

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Remaja merupakan suatu periode transisi atau peralihan antara masa kanak-kanak dan dewasa yang diwarnai oleh interaksi antara faktor-faktor genetik, biologis, lingkungan dan sosial. Pada masa remaja terjadi perubahan perkembangan sosioemosional, perubahan ini mencakup untuk memahami diri sendiri serta pencarian identitas, perubahan juga berlangsung di kehidupan sehari-hari pada remaja, dalam relasi dengan keluarga dan teman sebaya di dalam konteks budaya, serta remaja juga dapat mengembangkan masalah-masalah sosioemosi, seperti kenakalan dan depresi (Santrock, 2012).

Somantri (2012) menyatakan bahwa masa remaja sering disebut dengan fase negatif, karena pada masa ini seorang remaja sering menunjukkan kecenderungan untuk menyendiri, sikap dan tingkah lakunya sering menunjukkan sikap antisosial. Selanjutnya Hurlock (2009) menyatakan bahwa tugas tersulit dalam perkembangan masa remaja adalah berhubungan dengan penyesuaian sosial, remaja harus menyesuaikan diri dengan lawan jenis dan menyesuaikan dengan lingkungan orang dewasa di luar lingkungan keluarga dan sekolah. Hal ini tentu tidak berbeda dengan perkembangan remaja yang difabel, salah satunya adalah tunanetra.

Subjek dalam penelitian ini adalah remaja penyandang tunanetra. Tunanetra bukan hanya individu yang buta, tetapi juga individu yang mampu melihat namun terbatas sekali dan kurang bisa dimanfaatkan untuk kepentingan

hidup sehari-hari terutama dalam membaca dan belajar. Tunanetra dikelompokkan menjadi dua macam yaitu buta dan *low vision*, dikatakan buta jika anak sama sekali tidak mampu menerima rangsangan cahaya dari luar atau visualnya = 0, yang kedua *low vision*, bila anak masih mampu menerima rangsang cahaya dari luar, tetapi ketajamannya lebih dari 6/21, atau jika anak hanya mampu membaca *headline* pada surat kabar (Somantri 2012).

Remaja tunanetra memiliki hambatan pada penglihatannya, sehingga dapat menghambat aktivitas sosial maupun belajar, namun pada remaja tunanetra juga memiliki kelebihan yang sifatnya positif, seperti kepekaan terhadap suara, perabaan, ingatan, keterampilan dalam memainkan alat musik serta ketertarikan yang tinggi terhadap nilai-nilai norma dan agama (Somantri, 2012). Selanjutnya walaupun indera penglihatan tidak dapat berfungsi lagi, remaja tunanetra mampu menguasai indera pendengar dan peraba dengan baik, sehingga penyandang tunanetra dapat mengatasi berbagai hambatan dalam beraktivitas sehari-hari, meskipun terbilang lambat. Hal tersebut sangat bergantung pada ingatan, indera peraba, dan indera pendengarannya (Sukawati dan Budistyani, 2017).

Remaja tunanetra diharapkan tetap mampu melewati tugas-tugas pada tahap perkembangannya, yaitu remaja. Syamsu (2006) menyatakan bahwa untuk memenuhi tugas perkembangan remaja harus mampu mencapai kemandirian emosional, mampu mengembangkan komunikasi interpersonal, belajar bergaul dengan teman sebaya, memiliki tanggung jawab sosial dan mampu mengendalikan diri. Selanjutnya kemampuan tersebut mampu menumbuhkan remaja tunanetra pada kemandirian, memiliki kebebasan dalam menentukan nasibnya sendiri,

memahami dan menerima diri dari berbagai aspek diri yang baik maupun buruk, dan mampu berhubungan positif dengan orang lain, memiliki empati dan percaya dengan orang lain serta dapat membangun hubungan yang baik dengan orang lain.

Berdasarkan hasil Sensus Penduduk 2010, diketahui bahwa kesulitan fungsional melihat menduduki peringkat pertama di antara kesulitan lainnya yaitu sebesar 3,05% atau sebanyak 5.313 orang dengan kategori sedikit mengalami kesulitan dalam melihat dan 507 orang dengan kategori parah dalam melihat. Data tersebut menunjukkan bahwa penyandang cacat tunanetra merupakan penyandang cacat terbanyak di Indonesia, hal ini menunjukkan bahwa banyak individu yang bermasalah dengan penglihatannya atau sering disebut dengan tunanetra.

Delphie (dalam Dewi, 2016) menyatakan bahwa individu tunanetra memiliki kendali yang berbeda dengan individu yang memiliki penglihatan normal, terhadap lingkungan dan diri sendiri, sehingga keterbatasan tersebut dapat menghambat tugas-tugas perkembangannya. Selanjutnya Somantri (2012) menyatakan bahwa anak tunanetra memiliki karakteristik kognitif, sosial, emosi, motorik dan kepribadian yang sangat bervariasi. Hal ini tergantung bagaimana tingkat ketajaman penglihatan, berapa usianya dan sejak kapan mengalami ketunanetraannya serta tingkat pendidikan yang individu dapatkan. Selanjutnya remaja tunanetra lebih banyak menghadapi masalah dalam perkembangan sosial. Hambatan tersebut muncul sebagai akibat langsung maupun tidak langsung dari ketunanetraannya.

Ketunanetraan sangat berpengaruh terhadap kehidupan setiap penyandangannya, seperti halnya bagaimana individu tunanetra menerima keadaan

dirinya, menyikapi kemandiriannya dan juga bagaimana penguasaan lingkungannya (Somantri, 2012). Individu tunanetra cenderung memiliki sifat-sifat yang berlebihan dalam menghindari kontak sosial, cenderung mempertahankan diri dan menyalahkan orang lain serta tidak mengakui kecacatannya (Sommer dalam Somantri, 2012).

Somantri (2012) menyatakan bahwa individu tunanetra sering menunjukkan karakteristik perilaku tersendiri yang berbeda dengan individu yang normal. Lebih lanjut Pradopo (dalam Somantri, 2012) menyatakan bahwa gambaran sifat ragu-ragu, rendah diri dan curiga pada orang lain terjadi pada individu tunanetra. Sifat ragu-ragu, rendah diri dan curiga pada orang lain tentunya bertolak belakang dengan sikap yang harus dimiliki individu dalam pencapaian kesejahteraan psikologis yang baik. Kesejahteraan psikologis yang baik yaitu individu yang memiliki kehidupan yang baik, tidak hanya terbebas dari rasa sakit dan kesulitan, tetapi orang yang hidupnya terlepas dari tekanan atau ketergantungan (Ryff & Singer, dalam Perez 2012).

Kesejahteraan psikologis adalah bagaimana individu menjadi sehat secara psikologis, tidak hanya bebas dari kesusahan atau masalah mental lainnya, tetapi juga dapat memposisikan diri secara positif, penguasaan lingkungan yang baik, otonomi, hubungan positif dengan orang lain, memiliki makna dalam hidup, serta perasaan bahwa dirinya terus bertumbuh dan berkembang (Ryff 1995). Selanjutnya dinyatakan bahwa terdapat enam dimensi yang dapat membentuk kesejahteraan psikologis yakni: penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (positif relation with (*others*), otonomi (*autonomy*), penguasaan lingkungan

(*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan pertumbuhan pribadi (*personal growth*).

Dari hasil penelitian Achmad (dalam Dewi, 2016) dinyatakan bahwa banyak siswa penyandang tunanetra SMULB di kota Bandung memiliki penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi yang rendah. Selanjutnya pada penelitian Prabowo (2016) yang melakukan penelitian tentang gambaran kesejahteraan psikologis pada 224 remaja di Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah Malang menunjukkan 24 remaja di antaranya atau sebesar 11% berada pada kategori kesejahteraan psikologis yang rendah. Selanjutnya 171 remaja atau sebesar 76% berada pada kategori kesejahteraan psikologis yang sedang dan hanya 29 remaja atau sebesar 13% berada pada kategori kesejahteraan psikologis yang tinggi. Keadaan dan kehidupan dalam situasi atau pengalaman yang beragam dan unik mampu mempengaruhi individu terhadap kondisi kesejahteraan psikologisnya secara terus menerus (Dewi, 2016).

Data tersebut juga diperkuat dengan hasil *pre-eliminary* terkait kesejahteraan psikologis yang dilakukan peneliti melalui wawancara terhadap enam remaja dengan usia 14-18 tahun pada tanggal 09 November 2018 di Yayasan Kesejahteraan Tunanetra Islam Yogyakarta (YAKETUNIS), diperoleh data bahwa 4 dari 6 subjek menunjukkan kesejahteraan psikologis yang cenderung kurang menurut dimensi-dimensi yang diungkapkan oleh Ryff (1995). Rendahnya dimensi pertama yaitu penerimaan diri, ditunjukkan dengan keenam subjek mengungkapkan perasaan sedih dan tertekan karena subjek semakin menyadari

bahwa dirinya adalah orang yang berbeda dengan orang yang tidak terganggu penglihatannya. Selanjutnya subjek yang diwawancarai menunjukkan rendahnya pada dimensi kedua yaitu hubungan positif dengan orang lain, karena subjek merasa malu dan canggung apabila harus berbicara dengan orang yang baru dikenal. Selain itu, subjek juga hanya nyaman berteman dengan orang-orang yang di yayasan dan orang-orang dilingkungan sekolahnya.

Dilihat dari dimensi yang ketiga yaitu kemandirian, lima subjek mengatakan bahwa dengan keadaan saat ini sering membutuhkan orang lain untuk berpendapat dalam menentukan masa depan. Hasil wawancara menunjukkan bahwa dengan keadaan remaja tunanetra saat ini, artinya segala nasib telah ditentukan dan tidak ada lagi pilihan untuk dirinya selain hanya melanjutkan hidup sebagai seorang tunanetra. Selanjutnya yang keempat pada dimensi penguasaan lingkungan, lima subjek merasakan keterasingan ketika berada di tempat yang baru. Butuh waktu lebih lama untuk beradaptasi serta adanya perasaan terancam apabila berada di tempat yang belum pernah didatangi sebelumnya. Dimensi kelima yaitu dimensi tujuan dalam hidup, subjek mengatakan adanya keterbatasan cita-cita yang bisa dicapai tidak menghalangi niat mulia para subjek. Lima dari enam subjek mengungkapkan niatnya untuk menjadi seorang guru. Meski begitu, tetap ada keraguan dalam setiap kalimat yang dituturkan. Selanjutnya yang keenam yaitu dimensi pertumbuhan pribadi, subjek menunjukkan bahwa keterbatasan yang dimiliki juga memiliki pengaruh yang kurang baik pada diri subjek. Subjek merasa kesulitan dalam mengembangkan kemampuan yang dimiliki.

Berdasarkan penjelasan di atas, disimpulkan bahwa terdapat remaja tunanetra belum memenuhi dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis yang ideal, yang menandakan bahwa remaja tunanetra belum memiliki kesehatan mental positif yang mengarah pada kesejahteraan psikologis yang baik. Selanjutnya remaja tunanetra menunjukkan bahwa kurang mampu menumbuhkan kemandiriannya, mengatur hidup dan tingkahlakunya, memiliki kebebasan dalam menentukan nasibnya sendiri serta kurang mampu menilai positif pada dirinya sendiri yang mampu menumbuhkan penerimaan pada dirinya. Hal ini menjadikan peneliti tertarik untuk meneliti tentang kesejahteraan psikologis pada remaja tunanetra.

Hasil penelitian Diener dkk. (dalam Dewi, 2016) menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis yang tinggi mampu mendukung kesehatan yang lebih baik, memperpanjang umur, meningkatkan usia harapan hidup, gambarkan kualitas hidup dan fungsi individu. Selanjutnya Anggraeni dan Jannah (2014) menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis mampu menciptakan kepuasan dalam hidup dan kepribadian *hardiness* yang merupakan karakteristik kepribadian sehingga dapat mendorong individu mampu bertahan dan tetap optimis dalam menghadapi setiap permasalahan. Edwards (dalam Ismali & Desmukh, 2012) menyatakan bahwa individu yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik mengacu pada kesehatan mental positif, yang dapat menyebabkan manusia mampu adaptif dan pengalaman hidup yang positif.

Dalam usaha mencapai kesejahteraan psikologis yang tinggi tentunya terdapat beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis

yaitu: usia, jenis kelamin, budaya dan pengalaman hidup (Ryff, 1995). Selain itu kecerdasan emosional juga menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis, Hutapea (2011) menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara kecerdasan emosional dengan kesejahteraan psikologis. Semakin tinggi kecerdasan emosional maka akan semakin tinggi kesejahteraan psikologis, sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosional maka akan semakin rendah kesejahteraan psikologis.

Berdasarkan faktor-faktor di atas peneliti memilih faktor kecerdasan emosional sebagai variabel bebas yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada penelitian ini. Hutapea (2011) menyatakan bahwa kecerdasan emosional berkaitan erat dengan pembentukan kesejahteraan psikologis. Selanjutnya Salovey dan Mayer (1990) menyatakan bahwa individu yang cerdas secara emosional dapat memahami emosi diri sendiri secara akurat untuk mengatur langkah dan tujuan-tujuan yang dipilih. Selanjutnya Lazzari (dalam Hutapea, 2011) menyatakan bahwa salah satu unsur kepribadian, yaitu emosi dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada setiap individu.

Salovey dan Mayer (1990) menjelaskan kecerdasan emosional adalah bagian dari kecerdasan sosial, yang melibatkan kemampuan individu untuk memantau perasaan meraih dan membangkitkan perasaan untuk membantu pikiran, memahami perasaan secara mendalam sehingga membantu untuk membimbing pemikiran dan tindakan seseorang dan diri pribadi. Selanjutnya, Goleman (2005) mengatakan bahwa kecerdasan emosional mencakup pada

pengendalian diri, semangat dan ketekunan individu serta mampu untuk memotivasi diri sendiri.

Puspasari (2009) mengatakan bahwa kecerdasan emosi merupakan keterkaitan antara emosi dan kecerdasan maupun sebaliknya, dengan pemahaman individu dapat memotivasi atau perasaan hati yang positif dan akan berusaha mengembangkan pengaruh positif dalam pengembangan kognitif pada diri seseorang. Salovey dan Mayer (dalam Goleman, 2005) mengungkapkan lima aspek dalam kecerdasan emosional, yaitu : (a) Mengenali emosi diri, (b) Mengelola emosi, (c) Memotivasi diri sendiri, (d) Mengenali emosi orang lain (empati), dan (e) Membina hubungan.

Goleman (dalam, Hutepea, 2011) menyatakan bahwa kecerdasan emosional dianggap sebagai esensial bagi kesuksesan hidup. Selanjutnya Salovey dan Mayer (1990) menyatakan bahwa kecerdasan emosional merupakan proses individu sebagai pengakuan dan penggunaan keadaan emosional seseorang dan orang lain untuk memecahkan masalah dan mengatur perilaku. Selanjutnya Salovey dan Mayer (dalam Goleman, 2005) menyatakan bahwa individu yang dapat mengelola emosi dengan baik mampu menguasai perasaannya sendiri sehingga diungkapkan dengan tepat. Selanjutnya kemampuan individu untuk mengelola emosi yang baik, dapat menghibur diri sendiri dan melepas kecemasan, sehingga dapat melawan kemurungan dan kejatuhan dalam kehidupan serta menunjukkan adanya kesejahteraan psikologis yang baik pada penerimaan dirinya.

Shek (dalam Hutapea, 2011) menyatakan bahwa individu yang menggunakan kualitas sehat mental yang positif dan dapat menyesuaikan dengan lingkungan sekitar serta kesatuan pribadinya dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis yang baik. Salovey dan Mayer (1990) menyatakan bahwa individu yang memiliki kecerdasan emosional setidaknya mampu mencapai bentuk kesehatan mental positif. Selanjutnya Goleman (dalam Sari & Desiningrum, 2016) menyatakan bahwa kemampuan individu dalam berfikir, berempati dan mampu menjalani hubungan sosial dengan baik menunjukkan adanya kecerdasan emosional yang baik.

Kecerdasan emosional merupakan kemampuan individu untuk mengatur dan mengubah reaksi afektif orang lain (Salovey & Mayer 1990). Pada penelitian Sari dan Desiningrum (2016) menyebutkan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk menggunakan emosi secara efektif dalam mengelola diri sendiri dan mempengaruhi orang lain yang di dalamnya terdapat aspek mengenali perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain (empati). Kemampuan tersebut dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada dimensi hubungan positif dengan orang lain, yaitu individu yang dapat membangun hubungan yang baik, memiliki empati yang tinggi dan dapat membangun kepercayaan terhadap orang lain (Ryff, 1995).

Selanjutnya Salovey dan Mayer (1990) menyatakan bahwa individu yang cerdas secara emosional dapat memahami emosi diri sendiri secara akurat untuk mengatur langkah dan tujuan-tujuan yang dipilih, menguasai diri pribadi,

memiliki hubungan positif dengan orang lain serta mampu mengatur tujuan sendiri dan mengarah pada meningkatnya kesejahteraan psikologis pada remaja tunanetra. Lazzari (2000) berpendapat bahwa individu yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi dapat memahami emosi pribadi maupun orang lain, hal ini menempatkan posisi remaja tunanetra akan membuat hubungan positif dengan orang lain.

Berdasarkan pemaparan dan uraian di atas, disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara kecerdasan emosional dengan kesejahteraan psikologis pada remaja penyandang tunanetra di Yogyakarta. Oleh sebab itu, rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini yaitu; apakah ada hubungan antara kecerdasan emosional dengan kesejahteraan psikologis pada remaja penyandang tunanetra di Yogyakarta?

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara antara tingkat kecerdasan emosional dengan kesejahteraan psikologis pada remaja penyandang tunanetra di Yogyakarta.

2. Manfaat

- a. Manfaat Teoritis: Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang psikologi klinis terkait dengan kesejahteraan psikologis dan kecerdasan emosional.

- b. **Manfaat Praktis:** penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi peneliti, pembaca, masyarakat dan pengasuh atau guru remaja tunanetra tentang kecerdasan emosional dan kesejahteraan psikologis. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk penelitian lain yang berminat meneliti variabel yang serupa, kemudian dapat melengkapi kekurangan-kekurangan yang nantinya terdapat pada penelitian ini.