

Volume: 10 Nomor: 2 Tahun 2023

[Pp. 63-76]

## ***Subjective Well Being Pada Mahasiswi Tunanetra***

Lauditta Soraya Husin

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

Psikologi Pendidikan Islam

e-mail: [laudittash@gmail.com](mailto:laudittash@gmail.com)

### **Abstrak**

Mahasiswi difabel tunanetra tidak hanya mengalami hambatan dalam proses penglihatan namun juga memiliki problematika dalam proses perkuliahan dan maupun kehidupan sosial diantaranya permasalahan aksesibilitas, hubungan sosial, komunikasi, kesulitan dalam proses perkuliahan dan pandangan masyarakat sekitar. Hal ini mempengaruhi kondisi psikologis pada individu terutama pada mahasiswi, hal ini terjadi karena perempuan memiliki kerentanan genetik, perubahan hormon yang signifikan, kecenderungan memikirkan sesuatu hal secara berlebihan, dan tekanan dari sisi sosiobudaya. Keselarasan antara proses studi dan penerimaan diri dengan keterbatasan penglihatan menjadi tujuan utama yang terus dipertahankan dan dicapai oleh mahasiswi tunanetra, ditambah dengan berbagai tekanan dan problematika dalam menyelesaikan pendidikan, akan menjadi tantangan dan tekanan tersendiri bagi mahasiswi difabel netra yang dapat mempengaruhi kesejahteraan subjektif diri individu (*Subjective Well Being*). Tujuan artikel ini ialah untuk mengetahui *Subjective Well Being* pada mahasiswi tunanetra dan faktor yang mempengaruhi *Subjective Well Being* pada mahasiswi tunanetra. Metode yang digunakan ialah deskriptif kualitatif dengan metode studi kasus. Partisipan dalam penelitian ini ialah tiga mahasiswi penyandang tunanetra dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara mendalam dan observasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswi tunanetra memiliki *Subjective Well Being* yang ditinjau dari dimensi penerimaan diri, tujuan hidup, pertumbuhan diri, otonomi, penguasaan lingkungan, dan hubungan positif dengan orang lain.

Kata Kunci : *Subjective Well Being*, Tunanetra

## Pendahuluan

Perempuan penyandang disabilitas di dunia memerlukan perhatian yang khusus dari seluruh elemen masyarakat, hal ini seiring jika dikaitkan mengenai isu kesetaraan gender yang saat ini sedang marak diperjuangkan oleh masyarakat, terutama mengenai permasalahan gender yang dikaitkan dengan masalah disabilitas. Konstruk masyarakat terhadap perempuan digambarkan sebagai individu yang lemah, terlebih jika perempuan tersebut menyandang disabilitas.<sup>1</sup> World Health Organization merilis data bahwa ada 40 juta penderita kebutaan, dan diperkirakan pada tahun 2020 jumlah penduduk dunia dengan kebutaan akan meningkat 2 kali lipat, di Indonesia, data dari Biro Pusat Statistik (BPS) tahun 2012 mencatat penyandang disabilitas netra berjumlah 1.780.200 jiwa.<sup>2</sup> Penyandang disabilitas netra mengalami keterbatasan dalam penglihatan dan gangguan terhadap fungsi sosialnya yang dapat mempengaruhi terhadap aktivitas fisik, kepercayaan dan harga diri dalam berhubungan dengan lingkungannya termasuk dalam permasalahan pendidikan. Layanan pendidikan dan fasilitas pendidikan yang belum optimal untuk penyandang disabilitas merupakan salah satu kendala yang dialami oleh penyandang disabilitas, terutama bagi perempuan penyandang disabilitas yang ingin mengenyam pendidikan hingga jenjang perguruan tinggi. Mahasiswa tunanetra tidak hanya mendapatkan tantangan namun juga hambatan dalam proses perkuliahan di perguruan tinggi, mahasiswa tunanetra memiliki kerentanan ganda dengan kondisi disabilitasnya dan juga adanya diskriminasi karena statusnya sebagai perempuan.<sup>3</sup> Berbagai problematika dalam proses perkuliahan dan kehidupan sosial yang dialami oleh mahasiswa tunanetra diantaranya ialah permasalahan aksesibilitas, hubungan sosial, komunikasi, kesulitan dalam proses perkuliahan dan pandangan masyarakat sekitar. Hal ini dapat terjadi karena individu tunanetra cenderung mengembangkan sikap kecurigaan karena keterbatasan fungsi sensoris sehingga kurang memahami dengan benar hal yang terjadi disekitar mereka. Penyandang tunanetra yang kehilangan sebagian maupun keseluruhan kemampuan penglihatannya dapat menghambat kemampuan, aktivitas maupun perkembangan kemandirian individu, individu dengan keterbatasan dalam indera

---

<sup>1</sup> Dermatoto A, *Menyibab Sensitivitas Gender Dalam Keluarga Difabel* (Surakarta: LPP UNS dan UNS Press, 2007).

<sup>2</sup>M. Muthmainah, Nina Zulida Situmorang, and Fatwa Tentama, "Gambaran Subjective Well-Being Pada Perempuan Difabel," *Proceeding of The URECOL* (January 21, 2019): 143–147.

<sup>3</sup> Genugten, *Human Rights Reference*. (Netherlands: The Hague, 2011).

penglihatannya cenderung merasakan ketidakpuasan dalam kehidupannya yang dipengaruhi oleh perasaan negative dan tidak menyenangkan seperti sedih, kecewa, malu, takut dan minder sehingga dapat mempengaruhi kesejahteraan individu tersebut. Bahkan mahasiswi tunanetra memiliki anggapan bahwa dirinya hanya merepotkan lingkungan sekitarnya sajadan memiliki pandangan negatif terhadap kondisinya. Apabila pandangan negatif itu terus tumbuh dalam suatu individu, maka pandangan negatif tersebut akan menjadi keyakinan (*stereotype*), prasangka (*prejudice*), dan batasan (*limitation*) baik dari masyarakat maupun dirinya sendiri karena merasa tidak mampu.<sup>4</sup> Dalam hal ini, mahasiswi perlu menumbuhkan rasa cinta terhadap dirinya sendiri, menumbuhkan rasa kebahagiaan, persepsi terhadap pengalaman hidup. Hal ini berupa evaluasi kognitif dan afeksi terhadap hidup yang biasa disebut kesejahteraan psikologis atau dikenal sebagai *Subjective Well Being*. *Subjective Well Being* ialah penerimaan individu baik dalam segi kelebihan maupun kekurangan dirinya yang didasarkan pada enam dimensi kebutuhan biologis yang mewakili kriteria fungsi psikologi kognitif diantaranya yaitu penerimaan diri (*self-acceptance*), tujuan hidup (*purpose in life*), pertumbuhan diri (*personal growth*), otonomi (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), dan hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with other*).<sup>5</sup> Individu yang memiliki *subjective well-being* tinggi akan mendapatkan dampak positif, diantaranya ialah manfaat terhadap kesehatan dan daya tahan tubuh, dimana individu yang bahagia cenderung lebih sehat, tidak mudah sakit, cenderung berumur panjang, dan dapat mengontrol diri. Selain itu individu yang memiliki tingkat *subjective well-being* tinggi biasanya memiliki kualitas hidup yang baik, mampu mengatur emosi, dan mampu menghadapi masalah dengan baik. Sedangkan individu yang memiliki tingkat *subjective-well-being* rendah cenderung memandang hidupnya tidak bahagia, penuh perasaan dan pikiran negatif sehingga menimbulkan kecemasan, kemarahan, bahkan mengalami depresi.<sup>6</sup> Terdapat beberapa penelitian yang mengambil tema besar *Subjective Well Being* pada penyandang disabilitas untuk mengetahui tingkat kepuasan hidup dan emosi pada penyandang disabilitas. Penelitian yang telah dilakukan terhadap penyandang disabilitas

---

<sup>4</sup>Lahey, B., *Psychology An Introduction* (Chicago: McGraw Hill, 2004).

<sup>5</sup>Ryff, C. D., "Happiness Is Everything or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being," *Journal of Personality and Social Psychology* Vol.57 (1989): 1069–1081.

<sup>6</sup>Muthmainah, Situmorang, and Tentama, "Gambaran Subjective Well-Being Pada Perempuan Difabel."

menunjukkan *Subjective Well Being* atau dikenal dengan kesejahteraan psikologis secara subjektif memiliki pengaruh terhadap kepuasan hidup individu, semakin tinggi *Subjective Well Being* yang dimiliki akan semakin tinggi juga kepuasan hidup yang dimiliki oleh individu penyandang disabilitas (Lucia, 2006<sup>7</sup>; Melanie, 2018<sup>8</sup>). Selanjutnya dalam aspek afektif *Subjective Well Being* individu penyandang disabilitas yang memiliki *Subjective Well Being* yang tinggi memiliki kemampuan dalam mengendalikan emosi yang baik dalam menjalani setiap hal dalam kehidupan dan memiliki penerimaan diri yang baik (Hetti, 2018<sup>9</sup>; Muthmainah, 2019<sup>10</sup>).

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta ialah salah satu Universitas Inklusif yang menyediakan berbagai fasilitas dan layanan bagi mahasiswa difabel yaitu pusat studi dan layanan difabel, perpustakaan multimedia untuk mahasiswa difabel netra, Al-Quran Braille, dosen yang sensitif terhadap kebutuhan khusus mahasiswa difabel, gedung dan ruang yang terus dikembangkan untuk mudah diakses, masalah teknis yang berkaitan dengan difabel diatur tersendiri oleh fakultas/unit masing-masing. Keunggulan UIN Sunan Kalijaga dalam pelayanan difabel ialah adanya Pusat Layanan Difabel (PLD), tidak hanya menjadi unit layanan, PLD juga berperan sebagai pusat studi yang melakukan kajian akademis tentang berbagai masalah disabilitas dan juga memberikan dukungan kepada segenap warga universitas untuk menciptakan aksesibilitas di lingkungan maupun dalam aktifitas penyandang difabel.<sup>11</sup> Dengan adanya dukungan dan fasilitas layanan difabel di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta dan masih minimnya penelitian yang membahas tentang *subjective well being* pada masyarakat penyandang difabel khususnya pada mahasiswa tunanetra Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta membuat penulis tertarik untuk mengeksplorasi *Subjective Well-Being* pada mahasiswa tunanetra di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

---

<sup>7</sup>Lucia Canha et al., "Well Being and Health in Adolescents With Disabilities," *Psicologia: Reflexão e Crítica* Vol 29, No.32 (2016).

<sup>8</sup>Melanie Jones et al., "The Dynamic Effect Of Disability on Work and Subjective Well Being," *Oxford Economic Papers* Vol.70, no. 03 (2018): 635–657.

<sup>9</sup>Hetti Sari Ramadhani, Nindia Pratitis, and Akta Ririn Aristawati, "Subjective Well Being Pada Tunarungu Dewasa.," *Jurnal Psikologi Indonesia* vol 07, no 2 (2018): 243.

<sup>10</sup>Muthmainah, Situmorang, and Tentama, "Gambaran Subjective Well-Being Pada Perempuan Difabel."

<sup>11</sup>Akhmad Soleh, *Aksesibilitas Penyandang Disabilitas Terhadap Perguruan Tinggi* (Yogyakarta: PT. Lkis Pelangi Aksara, 2016).

## Metode

Metode yang digunakan dalam penelitian ini ialah deskriptif kualitatif dan termasuk dalam jenis penelitian studi kasus deskriptif. Studi kasus deskriptif ialah pendekatan yang populer digunakan untuk membantu peneliti dalam menjelaskan adanya fenomena *subjective well being* pada subjek penelitian.<sup>12</sup> Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini ialah *purposive sampling*, yaitu sampel dipilih berdasarkan karakteristik tertentu yang sesuai dengan tema penelitian.<sup>13</sup> Karakteristik sampel dalam penelitian ini ialah wanita berusia 22-27 tahun, mengalami tunanetra, dan merupakan mahasiswi di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Lokasi penelitian ialah Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Berdasarkan karakteristik yang telah ditentukan, terdapat subjek penelitian sebanyak 3 orang mahasiswi tunanetra. Teknik pengumpulan data yang digunakan ialah wawancara dan observasi. Pedoman wawancara dan pedoman observasi disusun berdasarkan aspek-aspek *subjective well being*. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini ialah analisis tematik dengan melakukan koding pada hasil teks wawancara yang telah disusun menjadi verbatim.<sup>14</sup> Tahapan yang dilakukan dalam analisis data penelitian ialah 1) terlebih dahulu mengolah dan mempersiapkan data yang siap untuk dianalisis, peneliti membuat verbatim/transkrip wawancara, 2) membaca dan memahami data-data yang telah diperoleh di lapangan, 3) melakukan coding terhadap data penelitian, 4) menggunakan coding untuk menemukan ranah, partisipan, kategori dan tema yang ingin dianalisis, 5) membuat narasi hasil penelitian, 6) interpretasi hasil penelitian.<sup>15</sup> Penelitian ini menggunakan triangulasi data, yaitu menggunakan lebih dari satu teknik pengambilan data (wawancara, observasi dan dokumentasi) serta pengambilan data lebih dari satu sumber. Peneliti melakukan *member checking* dengan memperlihatkan dan membawa hasil penelitian kepada subjek penelitian untuk memberikan verifikasi kebenaran deskripsi yang dibuat peneliti.

---

<sup>12</sup>Yin, R.K, *Case Study Research Design & Methods* (Jakarta: Rajagrafindo Persada, 2006).

<sup>13</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Kombinasi* (Bandung: Alfabeta, 2014).

<sup>14</sup>Neuman, W.L., *Social Research Methods Quantitative and Qualitative Approaches* (Boston: Pearson Educational Inc, 2000).

<sup>15</sup>John W. Creswell, *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*, 4th edition, international student edition. (Los Angeles London New Delhi Singapore Washington, DC: SAGE, 2014).

### Hasil Penelitian dan Pembahasan

Subjek	Dimensi Penerimaan Diri	Dimensi Tujuan Hidup	Dimensi Pertumbuhan Diri	Dimensi Otonomi	Dimensi Penguasaan Lingkungan	Dimensi Hubungan Positif Dengan Orang Lain
SS	Menerima dengan berbesar hati kondisi yang dimiliki, meskipun terkadang masih sedih	Penerjemah	Mengembangkan kemampuan bernyanyi dan latihan vokal paduan suara UIN Sunan Kalijaga, dan Komunitas menyanyi/band	Kuliah dan pergi kuliah jalan kaki secara mandiri, belanja ke pasar, memasak sendiri, mencuci sendiri	Mengikuti komunitas paduan suara UIN Sunan Kalijaga, mengikuti komunitas menyanyi, aktif berpartisipasi dalam ngaji filsafat, ngaji Qur'an Braille	Supel, membuka diri dengan orang baru, aktif berhubungan dengan teman-teman, aktif pertemuan komunitas, kajian dll
MA	Telah menerima kondisi ketunanetraan sejak SMP	Tenaga Pendidik/Guru	Mengembangkan kemampuan bernyanyi dan latihan vokal paduan suara UIN Sunan Kalijaga, dan mengikuti meditasi dengan getran dalam	Kuliah dan pergi kuliah jalan kaki secara mandiri. Melakukan aktivitas keseharian secara	Mengikuti paduan suara Gita Divana UIN Sunan Kalijaga, dan Mengikuti karate di merak putih	Membuka diri dengan orang baru, ramah, suka membuat lelucon

			karate merak putih di UIN Sunan Kalijaga	mandiri		
--	--	--	--	---------	--	--

## Pembahasan

Keterbatasan pada penglihatan yang dimiliki oleh mahasiswi difabel netra dapat mempengaruhi aktivitas fisik dan mental mereka, berbagai tekanan dan tantangan dalam menjalani proses perkuliahan mempengaruhi kesejahteraan psikologis mahasiswa dan penilaian hidup individu terhadap kehidupannya. Ryff mendefinisikan kesejahteraan psikologis sebagai pencapaian penuh dari potensi psikologis seseorang dan suatu keadaan dimana individu dapat menerima kelebihan dan kekurangan dirinya berdasarkan enam dimensi yaitu penerimaan diri (*self-acceptance*), tujuan hidup (*purpose in life*), pertumbuhan diri (*personal growth*), otonomi (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*) dan hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with other*).<sup>16</sup>

### 1. Dimensi Penerimaan Diri

Berdasarkan wawancara dan observasi dari ketiga subjek yaitu AN, SS, ND, ketiga subjek saat ini telah menunjukkan penerimaan diri. Penerimaan diri tersebut ditandai dengan mengakui kondisi subjek yang memiliki keterbatasan pada penglihatan /tunanetra, subjek juga tidak banyak mengeluh, marah atau putus asa dengan keterbatasan penglihatan dan tidak menyesali secara berlarut-larut. Ryff (Fifi Yudianto, 2010: 14). Salah satu pernyataan bahwa subjek telah memiliki penerimaan diri terhadap kondisi ketunanetraannya dapat dilihat dari pernyataan subjek :

“dulu saya tidak terima, marah kenapa harus kayak gini kondisinya, tapi orang tua terus kasih semangat, dukungan dan fasilitas yang akhirnya membuat saya bangkit, apalagi punya banyak temen-temen yang baik dan saling mendukung” SS

---

<sup>16</sup>Ryff, C. D., “Happiness Is Everything or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being.”

“ ya sedih itu masih terkadang muncul, tapi sekarang sudah bisa kontrol diri, kadang kalau sedih saya suka menyanyi, karena hobi saya menyanyi jadi ketika merasa sedih saya menyanyi, sekarang sudah bisa kontrol diri dan menerima keadaan dengan cukup baik “ SM

Merujuk dari pendapat tersebut, individu yang memiliki kondisi penerimaan diri yang baik, akan mampu menampilkan sikap positif terhadap kekurangan dan kelebihan serta positif terhadap kehidupan masa lalu. Berdasarkan hasil temuan penelitian, kedua subjek juga menunjukkan adanya sikap penerimaan diri terhadap kondisi ketunetraanya, tidak banyak mengeluh dengan kondisi keterbatasan penglihatan dan tidak menyesali secara berlebihan kondisi yang dialami oleh subjek saat ini.

## 2. Dimensi Tujuan Hidup

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

“ ya sekarang sudah mulai bangkit, pengen membahagiakan kedua orang tua, karena dengan melihat orang tua senang aja itu udah bahagia rasanya. Orang tua nggak membandingkan anak-anaknya, jadi saya pengen buat mereka bahagia” SS

“ definisi bahagia untuk saya, adalah dengan cara membuat mereka senang dengan kehadiranku dan tingkah-tingkah konyolku,” SM

Kedua subjek memiliki keinginan yang kuat untuk meraih impian dan cita-citayang tetap mereka perjuangkan melaluipendidikan tinggi yang saat ini mereka jalani. Berdasarkan pada cara mereka memaknai hidup dengan positif, maka ketiga subjek tidak hanya menjalani hidup secara asal-asalan namun ada target, cita-cita atau keinginan yang kuat yang ingin mereka wujudkan. Subjek SS memiliki cita-cita menjadi seorang penerjemah, dan subjek SM memiliki cita-cita menjadi tenaga pendidik. Dengan demikian, keduasubjek telah memiliki dimensi tujuan hidup seperti pada apa yang disampaikan oleh Ryff bahwa dimensi tujuan



hidup menekankan pentingnya memiliki tujuan, keterarahan dan percaya bahwa hidup tidak hanya sekedar dijalani melainkan memiliki tujuan dan makna (Fifi Yudianto, 2010: 14).

### 3. Dimensi Pertumbuhan Diri

Kebutuhan akan pentingnya memiliki dan mengembangkan potensi disadari oleh subjek. Mereka memiliki potensi yang pada masing-masing subjek berusaha untuk terus dikembangkan. Pada subjek SS dan SM misalnya, mereka memiliki potensi dalam bidang musik. Subjek sangat terampil dalam memainkan alat musik seperti gitar dan keyboard dan juga kemampuan vocal menyanyi, keterampilan tersebut selalu subjek kembangkan melalui latihan yang ia lakukan ketika memiliki waktu senggang di kost dan mengikuti organisasi maupun komunitas bermusik baik di dalam kampus maupun diluar kampus. Kedua subjek mengakui bahwa pertumbuhan diri yang selalu meningkat dari waktu ke waktu sangat penting bagi mereka, agar pertumbuhan diri tersebut dapat terwujud dengan baik salah satu cara yang dapat ditempuh adalah melalui potensi- potensi yang selalu dikembangkan. Berdasarkan pemaparan di atas dapat ditegaskan kembali bahwa subjek memiliki potensi- potensi yang selalu dikembangkan. Potensi tersebut mereka kembangkan tidak hanya sebagai bekal dalam kehidupan namun juga sebagai pembuktian kepada orang-orang bahwa mereka mampu untuk bersaing dan bisa melakukan sesuatu sehingga tidak selalu dipandang remeh atas kekurangannya namun juga dipandang positif atas kelebihan yang mereka miliki. Dengan demikian, ketiga subjek telah memenuhi kriteria memiliki dimensi pertumbuhan diri seperti yang dingkapkan oleh Ryff bahwa pertumbuhan diri yang baik pada seseorang ditandai dengan melihat diri sendiri sebagai sesuatu yang terus tumbuh dan berkembang, terbuka terhadap hal-hal baru dan menyadari akan potensi-potensi diri yang dimiliki<sup>17</sup>

### 4. Dimensi Otonomi

Pandangan yang selama ini berkembang di masyarakat adalah kurangnya sarana dan prasarana yang aksesibel bagi peyandang tunanetra menyebabkan lingkup gerak tunanetra masih minimal dan kurang dapat mandiri untuk melakukan berbagai aktivitas. Untuk mengurangi ketergantungan- ketergantungan pada penyandang tunanetra terhadap orang lain, diperlukan kepercayaan dan kesempatan bagi penyandang tunanetra bahwa mereka mampu untuk hidup mandiri. Latihan mandiri sejak dini khususnya ketika pertama kali penyandang tunanetra mengalami ketunanetraan akan sangat membantu bagi penyandang tunanetra untuk

---

<sup>17</sup>ibid.

membentuk dimensi otonomi atau kemandirian. Hal tersebut juga yang diungkapkan oleh salah satu subjek penelitian dalam pernyataan berikut ini:

“Dulu pertama kali ke Jogja diantar dengan kakak lalu diantar mencari kos-kosan, udah itu aja, tapi sekarang sudah sendiri, udah pindah kos-kosan cari sendiri” MA

Berdasarkan hasil pengamatan, kedua subjek telah menunjukkan adanya kemandirian dalam melakukan aktivitas sehari-hari seperti berangkat dan pulang kuliah dengan berjalan kaki menggunakan tongkat sendiri, pergi ke berbagai tempat dengan menggunakan tongkat, dan mulai menguasai medan-medan jalan yang harus ditempuh untuk menuju tempat yang familiar seperti kampus, laundry, pasar, warung dan sebagainya, mengerjakan tugas kuliah (mengetik, bimbingan dan konsultasi dengan dosen) sendiri, bahkan mencuci pakaian dan memasak makanan untuk sehari-hari juga dilakukan sendiri. Bagi kebanyakan orang awam, berangkat dan pulang dari rumah ke kampus atau dari suatu tempat ke tempat lain sendiri adalah hal mudah, namun bagi penyandang tunanetra hal tersebut menjadi tantangan tersendiri. Meskipun telah hafal dengan rute namun tidak jarang mereka tersandung, jatuh, menabrak sesuatu dalam perjalanan seperti menjadi hal yang sudah biasa yang peneliti saksikan dalam observasi langsung ketika berjalan bersama dengan para subjek tunanetra. Kemandirian kedua subjek juga terlihat dari pengambilan keputusan yang sudah tidak banyak bergantung dengan oranglain. Hal ini terungkap melalui wawancara dengan salah satu subjek sebagai berikut.

“Biasanya saya mengambil keputusan jika masalahnya masih bisa saya selesaikan sendiri, saya akan mengambil keputusan sendiri, konsekuensi dengan apa yang sudah diambil ya diterima risikonya, tapi kalau masalahnya sudah besar dan rumit, saya akan meminta bantuan penyelesaian masalah dengan orang tua atau teman dekat” SS

Berdasarkan pernyataan tersebut, SS dan MA sepenuhnya sadar bahwa keputusan yang ia ambil adalah untuk dirinya dan ia wajib bertanggung jawab atas keputusannya tersebut. Kemandirian dalam pengambilan keputusan juga telah terbentuk dalam diri kedua subjek lain yaitu AN dan SM seperti apa yang telah diungkapkan oleh Ryff<sup>18</sup> bahwa dimensi otonomi

---

<sup>18</sup>ibid.

dideskripsikan dengan individu yang mampu menampilkan sikap kemandirian dan mampu menolak tekanan-tekanan sosial.

## 5. Dimensi Penguasaan Lingkungan

Dimensi penguasaan lingkungan menurut Ryff<sup>19</sup> adalah kemampuan individu untuk meraih atau menciptakan lingkungan yang cocok atau dengan kata lain dapat menguasai lingkungan yang kompleks. Sudah menjadi barang tentu sebuah lingkungan kampus dengan sistem terpadu menjadi lingkungan yang kompleks bagi penyandang tunanetra. Selain dari fasilitas yang belum mendukung secara penuh, tuntutan akademik dan persaingan dengan mahasiswa normal menyebabkan tekanan-tekanan sosial bagi penyandang tunanetra. Dalam menguasai lingkungan yang baru, biasanya penyandang tunanetra akan mengalami kesulitan-kesulitan salah satunya adalah dalam hal mobilitas. Hal ini sesuai dengan apa yang diungkapkan oleh Munawir Yusuf<sup>20</sup> yang menyatakan bahwa penyandang tunanetra sepanjang hidupnya akan menghadapi masalah dalam hal mobilitas sosial. Hal ini disebabkan karena setiap menghadapi lingkungan baru, mau tidak mau diperlukan bantuan orang lain untuk memperoleh gambaran yang jelas mengenai lingkungan tersebut. Kesulitan dalam hal mobilitas tersebut juga dialami oleh kedua subjek penelitian. Berdasarkan hasil wawancara, terungkap bahwa untuk dapat menguasai dan bermobilitas di lingkungan kampus pertama kali mereka harus berulang-ulang menghafalkan rute agar tidak menabrak atau masuk dalam selokan, sebagaimana tertuang dalam uraian wawancara berikut ini:

“kalau untuk masalah ke perpustakaan saya mengalami hambatannya seperti akses ke perpus, kemudian letak-letak buku-bukunya, saya biasanya akan hubungi temen-temen saya untuk membantu mencari buku yang saya perlukan, atau saya dating ke perpustakaan lalu meminta orang disekitar untuk dapat menuntun saya ke rak buku yang diperlukan” SS

Bantuan dari orang lain untuk mendampingi penyandang tunanetra dalam orientasi atau pengenalan sebuah tempat atau lingkungan yang baru akan sangat dibutuhkan bagi penyandang tunanetra karena kondisi penglihatan yang sudah tidak berfungsi. Selain dapat menyesuaikan dengan lingkungan yang kompleks, dimensi penguasaan lingkungan juga mencakup tentang pemanfaatan sumber-sumber peluang yang ada di masyarakat. Seseorang yang baik dalam dimensi penguasaan lingkungan akan mampu menyadari dan memanfaatkan sumber-sumber peluang yang ada di lingkungan. Berdasarkan hasil penelitian, meskipun mendapat hambatan dalam hal mobilitas, ketiga subjek tetap mengusahakan agar dapat menguasai lingkungan dengan baik. Usaha yang mereka tempuh adalah dengan

---

<sup>19</sup>ibid.

<sup>20</sup>Munawir Yusuf, *Pendidikan Tunanetra Dewasa Dan Pembinaan Karir* (Jakarta: Proyek Pendidikan Tenaga Guru, Direktorat Jendral Pendidikan Tenaga Akademik, Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi, Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan, 1996).

memanfaatkan sumber-sumber peluang untuk mengembangkan dirinya secara kreatif, seperti ikut berperan aktif dalam kegiatan organisasi ketunanetraan, organisasi kampus bahkan memanfaatkan potensi yang dimiliki untuk mendapatkan penghasilan tambahan.

#### 6. Dimensi Hubungan Positif Dengan Orang Lain.

Hubungan positif dengan orang lain ditandai dengan cara membangun hubungan yang ramah dan hangat, adanya sikap saling percaya dan memungkinkan untuk timbulnya empati dan intimasi<sup>21</sup>. Hubungan yang hangat, saling menghargai, tolong menolong antar teman sebaya terjalin antara ketiga subjek dengan teman-teman di kampus maupun di luar kampus. Hal tersebut tampak dari pernyataan subjek MA dan SS dan juga melalui proses observasi selama pertemuan subjek dengan penulis. Subjek ramah dan hangat ketika dimintai data dan wawancara oleh penulis, bahkan subjek juga turut membantu dalam menghubungi teman-temannya yang sesama tunanetra untuk menjadi narasumber untuk peneliti.

“ Prinsip saya kalau *kowe rapingin dijiwit wong, yo ojo njiwit*, saya tu pengen mbak membangun hubungan sama orang-orang, tapi kadang kalau sama orang baru, suka mikir nanti kalau aku gini tu gimana ya, gimana ya” MA

“ temen-temen kampus sangat baik, mereka ga membeda-medakan atau ngejekin, mereka malah nunggu-nunggu aku cerita ceriwis gitu, kan aku orangnya suka banget cerita-cerita gitu. Mereka juga mau bantuin kalau kita kesulitan “ SS

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah ipaparkan, dapat diambil kesimpulan bahwa kesejahteraan psikologis subjek dilihat dari masing-masing dimensi ialah sebagai berikut :

1. Penerimaan diri subjek terhadap kondisi berkebutuhan khusus tunanetra diawali dengan proses yang tidak mudah seperti selalu ada rasa sedih, kecewa dan marah, namun hal telah lambat laun dapat ditekan dan dikontrol. Melalui dukungan keluarga,

---

<sup>21</sup>Ryff, C. D., “Happiness Is Everything or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being.”

teman sebaya dan semangat untuk terus meraih cita-cita menjadi faktor pendukung yang kuat bagi terbentuknya penerimaan diri pada ketiga subjek.

2. Pemaknaan hidup yang positif, tujuan hidup dan keinginan untuk melanjutkan dan menyelesaikan pendidikan dimiliki oleh kedua subjek, masing-masing subjek memiliki cita-cita tersendiri, SS ingin memiliki cita-cita menjadi penerjemah dan SM memiliki cita-cita menjadi seorang tenaga pendidik.
3. Pertumbuhan diri pada kedua subjek dibentuk melalui pengembangan-pengembangan ketrampilan dan potensi yang mereka miliki. Seperti terus mencoba hal-hal baru, mengasah kegemaran dengan berwirausaha, mengikuti organisasi musik, komunitas musik.
4. Dimensi kemandirian pada kedua subjek dapat terlihat melalui aktivitas keseharian yang dilakukan secara mandiri oleh subjek, seperti berangkat dan pulang sendiri ke berbagai tempat (kampus, laundry, pasar, tempat berjualan), memasak makanan sendiri, mengerjakan tugas, bimbingan dengan dosen, mencuci pakaian dan pengambilan keputusan yang dilakukan secara mandiri dan bertanggung jawab.
5. Dimensi penguasaan lingkungan, dapat dilihat dari cara subjek aktif dalam mengikuti organisasi ataupun komunitas diluar maupun didalam kampus, subjek yang mulai hapal dan terbiasa untuk pergi ke berbagai tempat meskipun bantuan orang lain tetap dibutuhkan ketika subjek mengalami kesulitan-kesulitan dalam aksesibilitas sarana maupun prasarana.
6. Subjek memiliki hubungan yang positif dengan keluarga, teman-teman sebaya, dan dengan orang baru yang ditemui. Subjek mau dan menyambut dengan hangat lingkungan baru maupun hubungan pertemanan baru dengan setiap orang.

## DAFTAR PUSTAKA

- A, Dermatoto. *Menyebab Sensitivitas Gender Dalam Keluarga Difabel*. Surakarta: LPP UNS dan UNS Press, 2007.
- Akhmad Soleh. *Aksesibilitas Penyandang Disabilitas Terhadap Perguruan Tinggi*. Yogyakarta: PT. LKiS PELANGI AKSARA, 2016.
- Creswell, John W. *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. 4th edition, international student edition. Los Angeles London New Delhi Singapore Washington, DC: SAGE, 2014.
- Genugten. *Human Rights Reference*. Netherlands: The Hague, 2011.
- Hetti Sari Ramadhani, Nindia Pratitis, and Akta Ririn Aristawati. "Subjective Well Being Pada Tunarungu Dewasa." *Jurnal Psikologi Indonesia* vol 07, no 2 (2018): 243.
- Lahey, B. *Psychology An Introduction*. Chicago: McGraw Hill, 2004.
- Lucia Canha, Celesta Simoes, Margarida Gaspar, and Laura Owens. "Well Being and Health in Adolescents With Disabilities." *Psicologia: Reflexão e Crítica* Vol 29, No.32 (2016).
- Melanie Jones, Kostas Mavromaras, Peter J Sloane, and Zhang Wei. "The Dynamic Effect Of Disability on Work and Subjective Well Being." *Oxford Economic Papers* Vol.70, no. 03 (2018): 635–657.
- Muthmainah, M., Nina Zulida Situmorang, and Fatwa Tentama. "Gambaran Subjective Well-Being Pada Perempuan Difabel." *Proceeding of The URECOL* (January 21, 2019): 143–147.
- Neuman, W.L. *Social Research Methods Quantitative and Qualitative Approaches*. Boston: Pearson Educational Inc, 2000.
- Ryff, C. D. "Happiness Is Everything or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being." *Journal of Personality and Social Psychology* Vol.57 (1989): 1069–1081.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kombinasi*. Bandung: Alfabeta, 2014.
- Yin, R.K. *Case Study Research Design & Methods*. Jakarta: Rajagrafindo Persada, 2006.
- Yusuf, Munawir. *Pendidikan Tunanetra Dewasa Dan Pembinaan Karir*. Jakarta: Proyek Pendidikan Tenaga Guru, Direktorat Jendral Pendidikan Tenaga Akademik, Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi, Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan, 1996.