain fokus terhadap pengembangan kemampuannya sebagai seorang pendidik, ia juga mencoba hal-hal baru seperti mengikuti kursus bahasa arab dan kajian kitab Al-Hikam. Subjek SY, selain fokus menjadi guru di pondok pesantren, juga mencoba hal-hal baru seperti berwirausaha dan belajar ilmu pengobatan kenabian seperti bekam. Kedua subjek mengakui bahwa merasakan pertumbuhan diri yang selalu meningkat dari waktu ke waktu, dan hal ini penting bagi mereka.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat ditegaskan kembali bahwa kedua subjek memiliki potensi-potensi yang selalu dikembangkan. Dengan demikian, kedua subjek telah memenuhi kriteria memiliki dimensi pertumbuhan diri, sebagaimana diungkapkan oleh Ryff (1989) bahwa individu yang memiliki dimensi pertumbuhan diri yang baik adalah individu yang sadar dan mampu mengembangkan potensi diri, merasakan perubahan, terbuka pada hal baru (Compton, 2005). Ryff juga menyatakan bahwa individu tersebut juga memiliki perasaan perkembangan yang berkelanjutan, dan merasakan adanya pengetahuan yang meningkat dan efektif (Keyes & Waterman, 2003).

Subjek AB dan SY juga sama-sama memiliki dimensi otonomi yang baik. Keduanya sudah mampu untuk mencari uang sendiri melalui profesinya sebagai pendidik. Bahkan keduanya juga telah menikah dan menafkahi keluarga mereka masing-masing. Hal tersebut juga diungkapkan oleh salah satu subjek penelitian dalam pernyataan berikut ini:

“Alhamdulillah, selain sebagai pengajar di pondok saya juga berwirausaha, jualan produk herbal-herbal. Penghasilan InshaaAllah cukup untuk membiayai kehidupan keluarga.”

Berdasarkan hasil observasi, kedua subjek telah menunjukkan adanya kemandirian dalam melakukan aktivitas sehari-hari seperti berangkat dan pulang dari masjid dengan berjalan kaki menggunakan tongkat sendiri, mencuci pakaian dan memasak nasi juga sudah dapat dilakukan sendiri. Kemandirian kedua subjek juga terlihat dari pengambilan keputusan yang sudah tidak banyak bergantung dengan orang lain. Subjek AB dan SY sepenuhnya sadar bahwa keputusan yang ia ambil adalah untuk dirinya dan pertanggung jawaban di hadapan Allah SWT kelak. Hal ini sesuai dengan pernyataan Ryff (1989) yang menyatakan bahwa individu berdimensi otonomi yang positif adalah individu yang bebas menentukan pilihan, mampu bertahan terhadap tekanan sosial, dan mampu mengendalikan diri (Compton, 2005).

Subjek AB dan SY juga memiliki masalah yang sama dalam hal penguasaan lingkungan, dimana kondisi lingkungan yang tidak kondusif, dan cobaan internal seperti malas, capek, dan bosan pasti subjek alami. Begitupula hambatan dalam hal mobilitas, akan tetapi keduanya tetap mengupayakan agar dapat menguasai lingkungan dengan baik. kemampuan keduanya dalam mengingat suatu rute membuat kedua subjek cukup mampu menguasai lingkungan, selain itu keduanya cukup mampu memanfaatkan sumber-sumber peluang untuk mengembangkan diri secara kreatif, seperti ikut berperan aktif dalam kegiatan masyarakat, pondok pesantren, komunitas tunanetra menghafal Al-Qur'an. Hal ini sesuai dengan Ryff (1999) yang menyatakan bahwa individu yang memiliki penguasaan lingkungan yang baik adalah individu yang mampu manajemen suatu lingkungan yang kompleks, memilih dan menciptakan komunitas yang sesuai dengan pribadi (Keyes & Waterman, 2005).

Berdasarkan hasil penelitian pada subjek AB dan SY, peneliti juga berhasil mengungkapkan bahwa kedua subjek mampu membina hubungan positif dengan orang lain. Berdasarkan observasi nampak bahwa kedua subjek aktif dalam mengajar baik santri normal maupun penyandang disabilitas. Subjek AB dan SY cukup mampu berbaur dengan para santri maupun para pengajar lainnya yang berada dalam kondisi normal. Sebagaimana yang diungkapkan oleh salah satu subjek:

“Saya bergaulnya biasa saja, tidak ada perbedaan. Yang tunet ya enak, yang normal ya juga enak. Yang normal ya sangat mendukung, mereka peduli banget sama saya...bahkan sayang, saya juga sayang. Namanya sama sama saudara satu perjuangan. Santri-santri disini juga sudah saya anggap anak saya sendiri, makanya saya peduli banget sama mereka dan pasti marah kalau mereka malas menghafal Al-Qur'an”

Berdasarkan pernyataan di atas, dapat disimpulkan bahwa kedua subjek menjalin hubungan yang baik dengan sesama pengajar maupun dengan para siswa, bahkan berdasarkan wawancara dengan santri, subjek AB merupakan pengajar yang sangat baik, ia sangat peduli dengan para santri, namun juga tidak segan-segan bersikap tegas menegur santri yang tidak disiplin, bahkan berani menghukum. Hal ini senada dengan subjek SY yang tidak ragu memarahi santri yang malas dalam menghafal Al-Qur'an, namun kemarahan itu tidak berlangsung lama. Hal ini sebagaimana menurut Ryff (1989, dalam Compton, 2005) yang menyatakan bahwa Individu yang memiliki hubungan positif adalah individu yang mampu menciptakan hubungan yang dekat dan hangat dengan orang lain, memperhatikan kesejahteraan orang lain, mampu berempati dan mengasihi orang lain.

Tumbuhnya kesejahteraan psikologis yang baik pada kedua subjek turut dipengaruhi oleh dukungan sosial. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hume (Bausserjones, 2002) yang menyebutkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis. Melihat dari dukungan keluarga, subjek AB dan SY memperoleh dukungan penuh dari seluruh keluarga, bahkan ketika fase awal kebutaan keluarga khususnya Ibu setia mendampingi dan mengarahkan subjek agar kembali semangat dan positif dalam menjalani hidup. Subjek AB dan SY juga sudah menikah dan mendapatkan dukungan yang penuh dari pasangannya masing-masing.

Menurut Ryff dkk (1999 dalam Ryan & Deci, 2001) Status sosial ekonomi berpengaruh pada dimensi penerimaan diri, otonomi, tujuan hidup, penguasaan lingkungan, dan pertumbuhan pribadi. Status sosial ekonomi keluarga kedua subjek berada pada taraf "middle low." Subjek AB dan SY sudah terbiasa dengan kondisi perekonomian yang buruk sehingga membuat mereka harus *survive* dalam menghadapi berbagai tantangan hidup. Keterbatasan ekonomi keluarga inilah yang menyebabkan dimensi otonomi dan penguasaan lingkungan kedua subjek memiliki nilai yang tinggi. Sehingga dapat dilihat bahwa kedua subjek mampu mandiri dalam memutuskan dan memecahkan masalah seberat apapun.

Status sosial ekonomi juga berkaitan dengan kondisi pendidikan. Saat ini kedua subjek bertugas sebagai pengajar di pondok pesantren yang berbeda, selain menghafal Al-Qur'an, para subjek juga belajar berbagai macam ilmu, seperti bahasa Arab, dan berbagai kitab kuning. Kedua subjek juga selalu mengikuti kemajuan zaman setiap waktu, baik melalui internet (*google audio*), informasi sesama pengajar maupun dari buku-buku bacaan *braille*. Pembelajaran di pondok membuat pengetahuan subjek meningkat, dan dengan bekal agama yang baik, subjek mampu berfikir dan bertindak dengan cara yang benar.

Para subjek juga kerap bertemu dengan pengalaman-pengalaman baru baik yang besar maupun berkesan, yang mampu menumbuhkan keinginan-keinginan yang baru, sehingga menumbuhkan tujuan dan makna hidup. Keberhasilan menjadi seorang Hafidz Al-Qur'an meningkatkan kepercayaan diri dan harga diri subjek. Sehingga subjek pun mampu menghargai dirinya. Kondisi pendidikan ini berpengaruh pada dimensi otonomi, tujuan hidup, pengembangan diri, dan penerimaan diri.

Hal ini dapat dilihat dari pengakuan kedua subjek yang menyatakan bahwa diri mereka berubah. Seperti subjek AB yang awalnya adalah individu yang pemalas, menyalahkan ketentuan Tuhan, lalu menjadi pribadi yang sangat mencintai Al-Qur'an, dan berupaya mengajarkannya kepada orang lain dengan membentuk komunitas tunanetra penghafal Al-Qur'an. Ia bertekad kuat agar individu penyandang tunanetra untuk mengubah paradigmanya yang cenderung negatif. Kemudian Subjek SY yang merupakan seorang individu yang nakal dan tidak pernah mengerjakan shalat, menjadi pribadi yang taat dan selalu mengerjakan shalat berjamaah, bahkan mengamalkan ibadah-ibadah sunnah. Perubahan ini terjadi setelah kedua subjek menemukan tujuan hidup yang jelas. Dimensi tujuan hidup ini bangkit setelah kedua subjek memahami ayat-ayat dalam Al-Qur'an.

Religiusitas juga turut berpengaruh. Seperti pada penelitian Wall dan Zarit, 1999 (Papalia, et, all, 2003) bahwa individu yang merasa mendapat dukungan dari tempat peribadatan cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi. Mereka sangat bersyukur kepada Tuhan dan selalu berusaha untuk lebih mendekatkan diri kepadaNya. Seperti subjek AB yang selalu melaksanakan shalat tahajud dan lebih sering berdoa, dan memenuhi seluruh indikator dimensi kesejahteraan psikologis. Hal itu terjadi pula pada subjek SY yang juga rutin dalam melaksanakan shalat tahajud.

Kondisi saat kedua subjek belum menghafalkan Al-Qur'an, menunjukkan karakteristik pertumbuhan personal yang negatif namun setelah memutuskan menjadi penghafal Al-Qur'an, memahami isinya dan menemukan tujuan hidup yang jelas, Subjek AB melakukan perubahan dalam diri yang ditandai dengan upaya untuk lebih dalam mempelajari Al-Qur'an dan mendirikan komunitas tunanetra penghafal Al-Qur'an. Sementara Subjek SY sebelum menghafal Al-Qur'an merasa dirinya tidak dapat berkembang dan tidak dapat melihat arah dalam kehidupannya, namun setelah menjadi penghafal Al-Qur'an subjek menemukan arah hidup. Uraian tersebut menjelaskan bahwa pengalaman dan perubahan diri menjadi seorang penghafal Al-Qur'an mempengaruhi kesejahteraan psikologis.

Perubahan kondisi kesejahteraan psikologis subjek dipengaruhi oleh berbagai macam faktor, antara lain adanya dukungan sosial, perubahan tingkat tingkat religiusitas, serta pengalaman hidup. Karakteristik kepribadian ditandai dengan tipe kepribadian yang dimiliki individu. Saat ini subjek telah

menunjukkan indikator yang positif dari dimensi-dimensi tujuan hidup, penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, penguasaan lingkungan, lingkungan, dan pertumbuhan personal.

IV. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Individu penghafal Al-Qur'an penyandang tunanetra memenuhi seluruh indikator dari seluruh dimensi kesejahteraan psikologis. Subjek AB dan SY mampu menerima dirinya apa adanya, mampu mengontrol hubungan yang hangat dengan orang lain, mampu memutuskan dan mengatasi masalah secara mandiri, mampu mengontrol lingkungannya agar sesuai dengan kebutuhannya, memiliki tujuan dan makna hidup yang jelas untuk menjadi individu yang bermanfaat bagi orang lain dan beribadah sebagai hamba Allah SWT, dan menyadari serta memanfaatkan potensi yang ada secara berkesinambungan.
2. Peningkatan kesejahteraan psikologis disebabkan oleh adanya dukungan sosial, berupa dukungan yang bersumber dari keluarga, pasangan dan kelompok. Peningkatan kesejahteraan psikologis dapat dirasakan keduanya, setelah kebermaknaan hidup (tujuan hidup yang jelas) berhasil diraihinya. Dimensi tujuan hidup merupakan fondasi awal tegaknya religiusitas yang membantu subjek dalam mencapai dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis yang lain, dimulai dari dimensi penerimaan diri, kemudian berlanjut pada dimensi kemandirian, penguasaan lingkungan, pertumbuhan personal dan hubungan positif dengan orang lain.

B. Saran

Adapun saran untuk penelitian selanjutnya, hendaknya menambah subjek penelitian dengan jenis kelamin perempuan, agar diperoleh dinamika kesejahteraan psikologis yang lebih beragam. Selain itu penelitian juga dapat dilakukan kepada para penghafal Al-Qur'an penyandang disabilitas lainnya dari usia anak maupun remaja, mengingat beberapa penghafal Al-Qur'an penyandang disabilitas berada pada usia anak dan remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Budianto, E. (2019, 11 Mei). Pria Tuna Netra di Mojokerto ini Penghafal Al-Qur'an sejak usia 8 tahun. Detiknews (on-line). Diakses pada tanggal 20 Juni 2019 dari <https://news.detik.com/berita-jawa-timur>
- Crews, J. & Campbell, V. A. (2004). Vision impairment and hearing loss among community-dwelling older americans: Implications for health and functioning. *American Journal of Public Health*, 94, 823-829.
- Compton, W. C. (2005). *An introduction of Positive Psychology*. USA: Thomson Wardsworth.
- Daradjat, Z. (1985). *Ilmu jiwa agama*. Jakarta: Bulan bintang.
- Delphie, B. (2006). Pembelajaran anak berkebutuhan khusus. Bandung : Refika Aditama
- Indie. (2009). *Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Ibu Yang Memiliki Anak Retardasi Mental*. Diakses 12 juni 2019 dari <http://www.Indiegost.Blogspot.com>.
- Keyes, Corey L. M. & Waterman, M. B. (2003). Dimensions of well-being and mental health in adulthood. Dalam Bornstein, Marc. H, Davidson, L. & Moore, K.A. *Well being, Positive development across the life course* (Hal. 477-497). London. Laurence erlbaum associates publishers.
- Maulana, Y. (2019, 10 Mei). Kebutaan Antarkan Nu'man Tsabits menjadi Seorang Hafidz Al-Qur'an. Detiknews (on-line). Diakses pada tanggal 20 Juni 2019 dari <https://news.detik.com/berita-jawa-timur>
- Moleong, L.J. (2007). *Metodologi penelitian kualitatif edisi refisi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Papalia, D. E, Old, Feldman. (2001). *Human Development*. New York: McGraw-Hills.
- Ryff, C. D. (1989). Happines is Everything or is It? Exploration On The Meaning of Psychological Well Being. *Journal Of Personality and Social Psychology* 57. 1069-1081.
- Ryff, C. D. Singer, Burton H. (2008) Know Theyself and Become What You Are: An Eudaimonic Approach to Psychological Well-being. *Journal of Happiness Studies* 9:13–39 DOI 10.1007/s10902-006-9019-0. Diperoleh dari www.ebscohost.com.

- Sardegna, J., Shelly, S., Rutzen, A. R., & Steidl, S.M. (2002). *The encyclopedia of blindness and vision impairment*. New York: Facts On File, Inc
- Snyder, C.R; Lopez, Shane J. 2002. *Handbook of Positive Psychology*. NewYork: Oxford University Press.
- Smith, J.A. (2013). *Dasar-dasar Psikologi Kualitatif, Pedoman Praktis Metode Penelitian*. Bandung: Nusa Media
- Subandi, M.A. (2009). *Psikologi dzikir “ studi fenomenologi pengalaman transformasi religius”*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sugiyono, (2007). *Memahami penelitian kualitatif*. Bandung:Alfa Beta.
- Zhong, B., Li, W., Liu, X., Huang, X., Dai, X., Hu, Q., Zhang, H., & Xu, H. (2013). Depressive symptoms among the visually disabled in Wuhan: An epidemiological survey. *Shanghai Archives of Psychiatry*, 25(5), 306-313.