



Psychological Well-Being pada Mahasiswa Muslim Penyandang Disabilitas Netra

Ahmad Mujahid

Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Institut Agama Islam Negeri Surakarta

Abstract

The purpose of this research is to describe the psychological well-being of muslim students who are blind in IAIN Surakarta. The method used is a qualitative descriptive that uses a phenomenological approach, with two 22-25 years old research subjects that have been gradually in school age. Data collection through interviews and observations, and supported by literary studies. The result of this research, (1) There is already a non-structural institution that oversees the student with disabilities namely, " Pusat Studi Layanan Disabilitas (PSLD/UKMD) IAIN Surakarta, but has not run to the fullest. (2) The dimension of psychological well-being that is lacking in the subjects is a, positive relationship with others on both subjects, and the purpose in life on the first subject. This research is made to be a reference for stakeholder in planning facilities, infrastructure, and nonphysical accessibility at IAIN Surakarta.

Keywords: blind disability; psychological well-being; students

Abstrak

Tujuan penelitian ini untuk mendeskripsikan kesejahteraan psikologis (psychological well-being) pada mahasiswa muslim disabilitas netra di IAIN Surakarta. Metode yang digunakan adalah kualitatif deskriptif yang menggunakan pendekatan fenomenologi, dengan dua subjek penelitian berusia 22-25 tahun yang mengalami kebutaan secara berangsur diusia sekolah. Pengumpulan data melalui wawancara dan observasi, dan didukung dengan studi literatur. Hasil dari penelitian ini adalah (1) Sudah ada lembaga non struktural yang menaungi mahasiswa disabilitas yakni Pusat Studi Layanan Disabilitas (PSLD/UKMD) IAIN Surakarta, namun belum berjalan secara maksimal. (2) Dimensi kesejahteraan psikologis yang kurang pada subjek adalah, hubungan positif dengan orang lain

Coresponding author

Email: ahmad.creatoz@gmail.com

(positive relationship with others) pada kedua subjek, dan tujuan hidup (purpose in life) pada subjek pertama. Penelitian ini diharapkan menjadi rujukan bagi pemangku kepentingan (stakeholder) dalam hal perencanaan sarana, prasarana, dan aksesibilitas nonfisik di IAIN Surakarta.

Kata kunci: disabilitas netra; mahasiswa; psychological well-being

Pendahuluan

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. 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 (Abdul Majid et al., 2015).

Menjadi seorang penyandang disabilitas netra pasti akan mengalami kesulitan dalam menjalani kehidupan sehari-hari dan kesulitan dalam menghadapi masalah yang datang. Irwanto, dalam Brebahama & Listyandini (2016) menyebutkan bahwa penyandang disabilitas yang dalam kesehariannya disebut sebagai “orang cacat” sering dianggap sebagai warga masyarakat yang tidak produktif serta tidak mampu melaksanakan tugas dan tanggungjawabnya sehingga cenderung diabaikan.

Pada lingkungan perguruan tinggi, disana disabilitas netra menjadi minoritas, kondisi sarana dan prasarana yang terbatas sering kali menyulitkan disabilitas netra untuk bepergian secara mandiri ke berbagai tempat. Sunardi dalam Rahma (2015) menjelaskan, 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 di perguruan tinggi yang belum cukup memiliki lingkungan pembelajaran inklusi, namun sudah menerima mahasiswa disabilitas netra sebagai peserta didiknya. Hal ini dirasakan oleh kedua informan penelitian, dalam proses pembelajaran dosen, staff, dan masyarakat kampus masih rendah akan kesadaran adanya mahasiswa yang memiliki keterbatasan fisik, bahkan salah satu informan pernah sampai masuk selokan hingga tubuhnya lecet (Wawancara, FR, dan DK Desember 2019)

Fenomena lain dijumpai saat proses ujian semesteran, kedua informan merasa kurang diberi kemudahan atas keterbatasannya, yakni harus menunggu orang sukarela untuk membacakan teks soal.

Konvensi internasional mengenai hak-hak penyandang disabilitas (*Convention on the Rights of Persons with Disabilities*) yang telah diratifikasi oleh Indonesia dalam UU No. 19 Tahun 2011 mengatur berbagai hak yang harus dipenuhi negara pihak. Sebagian hak sudah diupayakan dan direalisasikan oleh pemerintah, seperti: pembangunan sekolah luar biasa, dibangunnya fasilitas-fasilitas di beberapa gedung, penerjemah berita penyandang disabilitas rungu/tuli di televisi, transportasi khusus disabilitas dan sebagainya, walaupun masih minim dan kadang tidak terurus.

Salah satu hak dari penyandang disabilitas adalah mendapatkan kesejahteraan dan pemberdayaan hal tersebut diatur dalam Pasal 16 Undang-undang No. 4 Tahun 1997. Pasal tersebut menjelaskan mengenai hal yang harus diperhatikan oleh masyarakat dan pemerintah adalah mengenai kesejahteraan dan salah satu kesejahteraan adalah kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* sangat penting, karena seseorang dengan kesejahteraan psikologis yang tinggi akan terbebas dari kesehatan mental negatif seperti terbebas dari kecemasan, stres, depresi, dan lain-lain, sehingga dapat tercapainya kebahagiaan, rasa damai, aman, nyaman, tentram dan dapat mengembangkan potensi yang dimiliki ke arah positif.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Harimukthi & Dewi (2014), tentang “Eksplorasi Kesejahteraan Psikologis Individu Dewasa Awal Penyandang

Tunanetra”, dari dua subjek laki-laki dengan buta total (*totally blind*) pada usia 20-40 tahun. Hasilnya adalah semua subjek mengalami perubahan akibat kebutaan yang dialaminya ketika usia dewasa awal. Diawal munculnya gejala, menurunnya kemampuan berkomunikasi, penurunan kemampuan mobilisasi, dan respon emosi negatif diungkap semua subjek sebagai anteseden menurunnya kesejahteraan psikologis mereka. Sedangkan peningkatan kesejahteraan psikologis disebabkan oleh adanya dukungan sosial berupa dukungan emosi, informasi, dan instrumental yang bersumber dari keluarga, pasangan, teman, dan kelompok. Meskipun keduanya memiliki strategi coping yang berbeda, namun peningkatan kesejahteraan psikologis dapat dirasakan keduanya, setelah penerimaan diri berhasil diraihinya. Selain itu, munculnya dimensi religiusitas dalam pencapaian kesejahteraan psikologis dan kebahagiaan kedua subjek menunjukkan adanya keterkaitan diantara keduanya.

Penelitian serupa juga dilakukan oleh Brebahama & Listyandini (2016), penelitian kuantitatif dengan jumlah 36 responden, dengan usia dewasa muda (20-40 tahun), dan berdomisili di DKI Jakarta. Berdasarkan hasil pengolahan data, dari 36 responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini, 69% orang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) yang tergolong tinggi. Sementara itu, tingkat kesejahteraan psikologis 31% orang lainnya masih tergolong rendah. Bila ditinjau dari dimensinya, tampak bahwa dimensi kesejahteraan psikologis yang paling tinggi adalah pada aspek *personal growth*, sedangkan aspek yang paling rendah adalah pada dimensi *autonomy*.

Pada penelitian pertama kesejahteraan psikologis disebabkan oleh adanya dukungan sosial berupa dukungan emosi, informasi, dan instrumental yang bersumber dari keluarga, pasangan, teman, dan kelompok. Pada penelitian kedua dimensi kesejahteraan psikologis paling tinggi adalah aspek *personal growth* dan *autonomy*.

Berbeda dengan berbagai kajian yang telah dilakukan di atas, peneliti yang berkuliah di IAIN Surakarta masuk tahun ke 3, mengamati bahwa ada mahasiswa disabilitas tiap angkatan, didominasi oleh disabilitas netra. Ada beberapa temuan yang menurut peneliti menarik dan penting yakni, (1) Prevalensi mahasiswa/i disabilitas di IAIN Surakarta kurang lebih 0,3 % tiap

angkatan (jika diasumsikan 1 angkatan adalah sekitar 3000 mahasiswa, berarti kurang lebih ada 10 mahasiswa per angkatan). (2) Lembaga yang menaungi mahasiswa disabilitas yakni PSLD/UKMD IAIN Surakarta bersifat lembaga non struktural, itu artinya lembaga yang resmi namun tidak diberi dana oleh kampus. (3) Kegiatan untuk mahasiswa disabilitas masih sedikit, sehingga tidak banyak mahasiswa disabilitas yang bisa menyalurkan minat dan bakatnya. Sehingga dari referensi di atas, peneliti bermaksud mengetahui gambaran *psychological well-being* pada mahasiswa muslim penyandang disabilitas netra dilingkup IAIN Surakarta, untuk kemudian bisa menjadi rujukan bagi pemangku kepentingan (*stakeholder*) dalam perencanaan sarana dan prasarana.

Metode

Penelitian ini adalah kualitatif deskriptif dengan pendekatan fenomenologi untuk memberikan gambaran tentang suatu arti dari pengalaman-pengalaman beberapa individu mengenai suatu konsep tertentu (Sugiyono, 2017). Informan penelitian dipilih dengan teknik *Snowball sampling*. *Snowball sampling* merupakan suatu teknik pengambilan sampel atau subjek penelitian dengan bantuan *key-informan*, dan dari *key informan* tersebut akan berkembang sesuai kriteria yang diberikan. Subjek penelitian adalah mahasiswa IAIN Surakarta, kriteria tunanetra ringan (*low vision*), dan berat (*totally blind*). Adapun karakteristik subjek sebagai berikut,

Tabel 1
Karakteristik Subjek Penelitian

Karakteristik	Subjek 1	Subjek 2
Inisial	DK	FR
Jenis Kelamin	Laki-laki	Laki-laki
Agama	Islam	Islam
Usia	22 tahun	25 tahun
Pendidikan	Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam tahun ke-3 IAIN Surakarta	Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam tahun ke-4 IAIN Surakarta
Diagnosa awal	Usia sekolah dasar	Usia sekolah dasar

Lain

Penerima Beasiswa Bidikmisi
angkatan 2017Koordinator Pusat Studi Layanan
Disabilitas (PSLD/UKMD) IAIN
Surakarta

Teknik pengumpulan data primer menggunakan wawancara semi terstruktur dengan mengadakan tatap muka secara langsung antara orang yang menjadi sumber data atau objek penelitian untuk memperoleh data yang valid berdasarkan pengalaman yang telah dialami informan. Kemudian Observasi partisipan dengan tujuan untuk mengetahui kondisi yang terjadi di lapangan. Peneliti mengamati observee saat berinteraksi dengan orang normal (saat berdiskusi, beradaptasi), cara belajar, dan penyelesaian masalah. Karena peneliti berada diorganisasi yang sama, sehingga peneliti sebelumnya sudah melakukan pengamatan awal, namun belum detail. Sehingga diperlukan pengamatan lagi untuk mendapatkan informasi sesuai dengan dimensi kesejahteraan psikologis.

Sedangkan sumber data sekunder melalui studi web dan dan studi pustaka yang sudah ada ketika melakukan *fieldwork* terkait dengan tema penelitian. Adapun teknik validasi data dengan triangulasi data dan *member checking* yang bertujuan untuk mengecek kebenaran data dengan cara membandingkan data yang didapat dari sumber lain, dari berbagai penelitian lapangan yang pernah dilakukan.

Cara triangulasi data yaitu, *Pertama*, dengan membandingkan hasil pengamatan pertama dengan pengamatan selanjutnya. *Kedua*, membandingkan antara data hasil pengamatan dan hasil wawancara. Membandingkan hasil wawancara pertama dan wawancara berikutnya. Penekanan terhadap hasil perbandingan ini bukan dilihat dari masalah kesamaan pandangan atau pendapat semata, namun lebih pada alasan terjadinya perbedaan antara informan satu dengan informan lainnya (Sugiyono, 2017).

Hasil dan Pembahasan

Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well Being*).

Model Kesejahteraan Psikologis dibangun oleh Ryff & Keyes (1995) dengan memadukan teori perkembangan manusia, teori-teori klinis mengenai pertumbuhan diri, dan literatur-literatur kesehatan mental. Secara lebih khusus, teori perkembangan yang digunakan adalah teori psikososial dari Erikson, teori perkembangan menurut Buhler, dan teori Neugarten mengenai perkembangan kepribadian. Teori-teori klinis yang turut dijadikan dasar adalah teori Maslow mengenai aktualisasi diri, teori Rogers mengenai individu yang berfungsi sepenuhnya, teori kematangan dari Allport, dan teori Jung mengenai proses individuasi (Hidalgo et al., 2010).

Mills dalam Harimukthi & Dewi (2014) menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan indikator keseimbangan antara dampak negatif dan positif dari suatu kondisi yang dialami individu.

Psychological well-being ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, menurut Abas dkk dalam Aminah (2015) yaitu jenis kelamin, latarbelakang budaya, kelas sosial, tingkat ekonomi, kepribadian, pekerjaan, keluarga, pendidikan, religiusitas, dan kesehatan serta fungsi fisik seseorang. Kondisi religiusitas melalui ekspresi keagamaan dipaparkan oleh Rose (1997) dapat menekan keterbatasan yang dimiliki seseorang.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis secara umum dapat diartikan sebagai suatu bentuk kepuasan terhadap aspek-aspek hidup sehingga mendatangkan atau menimbulkan perasaan bahagia dan perasaan damai pada hidup seseorang, namun standar kepuasan pada setiap orang berbeda sehingga hal ini bersifat subjektif. Kesejahteraan psikologis penting karena memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi sakan mendukung kesehatan yang lebih baik, memperpanjang umur, meningkatkan usia harapan hidup, dan menggambarkan kualitas hidup dan fungsi individu.

Disabilitas Netra

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI V), penyandang diartikan dengan orang yang menyandang (menderita) sesuatu. Sedangkan disabilitas merupakan kata bahasa Indonesia yang berasal dari kata serapan bahasa Inggris disability (jamak: disabilities) yang berarti cacat atau ketidakmampuan. Menurut Pertuni (Persatuan Tunanetra Indonesia), tunanetra adalah mereka yang tidak memiliki penglihatan sama sekali (buta total) hingga mereka yang masih memiliki sisa penglihatan, tetapi tidak mampu menggunakan penglihatannya untuk membaca tulisan biasa berukuran 12 point dalam keadaan cahaya normal meski pun dibantu dengan kacamata (kurang awas).

Penyebab seseorang mengalami disabilitas netra berdasarkan waktu kejadiannya, yaitu : sebelum lahir, ketika proses kelahiran, sejak dilahirkan, ketika usia sekolah, ketika dewasa dan ketika lanjut usia. Dalam hal ini peneliti mengambil sampel mahasiswa yang disabilitas netra saat usia sekolah.

Dimensi Kesejahteraan Psikologis

Ryff mendefinisikan konsep kesejahteraan psikologis dalam enam dimensi, yakni dimensi penerimaan diri, hubungan yang positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi (Bradburn, 1969).

Penerimaan diri (self-acceptance)

Dimensi ini merupakan suatu bagian yang sentral dari kesehatan mental. Ryff menyimpulkan bahwa penerimaan diri mengandung arti sebagai sikap yang positif terhadap diri sendiri. Sikap positif ini adalah mengenali dan menerima berbagai aspek dalam dirinya, baik yang positif maupun negatif, serta memiliki perasaan positif terhadap kehidupan masa lalunya.

Ryff menyimpulkan bahwa penerimaan diri mengandung arti sebagai sikap yang positif terhadap diri sendiri. Hasil wawancara kedua informan menunjukkan adanya penerimaan diri yang positif,

“Awalnya aku saat kelas 5 gak merasakan apa-apa mas, cuma tiba-tiba pas jalan itu kadang ada kayak kabut-kabutnya dan sempet nyenggol orang, dan orang itu bilang ke ibuku suruh meriksain ke dokter. Tapi yo jenenge aku yo jek cilik ngeyel-ngeyelan. Nek berobat, sebenere wes mas, pertama itu di jebres rumah sakit moewardi, disitu dikasih obat cuma aku gak mau minum mas. Dari SD aku masih bisa baca normal, SMP dan SMA juga masih agak bisa baca tapi kabur. Aku SMA di SMA Muhammadiyah 6 di Banyuanyar mas, bareng sama mas FR Wahyu yang sekarang kakak tingkat di BKI.” (W1.14 dan W.1.28)

DK sudah mengalami disabilitas netra sejak kecil, dan merasakan proses penurunan secara berangsur, dia sekolah di SD dan SMP penDKan biasa (normal), kemudian SMAnya yang pendidkan luar biasa (berkebutuhan khusus).

FR juga mengalami penurunan secara berangsur, walaupun sejak TK dan memasuki SD sudah didiagnosis.

Iya mas gpp.. iya bener mas sejak lahir tapi penurunan berangsur mas... awal e rodo isoh ndelok pas SD. Tapi sejak kecil aku sudah didiagnosa mas sejak TK. (W2.19)

FR setiap hari dijemput oleh orang tuanya, yang mengantarkan latihan untuk kompetisi, dan aktivitas aktualisasi lainnya.

Iya mas, kalau orang tua saya kerja jualan mas, diwarung kelontong pinggir jalan. Dadi ganti-gantian ngono mas, jemput aku karo jogo omah. Uwes mas, sering malah. Wong koyo ngene ki sering dadi subjek penelitian mas...hahaha. (W2.17 & W.2.4)

Namun ada beberapa yang masih menjadi kendala informan yakni saat tugas kelompokkan. Ya itu mas, yang tak sayangkan dari temen-temen itu saat kelompokkan. Terutama saat presentasi, terkadang aku diberi kesempatan bicara sedikit. Mereka gak tau aku sih, ngertinya mereka, aku itu disabilitas netra dah itu aja. (W1.84)

Sikap positif ini adalah mengenali dan menerima berbagai aspek dalam dirinya, baik yang positif maupun negatif, serta memiliki perasaan positif terhadap kehidupan masa lalunya. Dari kedua informan secara garis besar aspek penerimaan dirinya sudah cukup baik, hanya saja terkadang dalam lingkungan kelompok, orang lain masih belum bisa memposisikan dirinya (informan). Hal ini terkait dengan bagaimana merespon kebutuhan

disabilitas netra yakni, pertama, yang harus diingat adalah ketika kita ingin menyediakan atau menyebarluaskan informasi, hendaknya kita berpikir apakah informasi yang kita buat dapat dipahami oleh *low vision*/netra atau kesulitan belajar (*learning disability*). Kedua, untuk dapat membuat informasi yang lebih aksesibel, penting untuk memodifikasi bentuk media informasi dalam format tertentu, misalnya mencetak dalam font yang besar agar dapat diakses oleh individu *low vision*. Ketiga, memberikan layanan “*communication support*”, yang bertujuan agar penyandang disabilitas lebih memahami informasi yang ada, misalnya membacakan teks tertentu untuk tunanetra atau audiobook dalam proses pembelajaran (aksesibilitas non fisik) (Syafi’ie, 2014).

Hubungan yang positif dengan orang lain (positive relationship with others)

Didasarkan pada berbagai teori, Ryff mendefinisikan dimensi hubungan yang positif dengan orang lain sebagai dimensi yang mencerminkan kemampuan seseorang untuk menjalin hubungan yang hangat, saling mempercayai, dan saling mempedulikan kebutuhan serta kesejahteraan pihak lain. Kendala dalam tugas kelompok dialami kedua informan saat dikuliah, yakni informan tidak selalu dilibatkan dalam pengerjaan tugas.

Iya mas, tapi sebenarnya masih ada yang kendala dan gak enak itu saat kelompokkan mas. Aku merasa, aku itu bisanya apa dimata mereka, sebenarnya kalau aku ditawari kerjasama ini.. itu.. selama aku bisa ya aku jalankan semaksimal mungkin mas, misal disuruh bicara tentang ini... berpikir tentang ini.., tapi kadang tugas kelompok itu tau-tau udah jadi... la aku akhirnya gak tau mas saat presentasi. Aku merasa gak dapat jatah.. (W1.42)

Hubungan informan saat berinteraksi dengan orang lain, dia sudah menemukan kuncinya yakni harus aktif memula obrolan dulu.

Hmm.. pertama yo kenalan nama, jurusan, suwe-suwe yo kenal, ngobrol bareng. Yowes semakin lama, semakin bisa....akhirnya disitu aku bisa menyimpulkan kalau aku mau bicara, aku bisa kenal sama banyak orang, tapi kalau aku diem gak akan bisa apa-apa. (W1.54)

Informan mengaku, ya mau tidak mau harus berkata jujur terhadap kekurangannya, agar orang lain bisa memaklumi dan mendapat dukungan. Tapi terkadang apa yang diharapkan informan tidak selalu berjalan mulus. Pernah

informan bingung mau minta bantuan siapa, akhirnya terperosot di selokan hingga menyebabkan luka lecet-lecet.

Iya mas, akhirnya aku juga mulai buka-buka ke temen-temen, bahwa aku itu gini... gini.. akhirnya teman-teman ya banyak yang bisa menerima. Terus juga didukung sama anak-anak bidikmisi, awalnya juga canggung juga diorganisasi gitu beda sendiri. (W1.56)

Temen-temen itu kalau gak dimintai tolong, kadang gak inisiatif nolong aku mas. Gimana ya mas, bukannya aku mau dikasihani tapi ya itu keterbatasanku. Aku berani bilang, tingkat kesadaran mahasiswa iain untuk peduli dengan mahasiswa difabel kayak saya ini, saya berani bilang 2 dari 10 mas nilainya. Itu benar minim banget to mas, seharusnya itu mahasiswa sadar mas bahwa disini itu tidak hanya interaksi dengan orang normal dan kita itu tidak sendiri, tapi juga ada yang difabel yang perlu bantuan dikondisi tertentu, tapi kenapa mereka malah bantu orang lain yang sebenarnya tidak terlalu butuh bantuan. (W1.62)

Kebetulan informan selama semester I-IV tinggal di pesantren mahasiswa (pesma), namun selama itu informan merasakan hal yang kurang sesuai dengan harapannya. Akhirnya memutuskan untuk pindah, ikut satu rumah dengan temannya di Cawas, Klaten. Disini juga terlihat rasa empati informan terhadap orang lain,

Kalau di luar perkuliahan itu dipesma mas, pesantren mahasiswa. Kan saya tinggal disitu mas semester 1-4, nah disitu yang saya rasakan orang-orangnya cenderung individualis, contohnya kadang aku minta bantuan untuk anterin ambil uang gitu responnya, wah aku lagi sibuk i mas, yang lainnya aja mas kan ada yang lain, padahal aku kan ya perkewuh ya mas mau nanyain ke semua temen-temen pesma gitu. Ya intinya disitu mas, aku merasa tekanan batin dan gak kuat, bahkan responnya tidak baik itu yang aku merasa kesenjangan sosial... akhirnya aku memutuskan gak dipesma lagi semester ini, aku tinggal sama temen kelasku diklaten sini. (W1.76)

Selain alasan aku sudah tidak nyaman di pesma, aku juga merasa kasihan sama temenku ini mas, bagas namanya. Dia di sini cuma sama mbahnya, orang tua sudah meninggal semua. Ya aku pingin nemenin juga mas. (W1.80)

Menurut Ryff, kemampuan seseorang untuk menjalin hubungan yang positif ini juga dicirikan oleh adanya empati, afeksi, dan keakraban, serta adanya pemahaman untuk saling memberi dan menerima (Ryff & Keyes, 1995).

Informan satu (DK) mengalami dinamika hubungan pertemanan yang kurang baik selama semester I-IV, namun bisa teratasi dengan baik disemeter V ini. Berbeda dengan informan kedua (FR) yang mengalami dengan baik dinamika hubungan pertemanan, karena FR dekat dengan teman yang juga disabilitas netra dan terjun di komunitas olahraga tunanetra, sehingga motivasinya bisa cenderung stabil.

Otonomi (Autonomy)

Ryff menyimpulkan pribadi yang otonom adalah pribadi yang mandiri, yang dapat menentukan yang terbaik untuk dirinya sendiri. Individu ini memiliki *internal locus of evaluation*, yakni tidak mencari persetujuan orang lain melainkan mengevaluasi dirinya dengan standar personal. Oleh karena itu, ia tidak memikirkan harapan-harapan dan penilaian orang lain terhadap dirinya. Individu yang otonom juga tidak menggantungkan diri pada penilaian orang lain untuk membuat keputusan penting. Individu ini tidak menyesuaikan diri terhadap tekanan sosial untuk berpikir dan bertindak dalam bentuk tertentu.

Informan masih tergantung pada sukarela teman saat proses ujian, karena kurangnya pemahaman dosen terhadap sikapnya untuk mahasiswa difabel. Aspek proses akademis meliputi kualitas pendidik, pengetahuan tentang karakteristik mahasiswa berkebutuhan khusus (tunanetra), dan kemampuan pendidik memberikan pendidikan adalah masalah yang perlu digarap oleh institusi terkait (Mohd Noor & Mujani, 2016).

Ini mas saat pelajaran bahasa inggris, mulai dari tugas, uts hingga uas itu aku kesusahan mas karena gak bisa dinego untuk diganti lisan atau cara lain agar aku bisa mudah menerima materi. Bahkan saat aku gak dapat pendamping untuk ngerjain ya aku tinggal mas, la gimana lagi e. Tapi, alhamdulillah saat ujian akhirnya ada temenku yang mau bacakan. (W1.60)

Harusnya ada kompetensi dipengajarnya ya mas? Iya, pelatihan bahasa isyarat. Tapi itu kata temenku yang disana sudah ada dan berjalan. Kalau di IAIN mas? Waduh, ini kalau di IAIN belum ada, kelemahannya kan ya itu salah satunya. (W1.5-8)

Iya ada mas, saat ujian akhir semester 1. Saat itu kan masih belum akrab dengan pengawasnya ya, harus cari pendamping, itu bener aku merasa sulit, bahkan sempet dimaki-maki. (W1.44)

Ya gitu mas, mau gimana lagi...pokoknya masa-masa paling sulit ya di semester 1 dan 2, penekanannya dipendampingan. (W1.48)

Tekanan sosial sering dihadapi oleh informan, seperti labelisasi disabilitas yang dianggap lemah dan kurang bisa berkontribusi, padahal itu hanya sebuah konstruksi sosial yang diciptakan oleh norma masyarakat, yang akhirnya keterbatasan fisik yang dimiliki menjadikan identitas disabilitas yang terpinggirkan (Gibson et al., 2018). Namun dengan dukungan orang tua (ibu), informan bisa selalu kuat dan berlanjut untuk bisa menyelesaikan apa yang menjadi tekanan tersebut.

Awalnya memang pengawasnya ga tau mas, trus aku bilang bahwa aku nggak bisa melihat. Pengawas e bialang, "kamu gak bawa pendamping to mas?"; "Nggak itu pak, kan juga belum kenal juga sama yang lain"; "yaudah mendingan hubungi dosennya aja mas". Akhirnya aku hubungi dosen, untung dosennya enak dan bisa ngertiin mas. Terus akhirnya solusinya ujian lisan. Alhamdulillah ada beberapa dosen yang bisa dinego untuk lisan. (W1.46). Kalau perkembangan ya gini mas... yang jelas pantangan lebih beratnya saat kuliah ini mas, tapi kalau sma malah sudah lebih mudah, kayak pas UN itu dikasih satu pembaca dan penulis. (W2.38)

Informan mengakui lebih enjoy berinteraksi kepada orang yang lebih tua dari dirinya, karena lebih dewasa dan tau baik dan buruknya.

Ya ada baik dan buruknya mas, itu hal yang wajarlah, tapi aku lebih diterima sama orang-orang yang lebih tua dariku. Akhirnya aku sering interaksi sama yang lebih tua. (W1.94)

Kedua informan sudah baik dalam hal kemandirian, itu didukung oleh adanya orang-orang sekitar informan yang selalu memberi motivasi dan arahan, peran orang tua yang selalu mendukung minatnya dan optimis untuk bisa menjadi sarjana bimbingan dan konseling islam (BKI).

Penguasaan lingkungan (environmental mastery)

Dimensi ini menggambarkan adanya suatu perasaan kompeten dan penguasaan dalam mengatur lingkungan, memiliki minat yang kuat terhadap hal-hal di luar diri, dan berpartisipasi dalam berbagai aktivitas serta mampu mengendalikannya. Menurut Ryff, orang yang memiliki penguasaan lingkungan

adalah orang yang memiliki kemampuan dan kompetensi untuk mengatur lingkungannya. Individu seperti ini mampu mengendalikan kegiatan-kegiatannya yang kompleks sekalipun. Ia juga dapat menggunakan kesempatan-kesempatan yang ada secara efektif, dan mampu memilih, atau bahkan menciptakan lingkungan yang selaras dengan kondisi jiwanya. .

Informan memiliki motivasi yang kuat dari orang tua, dan mau belajar terhadap suatu hal. Walaupun kurang atau tidak mampu memfungsikan indra penglihatannya, namun tidak berarti penyandang disabilitas tidak dapat belajar, bermain, berteman ataupun melakukan aktivitas olahraga, seni dan rekreasi, orang-orang dengan gangguan penglihatan ini juga memiliki kesempatan untuk menjalankan kegiatan-kegiatan yang sama seperti yang dilakukan oleh orang lain (Fany Hastari Larasati, 2017). Dalam pengamatan peneliti, informan 2 (FR) sering mengikuti pelatihan untuk kegiatan *Blind Sport Community* (BSC) dan informan 1 (DK) juga berambisi dibidang literasi, dalam temuan penulis, DK pernah menulis esai tentang sayur dan terbit buku ber-ISBN.

Harus mengakrabkan sama temen-temen mas, kan aku disini posisinya difabel dan minoritas alias beda sendiri. Posisinya awal dulu ya kepikiran.. maju mundur mas. Tapi dari ibu terus motivasi.. pokok e maju ae lah. (W1.40)

Kalau adaptasi sih.. gimana ya, selagi aku mau bicara aku bisa adaptasi mas, ada lawan bicara, maksudnya dalam artian kalau ada orang yang mau diajak bicara maka aku bisa (adaptasi). Tapi kalau orangnya pendiem, super pendiem, tak tanyaain gak responsif gitu, yaudah berarti orang itu gak mau diajak bicara.. ganti sama yang lain, yowess tinggal. Tapi, kebanyakan yo bisa sih mas diajak respon. (W1.52)

Informan sering didatangi oleh peneliti lain, diwawancarai, dijadikan subjek penelitian. Ini menjadi hal yang disukai informan karena bisa menjadi penyalur aspirasi.

Yo seneng mas, justru ngene iki malah dadi tempat aku menyalurkan pendapatku secara publik. Kan ngko hasil e iki isoh diwoco dosen, isoh diwoco wong liyo, intine bisa tersampaikan orang banyak. Soal e kadang yen crito ng konco tok ngunu nerimone bedo mas. (W2.6)

Dinamika yang dilewati oleh informan 1 (DK) dalam mendaftar beasiswa bidikmisi dan bisa lolos sebagai penerima beasiswa, meski dengan keterbatasan tapi bisa bersaing dengan yang lainnya.

Aku tu gak tau ya mas, ditawarkan temenku dan diloginkan temenku juga, terus dibilangin pengumpulan berkas tanggal ini dan disini. Akhirnya saya sama ibu ngumpulin ke rektorat. Disitu aku bolak-balik ke sekolah dan ke kampus ngumpulin kekurangan. Bahkan uangnya ngepres banget mas untuk ngetes bebas narkoba untuk syarat bidikmisi itu, disitu bener-bener kepikiran lanjut ora.... lanjut ora.. lanjut bidikmisi ora yo.., ibuku cuma bisa untuk bayar UKT, hampir gagal gak bisa tes narkoba itu, saya sempet pengen nangis mas karena gak punya uang untuk itu. (W1.32)

Alhamdulillah ada yang bantu ngasih uang mas, salah satu pegawai dikemahasiswaan. Untungnya klinik belum tutup. Tapi masalah tidak hanya sampai situ mas, masih ada lagi saat pengumpulan berkas, fotonya kurang. Tapi Alhamdulillah setelah proses negosiasi bisa dimaklumi oleh petugasnya. (W1.34)

Ya mau gak mau, kalau saat perkuliahan gitu aku bilang sama dosennya mas, "pak saya itu gini... saya difabel netra"; "iya mas gpp, duduk depan aja". Akhirnya sampai sekarang duduk depan terus, dengan duduk depan itu aku bisa lebih fokus mas, walaupun cuma diam saja. Alhamdulillah dosen-dosen ya banya yang pengertian, tapi ada sedikit dosen ya kurang pengertian dengan kondisi saya dan cuek mas. (W1.58)

Individu seperti ini mampu mengendalikan kegiatan-kegiatannya yang kompleks sekalipun. Ia juga dapat menggunakan kesempatan-kesempatan yang ada secara efektif, dan mampu memilih, atau bahkan menciptakan lingkungan yang selaras dengan kondisi jiwanya. Dari kedua informan, informan yang pertama (DK) bisa mendapatkan beasiswa bidikmisi walaupun dengan perjuangan yang tidak mudah, itu berarti informan baik dalam menghadapi situasi lingkungan, sekalipun tertekan.

Tujuan hidup (purpose in life)

Ryff menyimpulkan orang yang memiliki tujuan hidup adalah orang yang memiliki keterarahan dan tujuan-tujuan yang hendak dicapai dalam hidupnya. Ia memiliki keyakinan dan pandangan tertentu yang dapat memberikan arah dalam hidupnya. Selain itu, individu ini juga menganggap bahwa hidupnya

itu bermakna dan berarti, baik di masa lalu, kini, maupun yang akan datang. Individu ini memiliki perasaan menyatu, seimbang, dan terintegrasinya bagian-bagian diri.

Ryff menyimpulkan orang yang memiliki tujuan hidup adalah orang yang memiliki keterarahan dan tujuan-tujuan yang hendak dicapai dalam hidupnya.

Informan pasrah terhadap hasil dari perkuliahannya, yang terpenting menurut informan adalah ilmu yang bermanfaat dan bisa digunakan untuk menjalani kehidupan masa dewasa kelak.

Aku kuliah itu sebener e cuma pengen mencari ilmu mas, apalagi orang seperti saya. Aku gak terlalu mikir ipk mas, walaupun temen-temen ada beberapa yang ngejar ipk dengan cara yang tidak baik. Bagiku hasil sendiri itu lebih baik, nggak gantungin orang lain. (W1.82)

Kalau dibilang pingin lanjut studi aku ya pingin mas, kalau karir aku nggak terlalu ngejar mas. Ya mengalir aja, aku itu ya kayak gini gitu mas, intinya Allah itu tidak tidur, pasti ada jalanlah mas. Ya kalau aku dibutuhkan dimasyarakat, ya aku harus siap. (W2.88)

Individu ini juga menganggap bahwa hidupnya itu bermakna dan berarti, baik di masa lalu, kini, maupun yang akan datang. Individu ini memiliki perasaan menyatu, seimbang, dan terintegrasinya bagian-bagian diri. Informan pertama (DK) memiliki tujuan hidup yang mengalir, belum jelas, fokus yang ia targetkan adalah bagaimana menjalani proses kuliah dengan baik dan memperoleh ilmunya sesuai kapasitas. Berbeda dengan informan kedua (FR), dia cukup baik menjalin relasi melalui komunitas disabil, mengikuti event sesuai dengan minatnya yakni dibidang olahraga, dan berani menjadi pemimpin; ditunjuk sebagai koordinator mahasiswa PSLD/UKMD IAIN Surakarta.

Pertumbuhan pribadi (personal growth)

Suatu pertumbuhan yang optimal tidak hanya berarti bahwa seseorang dapat mencapai kualitas-kualitas yang telah disebutkan sebelumnya, tetapi juga membutuhkan suatu perkembangan dari potensi-potensi seseorang secara berkesinambungan. Kemampuan untuk beradaptasi terhadap perubahan-perubahan dalam hidup membutuhkan adanya perubahan yang terus berlangsung dalam diri.

Suatu pertumbuhan yang optimal tidak hanya berarti bahwa seseorang dapat mencapai kualitas dari aspek yang disebutkan di atas, tetapi juga membutuhkan suatu perkembangan dari potensi-potensi seseorang secara berkesinambungan. Berdasarkan teori motivasi, faktor dukungan terhadap orang disekitar adalah hal yang bisa memfasilitasi regulasi diri pada seseorang untuk bisa mencapai pertumbuhan pribadi yang baik melalui, dukungan otonomi, dukungan kompetensi, dan hubungan yang baik (Pangestuti, Kadiyono, Cahyadi, & Agustiani, 2019). Hal ini nampak baik pada ungkapan informan,

Kalau aku suka sih sebenarnya, pengembangan pribadi konselor. Kita itu tau karakteristik proses konseling, pribadi konseli. Seneng pokoknya mas yang cerita-cerita. (W1.86)

Ada mas, aku ikut pembelajaran komputer untuk disabilitas netra. Di hotel sunan solo. Nah disitu aku juga banyak teman dan relasi mas, sebenarnya kalau untuk masalah kerja apa gitu ibaratnya aku itu gak perlu mikir mas, disana banyak teman-teman yang mewedahi orang-orang disabilitas netra. (W1.90)

Kemampuan untuk beradaptasi terhadap perubahan-perubahan dalam hidup membutuhkan adanya perubahan yang terus berlangsung dalam diri. DK juga sudah menemukan relasi untuk mengembangkan dirinya, apalagi sama-sama disabilitas netra, ini akan semakin memberi efek positif dalam fluktuasi motivasi internalnya. Seperti penjelasan Hidalgo et al., (2010) bahwa, menjadi bagian dari situasi keluarga dengan status yang sama (disabilitas netra) memiliki pengaruh yang menguntungkan secara kesehatan dan kesejahteraan psikologis. Kedua informan sudah cukup mencapai tahapan perkembangan dan capaiannya. Itu dibuktikan mereka bisa beradaptasi dengan baik terhadap lingkungan dikampus, yang notabene belum cukup memadai secara sarana, prasarana, dan aksesibilitas non fisik.

Penelitian yang dilakukan oleh Fadhillah (2018) mengenai *Psychological Wel-Being* pada mahasiswa muslim di Universitas Muhammadiyah Surakarta (UMS), sejumlah 5 subjek dengan hasil keseluruhannya memiliki kesejahteraan psikologis yang baik. Penelitian tersebut memiliki kesamaan dengan menggunakan dimensi kesejahteraan psikologis yang dikemukakan oleh Ryff, yang berbeda adalah tempat penelitian dan temuan hasil penelitian.

Penelitian ini terbatas hanya pada lingkup mahasiswa disabilitas netra di kampus IAIN Surakarta, selain itu peneliti membatasi penilaian kesejahteraan psikologis dengan menggunakan 6 dimensi yang dikemukakan oleh Ryff.

Tabel 2
Dimensi Kesejahteraan Psikologis pada Subjek

Subjek	PD	HP	OT	PL	TH	PP
DK	✓	Kelompokkan, Tugas, dan saat Ujian	✓	✓	Belum memiliki Tujuan yang jelas	✓
FR	✓	Kelompokkan, Tugas, dan saat Ujian	✓	✓	✓	✓

Keterangan :

- PD → Penerimaan Diri
- HP → Hubungan Positif dengan orang lain
- OT → Otonomi
- PL → Penguasaan Lingkungan
- TH → Tujuan Hidup
- PP → Pertumbuhan Diri

Kesimpulan

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa; gambaran *psychological well-being* mahasiswa muslim di IAIN Surakarta meliputi, Penerimaan diri (*self acceptance*) dari kedua informan secara garis besar sudah baik, hanya saja dalam lingkungan kelompok, orang lain masih belum bisa memposisikan dirinya (informan). Hubungan positif dengan orang lain (*positive relationship with others*) informan satu (DK) mengalami dinamika hubungan pertemanan yang kurang baik selama semester I-IV, namun bisa teratasi dengan baik disemester V ini. Berbeda dengan informan kedua (FR) yang mengalami dengan baik dinamika hubungan pertemanan, karena FR dekat dan terlibat di komunitas olahraga disabilitas netra (*Blind Sport Community*), sehingga motivasinya bisa cenderung stabil bahkan semakin meningkat. Kemandirian (*autonomy*) kedua informan sudah baik dalam hal kemandirian, itu didukung oleh adanya orang-orang sekitar informan yang selalu memberi motivasi dan arahan. Penguasaan

lingkungan (*environmental mastery*) dari kedua informan, informan yang pertama (DK) bisa mendapatkan beasiswa bidikmisi walaupun dengan perjuangan yang tidak mudah dan informan kedua (FR) berprestasi dibidang olahraga antar disabilitas, itu berarti informan baik dalam menghadapi situasi lingkungan. Tujuan hidup (*purpose in life*) informan pertama (DK) memiliki tujuan hidup yang mengalir, belum jelas, fokus yang dia targetkan adalah bagaimana menjalani proses kuliah dengan baik dan memperoleh ilmunya sesuai kapasitas. Berbeda dengan informan kedua (FR), dia cukup baik menjalin relasi melalui komunitas disabilitas, mengikuti kegiatan sesuai dengan minatnya yakni dibidang olahraga, dan berani menjadi pemimpin; ditunjuk sebagai koordinator mahasiswa PSLD/UKMD IAIN Surakarta. Dan pertumbuhan personal (*personal growth*) kedua informan sudah cukup mencapai tahapan perkembangan dan capaiannya. Itu dibuktikan dengan mereka bisa dengan baik beradaptasi terhadap lingkungan dikampus, yang notabene belum cukup memadai secara sarana, prasarana, dan aksesibilitas non fisik. Dari kesimpulan ini bisa dilihat bahwa faktor yang mempengaruhi kurangnya kesejahteraan psikologis pada dimensi hubungan positif dengan orang lain adalah kurangnya aksesibilitas non fisik dan wadah mengekspresikan minat bakat untuk menstimulus tujuan hidup kedepan.

Saran

Diperlukan sarana dan prasarana yang ramah difabel; (1) Perpustakaan institut maupun fakultas, ditambah lagi referensi braile atau audiobook. (2) Akses menuju gedung perkuliahan, walaupun di fakultas informan sudah memadai, namun di gedung lain tempat informan kuliah masih ada yang belum ramah untuk difabel tunanetra maupun tunadaksa. (3) Keberadaan PSLD/UKMD IAIN Surakarta bisa difungsikan kembali secara optimal. (4) Literasi mengenai bagaimana mahasiswa, dosen, maupun karyawan yang normal memposisikan diri disamping mahasiswa/i difabel. Peneliti selanjutnya diharapkan bisa menambah subjek penelitian terutama mahasiswi disabilitas netra, agar dapat memperluas cakupan kriteria subjek penelitian sehingga menghasilkan kajian yang lebih luas dan mendalam mengenai fenomena ini, serta alangkah

baiknya mengkombinasikan teknik observasi dalam pengambilan data untuk memperoleh hasil yang lebih mendalam dan melengkapi data wawancara.

Daftar Pustaka

- Abdul Majid, J., Sulaiman, M., Zailani, S., Shahaudin, M. R., Saw, B., Wu, C. L., ... Challoumis, C. (2015). KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PENYANDANG TUNANETRA (Studi pada Mahasiswa Tunanetra Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta). *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(4), 39–55. <https://doi.org/10.1377/hlthaff.2013.0625>
- Aminah, S. (2015). *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA TUNADAKSA YANG BEKERJA*. UIN Sunan Kalijaga.
- Bradburn, N. M. (1969). The Structure of Psychological Well-Being. In *National Opinion Research Center Monographs in Social Research*. Chicago: Aldine Publishing Company. <https://doi.org/10.2466/pr0.1995.77.1.275>
- Brebahama, A., & Listyandini, R. A. (2016). Gambaran Tingkat Kesejahteraan Psikologis Penyandang Tunanetra Dewasa Muda. *Jurnal Mediapsi*, 02(01), 1–10. <https://doi.org/10.21776/ub.mps.2016.002.01.1>
- Fadhillah, Fa. R. (2018). *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA MUSLIM PENYANDANG DISABILITAS NETRA*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Fany Hastari Larasati, Y. I. F. (2017). PERBEDAAN MOTIVASI BELAJAR PADA PENYANDANG DISABILITAS NETRA DI BAREHSOS DISABILITAS NETRAPROVINSI JAWA TENGAH DITINJAU DARI RIWAYATDISABILITAS,TINGKAT DISABILITAS DAN JENIS KELAMIN. *Jurnal Empati*, 6(1), 158–163.
- Gibson, J., Ph, D., Pousson, J. M., Ph, D., Laux, S., Ph, D., ... Ph, D. (2018). Disability Identity Development of People who have Low Vision or are Blind. *Journal of Education and Human Development*, 7(3), 18–27. <https://doi.org/10.15640/jehd.v7n3a3>
- Harimukthi, M. T., & Dewi, K. S. (2014). Eksplorasi Kesejahteraan Psikologis Individu Dewasa Awal Penyandang Tunanetra. *Jurnal Psikologi Undip*,

13(1), 64–77. <https://doi.org/10.14710/jpu.13.1.64-77>

Hidalgo, J. L.-T., Bravo, B. N., Martínez, I. P., 1, Pretel, F. A., Postigo, J. M. L., & Rabadán, and F. E. (2010). Psychological Well-Being, Assessment Tools and Related Factors. In I. E. Wells (Ed.), *Psychological Well-Being* (PSYCHOLOGY, hal. 77–113). New York: Nova Science Publishers.

Mohd Noor, A. Y., & Mujani, W. K. (2016). Issues and Challenges of Education for Disabilities (Blind) in Muslim Community in Malaysia by using Braille. In *International Conference on Education, E-learning and Management Technology* (hal. 644–647). Atlantis Press. <https://doi.org/10.2991/iceemt-16.2016.124>

Pangestuti, R., Kadiyono, A. L., Cahyadi, S., & Agustiani, H. (2019). A Modifying the Instrument of Self-Regulation in Early Childhood Assessment. *JPUD - Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 13(1), 114–127. <https://doi.org/10.21009/10.21009/jpud.131.09>

Rahma, R. N. (2015). *KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PENYANDANG TUNANETRA (Studi pada Mahasiswa Tunanetra Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta)*. Universitas Negeri Yogyakarta. <https://doi.org/10.1377/hlthaff.2013.0625>

Rose, A. (1997). “Who causes the blind to see”: Disability and quality of religious life. *Disability and Society*, 12(3), 395–405. <https://doi.org/10.1080/09687599727245>

Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>

Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian (Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.

Syafi'ie, M. (2014). Pemenuhan Aksesibilitas Bagi Penyandang Disabilitas. *Jurnal Inklusi*, 1(2), 269–308. <https://doi.org/10.14421/ijds.010208>

