

REGULASI EMOSI MAHASISWA PENYANDANG TUNARUNGU DALAM RELASI DENGAN KAWAN SEBAYA

Rafidah Riahta¹⁾, Nur Hasanah²⁾, Ari Pratiwi³⁾
Program Studi Psikologi Universitas Brawijaya
E-mail: rriahta@yahoo.com¹

Abstract: Education at the college level provides an opportunity for deaf students to build relationships with students from non-deaf. However, the development of deaf students in inclusive schools sometimes have problems in building relationships that lead to negative emotions of students with hearing impairment. Emotion regulation helps deaf students to manage a negative or positive emotions with environmental conditions in order to maintain relationships with peers. The purpose of this study was to determine how emotion regulation deaf students in relation to peers. This research was conducted by qualitative method of phenomenology. In this study, data collection was done by interview and observation. Subjects of this study were 3 other deaf students with subject selection purposive sampling method. Results of this research is carried emotion regulation deaf students when establishing peer relationships appropriate or not in accordance with the criteria peers who pleases. How to emotion regulation performed by all subjects was Modifications Situation and Selecting situation.

Key words: Deaf, Emotional Regulation, Peer Relation

PENDAHULUAN

Perkembangan sosial seorang individu memiliki tantangan terbesar pada masa perkembangan dewasa awal. Tantangan tersebut dapat dilihat dari keinginan seorang individu pada masa dewasa awal untuk menjalin hubungan baru dan mempererat keakraban dengan hubungan yang telah terjadi sebelumnya tanpa harus kehilangan identitas yang telah terbentuk pada masa remaja. Kawan sebaya membantu individu dewasa awal sebagai sumber informasi atau perbandingan antara satu sama lainnya dalam berbagai hal. Kawan sebaya juga membantu individu memilih nilai yang mereka anut dan memberikan rasa aman secara emosional. Pada masa dewasa awal, keberadaan kawan sebaya menjadikan individu dewasa awal merasa lebih nyaman dalam menjalin hubungan tanpa harus mengubah identitas yang telah berhasil dibentuknya pada masa remaja (Papalia, 2001).

Sementara itu, menurut Hurlock (1993), pada perkembangan individu penyandang disabilitas, keinginan untuk menjalin relasi, khususnya dengan individu non penyandang disabilitas mengalami hambatan dalam sisi psikis, seperti persepsi penolakan yang akan dialaminya saat menjalin hubungan dengan individu non penyandang disabilitas, dan emosional, seperti tekanan saat mendapatkan kesulitan dalam menjalin hubungan. Salah satu

jenis ketunaan yang sering mengalami hambatan dalam menjalin relasi adalah individu penyandang tunarungu.

Salah satu penyebab hambatan yang dirasakan individu penyandang tunarungu adalah hilangnya kemampuan individu penyandang tunarungu dalam menangkap informasi yang berbentuk audio dan mengalami hambatan dalam perbendaharaan dan penafsiran bahasa sehingga menyebabkan individu tersebut sering mengalami kesalahpahaman dalam menangkap informasi (Somantri, 2007). Penyebab lainnya adalah perbedaan bahasa yang digunakan oleh individu penyandang tunarungu dan masyarakat non penyandang tunarungu.

Hambatan yang dirasakan individu penyandang tunarungu ini menyebabkan individu, khususnya dewasa awal mengalami keterlambatan kognitif dan ketidakstabilan emosi. Kehilangan informasi audio menjadikan individu penyandang tunarungu mengalami keterlambatan dalam proses kognitif. Selain itu, individu penyandang tunarungu mengalami ketidakstabilan emosi seperti rendah diri, mudah marah, mudah tersinggung, dan lebih sensitif. Individu penyandang tunarungu juga merasakan hambatan dalam hubungan sosial, seperti cenderung menarik diri, curiga, cenderung kurang percaya diri, enggan berkomunikasi dan cenderung menghindari

relasi dengan masyarakat non penyandang tunarungu (Moore, 2001).

Hambatan dalam hubungan sosial biasanya terjadi ketika individu penyandang tunarungu berada dalam lingkungan yang tidak pernah individu tersebut alami. Salah satu contohnya adalah lingkungan pendidikan di perguruan tinggi. Ketidakmampuan individu penyandang tunarungu dalam berinteraksi dengan individu non penyandang tunarungu serta tidak adanya pemahaman individu non penyandang tunarungu terhadap individu penyandang tunarungu menjadikan proses relasi kawan sebaya bagi individu penyandang tunarungu mengalami hambatan. Individu non penyandang tunarungu yang tidak memiliki pengalaman bertemu atau belajar bahasa isyarat menjadikan individu tersebut merasa kesulitan bahkan enggan untuk berinteraksi dengan individu penyandang tunarungu. Di sisi lain, ketakutan terhadap penolakan menjadikan individu penyandang tunarungu enggan untuk berkomunikasi dengan individu non penyandang tunarungu, kecuali bersama penerjemah ataupun *notetakers*. Hal ini menjadikan individu penyandang tunarungu merasakan penolakan dari lingkungan sekitar, menarik diri dan cenderung mengeluarkan emosi negatif (Kersting, 1997).

Berbagai emosi negatif yang cenderung dimiliki individu penyandang tunarungu, seperti menarik diri, curiga dan mudah tersinggung ini menyebabkan kemarahan sebagai sikap pelampiasan emosinya. Pada individu penyandang tunarungu, amarah tersebut tercipta dari rasa ketidakpuasannya terhadap cara penerimaan lingkungan terhadapnya yang disebabkan oleh perbedaan cara komunikasi (Gross, 2006).

Oleh karena itu, menurut Batten (2013), regulasi emosi sangat diperlukan individu penyandang tunarungu, khususnya mahasiswa penyandang tunarungu yang memilih pendidikan di perguruan tinggi untuk menjalin relasi bersama kawan sebaya non penyandang tunarungu. Keberhasilan regulasi emosi pada diri mahasiswa penyandang tunarungu akan menjadikannya menyeleksi dan memonitoring berbagai sikap yang ditunjukkan lingkungannya sehingga individu tidak mudah curiga dan tersinggung terhadap sikap kawan sebaya non penyandang tunarungu. Keberhasilan regulasi emosi juga membantu individu penyandang tunarungu untuk tetap tenang dalam berkomunikasi dengan kawan sebaya non

penyandang tunarungu yang berbeda bahasa dengannya. Akan tetapi, kegagalan regulasi emosi akan semakin mengisolasi mahasiswa penyandang tunarungu di lingkungannya karena mahasiswa penyandang tunarungu selalu menarik diri, mudah tersinggung dan menganggap kawan sebaya non penyandang tunarungu mengacuhkannya (Antia, 2002)

TINJAUAN PUSTAKA

A. Regulasi Emosi

Menurut Gross (2006), regulasi emosi ialah strategi yang dilakukan secara sadar ataupun tidak sadar untuk mempertahankan, memperkuat atau mengurangi satu atau lebih aspek dari respon emosi yaitu pengalaman emosi dan perilaku. Seseorang yang memiliki regulasi emosi dapat mempertahankan, meningkatkan atau mengurangi emosi yang dirasakannya baik emosi positif, seperti senang atau emosi negatif seperti marah.

Menurut Frijda, regulasi dapat mempengaruhi perilaku dan pengalaman seseorang. Hasil regulasi tersebut bisa berupa perilaku yang ditingkatkan, dikurangi atau dihambat dalam ekspresinya (Nisfianoor, 2004). Gross (2007) menyatakan bahwa setiap individu memiliki cara meregulasi emosi yang berbeda-beda. Akan tetapi, Gross menyimpulkannya menjadi 5 cara meregulasi emosi pada diri individu, yaitu:

1. Menyeleksi situasi

Individu akan menentukan tindakannya berdasarkan dampak emosional yang ditimbulkan. Cara ini akan memberikan pilihan kepada individu untuk mendekati atau menjauhi sesuatu yang tidak menyenangkan baginya. Cara ini biasanya dilakukan dengan mengunjungi teman, saudara, atau melakukan aktivitas yang membuat emosi individu tersebut lebih nyaman, percakapan yang lancar dan menerima simpati dari orang lain. Contohnya adalah beberapa orang memilih untuk menjauhi atau menghindari teman sekelasnya yang sering mengganggu, atau memilih untuk mengunjungi tempat-tempat yang menyenangkan bagi individu tersebut.

Akan tetapi, cara ini biasanya hanya dapat dilakukan dalam jangka pendek dan biasanya dilakukan oleh seseorang yang memiliki sifat pemalu dan cenderung merasa lebih nyaman jika menghindari permasalahan tersebut sementara waktu. Meski demikian, cara ini juga bisa dilakukan dengan cara bertahan pada hal yang tidak menyenangkan dikarenakan

adanya tekanan dari pihak luar yang membuat individu tersebut harus bertahan.

2. Modifikasi Situasi.

Individu akan berusaha secara langsung untuk memodifikasi situasi agar dampak emosionalnya teralihkan. Modifikasi ini biasanya terjadi saat kehadiran individu lain dalam lingkungannya atau aktivitas lain yang menyita perhatiannya.

Menurut Spinrad, cara ini juga bisa dilakukan dengan cara melakukan aktivitas yang dapat meyakinkan lingkungan sehingga dapat mengurangi pengaruh emosi negatif. Modifikasi situasi biasanya dilakukan dengan menggunakan ungkapan atau kata-kata untuk membantu individu menyelesaikan permasalahannya atau meminta konfirmasi atas emosi yang dirasakannya (Khoirina, 2013).

3. Mengarahkan perhatian

Individu berusaha untuk mengarahkan perhatiannya pada situasi yang dapat menekan emosi negatif. Hal ini bisa dilakukan dengan cara mengalihkan perhatiannya pada aspek atau kejadian yang menyenangkan dan berkonsentrasi pada hal yang menyenangkan.

4. Perubahan Kognitif.

Individu akan menilai situasi untuk mengubah emosi negatifnya, baik dengan cara mengubah cara berfikir mengenai situasi yang tidak diinginkannya atau mengenai kemampuan untuk mengatur tuntutan-tuntutannya.

5. Modifikasi respon.

Individu akan memodifikasi respon atau mengontrol secara langsung respon emosi sesuai dengan situasi pada saat itu.

Seseorang yang berhasil meregulasi emosinya akan dapat terlihat dari sikap individu tersebut dalam kondisi lingkungan yang tidak menyenangkan. Sikap tersebut berupa pengendalian diri, hubungan interpersonal yang baik, sikap hati-hati, mudah beradaptasi, toleransi terhadap perbedaan atau hambatan, pandangan yang positif dan selalu peka terhadap perasaan orang lain serta tidak mudah putus asa terhadap keadaan yang tidak direncanakan sebelumnya (Gross,2006).

Meski demikian, ketidakmampuan seseorang untuk meregulasi emosinya bukan berarti individu tersebut memiliki gangguan psikologis. Ketidakmampuan tersebut berhubungan dengan tujuan emosinya. Ketika individu tersebut gagal mencapai tujuan emosinya, maka ia dapat dikatakan tidak mampu meregulasi emosinya (Rasyid,2012).

B. Tunarungu

Menurut Kementerian Pendidikan Nasional, tunarungu adalah orang yang kehilangan kemampuan mendengar sehingga menghambat proses informasi bahasa melalui pendengaran, baik memakai atau tidak memakai alat bantu dengar sampai batas pendengaran yang dimiliki orang tersebut cukup memungkinkan keberhasilan proses informasi bahasa melalui pendengaran (Kementerian Pendidikan Nasional,2010).

Menurut Moores (2001), tunarungu dan tuli merupakan dua hal yang berbeda. Tunarungu (*hearing impairment*) adalah seseorang yang mengalami gangguan pendengaran dalam skala kecil (pada tingkat 35 db sampai 69 dB), sehingga tidak mengalami hambatan dalam memahami pembicaraan orang lain dan dapat disembuhkan dalam jangka waktu tertentu dengan menggunakan bantuan medis, seperti penggunaan alat bantu dengar. Sementara itu, tuli merupakan seseorang yang kehilangan pendengarannya dalam skala besar atau hanya dapat menerima bunyi yang terpecah-pecah dengan atau tanpa menggunakan alat bantu, sehingga mengalami hambatan dalam memahami penjelasan orang lain melalui pendengarannya (Morres,2001).

Jadi dapat disimpulkan bahwa tunarungu adalah seseorang yang kehilangan kemampuan mendengar pada batas dengar tertentu sehingga pemahaman proses informasi dilakukan dengan cara berbahasa isyarat atau oral sesuai dengan kemampuannya.

Menurut Kementerian Pendidikan Nasional (2010), individu penyandang tunarungu memiliki karakteristik yang terjadi akibat tunarungu yang dimilikinya. Karakteristik tersebut antara lain:

a. Sifat egosentris yang lebih besar daripada anak yang mendengar. Sifat ini membuat mereka sukar menempatkan diri pada pemikiran dan perasaan orang lain serta kurang menyadari tentang efek perilakunya terhadap orang lain. Hal ini terjadi karena minimnya informasi dan keterbatasan kemampuan berbahasa sehingga membatasi individu penyandang tunarungu untuk mengintegrasikan pengalaman dan norma-norma sosial.

b. Memiliki sifat impulsif, yaitu tindakannya tidak didasarkan pada perencanaan yang hati-hati dan jelas serta tanpa mengantisipasi akibat yang mungkin terjadi.

c. Kaku dan kurang luwes dalam memandang dunia dan tugas-tugas dalam kesehariannya.

d. Sifat lekas marah dan mudah tersinggung.

e. Perasaan ragu-ragu dan khawatir.

METODOLOGI PENELITIAN

1. Responden dan Subyek Penelitian

Penelitian ini menggunakan metodologi penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Metode penelitian kualitatif bertujuan untuk menjelaskan makna suatu realitas/ fenomena/gejala kepada subyek dengan sedalam-dalamnya melalui pengumpulan data yang mendetail (Faisal, 2010). Metode fenomenologi dipilih karena pandangan fenomenologi berusaha memahami arti peristiwa dan kaitannya terhadap orang yang biasa dalam situasi tertentu. Pada penelitian ini, subyek penelitian berjumlah 3 orang dengan menggunakan metode *purposive sampling* dengan 5 kriteria subyek penelitian yaitu mahasiswa penyandang tunarungu, mahasiswa Universitas Brawijaya tahun angkatan 2013, berkomunikasi dengan menggunakan bahasa isyarat baik menggunakan bahasa isyarat saja ataupun menggunakan komtal, menjalani pendidikan sekolah dasar hingga sekolah menengah atas di SLB dan tidak mengikuti organisasi atau lembaga lainya di perkuliahan.

TEKNIK PENGUMPULAN DATA DAN PROSEDUR PENELITIAN

Data penelitian ini diperoleh melalui sumber data primer dan data sekunder. Data primer dan sekunder pada penelitian ini diperoleh melalui cara wawancara dan observasi. Pada pemilihan data sekunder, Subyek sekunder dalam wawancara ini terbagi menjadi dua pihak, yaitu kawan sebaya non penyandang tunarungu yaitu kawan sebaya yang berada dalam kelas yang sama dengan subyek semenjak semester I dan pendamping (*volunteer*) yang bertugas mendampingi dan menerjemahkan materi yang disampaikan dosen kepada subyek.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Dinamika Psikologis Subyek

A. Subyek PLS

PLS (21 tahun) adalah seorang penyandang tunarungu yang berasal dari keluarga sederhana. PLS mengaku bahwa

dirinya telah menjadi seorang penyandang tunarungu sejak dia lahir. Akan tetapi, PLS tidak bisa mengetahui secara pasti faktor penyebab ketunarunguan yang dimilikinya. PLS adalah anak pertama dari dua bersaudara. Saudara PLS saat ini menjadi mahasiswa di tahun dan universitas yang sama dengan PLS. Semenjak kecil, PLS dan adiknya berkomunikasi dengan menggunakan bahasa isyarat ejaan dan berkomunikasi melalui tulisan saat berbicara dengan adiknya.

B. Subyek YDM

YDM (22 tahun) adalah seorang penyandang tunarungu yang berasal dari keluarga sederhana. Menurut YDM, keluarganya baru mengetahui dirinya seorang penyandang tunarungu saat YDM berusia 2 tahun meskipun YDM tidak terlalu mengetahui secara pasti sejak kapan dia menjadi seorang penyandang tunarungu. YDM merupakan anak kedua dari empat bersaudara dan anak laki satu-satunya. Semenjak kecil, YDM telah memiliki seorang tetangga penyandang tunarungu yang juga berusia hampir sama dengannya. YDM juga memiliki seorang sepupu yang dapat berkomunikasi bahasa isyarat dengannya.

C. Subyek AW

Subyek AW (21 tahun) adalah seorang penyandang tunarungu berasal dari Kediri. Subyek AW merupakan anak pertama dari dua bersaudara. Semenjak kecil, AW telah bersama-sama teman penyandang tunarungu lainnya sering mengikuti aktivitas di organisasi Gerkatin (Gerakan Kesejahteraan Tuna Rungu Indonesia) Kediri da memutuskan berhenti ketika memasuki perkuliahan di kota Malang. Berbeda dengan subyek lainnya, Subyek AW menggunakan alat bantu dengar untuk membantunya memahami komunikasi verbal. Meski demikian, Subyek AW lebih menyukai penggunaan bahasa isyarat sebagai media komunikasi dengan teman penyandang tunarungu lainnya ataupun dengan teman non penyandang tunarungu dikarenakan alat bantu yang dia miliki tidak terlalu berpengaruh dalam membantunya berkomunikasi.

PEMBAHASAN

Pendidikan di perguruan tinggi memberikan kesempatan kepada mahasiswa penyandang disabilitas untuk mendapatkan pendidikan di kelas yang sama bersama mahasiswa non penyandang disabilitas. Kesempatan ini juga dapat dimanfaatkan

mahasiswa penyandang disabilitas, khususnya penyandang disabilitas tunarungu untuk menjalin relasi kawan sebaya dengan mahasiswa non penyandang disabilitas tunarungu. Menurut Piaget dan Sullivan, individu yang berkeinginan untuk menjalin relasi dengan kawan sebaya akan melakukan proses pengamatan dan ketelitian mengenai minat dan pandangan kawan sebaya terlebih dahulu. Hal ini bertujuan untuk memudahkan proses penyatuan diri individu ke dalam aktivitas kawan sebaya yang sedang berlangsung. Oleh karena itu, individu yang berkeinginan untuk menjalin relasi dengan kawan sebaya akan memilih teman yang memiliki nilai dan pandangan yang sesuai dengannya atau memiliki kriteria yang disenangi oleh individu tersebut (Santrock, 2003).

Kriteria kawan yang disenangi oleh individu akan disesuaikan dengan peranan relasi kawan sebaya pada seorang individu. Menurut Santrock, relasi dengan kawan sebaya memiliki peran sebagai sumber informasi (Santrock, 2007). Sebagai seorang penyandang tunarungu, Subyek PLS, YDM dan AW juga memiliki kriteria kawan sebaya yang tidak jauh berbeda dengan fungsi atau peran kawan sebaya tersebut. Salah satu kriteria utama yang diberikan oleh PLS, YDM dan AW adalah kawan sebaya non penyandang tunarungu bisa berkomunikasi dengan menggunakan bahasa isyarat. Kriteria tersebut dapat dihubungkan dengan peran kawan sebaya sebagai sumber informasi. Informasi yang diberikan kawan sebaya dengan subyek akan menjadi lebih mudah diketahui dan didapatkan oleh subyek ketika kawan sebaya non penyandang tunarungu memberikan informasi tersebut dalam bahasa isyarat.

Selain sebagai sumber informasi, relasi kawan sebaya juga memiliki peranan lainnya. Menurut Papalia (2001), kawan sebaya memberikan peranan dalam mengembangkan kognitif seseorang serta menjadi sumber emosional. Pada penelitian ini, kriteria kawan sebaya yang muncul di semua subyek adalah kawan sebaya non penyandang tunarungu mau menjalin relasi dengan subyek ataupun mahasiswa penyandang tunarungu lainnya. Kriteria tersebut dapat dihubungkan dengan peranan kawan sebaya sebagai sumber emosional yang berarti subyek dapat mengungkapkan perasaan dan emosinya kepada kawan sebaya non penyandang tunarungu tanpa

harus terhambat oleh pandangan negatif mengenai ketunarunguan. Kriteria lainnya yang juga diinginkan oleh semua subyek adalah kawan sebaya non penyandang tunarungu memiliki keinginan untuk membantu teman-teman tunarungu. Kriteria ini dapat dihubungkan pada fungsi kawan sebaya sebagai sumber kognitif. Subyek mengharapkan kawan sebaya non penyandang tunarungu dapat memberikan bantuan kepada subyek untuk memecahkan permasalahan. Subyek juga berharap kawan sebaya non penyandang tunarungu dapat membantunya untuk mengerjakan tugas, baik tugas individu ataupun kelompok.

Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa kriteria kawan sebaya yang disenangi subyek berdasarkan peran kawan sebaya adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Kriteria Kawan Sebaya berdasarkan peran kawan sebaya

Fungsi Kawan Sebaya	Kriteria Kawan Sebaya
Sumber Informasi	Kawan sebaya dapat berkomunikasi dengan bahasa isyarat
Sumber Emosional	Kawan sebaya non penyandang tunarungu mau menjalin relasi dengan mahasiswa penyandang tunarungu
Sumber Kognitif	Kawan sebaya non penyandang tunarungu berkeinginan untuk membantu mahasiswa penyandang tunarungu mengerjakan tugas

Selain itu menurut Santrock (2003), individu yang berasal dari kalangan minoritas menganggap relasi dengan kawan sebaya yang juga berasal dari kalangan minoritas akan memberikan perasaan bersaudara yang sangat penting dan mengurangi rasa isolasi dalam diri individu tersebut. Pada penelitian ini selain memberikan kriteria kawan sebaya non penyandang tunarungu yang disenangi, subyek juga memiliki kriteria kawan sebaya penyandang tunarungu yang disenangi. YDM memiliki kriteria kawan sebaya penyandang tunarungu yang disenangi adalah kawan sebaya penyandang tunarungu yang ingin menjalin relasi dengannya. AW juga memiliki kriteria kawan sebaya penyandang tunarungu yang disenanginya yaitu kawan penyandang

tunarungu harus berani berbaur dengan kawan non penyandang tunarungu lainnya. Pada subyek PLS, PLS tidak memiliki kriteria khusus kawan sebaya penyandang tunarungu karena baginya tidak ada perbedaan antara pertemanan dengan kawan sebaya non penyandang tunarungu dan kawan sebaya penyandang tunarungu.

Akan tetapi pada proses menjalin relasi kawan sebaya dengan kawan non penyandang tunarungu, subyek mengalami hambatan dalam beberapa hal. Permasalahan tersebut muncul ketika proses menjalin relasi dengan kawan sebaya tersebut tidak sesuai dengan kriteria kawan sebaya yang diinginkan oleh subyek. Permasalahan yang paling sering terjadi adalah ketidakmampuan kawan non penyandang tunarungu untuk berkomunikasi dengan menggunakan bahasa isyarat sehingga subyek mengalami kesulitan untuk berkomunikasi dengan kawan non penyandang tunarungu. Ketidakmampuan ini juga berakibat subyek mengalami hambatan perkuliahan ketika pendamping kuliahnya tidak datang untuk menerjemahkan materi yang disampaikan oleh dosen dan tidak ada kawan sebaya non penyandang tunarungu di kelas tersebut yang dapat menggantikan pendamping kuliah. Permasalahan lain yang dialami oleh semua subyek adalah keengganan kawan sebaya non penyandang tunarungu untuk mengajak subyek untuk menghabiskan waktu di luar jadwal perkuliahan. Permasalahan ini menjadikan subyek, khususnya PLS dan YDM merasa terasing di dalam kelas tersebut. Akan tetapi, pada subyek AW, keengganan tersebut tidak menjadikannya patah semangat. AW berusaha untuk mengikuti aktivitas dengan kawan sebaya non penyandang tunarungu.

Menurut Antia (2002), permasalahan tersebut disebabkan oleh adanya mispersepsi yang terjadi di lingkungan tersebut. Kesalahpahaman tersebut muncul karena ketidakpahaman kawan sebaya non penyandang tunarungu mengenai isu-isu disabilitas tunarungu. Kawan sebaya non penyandang tunarungu masih menganggap bahwa subyek ataupun mahasiswa penyandang tunarungu lainnya bukan merupakan bagian dari kelas tersebut. Padahal meski dalam keadaan yang berbeda karena mahasiswa penyandang tunarungu menggunakan penerjemah bahasa isyarat, mahasiswa penyandang tunarungu memiliki hak, kewajiban dan tanggung jawab

yang sama seperti kawan sebaya non penyandang tunarungu.

Berdasarkan pada hasil penelitian yang telah dibahas sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa ketiga subyek mengalami hambatan dalam menjalin relasi dengan kawan sebaya. Hambatan tersebut menjadikan ketiga subyek mengalami perasaan yang berbeda-beda. Subyek PLS merasakan kekecewaan, kekesalan dan kemarahan ketika subyek merasakan minimnya kesempatan untuk bersama-sama kawan sebaya non penyandang tunarungu dalam beraktivitas diluar perkuliahan. Kekesalan juga dirasakan oleh subyek YDM, meskipun YDM cenderung mengabaikan permasalahan tersebut. Berbeda dengan kedua subyek tersebut, AW justru mengalami kesendirian karena harus menghabiskan waktu bersama dengan kawan sebaya non penyandang tunarungu lainnya tanpa dihadiri oleh mahasiswa penyandang tunarungu lainnya. Keikutsertaan AW ini juga didasari oleh ketidakinginan AW untuk terus merasakan keterasingan akibat minimnya aktivitas yang dihabiskan bersama kawan sebaya non penyandang tunarungu sehingga menyebabkan AW memaksakan dirinya.

Individu yang sering murung, cemberut dan menampilkan emosi negatif lainnya akan menjadikan kawan sebaya menolak kehadiran dirinya. regulasi emosi akan menjadikan individu mampu memunculkan emosi yang lebih positif. Oleh karena itu, regulasi emosi sangat diperlukan untuk mengatur emosi negatif yang dirasakan subyek dalam menjalin relasi dengan kawan sebaya dan sebagai langkah memperbaiki relasi dengan kawan sebaya non penyandang tunarungu.

Menurut Gross (2006), regulasi emosi ialah strategi yang dilakukan secara sadar ataupun tidak sadar untuk mempertahankan, memperkuat atau mengurangi satu atau lebih aspek dari respon emosi yaitu pengalaman emosi dan perilaku. regulasi emosi yang digunakan oleh masing-masing subyek berbeda satu sama lainnya. Gross (2006) menyimpulkan bahwa regulasi emosi pada umumnya dilakukan dengan 5 cara, yaitu: menyeleksi situasi, modifikasi situasi, mengarahkan perhatian, mperubahan kognitif serta memodifikasi respon. Kelima regulasi tersebut digunakan dalam waktu yang berbeda-beda. Berikut merupakan cara regulasi emosi berdasarkan kejadian yang individu alami.

Tabel 2. Cara regulasi emosi berdasarkan situasi yang subyek hadapi

Regulasi Emosi	Subyek I	Subyek II	Subyek III
Menyeleksi situasi	√	√	√
Modifikasi situasi	√	√	√
Mengarahkan perhatian	√	-	-
Perubahan Kognitif	√	-	√
Modifikasi Respon	-	-	√

Berdasarkan tabel diatas, Cara modifikasi situasi dan menyeleksi situasi adalah cara yang paling banyak dilakukan oleh semua subyek. Pada penelitian ini dapat diketahui bahwa cara modifikasi situasi dan menyeleksi situasi dilakukan oleh semua subyek dan dilakukan dalam keadaan yang cukup banyak. Selain itu, perubahan kognitif juga dilakukan oleh sebagian besar subyek. Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa masing-masing cara regulasi emosi dilakukan oleh subyek sesuai dengan situasi yang ia hadapi.

Pembahasan mengenai relasi kawan sebaya dan regulasi emosi mahasiswa penyandang tunarungu mencerminkan bahwa pendidikan di perguruan tinggi memberikan tantangan kepada mahasiswa penyandang tunarungu untuk beradaptasi dengan lingkungan yang tidak sepenuhnya memahami tentang dirinya sebagai penyandang tunarungu ataupun isu-isu disabilitas, khususnya ketunarunguan. Hambatan yang dirasakan oleh mahasiswa penyandang tunarungu dalam menjalin relasi dengan kawan sebaya non penyandang tunarungu adalah ketidakmampuan kawan sebaya non penyandang tunarungu dalam berkomunikasi bahasa isyarat, ketidakpahaman kawan sebaya non penyandang tunarungu mengenai isu-isu disabilitas serta keengganan kawan sebaya non penyandang tunarungu untuk membantu subyek dalam membuat tugas. Hambatan tersebut menghasilkan emosi-emosi negatif yang dirasakan subyek.

Ketidakmampuan kawan sebaya non penyandang tunarungu dalam berkomunikasi bahasa isyarat dan ketidakpahaman kawan sebaya non penyandang tunarungu mengenai isu-isu disabilitas menjadi hal utama yang harus diperhatikan dalam proses pendidikan di perguruan tinggi. Ketidakmampuan ini

disebabkan tidak adanya pengalaman kawan sebaya non penyandang tunarungu berada dalam satu kelas ataupun bertemu dengan individu penyandang tunarungu sebelumnya. Akan tetapi, keengganan kawan sebaya non penyandang tunarungu untuk membantu mahasiswa penyandang tunarungu dalam mengerjakan tugas, baik tugas individu ataupun tugas kelompok sebenarnya lebih didasari oleh ketidakpahaman kawan sebaya non penyandang tunarungu mengenai keinginan dan keadaan kawan sebaya penyandang tunarungu. Kawan sebaya non penyandang tunarungu yang mengetahui keinginan dan keadaan kawan sebaya penyandang tunarungu yang kesulitan dalam membuat tugas akan cenderung membantu mahasiswa penyandang tunarungu.

Oleh karena itu, pemberian informasi mengenai ketunarunguan dan bahasa isyarat menjadi hal penting yang harus dilakukan oleh subyek atau mahasiswa penyandang tunarungu di awal pertemuannya dengan kawan sebaya non penyandang tunarungu. Selain itu, dosen juga diharapkan berperan dalam menghapuskan ketidakpahaman tersebut agar menciptakan kelas yang nyaman, baik bagi mahasiswa penyandang tunarungu ataupun bagi mahasiswa non penyandang tunarungu.

KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

- Pada proses menjalin relasi kawan sebaya, mahasiswa penyandang tunarungu memiliki kriteria kawan sebaya non penyandang tunarungu yang disenangi. Kriteria kawan sebaya yang diinginkan mahasiswa ini adalah kawan sebaya mau menjalin relasi dengan mahasiswa penyandang tunarungu, kawan sebaya non penyandang tunarungu mau membantu mahasiswa penyandang tunarungu membuat tugas kelompok ataupun individu serta kemampuan kawan sebaya non penyandang tunarungu mampu berkomunikasi dengan menggunakan bahasa isyarat.
- Pada penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa penyandang tunarungu memiliki hambatan dalam menjalin relasi kawan sebaya. Hambatan ini terjadi karena relasi yang dibangun mahasiswa penyandang tunarungu tidak sesuai dengan kriteria kawan sebaya yang disenangi. Hambatan yang pada umumnya dijumpai oleh seluruh

subyek adalah kawan sebaya non penyandang tunarungu enggan atau tidak bisa berkomunikasi dengan bahasa isyarat, kawan sebaya non penyandang tunarungu jarang berinisiatif untuk membantu subyek serta kawan sebaya non penyandang tunarungu yang tidak pernah mengajak mahasiswa penyandang tunarungu untuk menghabiskan waktu bersama diluar waktu perkuliahan.

- c. Hambatan tersebut tidak hanya terjadi pada kawan sebaya non penyandang tunarungu saja, melainkan juga pada kawan sebaya penyandang tunarungu. PLS dan AW merasakan adanya hambatan pada proses menjalin relasi dengan kawan sebaya penyandang tunarungu. Akan tetapi, YDM justru merasakan kenyamanan saat menjalin relasi dengan kawan sebaya penyandang tunarungu.
- d. Pada penelitian ini, seluruh subyek menggunakan cara menyeleksi situasi dan modifikasi situasi sebagai cara subyek meregulasi emosi. Selain itu, cara lain juga ditempuh subyek untuk meregulasi emosinya sesuai dengan kondisi di sekitar masing-masing subyek. Pada beberapa kondisi, subyek melakukan beberapa cara regulasi emosi secara bergantian untuk meminimalisir dampak emosi negatif yang dirasakannya.

2. KELEMAHAN

Kendala selama menjalani penelitian ini adalah bahasa pengantar dalam teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah bahasa isyarat. Bahasa isyarat digunakan dalam penelitian ini agar peneliti benar-benar mendapatkan informasi yang tepat dan sesuai dengan pandangan subyek yang merupakan seorang mahasiswa penyandang tunarungu. Kendala tersebut terletak pada penggunaan bahasa isyarat daerah yang tidak dipahami dengan baik oleh peneliti, khususnya ketika subyek lebih mengutamakan ekspresi dalam penyampaian pendapatnya sehingga menyulitkan peneliti dalam penulisan verbatim.

Solusi untuk kendala tersebut adalah wawancara harus dilakukan dengan bantuan mahasiswa penyandang tunarungu yang memiliki kemampuan berbahasa isyarat dengan baik sehingga bahasa isyarat daerah yang digunakan subyek dapat dipahami dengan baik

oleh peneliti. Selain itu, keterlibatan seorang penerjemah dalam proses verbatim membantu peneliti untuk memastikan bahwa pengalihan bahasa dari bahasa isyarat tulis ke bahasa Indonesia tidak mengubah arti yang sebenarnya.

Pada penelitian selanjutnya, peneliti berharap cara tersebut dilakukan agar mendapatkan hasil penelitian yang sesuai dengan perspektif individu penyandang tunarungu tanpa harus terhambat pada bahasa pengantar wawancara dalam proses pengumpulan data penelitian. Selain itu, penggalan data secara longitudinal akan membantu peneliti menemukan perkembangan regulasi emosi dan situasi relasi kawan sebaya pada perguruan tinggi.

3. SARAN

- a. Bagi subyek penelitian, untuk terus mengembangkan kemampuan meregulasi emosinya serta memotivasi diri untuk terus menjalin relasi dengan kawan sebaya, baik kawan sebaya non penyandang tunarungu maupun kawan sebaya penyandang tunarungu.
- b. Bagi kawan sebaya non penyandang tunarungu, untuk terus berusaha membangun relasi dengan subyek ataupun mahasiswa penyandang tunarungu lainnya tanpa harus adanya pemikiran atau pandangan negatif mengenai isu-isu ketunarunguan.
- c. Bagi dosen di perguruan tinggi, untuk terus berusaha membangun situasi kelas yang kondusif, baik untuk mahasiswa penyandang disabilitas ataupun mahasiswa non penyandang disabilitas.
- d. Bagi pihak-pihak yang berhubungan dengan proses pembelajaran di universitas, penelitian ini diharapkan menjadi kesadaran akan pentingnya pengadaan *disability awareness* untuk mahasiswa non penyandang disabilitas yang berada dalam kelas/ jurusan yang sama dengan mahasiswa penyandang disabilitas.
- e. Bagi penelitian selanjutnya, ketika akan melakukan penelitian yang berhubungan dengan mahasiswa penyandang tunarungu, usahakan memiliki kemampuan berbahasa isyarat ataupun memiliki teman yang bisa berkomunikasi dengan bahasa isyarat sehingga hasil penelitian tersebut akan sesuai dengan perspektif subyek. Selain itu, penelitian selanjutnya juga bisa membahas tentang tema yang lebih luas

mengenai relasi kawan sebaya pada individu penyandang tunarungu ataupun menggunakan metode longitudinal agar mendapatkan hasil yang menunjukkan perkembangan relasi kawan sebaya pada individu penyandang tunarungu.

- f. Bagi pembaca, penelitian ini diharapkan menjadi bahan pertimbangan mengenai pandangan pembaca mengenai individu penyandang disabilitas. Hambatan yang dihadapi oleh individu penyandang disabilitas tidak hanya terjadi dikarenakan aspek pada individu penyandang disabilitas saja, melainkan juga disebabkan oleh ketidakpahaman individu non penyandang dis

DAFTAR PUSTAKA

- Antia, S. D., Stinson, M. S. & Gaustad, M. G. (2002). Developing Membership in the Education of Deaf and Hard-of Hearing Students in Inclusive Settings. *Journal Deaf Studies and Deaf Education*, vol.7, no.3, hal:214-229.
- Batten G., Oakes, P.M., Alexander T. (2013). Factors Associated With Social Interactions Between Deaf Children and Their Hearing Peers: A Systematic Literature Review. *Journal of Deaf Studies and Deaf Education*. Hal 1-18.
- Faisal, S. (2010). "Memahami Penelitian Kualitatif" dalam Metodologi Penelitian *Go to Research University*. Malang: LKP2M
- Gerungan. (2004). *Psikologi Sosial*. Bandung: Refika Aditama
- Gross, J.J., & Thompson, R.A.(2006). *Emotion Regulation: Conceptual Foundation*. In J.J. Gross (Ed.), *handbook of emotion regulation*. New York: Guilford Press.
- Hurlock, E.B., (1993). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan.*, (Istiwidayanti & Soedjarwo, Penerj.). Jakarta: Erlangga.
- Kementrian Pendidikan Nasional (2010). *Program Khusus SLB Tunarungu, Bina Persepsi Komunikasi Bunyi*. Jakarta.
- Kersting, S. A., (1997). Balancing between Deaf and Hearing Worlds: Reflection of Mainstreamed College Students on Relationship and Social Interaction., *Journal Deaf Studies and Deaf Education*, vol.2, no.4, hal 252-263.
- Khoirina, I. (2013). Regulasi Mood Negatif pada Mahasiswa ditinjau dari Jenis Kelamin. *Jurnal Online Psikologi.*, vol. 1, no.2, hal:540-553.
- Miles & Huberman. (1992). *Analisis Data Kualitatif*. (Tjetjep Rohidi, Penerj.). Jakarta: UI-Press.
- Moore, D. F. (2001). *Educating the Deaf: Psychology, Principles, and Practice*. Boston: Houghton Mifflin Company.
- Nisfiannoor, M. & Kartika, Y. (2004). Hubungan antara regulasi emosi dan penerimaan kelompok teman sebaya pada remaja. *Jurnal Psikologi.*, Vol.2, 160-178.
- Papalia, D. E., Old, S. W. & Feldman, R.D. (2001). *Human Development; Psikologi Perkembangan bagian V-IX (9th ed.)*. New York: Mc-Graw Hill.
- Rasyid, M., (2012). Hubungan antara Peer Attachment dengan Regulasi Emosi Remaja yang Menjadi Siswa di Boarding School SMA Negeri 10 Samarinda. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, Vol.1, No.3, hal 1
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: Perkembangan Remaja*. (terj. Shinto B. Adelar dan Sherly Saragih). Jakarta: Erlangga.
- _____. (2007). *Remaja*. (terj. Achmad Chusairi). Jakarta: Erlangga.
- Somantri, S. 2007. *Psikologi Anak Luar Biasa*. Bandung: PT. Refika Aditama.