



## Gambaran *Subjective Wellbeing* Pada Penyandang Tunanetra Di SLB A Lima Puluh Kota Sumatera Barat

Wahidah Fitriani<sup>1</sup>, Valen Oktarianda<sup>2</sup>, Yuliana  
Nelisma<sup>3</sup>, Junaida Sari Hsb<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Batusangkar, Indonesia

Email: [wahidahfitriani@iainbatusangkar.ac.id](mailto:wahidahfitriani@iainbatusangkar.ac.id), [oktariandavalen@gmail.com](mailto:oktariandavalen@gmail.com), [nelismabk@gmail.com](mailto:nelismabk@gmail.com),  
[junaidasarihasibuan@gmail.com](mailto:junaidasarihasibuan@gmail.com)

### Abstrak

Tujuan dalam penelitian ini yaitu mengetahui rasa kenikmatan hidup, perasaan positif dan negatif yang dialami oleh 3 orang penderita tunanetra di SLB A Lima Puluh Kota. Jenis penelitian ini adalah deskriptif kualitatif. Teknik pengumpulan data yaitu dengan cara wawancara dan observasi. Subjek pada penelitian ini yaitu 3 orang yang menderita tunanetra. Informan dalam penelitian ini terdiri atas 5 orang informan, yaitu 3 orang siswa tunanetra, 1 orang guru asrama dan 1 orang teman asrama dari penyandang tunanetra. Adapun teknik analisis data meliputi reduksi data, sajian data dan penarikan kesimpulan. Triangulasi sumber dan triangulasi metode digunakan untuk menjamin keabsahan data. Hasil penelitian yaitu: (1) Ketiga orang menderita tunanetra dengan inisial N, MK, dan RF memiliki kepuasan hidup. (2) Penyandang tunanetra yang berjumlah 3 orang di SLB A Lima Puluh Kota memiliki perasaan positif. (3) Perasaan negatif pun dimiliki oleh ketiga orang penyandang tunanetra di SLB A Lima Puluh Kota.

**Kata kunci:** *Subjective Well Being, Penyandang Tunanetra, Kepuasan Hidup, Perasaan Positif Dan Negatif*

### Abstract

The purpose of this study was to determine the sense of life satisfaction, positive and negative feelings experienced by 3 blind people in SLB A Lima Puluh Kota. The type of research that the authors used is a type of qualitative descriptive research. The data collection technique used in this research is by interview and observation. The research subjects in this researcher were 3 people with visual impairments. The informants in this study consisted of 5 informants, namely 3 blind students, 1 dormitory teacher and 1 dormmate of blind people. Data analysis techniques and data interpretation in this study were data reduction, data presentation and conclusion drawing. As for the technique of guaranteeing the validity of the data using source triangulation and method triangulation. Based on the results of the study, it was found that: (1) The three blind people with the initials N, MK, and RF had life satisfaction. (2) The blind people in SLB A Lima Puluh Kota with the initials N, MK, and RF have positive feelings. (3) The three blind people in SLB A Lima Puluh Kota also have negative feelings.

**Keywords:** *Subjective Well Being, Blind People, Sense Of Satisfaction, Positive And*

## **PENDAHULUAN**

Setiap individu diciptakan oleh Allah Swt dengan kondisi yang paling sempurna, dengan kelebihan dan kekurangan masing-masing. Kondisi fisik masing-masing individu berbeda-beda. Ada individu merasa tubuhnya sudah ideal, ada pula yang merasa belum ideal. Meskipun demikian, setiap tubuh pada dasarnya memiliki komponen yang dapat membantunya untuk berkegiatan dan melakukan aktivitas umum. Tiap-tiap orang menghendaki kondisi tubuh ideal, normal dan lengkap seperti manusia pada umumnya. Allah Swt menciptakan manusia dengan keistimewaaannya masing-masing. Bagaimana pun kondisinya, normal maupun berkebutuhan khusus, setiap individu adalah unik.

Kehadiran orang-orang berkebutuhan khusus tidak dapat dipisahkan dari masyarakat setempat karena mereka memiliki kebebasan yang sama dengan orang-orang pada umumnya, mengingat hal pendidikan. Kehadiran sekolah komprehensif adalah suatu sistem untuk mengakui pelatihan umum yang menerima kebutuhan asli yang berbeda dari anak-anak dan daerah, terutama anak-anak dengan kebutuhan khusus. Istilah komprehensif sendiri merupakan istilah yang terdengar lebih pasti bagi anak-anak yang memiliki ketidakmampuan dibandingkan jika disebut SLB, cacat atau abnormal, karena mengandung keterpisahan dan ketidakberdayaan mereka. (Nurhami yuni, 2016). Individu yang sebenarnya, secara mental, intelektual atau sosial terhambat dalam mencapai tujuan dan potensinya tanpa batas. Misalnya, orang-orang yang mengalami gangguan penglihatan, gangguan pendengaran, memiliki masalah wacana, cacat fisik, hambatan mental dan masalah gairah dapat diurutkan sebagai anak-anak yang luar biasa atau tidak biasa karena mereka memerlukan perawatan yang disiapkan (dalam Yuliawan & Setiawan, 2019).

Tunanetra adalah julukan untuk pribadi yang menderita penyakit pada indera pandangannya. Sebagai umum tunanetra ini merasa unik dalam hubungannya dengan orang lain dan kecenderungan berbeda yang menyebabkan mereka memiliki perasaan biasa-biasa saja, gagal dan memiliki kecenderungan untuk mengabaikan apa yang terjadi dengan kehilangan penglihatan pada individu tunanetra mempengaruhi kapasitas mereka yang berbeda. (Hidayat & Supriadi, 2019). Tunanetra juga berhak merasakan kebahagiaan seperti individu pada umumnya karena pada dasarnya semua orang berhak untuk bahagia. Namun cara orang memperoleh kebahagiaan berbeda-beda tergantung bagaimana seseorang tersebut mempersepsikan kebahagiaan itu. Adapun kebahagiaan dalam hal ini dikenal dengan *subjective well-being* (Angner, 2010).

Kegembiraan emosional adalah sesuatu yang penting dalam kehidupan individu. Bukhori dan Khanam (dalam dewi, 2019) menyatakan bahwa kepuasan sangat penting untuk kemakmuran emosional yang merupakan perspektif abstrak semua dalam semua keberadaan seseorang. Selain penting untuk penelitian dan studi karena menggambarkan kepuasan pribadi individu, kemakmuran abstrak juga dapat secara jelas mempengaruhi kehidupan individu. Ada banyak keuntungan dengan asumsi seseorang memiliki tingkat kesejahteraan emosional yang signifikan, termasuk keuntungan medis, salah satunya adalah rentang hidup dan efisiensi (Steven, C. D., & Sawitri, 2016)

Schiffrin dan Nelson menyatakan bahwa kesejahteraan subjektif juga berkaitan terhadap tingkat stres individu yang mana individu memiliki tingkat stres tinggi maka memperoleh tingkat kebahagiaan yang rendah, oleh karena itu individu yang memperoleh nilai stres rendah maka memperoleh kesenangan tingkat tinggi. Kesejahteraan subjektif memiliki keinginan dasar, dimana kesejahteraan subjektif linier dengan pendapatan dan tidak berkurang ketika individu dapat menerima dirinya apa adanya.

Banyak orang menyalakan kesempatan dan energi yang terbuka untuk mencapai kepuasan sepanjang kehidupan sehari-hari. Kemakmuran emosional lebih mengarah pada penilaian tunggal atas hidupnya. Penilaian yang disinggung untuk situasi ini menggabungkan perspektif mental dan penuh perasaan (Dewi & Nasywa, 2019). Hal ini diperkuat oleh (Diener et al., 2018) yang mengatakan bahwa kebahagiaan adalah cara orang menilai kehidupan mereka. Kesejahteraan emosional meliputi penilaian terhadap dua bagian, yaitu mental spesifik dan penuh perasaan. Tingkat kebahagiaan emosional yang signifikan ditunjukkan oleh penilaian mental sebagai pemenuhan kemewahan dan kenyamanan dan penilaian penuh perasaan sebagai efek baik tinggi dan efek pesimis rendah.

*Subjective well being* (SWB) adalah gagasan yang luas sehubungan dengan kehidupan individu atau pengalaman yang penuh gairah, yang merupakan campuran dari pemenuhan kemewahan dan kemewahan, efek tertentu yang tinggi, dan efek buruk yang rendah. Seseorang yang memiliki tingkat kemakmuran abstrak yang tidak dapat disangkal dapat mengendalikan perasaan dan mengelola masalah dengan baik. Kemudian lagi, individu yang memiliki tingkat kemakmuran abstrak yang rendah akan cukup sering merasa bahwa hidup mereka kacau, penuh dengan renungan dan sentimen pesimis, menyebabkan kegugupan, kemarahan, dan bahkan pertarungan putus asa. (Diener et al., 2015).

Menurut Diener (dalam Effendi, N., Mangunjaya, W. L., & Shaleh, 2016) *subjective well-being* (SWB) adalah merupakan sebuah proses yang dihasilkan oleh beberapa sumber internal dan eksternal yang kemudian akan mempengaruhi bagaimana orang berperilaku, dan juga kondisi psikologis seseorang. Secara sederhana Diener mengkategorikan orang yang bahagia adalah mereka yang secara umum merasa kehidupannya berjalan lancar dan baik-baik saja. Bila diukur, SWB ini dapat tercermin atau terwujud pada tiga tipe, yakni: kepuasan hidup, perasaan positif dan rendahnya perasaan negatif (Diener et al., 2018).

Sedangkan kebahagiaan dalam perspektif islam adalah kebahagiaan yang haqiqi itu dapat diraih saat manusia itu mengenali dirinya sendiri, mengenal Allah SWT, mengenal dunia dan mengenali akhirat. Tetapi, puncak kebahagiaan manusia sebenarnya adalah ketika manusia tersebut bisa mengenal Tuhannya dan kebahagiaan bisa didapatkan dengan cara bersyukur Allah berfirman dalam Q.S Luqman ayat 12 yang artinya:

*“Dan sesungguhnya telah kami berikan hikmat kepada Luqman, yaitu: bersyukurlah kepada Allah. Dan barangsiapa yang bersyukur (kepada Allah), maka sesungguhnya ia bersyukur untuk dirinya sendiri, dan barangsiapa yang tidak bersyukur, maka sesungguhnya Allah Maha Kaya lagi Maha Terpuji.”*

Kutipan surat Luqman mengindikasikan bahwa ketika manusia bersyukur, pada dasarnya rasa syukur tersebut bermanfaat bagi dirinya sendiri. Di saat manusia bersyukur maka akan berdampak pada kehidupannya, salah satunya adalah rasa bahagia.

## METODOLOGI PENELITIAN

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu penelitian kualitatif. (Taylor, 1975) mendefinisikan prosedur metodologi penelitian kualitatif dalam menghasilkan data deskriptif yang berupa kata-kata tertulis baik itu dari lisan seseorang maupun perilaku yang dapat diamati. (Anggito & Johan Setiawan, 2018) menyatakan bahwa dalam penelitian kualitatif merupakan suatu hal dalam ilmu pengetahuan sosial yang berupa fundamental dari berbagai pengamatan yang dilihat dari individu dalam wilayahnya maupun peristilahnya.

Senada dengan itu (Sugiyono, 2017) mengungkapkan: Penelitian kualitatif yaitu suatu metode penelitian yang berkaitan dengan cara berpikir postpositivisme, dengan tujuan untuk memeriksa keadaan yang normal, (bukan percobaan) di mana spesialis adalah peneliti utama, metode dalam pengumpulan informasi adalah tiga sisi (konsolidasi), logis dan induktif/subyektif, dan efek samping dari eksplorasi subjektif menggarisbawahi makna daripada spekulasi. Eksplorasi subjektif secara keseluruhan dapat dimanfaatkan untuk penelitian tentang kehidupan individu, sejarah, perilaku, fungsionalisasi otoritatif, latihan sosial, dan lain-lain. Penelitian ini menggunakan lima informan yang diantaranya tiga orang penyandang tunanetra dan satu guru asrama serta satu teman se-asramanya. Penelitian ini menggunakan triangulasi sumber dan triangulasi teknik untuk menjamin kebasahan data. Adapun dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data dari (Miles, M. B. Huberman, A. M., Saldana., 2014) yaitu dengan tahapan reduksi data, sajian data dan menarik kesimpulan (Azzahra et al., 2021).

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### PEMBAHASAN

Gambaran tentang penelitian ini membahas terkait kebahagiaan pada individu berkebutuhan khusus di SLB A Lima Puluh Kota dan penyandang tunanetra dalam penelitian ini ialah siswa baik dari SLB A Lima Puluh Kota dan siswa inklusif. Setiap manusia tentunya berharap memiliki kehidupan yang sehat, sejahtera dan sempurna. Namun, tidak semua harapan manusia sesuai dengan kenyataan. Ada manusia yang terlahir normal, tapi ada pula manusia yang terlahir dengan kekurangan fisik, salah satunya adalah kurang penglihatan atau biasa dikenal dengan istilah tunanetra. Tunanetra adalah gangguan penglihatan baik berupa buta total, buta fungsional maupun *low vision*. Setiap orang termasuk tunanetra berhak untuk merasakan *subjective well being*.

Istilah tunanetra merupakan penggabungan dari dua kata, yakni “tuna” atau “netra”. Menurut KBBI kata tuna mengandung arti dirugikan, kurang. Jadi istilah buta berarti kerusakan mata. Sehingga istilah tunanetra berarti kerusakan mata. Tunanetra pada dasarnya adalah kondisi dari mata atau dari penglihatan yang karena sesuatu hal tidak berfungsi sebagai mestinya, sehingga mengalami keterbatasan atau ketidakmampuan melihat .

Ketunanetraan dibagi menjadi 3 kategori yaitu buta, buta fungsional, dan *low vision* (Hidayat & Supriadi, 2019). Seseorang secara umum dianggap tunanetra jika penglihatan mereka berubah dari 20/200 atau lebih rendah, atau ketajaman visualnya tidak lebih dari 20 derajat.

Seseorang yang dikatakan buta dengan asumsi bahwa mereka memiliki sedikit kesan perbaikan cahaya yang didapat atau tidak akan dapat mengenali apa pun dengan kapasitas

penglihatan mereka. Buta fungsional memiliki sisa penglihatan untuk mengidentifikasi cahaya sekitarnya. Sedangkan anak di katakan *low vision* jika mereka masih memiliki sisa penglihatan untuk berorientasi dengan lingkungan sekitarnya.

Individu menjadi tunanetra tentu saja bukan tanpa sebab. Tentu ada penyebab yang menjadikan seseorang menjadi tunanetra (Widjaya, 2013). Beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya tuna netra antara lain: faktor prenatal dan faktor Postnatal (Setyaningrum, 2017).

Keadaan fisik individu yang mengalami kekurangan penglihatan, tidak menghalanginya untuk memperoleh kebahagiaan, yang dalam hal ini diistilahkan dengan *subjective well being*.

Individu yang memiliki kegembiraan yang lebih tinggi akan cukup sering memiliki reseptif terhadap perjumpaan yang digambarkan yang dicirikan oleh kepribadian *opennes to experience*. Keterbukaan terhadap pengalaman mempunyai pengaruh pada afek positif yang tinggi dan rendah pada afek negatif.

Kemudian kebahagiaan yang tinggi dalam ekstraversi, karena individu dengan ekstraversi akan lebih ramah dan kemudian memiliki kemungkinan yang lebih besar untuk membentuk hubungan positif dengan orang lain. Selanjutnya, orang-orang ekstraversi juga memiliki keengganan yang lebih besar terhadap peningkatan positif dari iklim sehingga mereka memiliki respons yang lebih beralasan terhadap peristiwa-peristiwa indah. *Subjective well-being* rendah dihubungkan dengan ciri kepribadian yang neorotis.

Orang yang bahagia adalah mereka yang secara umum merasa kehidupannya berjalan lancar dan baik-baik saja. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan ada beberapa indikator yang peneliti gunakan dalam penelitian ini guna mendapatkan data tentang deskripsi SWB pada penyandang tunanetra di SLB A Lima Puluh Kota, yaitu sebagai berikut:

*Subjective Well Being* adalah proses penilaian individu terhadap hidupnya, meliputi penilaian secara kognitif dan secara afektif yang merupakan salah satu prediktor kualitas hidup individu. Menurut Lucas (dalam Filsafati & Ratnaningsih, 2016) *Subjective Well being* merupakan domain menyeluruh yang merupakan sekumpulan sikap yang berhubungan dengan evaluasi subjektif individu terhadap kualitas hidupnya. Tuhan menciptakan setiap individu dengan keunggulan dan kelemahannya sehingga dapat dikatakan bahwa seorang individu itu unik begitu pula dengan penyandang tunanetra.

Merujuk pada 3 aspek *Subjective Well Being* dari (Diener et al., 2018) yaitu kepuasan hidup, perasaan positif, dan perasaan negatif, maka diperoleh hasil penelitian sebagai berikut:

1. Aspek kepuasan hidup terdiri dari menerima diri atau memahami diri, kemampuan dalam diri, menghargai usaha yang telah dilakukan, memikirkan diri, mengetahui kelebihan dan kekurangan dari diri, memikirkan masa depan.
2. Aspek perasaan positif terdiri dari perasaan riang, perasaan damai atau tentram, perasaan bersyukur, perasaan tertarik akan suatu hal, harapan, perasaan bangga pada diri, perasaan terhibur, inspirasi, perasaan kagum baik pada diri maupun orang lain, perasaan mencintai diri.
3. Aspek perasaan negatif terdiri dari perasaan sedih, perasaan marah, perasaan khawatir.

Berdasarkan pendapat di atas terdapat tiga aspek *Subjective Well Being* yaitu aspek kepuasan hidup, aspek perasaan positif dan aspek perasaan negatif.

## **1. Mendeskripsikan bagaimana penyandang tunanetra di SLB A Lima Puluh Kota merasakan kepuasan hidup.**

Salah satu harapan dari setiap individu termasuk remaja dan dewasa adalah kepuasan hidup. Menurut Santrock kepuasan hidup merupakan kesejahteraan psikologis (*Psychology Well Being*) atau kepuasan terhadap kehidupan secara keseluruhan. Sedangkan menurut Argyle kepuasan hidup juga merupakan kesejahteraan subjektif (*Subjective Well Being*) karena bersifat subjektif sesuai dengan penilaian individu tersebut (dalam Raharja & Indati, 2019)

Hasil penelitian yang penulis lakukan pada penyandang tunanetra di SLB A Lima Puluh Kota tentang gambaran *Subjective Well Being* pada penyandang tunanetra di SLB A Lima Puluh Kota yaitu apa yang membuat penyandang tunanetra dapat menerima atau memahami dirinya sendiri karena menurut penyandang tunanetra tunanetra bukan menjadi halangan untuk bisa menerima diri, memiliki kemampuan pada dirinya seperti bisa berpartisipasi dalam lomba tilawah al-Qur'an, lomba baca puisi dan lomba Musabaqah Tilawatil Qur'an (MTQ), menghargai usaha yang telah dilakukan oleh penyandang tunanetra, memikirkan tentang diri sendiri, mengetahui kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya, dan memikirkan masa depannya. Dengan kata lain, para individu yang menyandang tunanetra ini juga memiliki keyakinan diri atau yang lebih dikenal dengan self efficacy (Fitriani, 2017) dan juga spiritualitas dan resiliensi diri (Fitriani, 2020, Nelisma Y.et al., 2022) yang cukup tinggi

Berdasarkan hasil penelitian yang penulis lakukan dengan ketiga penyandang tunanetra yaitu sebagai berikut:

Penyandang tunanetra dengan inisial N mengatakan bahwa: "N bisa menerima atau memahami dirinya, karena menurut N tunanetra bukan menjadi halangan untuk maju bahkan halangan tersebut untuk terus melangkah maju kedepan". N juga memiliki kemampuan berpikir yang berbeda dengan penyandang tunanetra lain, N ini termasuk orang yang bersyukur kepada Allah SWT dan dia menghargai setiap apapun yang telah dilakukannya dengan cara memberikan hadiah kepada teman-temannya.

Penyandang tunanetra dengan inisial MK, bisa menerima dirinya, MK juga memiliki kemampuan berpuisi hal ini bisa dibuktikan oleh aktifnya MK mengikuti lomba baca puisi tingkat nasional, MK juga menghargai semua usaha yang telah dilakukannya. Serta MK juga memikirkan pendidikan agar bisa seperti orang yang normal biasanya, MK juga ingin menjadi seorang guru.

Sedangkan penyandang tunanetra dengan inisial RF mengatakan bahwa, "RF dapat menerima dan memahami dirinya sendiri karena RF selalu mengambil contoh dengan memperhatikan orang lain yang memiliki banyak kekurangan dibandingkan dengan RF". Selain itu, RF juga memiliki kemampuan bermain musik. RF juga menghargai usaha yang telah dilakukannya dengan cara bersyukur kepada Allah. RF memiliki sifat yang optimis sehingga hal ini menjadi sebuah kelebihan baginya dan RF tidak memikirkan kekurangan yang ada pada dirinya sebagai hambatan. RF bercita-cita ingin menjadi guru di masa depan yang akan datang.

## **2. Identifikasi bagaimana para penyandang tunanetra di SLB A Lima Puluh Kota mengalami perasaan positif.**

Menurut Fredrickson (dalam Raharja & Indati, 2019) pakar emosi positif menyebutnya sebagai *positivity*. Menurutnya pakar ini, ada sepuluh bentuk emosi positif, yang meskipun sehari-

hari sulit membedakan di antaranya, mereka tidak sama. Bagian berikut akan menyajikan secara ringkas ke-sepuluh emosi positif tersebut, dan kapan situasi individu bisa merasakannya yaitu: keriang, penuh syukur, kedamaian, ketertarikan, harapan, rasa bangga, terhibur, inspirasi, kagum dan rasa cinta. Emosi positif yaitu emosi yang menimbulkan perasaan positif pada orang yang mengalaminya

Berdasarkan hasil penelitian yang penulis lakukan diperoleh hasil sebagai berikut:

Penyandang tunanetra dengan inisial N mengatakan ada keriang, merasakan kedamaian atau rasa tentram, N juga mempunyai rasa ketertarikan pada sesuatu hal, memiliki harapan untuk maju ke depan. Selain itu N juga merasa bangga pada dirinya sendiri, memiliki rasa terhibur akan sesuatu hal dan N mempunyai inspirasi untuk lebih giat belajar, mempunyai rasa kagum pada diri sendiri maupun pada orang lain, dan N juga mampu dalam mencintai diri sendiri dengan menjaga kesehatannya.

Penyandang tunanetra dengan inisial MK mengatakan bahwa MK merasa riang ketika dia mendapatkan apa yang diinginkannya dan MK juga termasuk orang yang bersyukur. MK pun merasa bangga dengan dirinya walaupun dia memiliki kekurangan dan berbeda dengan orang yang normal. MK juga biasa terhibur pada kondisi-kondisi tertentu, misalnya di saat membaca novel dan menulis. MK memiliki sosok yang bisa menginspirasinya dalam kemampuan membaca puisi dan menulis yaitu Chairil Anwar.

Penyandang tunanetra dengan inisial RF menyatakan bahwa dia dapat menerima atau memahami diri. RF memiliki kemampuan memainkan alat musik. RF juga menghargai usaha yang telah dilakukannya, dan dia juga memikirkan dirinya, RF juga mengetahui kelebihan dan kekurangan pada diri dirinya. Selain itu, RF juga merasakan perasaan riang, perasaan damai atau tentram pada kehidupannya, dia juga merasa bersyukur terhadap dirinya, RF juga memiliki sosok yang dikaguminya untuk bermain alat musik.

### **3. Identifikasi bagaimana penyandang tunanetra di SLB A Lima Puluh Kota mengalami perasaan negatif.**

Perasaan negatif merupakan suatu keadaan yang ada dalam diri seseorang yang dirasakan kurang menyenangkan akibatnya mempengaruhi etika dan perilaku individu dalam berinteraksi dengan orang lain (Yuliani, 2013). Di antara perasaan negatif yaitu adanya perasaan sedih, adanya perasaan marah dan munculnya perasaan khawatir.

Berdasarkan hasil penelitian yang penulis lakukan dengan ketiga penyandang tunanetra yaitu sebagai berikut:

Penyandang tunanetra dengan inisial N mengatakan bahwa N tidak merasa sedih tetapi N merasa kesal kepada orang yang merendahkan orang tunanetra. N memiliki perasaan marah ketika orang lain memandangnya sebelah mata, tetapi perasaan marah yang dimilikinya tidak berlebihan, dan N tidak memiliki rasa khawatir yang berlebihan.

Penyandang tunanetra dengan inisial MK mengatakan bahwa dia tidak sedih dan marah ketika orang lain merendahkan kemampuannya tetapi MK hanya merasa kesal sesaat saja dengan orang tersebut. MK juga tidak memiliki khawatir yang berlebihan.

Penyandang tunanetra dengan inisial RF mengatakan bahwa RF tidak merasa kesedihan ketika orang lain merendahkan kemampuannya. RF merasa marah ketika orang lain memandang dia sebelah mata, dan RF tidak memiliki rasa khawatir yang berlebihan.

## SIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ketiga penyandang tunanetra memiliki kepuasan hidup. Memang pada awalnya ketiga informan merasakan kesedihan, tetapi setelah beberapa waktu para informan mampu untuk memaknai secara mendalam proses dalam kehidupannya dengan bersyukur kepada Allah SWT. Berdasarkan indentifikasi terhadap perasaan positif pada penyandang tunanetra di SLB A Lima Puluh Kota, dapat disimpulkan bahwa para informan memiliki dan mengalami perasaan positif. Masing-masing informan merasakan afek positif dalam kehidupannya. Terkait dengan indentifikasi terhadap perasaan negatif pada penyandang tunanetra di SLB A Lima Puluh Kota, dapat disimpulkan bahwa ketiga informan penyandang tunanetra memiliki afek negatif. Adapun afek negati yang dirasakan ialah kemarahan, kekesalan dan kekhawatiran. Tetapi para informan mampu untuk mengatasi rasa marah dan kesal tersebut sehingga tidak menjadi masalah yang berkepanjangan dalam hidupnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggito, A., & Johan Setiawan, S. P. (2018). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. CV Jejak.
- Angner, E. (2010). Subjective well-being. *Journal of Socio-Economics*. <https://doi.org/10.1016/j.socec.2009.12.001>
- Azzahra, R., Fitriani, W., Desmita, D., & Warmansyah, J. (2021). Keterlibatan Orang Tua di Minangkabau dalam PAUD pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(3), 1549–1561. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i3.1796>
- Dewi, L., & Nasywa, N. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi subjective well-being. *Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan*. <https://doi.org/10.26555/jptp.v1i1.15129>
- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2018). Advances and open questions in the science of subjective well-being. In *Collabra: Psychology*. <https://doi.org/10.1525/collabra.115>
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2015). National accounts of subjective well-being. *American Psychologist*. <https://doi.org/10.1037/a0038899>
- Effendi, N., Mangunjaya, W. L., & Shaleh, R. A. (2016). Psikologi Positif Teori dan Terapan Untuk Perubahan. *Jurnal Psikologi Ulayat*. <https://doi.org/10.24854/jpu61>
- Filsafati, A., & Ratnaningsih, I. (2016). Hubungan Antara Subjective Well-Being Dengan Organizational Citizenship Behavior Pada Karyawan Pt. Jateng Sinar Agung Sentosa Jawa Tengah & Diy. *Empati*, 5(4), 757–764.
- Fitriani, W. (2017). Analisis Self Efficacy Dan Hasil Belajar Matematika Siswa Di Man 2 Batusangkar Berdasarkan Gender. *AGENDA: Jurnal Analisis Gender Dan Agama*, 1(1), 141–158. <https://doi.org/10.31958/agenda.v1i1.945>
- Fitriani, W. (2020). Preparing Young Generations ' Spiritual Intelligence To Face Society 5 . 0. *4th International Conference on Education*, 1(3), 11–22.
- Hidayat, A., & Supriadi, D. (2019). Tingkat Tunanetra Pintar Menggunakan Arduino. *Jurnal Teknik Informatika*.
- Miles, M. B. Huberman, A. M., Saldana, J. (2014). *Qualitative Data Analysis; A Methods Sourcebook*.

- Nelisma Y., Fitriani W, Silvanetri. (2022). Religious counseling with cultural approach in forming adolescent resilience. *Consilia: Jurnal Ilmiah BK*, 5(1), 66–76.
- Nurhami yuni, ni'matuzahroh. (2016). Individu Berkebutuhan Khusus dan Pendidikan Inklusif. In *Universitas Muhammadiyah Malang*.
- Raharja, B. N., & Indati, A. (2019). Hubungan antara Kebijakan dengan Kepuasan Hidup pada Remaja. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 4(2), 96. <https://doi.org/10.22146/gamajop.46354>
- Setyaningrum, O. (2017). Faktor Penyebab Rendahnya Keaktifan Belajar Anak Tunanetra Kurang Lihat (Low Vision) Kelas 3 Sekolah Dasar Di SLB Negeri 1 Bantul. *Jurnal Widia Ortodidaktika*.
- Steven, C. D., & Sawitri, D. R. (2016). BERSYUKUR DI TENGAH SEDIH DAN SENANGKU: (Studi Kualitatif Subjective Well-Being Pada Mahasiswa Tunanetra). *Empati*, 5(3), 439-442.
- Sugiyono. (2017). Metodologi Penelitian Bisnis: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi, dan R&D. In *Alfabeta*.
- Taylor, B. dan. (1975). Metodologi penelitian kualitatif. *Remadja Karya*.
- Widjaya, A. (2013). *Seluk Beluk Tunanetra dan Strategi Pembelajarannya*. Javalitera.
- Yuliani, R. (2013). Emosi Negatif Siswa Kelas Xi Sman 1 Sungai Limau. *Konselor*, 2(1), 151–155. <https://doi.org/10.24036/0201321883-0-00>
- Yulawan, E., & Setiawan, I. B. (2019). Sosialisasi Pencegahan Dan Rehabilitasi Cedera Olahraga Menggunakan Kinesio Taping Pada Sekolah Sepak Bola Lambur li. *Cerdas Sifa*.