

PENYESUAIAN DIRI TIGA ALUMNI PENYANDANG DISABILITAS NETRA SELAMA MASA PERKULIAHAN DI FAKULTAS PENDIDIKAN DAN BAHASA UNIVERSITAS KATOLIK INDONESIA ATMA JAYA JAKARTA

IRENE* dan GREGORIUS BAMBANG NUGROHO

SMP St. Theresia* ; Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Pendidikan dan Bahasa
Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya
(Email: sutedja.irene@gmail.com* ; br.bambang@atmajaya.ac.id)

Abstrak

Penyesuaian diri ialah suatu usaha atau respon perilaku yang dilakukan individu untuk dapat diterima di lingkungan baru dengan mengikuti kebiasaan-kebiasaan yang disepakati dalam kelompok baru tersebut sehingga tercapai keselarasan antara individu dengan kelompok. Penelitian ini dilakukan terhadap tiga alumni penyandang disabilitas netra dari Fakultas Pendidikan dan Bahasa Unika Atma Jaya Jakarta dengan kesamaan karakteristik yaitu penyandang disabilitas netra total. Tujuan penelitian ini ialah untuk menjabarkan secara rinci mengenai proses penyesuaian diri yang dilakukan oleh tiga alumni penyandang disabilitas netra sampai memperoleh gelar sarjana, yaitu subjek A, subjek M, dan subjek R. Penelitian ini bersifat deskriptif kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Teknik pengumpulan data yang dilakukan ialah observasi dengan catatan anekdot, dokumen, kuesioner, dan wawancara dengan pedoman terstandar. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ketiga subjek penelitian mampu melakukan proses penyesuaian diri dengan baik melalui cara yang berbeda-beda sesuai kondisi dirinya masing-masing. Kesimpulan yang diperoleh ialah individu penyandang disabilitas netra memiliki proses penyesuaian diri yang berbeda-beda tergantung dari waktu terjadinya ketunanetraan dan penerimaan serta perlakuan dari lingkungan. Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, disarankan agar penyandang disabilitas netra lain dapat belajar untuk mandiri dan melakukan konseling untuk memantapkan konsep diri dan mengembangkan potensi diri. Bagi lembaga pendidikan, diharapkan dapat memberikan kesempatan yang sama kepada individu penyandang disabilitas netra dengan menekankan pada kemampuan potensi diri dibandingkan hambatan fisik.

Kata-kata kunci: Penyesuaian diri, penyandang disabilitas netra.

Abstract

Adjustment is an effort or behavioral response made by individuals to be accepted in a new environment by following the agreed habits in the new group so that harmony is achieved between the individual and the group. This research was conducted on three alumni with visual disabilities from the Faculty of Education and Languages of Atma Jaya University Jakarta with the same characteristics, namely people with total visual disabilities. The purpose of this study is to describe in detail the adjustment process carried out by three alumni with visual disabilities to obtain a bachelor's degree, namely subject A, subject M, and subject R. This research is descriptive qualitative with the type of case study research. The data collection technique used was observation with anecdotal notes, documents, questionnaires, and interviews with standardized guidelines. The results of this study indicate that the three research subjects are able to carry out the adjustment process well in different ways according to their respective conditions. The conclusion obtained is that individuals with visual disabilities have different adjustment processes depending on the time the blindness occurs and the acceptance and treatment of the environment. Based on the results obtained, it is suggested that people with other visual disabilities can learn to be independent and conduct counseling to strengthen self-concept and develop self-potential. For educational institutions, it is hoped that it can provide equal opportunities to individuals with visual disabilities by emphasizing their potential abilities rather than physical barriers.

Key words: The adjustment, blind

PENDAHULUAN

Individu berkebutuhan khusus adalah individu yang mempunyai kelainan / penyimpangan dari kondisi rata-rata individu normal baik secara fisik, mental, intelektual, sosial, maupun emosional (Nugroho & Sijabat, 2017). Pada kesempatan kali ini, peneliti ingin lebih mendalami individu yang merupakan penyandang disabilitas netra. Penyandang disabilitas netra ialah individu yang memiliki hambatan baik sebagian maupun seluruhnya dalam fungsi penglihatannya sehingga tidak mampu melihat. Bagi peneliti, indera penglihatan adalah jendela dunia. Individu penyandang disabilitas netra khususnya bagi mereka yang buta sejak lahir, dapat mengalami berbagai macam hambatan dalam kehidupan sehari-hari. Individu penyandang disabilitas netra tidak memiliki kesempatan untuk menikmati indahnya dunia, memiliki kesulitan untuk mengetahui adanya ancaman di sekitar dirinya, serta kehilangan fungsi visual untuk mengingat atau membayangkan sebuah peristiwa yang ada di sekitarnya. Penyandang disabilitas netra juga belum tentu memiliki persepsi yang sama dengan kenyataan yang ada mengenai suatu hal, misalnya bagaimana wujud seekor harimau. Tidak hanya itu, mereka bahkan tidak dapat melihat wujud wajahnya sendiri. Bila orang lain mengatakan dirinya cantik atau tampan, ia tidak tahu

bagaimana wujud wajah yang dapat dikatakan cantik dan tampan tersebut. Akan tetapi, meskipun memiliki hambatan dalam penglihatan, bukan berarti individu tersebut tidak dapat melakukan berbagai hal dengan baik.

Undang-Undang Nomor 8 Tahun 2016 Pasal 10 tentang hak pendidikan untuk penyandang disabilitas meliputi: a) Hak mendapatkan pendidikan yang bermutu pada satuan pendidikan di semua jenis, jalur, dan jenjang pendidikan secara inklusif dan khusus; b) Hak mempunyai kesamaan kesempatan untuk menjadi pendidik atau tenaga kependidikan pada satuan pendidikan di semua jenis, jalur, dan jenjang pendidikan; c) Hak mempunyai kesamaan kesempatan sebagai penyelenggara pendidikan yang bermutu pada satuan pendidikan di semua jenis, jalur, dan jenjang pendidikan; d) Hak mendapatkan akomodasi yang layak sebagai peserta didik.

Individu penyandang disabilitas netra membutuhkan kemampuan penyesuaian diri yang baik khususnya bila ia masuk ke sekolah atau universitas umum. Bila ia bersekolah di SLB-A, ia berhadapan dengan teman-teman yang memiliki karakteristik sama dengan dirinya. Begitupun dengan metode pembelajaran yang digunakan juga khusus untuk penyandang disabilitas netra. Namun, Indonesia belum memiliki universitas yang

secara khusus untuk mahasiswa disabilitas, sehingga individu penyandang disabilitas netra yang ingin menempuh pendidikan lebih tinggi perlu mengenyam pendidikannya di universitas umum yang mampu menerima mahasiswa non-disabilitas dan mahasiswa penyandang disabilitas, meskipun universitas tersebut belum menggunakan konsep Pendidikan inklusi. Bila individu penyandang disabilitas netra masuk ke universitas umum, maka ia perlu usaha lebih besar dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan yang ada karena metode pembelajaran dan pendekatan yang digunakan ialah metode dan pendekatan umum yang biasa diterapkan untuk individu yang normal. Tidak hanya itu, ia juga berada di lingkungan yang heterogen, yaitu tidak semua temannya memiliki karakteristik yang sama dengan dirinya (tunanetra) serta fasilitas yang tersedia belum tentu memenuhi kebutuhannya. Sementara, individu normal saja membutuhkan usaha besar untuk mampu menyesuaikan diri di universitas, apalagi individu penyandang disabilitas netra. Pada kenyataannya, terdapat tiga alumni penyandang disabilitas netra dari Fakultas Pendidikan dan Bahasa Unika Atma Jaya Jakarta yang berhasil menyelesaikan pendidikannya di Unika Atma Jaya Jakarta dengan tepat waktu dan dapat memperoleh prestasi yang baik. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti proses penyesuaian diri

yang dilakukan ketiga alumni tersebut karena selama Unika Atma Jaya menerima mahasiswa penyandang disabilitas netra selama bertahun-tahun, tetapi belum ada yang meneliti apakah individu penyandang disabilitas netra yang berkuliah di Unika Atma Jaya benar-benar terbantu atau tidak dan bagaimana proses penyesuaian diri yang dilakukan.

Kajian Teoritis

Ali dan Ansori (2011) menyatakan bahwa penyesuaian diri didefinisikan sebagai suatu proses yang mencakup respon-respon mental dan perilaku yang diperjuangkan individu agar dapat berhasil menghadapi kebutuhan-kebutuhan internal, ketegangan, frustrasi, konflik, serta untuk menghasilkan kualitas keselarasan antara tuntutan dari dalam diri individu dengan tuntutan dunia luar atau lingkungan tempat individu berada. Penyesuaian diri yang dilakukan individu dapat dilihat dari tiga sudut pandang menurut Schneiders (dalam Ali & Ansori, 2011), yaitu: a) Penyesuaian diri sebagai adaptasi. Awalnya, penyesuaian diri diartikan sama dengan adaptasi. Adaptasi yang dimaksud dalam hal ini ialah lebih mengarah pada penyesuaian diri dalam arti fisik, fisiologis, dan biologis. b) Penyesuaian diri sebagai bentuk konformitas. Penyesuaian diri sebagai bentuk konformitas merupakan usaha

individu untuk mampu memiliki perilaku yang sesuai dan tidak menyimpang baik secara moral, sosial, maupun emosional. c) Penyesuaian diri sebagai penguasaan. Penyesuaian diri sebagai penguasaan dapat diartikan sebagai kemampuan individu untuk merencanakan dan mengorganisasikan respon dalam cara-cara tertentu sehingga konflik, kesulitan dan frustrasi tidak terjadi.

Penyesuaian diri individu dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor. Menurut Soeparwoto (2004, dalam dalam Kumalasari & Ahyani, 2012), terdapat faktor-faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang pertama ialah motif. Motif dapat berupa motif berafiliasi (kebutuhan menjalin pertemanan atau tergabung dalam sebuah kelompok), motif berprestasi dan motif mendominasi. Kemudian juga terdapat konsep diri. Konsep diri berkaitan dengan cara individu memandang dirinya sendiri baik dari aspek fisik, psikologis, sosial, maupun akademik. Individu dengan konsep diri tinggi akan lebih mudah melakukan penyesuaian diri dibandingkan individu dengan konsep diri rendah atau pesimis. Tidak hanya itu, faktor internal lain yang juga penting ialah persepsi. Persepsi merupakan pengamatan dan penilaian individu terhadap suatu objek, peristiwa, maupun kehidupan. Selain itu, sikap juga berpengaruh penting karena sikap

merupakan kecenderungan individu untuk berperilaku baik positif maupun negatif. Individu yang bersikap positif terhadap segala sesuatu, akan lebih mudah menyesuaikan diri dengan baik dibandingkan individu yang bersikap negatif. Intelegensi dan minat juga berpengaruh karena intelegensi merupakan modal untuk menalar dan menganalisis sehingga dapat digunakan sebagai dasar dalam melakukan penyesuaian diri. Selain itu, minat memiliki pengaruh yang lebih nyata. Apabila individu memiliki minat terhadap sesuatu, maka proses penyesuaian dirinya juga akan lebih cepat. Tidak hanya itu, kepribadian juga mempengaruhi kemampuan penyesuaian diri individu. Terdapat 2 macam kepribadian, yaitu ekstrovert (terbuka) dan introvert (tertutup). Individu yang memiliki kepribadian ekstrovert akan lebih mudah menyesuaikan diri karena lebih dinamis, sedangkan individu yang introvert akan lebih mengalami kesulitan karena mereka cenderung kaku dan statis. Selanjutnya faktor eksternal. Faktor eksternal pertama yang mempengaruhi kemampuan menyesuaikan diri individu ialah keluarga. Keluarga dengan pola asuh demokratis, cenderung akan lebih memberi peluang bagi individu dalam melakukan proses penyesuaian diri dengan baik. Selain lingkungan keluarga, kondisi sekolah yang sehat akan memberi suatu landasan kepada individu untuk dapat

bertindak dalam penyesuaian diri secara harmonis. Di samping itu, kelompok sebaya juga memberi pengaruh bagi proses penyesuaian diri individu. Terdapat kelompok teman sebaya yang menguntungkan proses penyesuaian diri individu, tetapi ada pula yang merugikan. Prasangka sosial juga menjadi faktor yang berpengaruh karena kecenderungan masyarakat mengenai prasangkanya terhadap seorang individu akan menjadi kendala dalam penyesuaian diri remaja itu sendiri seperti misalnya memberi label nakal, sering menentang orangtua, dan lain-lain. Selain itu, apabila hukum dan norma sosial yang berlaku ditegakkan secara konsekuen, maka dapat mengembangkan individu-individu yang baik penyesuaian dirinya

Fatimah (2010, dalam Mahmudi & Suroso, 2014), menyatakan terdapat dua aspek penyesuaian diri, yaitu penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial. Penyesuaian pribadi ialah kemampuan seseorang untuk menerima diri demi tercapainya hubungan yang harmonis antara dirinya dan lingkungan sekitarnya. Keberhasilan penyesuaian diri pribadi ditandai oleh tidak adanya rasa benci, tidak ada keinginan untuk lari dari kenyataan, atau percaya pada potensi yang ada pada dirinya, sementara kegagalan penyesuaian diri ditandai oleh adanya kegoncangan dan emosi, kecemasan, ketidakpuasan, dan keluhan

terhadap nasib yang dialaminya sebagai akibat adanya jarak pemisah antara kemampuan individu dengan tuntutan yang diharapkan lingkungan sehingga terjadi konflik yang kemudian terwujud dalam rasa takut dan kecemasan yang membuat individu harus meredakannya dalam bentuk penyesuaian diri. Kemudian, penyesuaian sosial ialah proses saling mempengaruhi satu sama lain yang terus menerus dan silih berganti. Proses tersebut menimbulkan suatu pola kebudayaan dan pola tingkah laku yang sesuai dengan aturan, hukum, adat istiadat, nilai dan norma sosial yang berlaku dalam masyarakat. Penyesuaian sosial ini dapat meliputi hubungan dengan keluarga, masyarakat sekolah, teman sebaya dan anggota masyarakat luas secara umum.

Fatimah (2010, dalam Mahmudi & Suroso, 2014) menyatakan bahwa individu yang tergolong mampu menyesuaikan diri secara positif ditandai dengan beberapa ciri, yaitu: a) Tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional yang berlebihan, b) Tidak menunjukkan mekanisme pertahanan yang salah, c) Tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi, d) Memiliki pertimbangan yang rasional dalam pengarahannya, e) Mampu belajar dari pengalaman, f) Bersikap realistis dan objektif, sementara individu yang tergolong memiliki penyesuaian diri yang salah cenderung melakukan reaksi-reaksi

antara lain: a) Reaksi bertahan, yaitu reaksi individu yang berusaha mempertahankan dirinya dengan seolah-olah ia tidak sedang menghadapi kegagalan dan berusaha menunjukkan bahwa dirinya tidak mengalami kesulitan, b) Reaksi menyerang, yaitu individu menunjukkan sikap dan perilaku yang bersifat menyerang atau konfrontasi untuk menutupi kekurangan atau kegagalan atau tidak mau menerima kenyataan, c) Reaksi melarikan diri, yaitu reaksi individu yang akan melarikan diri dari situasi yang menimbulkan konflik atau kegagalannya.

Penyandang disabilitas netra dapat diartikan sebagai individu yang memiliki hambatan atau kerusakan dalam penglihatan, baik sebagian atau seluruhnya pada fungsi penglihatannya (Sari Rudiwati, 2002: 23, dalam Rahma, 2015). Atmaja (2017) menyatakan bahwa penyandang disabilitas netra dapat diklasifikasikan ke dalam dua golongan, yaitu buta total (*totally blind*) dan *low vision*. Individu yang tergolong disabilitas netra total adalah individu yang masih bisa melihat cahaya sampai tidak bisa melihat apa-apa (gelap), sedangkan individu tergolong *low vision* jika dapat melihat cahaya sampai dapat melihat atau menghitung jari dari jarak 6 meter atau jika dapat melihat lambaian tangan dari jarak 60 meter setelah menggunakan alat bantu melihat.

Atmaja (2017), mengemukakan bahwa disabilitas netra dapat diklasifikasikan berdasarkan waktu terjadinya kerusakan penglihatan, kemampuan daya penglihatan, dan kelainan pada mata. Berdasarkan waktu terjadinya maka disabilitas netra diklasifikasi menjadi disabilitas netra sebelum dan sejak lahir, disabilitas netra setelah lahir atau pada usia kecil, pada usia sekolah atau masa remaja, disabilitas netra pada usia dewasa, dan usia lanjut.

Atmaja (2018), menyatakan bahwa faktor yang dapat menyebabkan disabilitas netra dapat terjadi pada masa prenatal dan masa postnatal. Pada masa prenatal, sangat erat hubungannya dengan masalah keturunan dan pertumbuhan seorang anak ketika masih dalam kandungan. Keturunan dapat terjadi sebagai hasil perkawinan saudara, sesama penyandang disabilitas netra atau mempunyai orangtua yang juga penyandang disabilitas netra, sedangkan faktor pertumbuhan anak dalam kandungan dapat terjadi karena gangguan waktu hamil, penyakit menahun seperti TBC, infeksi atau luka ketika hamil akibat rubella atau cacar air, serta kurangnya vitamin. Kemudian, pada masa postnatal dapat terjadi sejak atau setelah bayi dilahirkan seperti kerusakan pada mata atau saraf mata ketika persalinan, benturan benda keras, kecelakaan, kekurangan vitamin A, dan sebagainya. Somantri (2007), menyatakan

bahwa dampak dari disabilitas netra dapat mempengaruhi beberapa aspek, yaitu aspek perkembangan kognitif tunanetra, perkembangan motorik tunanetra, perkembangan emosi tunanetra, perkembangan sosial tunanetra, dan perkembangan kepribadian tunanetra.

Nurlailiyah (2015) menyatakan bahwa pendidikan terbagi ke dalam 3 sistem, yaitu pertama, pendidikan segregasi. Di Indonesia, bentuk sekolah segregasi ialah Sekolah Luar Biasa (SLB) yang disesuaikan dengan jenis disabilitasnya yaitu SLB-A untuk disabilitas netra, SLB-B untuk disabilitas rungu, SLB-C untuk disabilitas intelektual, SLB-D untuk disabilitas daksa, SLB-E untuk hambatan perilaku dan SLB-F untuk disabilitas ganda. Pendidikan segregasi membutuhkan alat-alat bantu belajar yang dirancang khusus untuk siswa sesuai jenis disabilitasnya seperti buku Braille, peta timbul, dan sebagainya untuk disabilitas netra. Pendidikan integrasi ialah sekolah reguler (sekolah untuk anak normal) yang menerima individu berkebutuhan khusus dengan kurikulum dan sistem pendidikan reguler / biasa. Pendidikan inklusi ialah instansi pendidikan yang menerima peserta penyandang disabilitas dengan kurikulum dan sistem pendidikan sesuai dengan jenis disabilitasnya.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini ialah pengamatan dengan menggunakan catatan anekdot, kuesioner, dokumentasi, dan wawancara mendalam. Metode ini dilakukan terhadap tiga alumni penyandang disabilitas netra Fakultas Pendidikan dan Bahasa Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya Jakarta. Catatan anekdot merupakan alat pencatat pengamatan yang dapat digunakan untuk menggambarkan atau mendeskripsikan tingkah laku atau ucapan yang didengar dari individu atau kelompok yang diamati pada suatu konteks kejadian dalam situasi seperti apa adanya. Catatan tersebut akan terdiri dari deskripsi mengenai apa yang sesungguhnya terjadi. (Komalasari, Wahyuni, & Karsih, 2016)

Kuesioner adalah serangkaian pertanyaan mengenai fakta, pendapat, dan informasi yang perlu dijawab secara tertulis oleh responden. Berdasarkan keleluasaan responden dalam memberi jawaban, maka kuesioner dibedakan menjadi 3 bentuk, yaitu bentuk tertutup (terstruktur), terbuka, dan campuran keduanya. Berdasarkan alternatif jawaban, dibedakan menjadi 2, yaitu bentuk homogen dengan jumlah alternatif jawaban sama pada setiap nomor dan heterogen dengan jumlah alternatif jawaban berbeda pada setiap nomor. Selain itu, kuesioner juga dapat diperoleh dari

2 sumber data (responden), yaitu kuesioner langsung dan tidak langsung (Sudarnoto, 2018)

Dokumen merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen ini dapat berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. Dokumen yang berbentuk tulisan misalnya catatan harian, sejarah kehidupan, biografi. Dokumen yang berbentuk gambar misalnya foto, gambar hidup, sketsa, dan lain-lain. Dokumen yang berbentuk karya misalnya karya seni yang dapat berupa gambar, film, patung, dan lain-lain. Dokumen ini dapat digunakan untuk mendukung hasil observasi atau wawancara seperti sejarah hidup di masa kecil di sekolah, dan sebagainya (Sugiyono, 2020)

Kemudian, untuk mendalami hasil yang diperoleh, maka dilakukan wawancara mendalam. Wawancara merupakan teknik pengumpulan data dengan cara berkomunikasi, tatap muka yang disengaja, terencana, dan sistematis antara pewawancara dengan individu yang diwawancarai (Komalasari, Wahyuni, & Karsih, 2016). Wawancara yang akan dilakukan adalah wawancara dengan pedoman terstandar. Wawancara dengan pedoman terstandar adalah wawancara yang ditulis secara rinci, lengkap dengan seperangkat pertanyaan dan penjabarannya dalam kalimat. (Sudarnoto, 2018)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Ali dan Ansori (2011) menyatakan bahwa penyesuaian diri didefinisikan sebagai suatu proses yang mencakup respon-respon mental dan perilaku yang diperjuangkan individu agar dapat berhasil menghadapi kebutuhan-kebutuhan internal, ketegangan, frustrasi, konflik, serta untuk menghasilkan kualitas keselarasan antara tuntutan dari dalam diri individu dengan tuntutan dunia luar atau lingkungan tempat individu berada.

Berdasarkan hasil observasi, dokumentasi, kuesioner, dan wawancara, peneliti melihat bahwa subjek A, subjek M dan subjek R mampu melakukan penyesuaian diri dengan baik selama masa perkuliahan. Hal ini dapat terlihat lebih jelas melalui tiga sudut pandang penyesuaian diri menurut Schneiders (dalam Ali & Ansori, 2011), yang menyatakan bahwa penyesuaian diri sebagai adaptasi, penyesuaian diri sebagai bentuk konformitas dan penyesuaian diri sebagai penguasaan. Pada penyesuaian diri sebagai adaptasi, subjek A, subjek M dan subjek R mampu beradaptasi secara fisik atau biologis dengan keadaan tempat perkuliahannya. Mereka tidak mengalami masalah terkait keadaan gedung perkuliahannya. Kemudian pada penyesuaian diri sebagai bentuk konformitas, subjek A, subjek M dan subjek R mampu berperilaku yang sesuai dengan

nilai moral yang dapat diterima oleh lingkungan tempat ia menempuh pendidikan. Ia juga dapat mengikuti nilai-nilai yang diakui bersama oleh teman-teman angkatannya sehingga ia dapat diterima dan bergaul dengan setiap temannya. Lalu pada penyesuaian diri sebagai penguasaan, subjek A, subjek M dan subjek R tampak mampu mengorganisasikan respon ketika menghadapi suatu konflik atau kesulitan, seperti misalnya ketika subjek A dan subjek R mengalami kesulitan pada mata kuliah statistik, mereka berusaha mengkomunikasikan kesulitannya kepada dosen pengampu dan meminta bantuan teman. Begitupun dengan subjek M, ia selalu mempersiapkan materi atau bahan lebih dulu sebelum proses perkuliahan berjalan normal. Selain itu, ketika memiliki konflik dengan teman, mereka juga selalu berusaha mengkomunikasikannya agar tidak berkepanjangan.

Hasil yang diperoleh peneliti mengenai ketiga subjek ini juga didukung oleh teori mengenai faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri individu menurut Soeparwoto (2004, dalam dalam Kumalasari & Ahyani, 2012), yang menyatakan bahwa terdapat dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Pada faktor internal dikatakan bahwa motif dapat mempengaruhi proses penyesuaian diri individu seperti motif berafiliasi, motif berprestasi dan motif

dominan. Hasil yang diperoleh peneliti menunjukkan bahwa ketiga subjek memiliki motif berafiliasi yang terlihat dari hubungan baik yang terjalin antara subjek A, subjek M, dan subjek R dengan teman-temannya masing-masing. Kemudian juga tampak motif berprestasi, seperti misalnya subjek A yang mampu meraih IPK tinggi dan keberhasilannya menjuarai lomba cerdas cermat tingkat nasional dengan menduduki peringkat 3. Lalu, motif berprestasi subjek M tampak dari keberhasilannya lulus dalam 3,5 tahun. Selanjutnya, subjek R juga berprestasi dengan IPK yang cukup tinggi dan menjuarai lomba menulis cerpen. Ketiga subjek juga mengenal kelebihan dan kekurangan diri masing-masing serta bersyukur atas keadaan dirinya yang masih mampu berjalan, mampu menggerakkan tangan, dan sebagainya. Walaupun memiliki keterbatasan dalam penglihatan, tetapi ketiga subjek mampu menerima keadaan dirinya dan menjalani hidup seperti orang normal lain. Hal ini menunjukkan bahwa ketiga subjek memiliki konsep diri tinggi. Pada teori dikatakan bahwa individu yang memiliki konsep diri tinggi akan lebih mudah menyesuaikan diri dibandingkan individu yang memiliki konsep diri rendah. Tidak hanya itu, persepsi juga merupakan faktor internal yang dapat mempengaruhi proses penyesuaian diri. Berdasarkan hasil penelitian, subjek A, subjek

M dan subjek R memiliki persepsi yang positif atas kehidupan. Kemudian, dikatakan bahwa sikap juga merupakan faktor yang mempengaruhi individu dalam menyesuaikan diri. Semakin positif sikapnya, semakin mampu individu menyesuaikan diri. Sikap yang dimiliki subjek A, subjek M dan subjek R juga positif yaitu ditunjukkan dari cara individu memberi respon positif terhadap konflik yang dialami. Lalu, dikatakan bahwa minat juga memiliki pengaruh yang lebih nyata dalam penyesuaian diri individu. Berdasarkan hasil penelitian, subjek A tampak memiliki minat tinggi terhadap program studi Bimbingan dan Konseling karena ia suka untuk mengenal sifat manusia serta ingin memperbaiki diri sendiri dan menerima keadaan diri. Kemudian subjek M juga memiliki minat tinggi pada program studi bahasa Inggris karena ia memang menyukai bahasa Inggris. Selanjutnya subjek R juga memiliki minat pada bidang konseling dan dibantu oleh rekomendasi salah satu alumni. Oleh sebab itu, tidak heran bila ketiga subjek mampu berprestasi dan lulus tepat waktu. Terakhir, kepribadian merupakan faktor internal yang mempengaruhi penyesuaian diri individu. Dikatakan bahwa individu dengan kepribadian ekstrovert lebih mampu menyesuaikan diri dibandingkan individu dengan kepribadian introvert. Namun, hasil penelitian ini memiliki pro dan

kontra dengan teori tersebut. Meskipun subjek A introvert, tetapi ia melakukan pendekatan secara personal sehingga hubungan yang dimiliki dengan setiap orang baik bahkan ia memiliki seorang sahabat selama ia berkuliah di Unika Atma Jaya. Sementara, subjek M yang introvert memang mengalami kesulitan dalam bergaul dan tidak memiliki sahabat, tetapi teman yang sering mengobrol saja di kelas. Kemudian, subjek R yang ekstrovert memang mudah dalam bergaul dengan siapa saja dan memiliki tiga orang sahabat selama masa perkuliahan sampai dijuluki quarter kwek-kwek.

Kedua, faktor eksternal yang mempengaruhi penyesuaian diri individu dapat dipengaruhi oleh pola asuh orangtua. Pola asuh yang demokratis, cenderung memberi peluang bagi individu dalam melakukan proses penyesuaian diri yang baik. Oleh karena subjek A, subjek M dan subjek R memiliki pola asuh orangtua yang demokratis, maka mereka terbiasa membuat keputusan sendiri dan bertanggung jawab atas keputusannya tersebut. Selain itu, teman sebaya juga mempengaruhi penyesuaian diri individu. Berdasarkan hasil penelitian, subjek A memiliki seorang sahabat yang menemaninya selama 4 tahun kuliah, sedangkan subjek M tidak memiliki sahabat tetapi memiliki teman yang sering mengobrol saat di kelas, kemudian subjek R memiliki

tioga sahabat selama masa perkuliahan. Dengan adanya teman sebaya ini, tentu membantu proses penyesuaian diri ketiga subjek selama perkuliahan baik dari segi akademis maupun sosial. Meskipun terdapat beberapa prasangka sosial seperti mempertanyakan kemampuan mereka, tetapi mereka mampu menyikapi hal tersebut secara positif dan membuktikan kemampuannya melalui hasil.

Berdasarkan aspek penyesuaian diri menurut Fatimah (2010, dalam Mahmudi & Suroso, 2014), dikatakan terdapat dua aspek penyesuaian diri, yaitu penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial. Penyesuaian pribadi ialah kemampuan seseorang untuk menerima diri demi tercapainya hubungan yang harmonis antara dirinya dan lingkungan sekitarnya. Hal ini tampak pada hasil penelitian yang diperoleh yaitu subjek A, subjek M dan subjek R percaya pada potensi diri sehingga terus berusaha mengembangkan diri dan ia tidak lari dari kenyataan. Oleh sebab itu, mereka mampu berprestasi dan lulus tepat waktu. Selain itu, penyesuaian sosial merupakan proses saling mempengaruhi satu sama lain yang terus menerus dan silih berganti. Proses inilah yang menimbulkan suatu pola kebudayaan dan pola tingkah laku yang sesuai dengan aturan, hukum, adat istiadat, nilai dan norma sosial yang berlaku dalam masyarakat. Berdasarkan

hasil penelitian, diperoleh hasil bahwa subjek A, subjek M dan subjek R mampu menyesuaikan diri dengan nilai atau norma yang diberlakukan di masyarakat, sehingga mereka dapat diterima di lingkungan. Oleh sebab itu, dapat dikatakan bahwa ketiga subjek memiliki penyesuaian diri yang positif berdasarkan teori Fatimah (2010, dalam Mahmudi & Suroso, 2014) dengan ciri-ciri, yaitu tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional yang berlebihan, tidak menunjukkan mekanisme pertahanan yang salah, tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi, memiliki pertimbangan yang rasional dalam pengarahannya, mampu belajar dari pengalaman, dan bersikap realistis dan objektif.

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian mengenai proses penyesuaian diri tiga alumni disabilitas netra Unika Atma Jaya Jakarta selama perkuliahan di Universitas Atma Jaya, maka secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa ketiga subjek penelitian mampu menyesuaikan diri dengan baik selama masa perkuliahan, tetapi masing-masing individu memiliki cara yang berbeda-beda. Persamaan hambatan yang dimiliki oleh ketiga subjek ialah pada orientasi mobilitas yaitu adanya keterbatasan kemampuan dalam melakukan

gerakan atau mengakses sesuatu. Dalam hal akademik, mereka mengalami hambatan pada mata kuliah yang berhubungan dengan hitung-menghitung atau yang membutuhkan kemampuan visual seperti simbol dan warna. Sementara perbedaan yang menonjol dari ketiganya ialah dapat terlihat dari hal yang mendorong mereka untuk tetap berusaha menyesuaikan diri di perguruan tinggi. Selain itu, perbedaan menonjol dari ketiganya ialah mengenai kemampuan mereka dalam bergaul.

Kemampuan individu dalam melakukan penyesuaian diri ternyata juga dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti waktu terjadinya ketunanetraan dan penerimaan dan perlakuan lingkungan. Berdasarkan hasil penelitian, ketiga subjek mengalami waktu ketunanetraan yang berbeda-beda. Hal ini juga menjadi perbedaan yang menonjol dari ketiga subjek tersebut. Subjek A sudah mampu menerima keadaan diri sejak kecil dibandingkan subjek M maupun subjek R. Hal ini selaras dengan teori yang dikemukakan oleh Soemantri (2007) yang menyatakan bahwa individu yang mengalami ketunanetraan sejak lahir, mampu menerima dan menyesuaikan diri dengan lebih baik dibandingkan individu yang sudah terbiasa melihat kemudian mengalami penurunan penglihatan sampai tidak dapat melihat sama sekali karena mengalami *shock* dan depresi. Proses penyesuaian diri ini

tergantung dari respon individu secara internal terhadap masalah yang dihadapi.

Selanjutnya, penerimaan dan perlakuan dari lingkungan juga memberi pengaruh besar seperti pola asuh keluarga, teman sebaya, maupun dukungan dari perguruan tinggi. Pola asuh yang mendukung potensi anak dan menekankan pada kemandirian, akan membantu individu berkebutuhan khusus menjadi mandiri membuat pilihan terbaik untuk dirinya dan bertanggung jawab. Ketiga subjek mengalami pola asuh yang sama, yaitu pola asuh demokratis, sehingga mereka terbiasa untuk belajar membuat keputusan sendiri dan bertanggung jawab atas keputusannya tersebut. Selain itu, kehadiran teman sebaya juga akan menentukan proses penyesuaian diri individu. Diantara ketiga subjek, subjek M lah yang paling mengalami kesulitan untuk menyesuaikan diri dalam pergaulan. Ia cenderung takut untuk menyapa teman lebih dahulu sehingga cukup tertutup. Ia juga tidak memiliki seorang sahabat, hanya teman dekat yang sering mengobrol saja dengan dirinya. Kemudian, dukungan dari perguruan tinggi juga menentukan proses penyesuaian diri individu berkebutuhan khusus seperti perlakuan dosen yang adil, fasilitas yang disediakan universitas, serta metode pembelajaran yang diselenggarakan. Ketiga subjek ini mendapat dukungan yang maksimal dari perguruan tinggi dengan

diberikan kesempatan dan bantuan dalam hambatan yang dialami. Hanya saja, fasilitas dan aksesibilitas yang tersedia belum adaptif bagi penyandang disabilitas netra. Apabila semuanya itu bersifat adaptif terhadap kebutuhan individu berkebutuhan khusus, tentu akan membantu proses penyesuaian dirinya secara maksimal.

Bagi penyandang disabilitas netra, sebaiknya seorang penyandang disabilitas netra perlu melakukan konseling dengan konselor untuk memperkuat pembangunan konsep diri serta mengembangkan potensi diri yang ada, sehingga dapat mengetahui dan memahami apa yang perlu dilakukan dalam mengatasi keterbatasan yang dimiliki.

Bagi orangtua penyandang disabilitas netra, sebaiknya belajar untuk menerima keadaan individu penyandang disabilitas netra dan memberi dukungan agar individu penyandang disabilitas netra tersebut memiliki optimisme terhadap dirinya sendiri dan dapat melakukan konseling dengan konselor dalam rangka menggali potensi diri dari individu penyandang disabilitas netra. Kemudian, orangtua dapat memberi kepercayaan dan kesempatan bagi anaknya untuk memilih dan berkembang sesuai potensi diri serta memberi aksesibilitas kepada anaknya untuk kuliah, aktif terlibat dalam organisasi, aktif mengikuti kegiatan yang mengembangkan potensi diri, dan sebagainya.

Bagi universitas di seluruh Indonesia khususnya Unika Atma Jaya, sebaiknya universitas di seluruh Indonesia dapat memberi kesempatan pada individu penyandang disabilitas netra untuk belajar di universitas tersebut sesuai peraturan yang tertera dalam UU No. 8 Tahun 2016 Pasal 10 tentang hak pendidikan penyandang disabilitas dengan menekankan pada potensi diri individu dibandingkan fokus pada hambatan fisik serta menyediakan fasilitas yang adaptif bagi penyandang disabilitas netra sesuai UU No. 8 Tahun 2016 Pasal 42 Ayat 3.

Bagi Fakultas Pendidikan dan Bahasa Unika Atma Jaya, sebaiknya memberikan kesempatan kepada individu penyandang disabilitas netra untuk belajar dan tergabung dalam Fakultas Pendidikan dan Bahasa sesuai peraturan yang tertera dalam UU No. 8 Tahun 2016 Pasal 10 tentang hak pendidikan penyandang disabilitas. Selain itu, akan lebih baik bila Fakultas Pendidikan dan Bahasa Unika Atma Jaya dapat meningkatkan fasilitas bagi penyandang disabilitas netra supaya lebih adaptif dengan kebutuhan penyandang disabilitas netra sesuai UU No. 8 Tahun 2016 Pasal 42 Ayat 3 dan memberikan aksesibilitas dalam hal komunikasi, mobilitasi, dan informasi kepada individu penyandang disabilitas netra.

Bagi Program Studi Bimbingan dan Konseling Unika Atma Jaya, sebaiknya

memberikan kesempatan kepada individu penyandang disabilitas netra untuk belajar dan tergabung dalam ikatan program studi Bimbingan dan Konseling sesuai peraturan yang tertera dalam UU No. 8 Tahun 2016 Pasal 10 tentang hak pendidikan penyandang disabilitas serta dapat menyediakan fasilitas yang adaptif bagi penyandang disabilitas netra sesuai UU No. 8 Tahun 2016 Pasal 42 Ayat 3. Kemudian, akan lebih baik bila Program Studi Bimbingan dan Konseling Unika Atma Jaya dapat menerapkan metode pembelajaran dan menggunakan media pembelajaran yang adaptif bagi individu penyandang disabilitas dengan memperhatikan kebutuhannya.

Bagi masyarakat umum, sebaiknya tidak membeda-bedakan kondisi setiap individu, khususnya antara individu normal dengan penyandang disabilitas netra karena baik individu normal maupun penyandang disabilitas, pasti memiliki kelebihan dan kekurangan, melainkan dapat menghargai perbedaan kondisi yang dialami individu penyandang disabilitas netra dan memberi bantuan kepada individu penyandang disabilitas netra yang sedang mengalami kesulitan dalam mengakses atau melakukan sesuatu.

Bagi penelitian selanjutnya yang tertarik meneliti variabel penyesuaian diri bagi penyandang disabilitas netra, sebaiknya dapat melakukan penelitian mengenai rekomendasi

fasilitas atau metode pembelajaran yang dapat adaptif bagi penyandang disabilitas netra di universitas.

Daftar Pustaka

- Ali, M. & Ansori, M. (2011). *Psikologi remaja: perkembangan peserta didik*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Anissa, N. & Handayani, A. (2012). Hubungan antara konsep diri dan kematangan emosi dengan penyesuaian diri istri yang tinggal bersama keluarga suami. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1(1), 57-67.
- Atmaja, J.R. (2017). *Pendidikan dan bimbingan anak berkebutuhan khusus*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Atmaja, J.R. (2018). *Pendidikan dan bimbingan anak berkebutuhan khusus*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Effendi, M. (2008). *Pengantar psikopedagogik anak berkelainan*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Komalasari, G., Wahyuni, E. & Karsih. (2016). *Asesmen teknik non tes dalam perspektif bk komprehensif*. Jakarta: PT. Indeks.
- Kumalasari, F. & Ahyani, L.N. (2012). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di Panti asuhan. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1(1), 21-31.
- Mahmudi, M.H., & Suroso. (2014). Efikasi diri, dukungan sosial dan penyesuaian dalam belajar. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(2).
- Nugroho, K.P.A., Dary, & Sijabat, R. (2017). Gaya hidup yang memengaruhi kesehatan anak berkebutuhan khusus di slb negeri salatiga. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 2(2), 102-117.
- Nurlailiyah, A. (2015). Kritik tafsir ayat-ayat pendidikan terhadap pendidikan segregasi, pendidikan inklusif, dan pendidikan integrasi (studi pendidikan di perguruan tinggi yogyakarta). *Jurnal Studi Islam*, 7 (2), 317-336.
- Rahardjo, M. (2017). Studi Kasus dalam Penelitian Kualitatif: Konsep dan Prosedurnya. [online]. Tersedia: <http://repository.uin-malang.ac.id/1104/1/Studi-kasus-dalam-penelitian-kualitatif.pdf>
- Rahma, R.N. (2015). Kesejahteraan psikologis penyandang tunanetra. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4 (7). 1-13.
- Rohmat, G. (2017). Penyesuaian diri anak tunanetra di sekolah (studi kasus di smp ekakapti karangmojo dan slb baktiputra ngawis. *Skripsi*. Universitas Negeri Yogyakarta.

Smart, A. (2010). *Anak cacat bukan kiamat: metode pembelajaran & terapi untuk anak berkebutuhan khusus*. Yogyakarta: Katahati.

Soemantri, T. (2007). *Psikologi anak luar biasa*. Bandung: PT. Refika Aditama.

Sudarnoto, L.F.N. (2018). *Metodologi penelitian*. Jakarta: Unika Atma Jaya.

Sugiyono. (2020). *Metode penelitian kualitatif: untuk penelitian yang bersifat eksploratif, enterpretif, interaktif dan konstruktif*. Bandung: Alfabeta.