



## **APAKAH PENYANDANG TUNANETRA BISA BERBAHAGIA? Gambaran Kebahagiaan Pada Penyandang Tunanetra**

*Received: 27<sup>th</sup> March 2019; Revised: 10<sup>th</sup> April 2019; Accepted: 25<sup>th</sup> April 2019*

### **Hastrid Sundari**

Universitas Islam Negeri Imam Bonjol  
Padang

Email: [hastrid\\_sundari@gmail.com](mailto:hastrid_sundari@gmail.com)

### **Rahmadianti Aulia**

Universitas Islam Negeri Imam Bonjol  
Padang

Email: [disya\\_020306@rocketmail.com](mailto:disya_020306@rocketmail.com)

**ABSTRAK.** Pada umumnya tidak banyak yang bisa dilakukan oleh orang yang mengalami tunanetra. Dengan keterbatasan yang mereka miliki, membuat mereka lebih memilih untuk hanya berdiam diri di rumah atau sebagian yang lain memilih bekerja sebagai pengemis atau meminta-minta di jalanan. Namun, pilihan tersebut tidak dilakukan oleh dua orang tunanetra. Mereka memiliki semangat yang tinggi untuk bekerja demi mencapai keinginannya, menjadi pekerja seni atau pemusik dan mengajar mengaji. Walaupun kedua subjek memiliki keterbatasan, mereka bisa membuat orang lain senang dengan apa yang dilakukannya dan mereka berbahagia dengan apa yang mereka lakoni. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran kebahagiaan pada penyandang tunanetra.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif dengan melakukan wawancara. Subjek penelitian terdiri dari 2 orang tunanetra. Hasil wawancara menunjukkan bahwa menjadi tunanetra tidak menjadi penghalang untuk mendapatkan kebahagiaan. subjek merasa tenang dan nyaman dalam menjalani kehidupannya. Tidak merasa takut dan tidak pula bersedih dengan keadaan yang mereka alami. Berani menghadapi masalah yang datang serta merasa bahagia karena tidak ada kekhawatiran yang dirasakan oleh kedua subjek. Faktor yang mempengaruhi keadaan kedua subjek adalah karena adanya rasa syukur yang besar kepada Allah Subhanahuwata'ala, berinteraksi dan berhubungan baik dengan teman, keluarga dan lingkungan sekitar, serta merasa puas dengan pekerjaan yang dijalani.

**Keywords:** *Kebahagiaan, Tunanetra*

## PENDAHULUAN

Allah telah menciptakan manusia dengan sebaik-baik bentuk. Setiap manusia yang telah diciptakan memiliki karakteristik dan kemampuan yang berbeda-beda. Tetapi kebanyakan manusia tidak mampu bersyukur atas apa yang telah diberikan Allah kepadanya. Terlebih pada manusia normal yaitu manusia yang memiliki fisik sempurna, mereka selalu merasa serba kekurangan dengan apa yang dimilikinya, sehingga mereka tidak memandang bagaimana orang lain yang memiliki keterbatasan fisik yang ada disekitarnya. Sebagai manusia ciptaan Allah yang memiliki akal dan pikiran, yang melebihi dari ciptaan Allah yang lainnya, harus selalu bersyukur dengan apa yang telah diberikan Allah.

Namun tidak semua manusia lahir dengan kondisi fisik yang normal. Banyak diantara individu yang harus terlahir dengan keterbatasan fisik salah satunya tunanetra. Dengan keterbatasan indra penglihatan membuat individu yang mengalaminya akan memiliki hambatan dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Sehingga banyak diantara mereka yang tunanetra memilih berdiam diri di rumah atau hanya sekedar menjadi pengemis atau peminta-minta. Tentunya dengan kondisi tersebut membuat individu akan sulit merasakan bahagia dalam kehidupannya.

Setiap manusia selalu menginginkan hidup bahagia baik di dunia maupun di akhirat, siapapun itu baik manusia biasa (sempurna fisiknya) maupun manusia yang memiliki keterbatasan fisik, orang normal bisa meraih kebahagiaan dengan keadaan fisiknya yang sempurna, tetapi bukan berarti orang yang memiliki keterbatasan fisik tidak bisa bahagia karena keterbatasannya, orang yang sempurna juga tidak akan bisa bahagia kalau tidak berusaha dengan baik, begitu juga dengan orang yang memiliki keterbatasan.

Kebahagiaan bagi seorang muslim adalah sebuah kondisi di mana selama di dunia

memiliki kondisi batin yang positif, dan ketika di akhirat berhasil menikmati syurganya Allah Swt. Kebahagiaan dunia berupa terciptanya emosi (kondisi batin) yang positif seperti kegembiraan, ketenangan, rasa aman, tiada ketakutan dan gelisah, rasa hidup penuh makna, serta kebahagiaan akhirat berupa surga yang kekal. Islam mendorong manusia untuk meraih kebahagiaan dunia dan juga kehidupan di akhirat. Hal ini sesuai dengan firman Allah dalam (QS. Al-Qashash:77)

وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا وَأَحْسِنْ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ وَلَا تَبْغِ الْفُسَادَ فِي الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ  
Artinya: *Dan carilah pada apa yang telah dianugerahkan Allah kepadamu (kebahagiaan) negeri akhirat, dan janganlah kamu melupakan bahagianmu dari (kenikmatan) duniawi dan berbuat baiklah (kepada orang lain) sebagaimana Allah telah berbuat baik, kepadamu, dan janganlah kamu berbuat kerusakan di (muka) bumi. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berbuat kerusakan.*

Menurut Arif (2016:6) mengatakan bahwa kebahagiaan adalah tujuan akhir dari segala aktivitas, segala daya upaya, segala pergumulan dan perjuangan dalam hidup, karena semua orang sepakat bahwa kebahagiaan adalah dambaan universal dari semua manusia (bahkan semua makhluk) di sepanjang sejarah sampai selama-lamanya. Namun setiap budaya, kelompok ataupun individu memiliki kebahagiaan yang berbeda-beda dan juga berubah sejalan dengan waktu. Kemudian menurut Mauludi (2017:13-14) para psikolog mengistilahkan kebahagiaan dengan *subjective well being*. Hal ini karena pengertian tiap-tiap orang tentang kebahagiaan berbeda-beda. Tapi ada sejumlah hal-hal tertentu yang sering dihubungkan dengan kebahagiaan seperti kesenangan (*pleasure*) kesuksesan, kekayaan, dan kemakmuran. Kebahagiaan adalah pengalaman hidup yang ditandai dengan dominannya emosi positif. Perasaan

bahagia dan pikiran puas dengan kehidupan merupakan komponen utama dari kesejahteraan subjektif.

Manusia yang memiliki keterbatasan fisik juga dapat merasakan bahagia, baik kebahagiaan dunia maupun kebahagiaan di akhirat, seperti manusia yang memiliki keterbatasan dalam melihat (tunanetra).

Menurut Soemantri, (2006:65) mengatakan bahwa tunanetra adalah individu yang indera penglihatannya (kedua-duanya) tidak berfungsi sebagai penerima saluran informasi dalam kegiatan sehari-hari. Tunanetra dapat disebabkan oleh beberapa faktor, baik faktor *internal* maupun faktor *eksternal*. Faktor *internal* adalah faktor yang erat hubungannya dengan masalah keturunan dan pertumbuhan seorang anak dalam kandungan. Sedangkan faktor *eksternal* adalah faktor dari luar, misalnya disebabkan oleh penyakit katarak, *glaucoma*, maupun penyakit yang dapat menimbulkan ketunanetraan, pengertian tunanetra tidak hanya untuk mereka yang buta saja, tetapi mencakup juga mereka yang mampu melihat tetapi terbatas sekali dan kurang dapat dimanfaatkan untuk kepentingan hidup sehari-hari.

Berdasarkan dari hasil wawancara pada tanggal 21 Januari 2018, peneliti mengumpulkan data awal dengan melakukan wawancara kepada dua orang subjek tunanetra, yaitu wawancara dengan subjek yang berinisial F dan R di Kenagarian Selayo Kecamatan Kubung Kabupaten Solok.

Dari hasil wawancara dengan F, ia mengatakan bangga dan senang bisa memainkan alat musik keyboard sesuai dengan keinginannya, walaupun banyak rintangan yang dilalui sebelumnya, F dulu pernah belajar dengan orang yang bisa memainkan alat musik keyboard, tetapi orang itu menganggap bahwa F tidak bisa memainkannya karena memainkan alat musik harus melihat, F memahami dan menerima pernyataan tersebut, karena tidak

putus asa dengan pernyataan yang didengarnya, F berusaha untuk mencari orang lain yang bisa mengajarkan, karena keinginannya sangat tinggi untuk bermain alat musik.

Setelah menemukan orang yang bisa mengajarkannya F berusaha untuk terus belajar sampai akhirnya bisa memainkan alat musik dan sampai memiliki alat musik sendiri. Subjek F merasa senang dan bahagia dengan apa yang diinginkannya yaitu bisa memainkan alat musik. Meskipun semuanya tidak didapat dengan mudah karena semuanya butuh proses. Dan dengan memiliki alat musik sendiri subjek bisa pergi mengisi acara di pesta pernikahan, ulang tahun, acara islami seperti (lomba kasidah) dan acara lainnya. Tidak hanya dengan musiknya sendiri tapi terkadang juga diajak temannya untuk ikut mengisi acara pesta pernikahan tanpa menggunakan alat musiknya. Subjek juga terlihat bahagia saat mengatakan pernah menjadi seorang penyiar radio di salah satu daerah di Kabupaten Solok selama 2 tahun.

Demikian juga hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan subjek R dirumahnya. Subjek R sangat bersyukur dengan keadaannya, meskipun dengan memiliki keterbatasan R bisa berbagi dalam mengajarkan mengaji irama di lingkungan tempat tinggalnya, tidak hanya itu, ia juga mengajarkan les bernyanyi dirumah. R bahagia dengan keterbatasannya tersebut bisa berbagi dengan apa yang dimilikinya dan juga bisa berbagi dengan potensi yang dimilikinya. Kedua subjek juga senang karena saat berada dirumah dengan teman dan lingkungan sekitar, kedua subjek tampak akrab dan bersosialisasi dengan baik.

Selain itu, F dan R juga mengatakan meskipun mata mereka tidak seperti orang normal, yang bisa melihat apa saja yang diinginkannya, tetapi mereka masih mempunyai mata hati untuk melihat, merasakan apa yang mereka miliki dan bersyukur dengan keadaan mereka sekarang.

## **Kebahagiaan**

Kebahagiaan adalah keadaan sejahtera dan kepuasan hati, yaitu kepuasan yang menyenangkan yang timbul bila kebutuhan dan harapan tertentu individu terpenuhi (Hurlock, 2002:18). Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2008:115) bahagia mempunyai arti: a. beruntung, b. keadaan atau perasaan senang, tenteram (bebas dari segala sesuatu yang menyusahkan). Dengan demikian kebahagiaan adalah segala sesuatu atau keadaan yang membuat perasaan senang yang tidak menyusahkan.

Kemudian dalam bahasa arab menurut Mubarak (2009:181) ada empat kata yang berhubungan dengan kebahagiaan yaitu:

- a. *Sa'adah* (bahagia) mengandung nuansa anugerah Tuhan setelah terlebih dahulu mengarungi kesulitan.
- b. *Falah* (beruntung) mengandung arti menemukan apa yang dicari.
- c. *Najat* (selamat) merupakan kebahagiaan yang dirasakan karena merasa bebas dari ancaman yang menakutkan.
- d. *Najah* (berhasil) merupakan perasaan bahagia karena yang diidam-idamkan ternyata terkabul.

Sedangkan menurut Buya Hamka (2015:57) bahwa kebahagiaan itu adalah kenyamanan, ketentraman, keindahan yang berasal dari dalam diri sendiri, serta taqwa kepada Allah Swt, sedangkan agama mengajarkan manusia empat jalan untuk mencapai kebahagiaan yaitu:

- a. I'tikad yaitu motivasi yang benar-benar berasal dari dalam dirinya sendiri.
- b. Yakin (nyata atau terang) maksudnya adalah keyakinan terhadap hal-hal yang kita kerjakan.
- c. Iman adalah tingkatan yang paling tinggi dari sekedar keyakinan yang sehingga

dibuktikan dengan perkataan hati dan lidah, perbuatan hati dan anggota tubuh.

- d. Agama merupakan buah atau hasil kepercayaan dalam hati yaitu ibadah karena iman.

Kemudian Lubomirsky (dalam Mauludi, 2017:14) juga menggunakan istilah kebahagiaan dengan (*happiness*) untuk merujuk ke pengalaman suka cita, kepuasan, dan *positive well-being*, dikombinasikan dengan rasa bahwa hidup seseorang adalah baik, bermakna dan berharga.

Aspek-aspek kebahagiaan menurut Mudzakir (2018:66-69), adalah :

- a. Sakinah (tenang), dapat diartikan dengan kondisi batin yang tenang, sakinah merupakan istilah yang mengungkapkan, menggambarkan, dan menaungi. Apabila sakinah diturunkan Allah ke dalam hati manusia, terjadilah ketentraman, ketenangan, keyakinan, kepercayaan, kekokohan, keteguhan, kepasrahan, dan keridaan. Sedangkan dalam arti umum, tenang dapat dimaksudkan sebagai kondisi hati yang tidak dipenuhi ketakutan akan sesuatu yang mengancam, bebas dari kecemasan terhadap sesuatu yang tidak pasti, bebas dari tekanan batin.
- b. *Tatmainnu/tuma'ninah* (tenteram), diartikan sebagai orang yang tenteram, tenteram maksudnya sebagai kondisi yang nyaman, bebas dari hati yang tidak mengenakkan.
- c. Tidak takut/khawatir (*khouf*) atau sedih (*yahzanun*). Takut merupakan sebuah rasa di mana seseorang merasa tidak aman, merasa terancam hingga tidak tenang, tidak nyaman dan tidak leluasa hidup. Sedangkan cemas berupa kekhawatiran akan sesuatu yang ada dalam pikiran, yang belum tentu benar adanya.
- d. Gembira (*Fariha/Yafrahu*) adalah seseorang yang merasakan bahwa tidak ada

kekhawatiran dan tidak bersedih hati dengan apa yang dilakukannya.

Faktor yang mempengaruhi kebahagiaan menurut Hurlock (2002:22) yaitu :

a. Kesehatan yang baik memungkinkan orang pada usia berapa pun melakukan apa yang hendak dilakukannya. Sedangkan kesehatan yang buruk atau ketidakmampuan fisik menjadi halangan untuk mencapai kepuasan bagi keinginan dan kebutuhan mereka sedemikian rupa, sehingga menimbulkan rasa tidak bahagia.

b. Daya Tarik Fisik menyebabkan individu dapat diterima dan disukai oleh masyarakat dan sering merupakan sebab dari prestasi yang lebih besar dari pada apa yang mungkin dicapai individu.

c. Pekerjaan maksudnya yaitu semakin berhasil seseorang melaksanakan tugasnya maka semakin besar kepuasan yang ditimbulkannya.

d. Kondisi Kehidupan. Maksudnya adalah apabila seseorang memungkinkan untuk berinteraksi dengan orang lain baik di dalam keluarga maupun dengan teman, tetangga dan masyarakat, maka kondisi tersebut akan memperbesar kepuasan hidupnya.

e. Penyesuaian Emosional adalah orang-orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik dan yang bahagia, jarang tidak terlampaui intensif mengungkapkan perasaan-perasaan negatif seperti takut, marah dan iri hati.

## **Tunanetra**

Organ mata dalam sistem panca indra manusia merupakan salah satu hal yang sangat penting. Menurut Soemantri (2006:65-66) dalam bidang pendidikan luar biasa, anak dengan gangguan penglihatan lebih akrab disebut dengan anak tunanetra. Pengertian tunanetra tidak saja mereka yang

buta, tetapi mencakup juga mereka yang mampu melihat tetapi terbatas sekali dan kurang dapat dimanfaatkan untuk kepentingan hidup sehari-hari. Individu dengan penglihatan yang termasuk “setengah melihat”, “*low vision*” atau rabun adalah bagian dari kelompok tunanetra, jadi dapat disimpulkan bahwa tunanetra adalah individu yang indera penglihatannya (keduanya) tidak berfungsi sebagai saluran penerima informasi dalam kegiatan sehari-hari seperti halnya orang awas.

## **Karakteristik tunanetra**

Ciri utama dari orang yang mengalami gangguan penglihatan atau tunanetra adalah adanya penglihatan yang tidak normal. Menurut Mangunsong (2009:57) Bentuk-bentuk ketidaknormalannya dapat dilihat dari:

a. Penglihatan samar-samar untuk jarak dekat atau jauh. Hal ini dijumpai pada kasus *myopia*, *hyperopia* ataupun *astigmatismus*. Semua ini masih dapat diatasi dengan menggunakan kaca mata atau lensa kontak.

b. Medan penglihatan yang terbatas, misalnya hanya bisa melihat tepi/ perifer atau netral. Dapat terjadi pada salah satu atau kedua bola mata.

c. Tidak mampu membedakan warna.

d. Adaptasi terhadap terang dan gelap terhambat. Banyak terjadi proses penuaan.

e. Sangat sensitif atau peka terhadap cahaya atau ruang terang atau *photophobic*. Orang-orang yang albino biasanya merasa kurang nyaman berada dalam ruangan yang terang.

Sedangkan menurut Anatasia Widdjantini & Imanuel Hitipeuw (Riska N.R, 2015) setiap penyandang tunanetra memiliki perbedaan individual dengan yang lain, namun secara umum penyandang tunanetra mempunyai ciri khusus diantaranya yaitu:

a. Cenderung mengembangkan rasa curiga terhadap orang lain. Ketunanetraan membawa seseorang kehilangan kontak dengan lingkungannya, sehingga mengalami kendala memposisikan dirinya dalam lingkungan sekitarnya. Hal ini mengakibatkan hilangnya rasa aman dan cepat curiga terhadap orang lain.

b. Perasaan mudah tersinggung. Perasaan tersinggung ini timbul karena pengalaman sehari-hari yang selalu menyebabkan kekecewaan dalam dirinya sehingga seorang tunanetra menjadi emosional.

c. Ketergantungan yang berlebihan pada seorang penyandang tunanetra dapat disebabkan oleh faktor yang datang dari dalam dirinya dan dari luar dirinya.

d. Rasa rendah diri. Ketunanetraan akan membawa akibat timbulnya beberapa keterbatasan sehingga tidak jarang dari penyandang tunanetra selalu menganggap bahwa dirinya lebih rendah dari orang lain yang normal.

e. Tangan ke depan dan badan agak membungkuk. Para penyandang tunanetra cenderung untuk agak membungkukkan badan dan tangan kedepan, maksudnya adalah untuk melindungi badannya dari sentuhan benda atau terantuk benda yang tajam.

f. Suka melamun. Mata yang tidak berfungsi mengakibatkan tunanetra tidak dapat mengamati keadaan lingkungan, maka waktu yang kosong sering digunakan untuk melamun.

g. Pemberani. Para penyandang tunanetra yang telah dapat menerima dirinya sebagai seorang penyandang tunanetra dan dapat bersikap positif terhadap lingkungannya, biasanya tidak mau menerima nasib begitu saja. Mereka dengan percaya diri berusaha sekuat tenaga mencari peluang atau kesempatan untuk mengaktualisasikan dirinya dalam

mengubah nasib, status dan kualitas hidup mereka.

h. Perhatian terpusat (konsentrasi). Kebutuhan tunanetra akan informasi menyebabkan dalam melakukan kegiatan akan terpusat. Perhatian yang terpusat ini sangat mendukung kepekaan indra yang masih ada dan normal.

## METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan model penelitian studi kasus. Creswell (1998) menyatakan bahwa studi kasus (*case study*) adalah suatu model yang menekankan pada eksplorasi dari suatu “sistem yang berbatas” (*bounded system*) pada satu kasus atau beberapa kasus secara mendetail disertai dengan penggalian data secara mendalam yang melibatkan beragam sumber informasi yang kaya akan konteks. Studi kasus adalah suatu model penelitian kualitatif yang terperinci tentang individu atau suatu unit sosial tertentu dalam kurun waktu tertentu. Salah satu ciri khas studi kasus adanya “sistem yang berbatas” (*bounded system*). Hal yang dimaksud dengan sistem yang berbatas adalah adanya batasan dalam hal waktu dan tempat serta batasan dalam hal kasus yang diangkat dapat berupa program, kejadian, aktivitas, atau subjek penelitian (Herdiansyah, 2014:76). Subjek dalam penelitian ini dipilih dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Dan yang menjadi subjek utama penelitian adalah 2 orang penyandang tunanetra, yang mana subjek tersebut mengalami tunanetra sejak dari lahir.

Metode pengumpulan data menggunakan teknik wawancara dan observasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik yang dikemukakan oleh Miles & Huberman yaitu pengumpulan data, reduksi data, *display* data, dan penarikan kesimpulan/verifikasi (Herdiansyah, 2012:161-164).

## HASIL PENELITIAN

Berikut ini beberapa hasil yang ditemukan, yaitu:

### 1. Gambaran Kebahagiaan pada Tunanetra berdasarkan Aspek

#### a. Aspek Sakinah (Tenang)

Dari kedua penjelasan subjek tentang keadaannya, dapat di simpulkan bahwa subjek F sehat dalam menjalani kehidupannya, sederhana dan bahagia dalam menjalani kehidupan. Sedangkan keadaan R yaitu sabar dalam menghadapi hidupnya, mendekatkan diri kepada Allah dan tidak berkecil hati dengan keterbatasan yang dimilikinya.

#### b. Aspek Tentram

Subjek F mengatakan bahwa ia nyaman karena F dalam keadaan sehat, bisa beraktivitas, tidak ada masalah dan pikirannya tenang. Berbeda dengan yang dirasakan oleh R. Subjek R mengatakan hal yang membuatnya nyaman adalah dengan mengenal dirinya sendiri, membaca al-Qur'an, menghafal al-Qur'an melalui hp dan melakukan hal-hal yang membuat dirinya nyaman.

#### c. Aspek Tidak Takut atau Sedih

Subjek F mengatakan kalau ia siap menghadapi ketakutan yang dialaminya. Sedangkan Subjek R mengatakan bahwa ia siap menghadapi ketakutannya, R akan membela dirinya walaupun R memiliki keterbatasan. R akan membela kehormatan, harga diri serta tidak ingin direndahkan oleh orang lain.

#### d. Aspek Gembira

Subjek F dan R mengatakan bahwa ia bersyukur dengan kesehatan yang diberikan Allah, F merasa senang ketika kondisinya dalam keadaan baik karena jika F dalam keadaan baik F nyaman dalam mengerjakan aktivitasnya.

### 2. Faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan Pada Tunanetra

Faktor yang mempengaruhi kebahagiaan pada penelitian terhadap tunanetra yang terpenuhi dari teori yang peneliti lakukan adalah sebagai berikut:

#### a. Kesehatan

Berdasarkan penjelasan F di atas dapat simpulkan bahwa kesehatan adalah hal terpenting dalam menjalani aktivitasnya sehari-hari karena kesehatan adalah segalanya. Jika F mengalami sakit F tidak bisa melakukan aktivitas dan merasa cemas. Sedangkan R mengatakan bahwa kesehatan baginya sangat penting, karena kesehatan adalah segalanya dan apapun yang dilakukan dalam menjalani kehidupan sehari-hari harus memiliki kesehatan yang baik.

#### b. Pekerjaan

Subjek F mengatakan bahwa ia puas dengan pekerjaannya sebagai seorang seni karena menjadi seorang seni adalah cita-cita dan keinginannya dari dulu, dan sekarang F telah mencapainya. Subjek R mengatakan bahwa R puas dengan apa yang dilakukannya dan R merasa senang dengan pekerjaannya yang sekarang.

#### c. Kondisi Kehidupan

F dan R memiliki hubungan yang dekat dengan keluarga, dengan teman ditempat kerja dan juga dilingkungan sekitarnya.

## PEMBAHASAN

Dalam melihat gambaran kebahagiaan pada penyandang tunanetra, kebahagiaan ini dapat diketahui melalui aspek-aspek dan faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan, adapun pembahasan mengenai aspek-aspek dan faktor-faktor yang

terpenuhi dari kedua subjek tersebut adalah sebagai berikut:

1. Gambaran kebahagiaan tunanetra berdasarkan aspek-aspek yang telah ditentukan adalah:

a. *Sakinah* (tenang)

*Sakinah* dapat diartikan dengan kondisi batin yang tenang, *sakinah* merupakan istilah yang mengungkapkan, menggambarkan, dan menaungi. Apabila *sakinah* diturunkan Allah ke dalam hati manusia, terjadilah ketentraman, ketenangan, keyakinan, kepercayaan, kekokohan, keteguhan, kepasrahan, dan keridaan. Sedangkan dalam arti umum, tenang dapat dimaksudkan sebagai kondisi hati yang tidak dipenuhi ketakutan akan sesuatu yang mengancam, bebas dari kecemasan terhadap sesuatu yang tidak pasti, bebas dari tekanan batin (Mudzakir, 2018:66).

Pada aspek ini hasil yang didapatkan dari kedua subjek yaitu pertama, F merasa tenang memiliki keadaan yang sehat wal'afiat dalam menjalani kehidupannya, merasakan sejahtera menjalani kehidupan, merasa bahagia karena F bisa menghibur orang lain dengan pekerjaannya sebagai seorang seni, dan terhindar dari rasa cemas serta tidak merasa tertekan dengan kondisinya sekarang. Sedangkan R ia tidak berkecil hati dengan keadaannya, tidak merasa kecewa, selalu sabar dan bersyukur dalam menjalani kehidupannya, serta ia merasa bahagia dengan keadaannya sekarang walaupun memiliki keterbatasan ia bisa membuat orang lain merasa senang.

b. *Tatmainnu/tuma'ninah* (tentram)

*Tatmainnu/tuma'ninah* diartikan sebagai orang yang tentram, tentram maksudnya sebagai kondisi yang nyaman, bebas dari hati yang tidak mengenakkan (Mudzakir, 2018:66). Pada aspek ini hasil yang didapatkan dari kedua subjek adalah F mengatakan nyaman dengan keadaannya sekarang, karena ia dalam keadaan sehat,

bisa beraktivitas, merasa tidak ada masalah dan pikirannya tenang. Sedangkan R mengatakan bahwa ia nyaman dengan mengenal dirinya sendiri, R bisa membaca al-Qur'an, menghafal ayat al-Qur'an dan selalu mencari kesibukan yang membuatnya nyaman, R juga tidak pernah membenci orang lain walaupun ia dianggap rendah dengan keadaannya yang memiliki keterbatasan.

c. Tidak takut/khawatir (*khouf*) atau sedih (*yahzanun*)

Takut merupakan sebuah rasa di mana seseorang merasa tidak aman, merasa terancam hingga tidak tenang, tidak nyaman dan tidak leluasa hidup (Mudzakir, 2018:67). Hasil yang didapatkan dari kedua subjek adalah F siap dalam menghadapi rasa takutnya, membela diri disaat direndahkan orang lain serta berani dalam menghadapi masalahnya dan mencari jalan keluar dari masalah yang dihadapinya. Sedangkan R mengatakan bahwa ia juga siap dalam menghadapi ketakutan yang di alaminya, berusaha membela diri dan kehormatannya dari orang-orang yang merendharkannya, serta mengatasi masalahnya sendiri tanpa bergantung kepada orang lain.

d. *Gembira* (*Fariha/Yafrahu*)

*Gembira* adalah seseorang yang merasakan bahwa tidak ada kekhawatiran dan tidak bersedih hati dengan apa yang dilakukannya (Mudzakir, 2018:66). Hasil yang didapatkan dari kedua subjek adalah F dan R merasa gembira dengan keadaannya sekarang, seperti yang dikatakan F bahwa ia merasa senang, bersyukur dengan kondisinya yang baik dan diberi kesehatan karena kesehatan menurutnya adalah kenyamanan dalam melakukan aktivitas, F menggambarkan rasa senangnya dengan mengerjakan hal yang bermanfaat untuk dirinya, ia tidak berkecil hati ketika apa yang diinginkannya tidak sesuai dengan apa yang terjadi. Sedangkan R mengatakan bahwa ia senang dan bahagia ketika ia bisa membuat orang lain bahagia, membantu dan menolong orang lain, dan

merasa senang walaupun dengan keadaannya sekarang ia bisa membantu anak-anak dalam mengaji dan tidak merepotkan orang lain.

## 2. Faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan pada Tunanetra

### a. Kesehatan

Kesehatan yang baik memungkinkan orang pada usia berapa pun melakukan apa yang hendak dilakukannya. Sedangkan kesehatan yang buruk atau ketidakmampuan fisik menjadi halangan untuk mencapai kepuasan bagi keinginan dan kebutuhan mereka sedemikian rupa, sehingga menimbulkan rasa tidak bahagia (Hurlock, 2002:22). Hasil wawancara yang didapatkan dari kedua subjek adalah bahwa kesehatan merupakan hal terpenting dan utama dalam menjalani kehidupan karena ketika menjalani aktivitas sehari-hari kesehatan adalah segalanya.

### b. Pekerjaan

Pekerjaan maksudnya yaitu semakin berhasil seseorang melaksanakan tugasnya maka semakin besar kepuasan yang ditimbulkannya (Hurlock, 2002:22). Hasil wawancara dari kedua subjek mengatakan bahwa F dan R sangat puas dengan pekerjaan yang dilakukannya karena pekerjaan tersebut adalah keinginan dan cita-citanya, dan sekarang ia telah mencapainya serta ia juga merasa puas karena bisa membantu orang lain.

### c. Kondisi Kehidupan

Maksudnya adalah apabila seseorang memungkinkan untuk berinteraksi dengan orang lain baik di dalam keluarga maupun dengan teman, tetangga dan masyarakat, maka kondisi tersebut akan memperbesar kepuasan hidupnya (Hurlock, 2002:22). Hasil wawancara dari kedua subjek mengatakan bahwa F dan R memiliki hubungan yang dekat dengan keluarga, teman ditempat kerja dan juga dilingkungan sekitarnya. Berdasarkan pembahasan

mengenai faktor yang terpenuhi di atas, berikut adalah pembahasan mengenai faktor yang tidak terpenuhi oleh subjek diantaranya sebagai berikut:

### a. Daya tarik fisik

Daya tarik fisik menyebabkan individu dapat diterima dan disukai oleh masyarakat dan sering merupakan sebab dari prestasi yang lebih besar dari pada apa yang mungkin dicapai individu (Hurlock, 2002:22). Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua subjek diterima oleh masyarakat dengan apa yang ia lakukan, seperti yang di katakan F bahwa ia bahagia dengan apa yang dimilikinya. Sedangkan R mengatakan bahwa ia di anggap baik oleh teman-temannya dan saling mengerti satu sama lainnya.

b. Penyesuaian emosional adalah orang-orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik dan yang bahagia tidak terlampau intensif mengungkapkan perasaan-perasaan negatif seperti takut, marah dan iri hati (Hurlock, 2002:22). Hasil wawancara dari R mengatakan bahwa R tidak takut dalam berinteraksi.

Dari pembahasan yang peneliti jelaskan di atas, peneliti menemukan hasil yang sejalan dengan penelitian Rahma (2015) melakukan penelitian tentang Kesejahteraan Psikologis Penyandang Tunanetra dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa kebahagiaan seseorang dipengaruhi oleh perasaan negatif seperti rendah diri, malu, tidak percaya, tidak berguna, mudah tersinggung, kecewa dengan diri sendiri dan putus asa yang dirasakan pada saat awal kehilangan penglihatan. Hal ini juga sejalan dengan penelitian Harimukthi dan Kartika (2014) melakukan penelitian tentang Eksplorasi Kesejahteraan Psikologis Individu Dewasa Awal Penyandang Tunanetra dengan hasil penelitiannya menunjukkan bahwa yang memengaruhi kesejahteraan Psikologis individu dewasa awal penyandang tunanetra adalah adanya dukungan sosial berupa dukungan emosi, informasi dan instrumental

yang bersumber dari keluarga, pasangan, teman dan kelompok. Namun sedikit berbeda dengan penelitian Al-Karimah (2018) melakukan penelitian tentang *Subjective Well-Being* pada Penyandang Tunadaksa dengan hasil penelitiannya menunjukkan bahwa perasaan bahagia muncul ketika para informan dapat berkumpul bersama keluarga, teman, dan mendapatkan keluarga baru ketika berada di Balai Besar Rehabilitasi Sosial Bina Daksa (BBRSBD). Penelitian di atas juga diperkuat dari teori yang dikemukakan oleh Mudzakir, (2018:66-68) bahwa kebahagiaan merupakan kondisi positif dari emosi, maka bahagia dunia menurut islam dapat diartikan sebagai kondisi batin yang positif; seperti tenang, tentram, tidak takut dan sedih serta gembira atas dasar keridaan dari Allah. Sedangkan menurut (Hurlock, 2002:18) kebahagiaan adalah keadaan sejahtera dan kepuasan hati, yaitu kepuasan yang menyenangkan yang timbul bila kebutuhan dan harapan tertentu individu terpenuhi. Kemudian menurut Buya Hamka (2015:57) bahwa kebahagiaan itu adalah kenyamanan, ketentraman, keindahan yang berasal dari dalam diri sendiri, serta taqwa kepada Allah Swt. Berdasarkan pemaparan di atas, peneliti mendapatkan hasil temuan bahwa kedua subjek memiliki kondisi batin positif, seperti yang dikatakan F dan R adalah mereka tenang dan bersyukur dengan kesehatan yang diberikan Allah Swt, karena dengan kesehatan F dan R merasa sejahtera, tenang dalam menjalani kehidupan sehari-hari, selalu bersabar dan berlindung kepada Allah dari segala masalah dan cobaan yang menghampiri serta tidak membenci orang lain yang merendharkannya. Bagi F dan R keterbatasan yang dimilikinya bukanlah penghambat kebahagiaan, karena F dan R masih bisa melakukan aktivitas. F dan R selalu mendekatkan diri kepada Allah terhadap masalah yang dihadapinya dengan cara membaca al-Qur'an, F dan R tenang dalam menjalani kehidupannya, terhindar dari hati yang tidak dipenuhi ketakutan, merasa tentram, nyaman, tidak merasa takut

dan bersedih dengan keadaan yang dialaminya, berani menghadapi masalah yang didapatkan dan menyelesaikan masalah tanpa bantuan orang lain serta merasa gembira karena tidak ada kekhawatiran yang dirasakan, F dan R bahagia membuat orang lain senang dengan apa yang dilakukan.

Berdasarkan penjelasan di atas, kepada kedua subjek untuk selalu bersyukur dengan apa yang dimiliki. Selalu bersemangat dalam mencapai apa yang diinginkan, selalu kembangkan potensi yang ada di dalam diri, tetap bersabar dalam menjalani kehidupan, selalu berdo'a, berusaha, mendekatkan diri kepada Allah dan bertawakal terhadap segala hal yang dilakukan.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat diperoleh kesimpulan bahwa pada kedua subjek terdapat gambaran kebahagiaan yaitu tenang dalam menjalani kehidupannya yang terhindar dari hati yang tidak dipenuhi ketakutan, bebas dari tekanan batin, merasatentram, nyaman dan sejahteradalam menjalani kehidupannya, tidak merasa takut dan bersedih dengan keadaan yang dialaminya, berani menghadapi masalah yang didapatkan serta merasa gembira karena tidak ada kekhawatiran yang dirasakan oleh kedua subjek tidak sedih dengan keadaan yang dialaminya serta bahagia bisa membuat orang lain senang dengan apa yang dilakukannya.

Faktor yang mempengaruhi kebahagiaan pada subjek adalah faktor kesehatan yaitu kedua subjek bersyukur diberikan kesehatan oleh Allah Swt. Faktor pekerjaan yaitu kedua subjek puas dengan pekerjaan yang diinginkannya tercapai, serta faktor kondisi kehidupan yaitu kedua subjek berkomunikasi baik dengan keluarga, teman bekerja dan lingkungan sekitar.

Berdasarkan proses dan hasil penelitian ini, peneliti memberikan beberapa saran kepada pihak-pihak sebagai berikut:

1. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan penelitian ini, dapat meneliti gambaran kebahagiaan dari berbagai teori lain yang lebih mendalam tentang bagaimana gambaran kebahagiaan pada penyandang tunanetra, lebih menjalin *raport* dengan subjek agar bisa mendapatkan hasil yang lebih memuaskan serta peneliti selanjutnya bisa melakukan penelitian tentang bagaimana gambaran kebahagiaan pada keluarga yang memiliki pasangan dengan keterbatasan.

2. Bagi tunanetra, tetap bersyukur dengan apa yang dimiliki, karena setiap kekurangan pasti ada kelebihan. Selalu bersemangat dalam mencapai apa yang diinginkan, selalu kembangkan potensi yang ada di dalam diri, tetap bersabar dalam menjalani kehidupan, selalu berdo'a, berusaha, mendekatkan diri kepada Allah dan bertawakal terhadap segala hal yang dilakukan.

## DAFTAR KEPUSTAKAAN

Al-Qarni. A. (2014). *Latahzan Jangan Bersedih*. Jakarta: Qisthi Press

Arif, S.I. (2016). *Psikologi Positif : Pendekatan Sainifik Menuju Kebahagiaan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama

Effendi, M. (2006). *Pengantar Psikopedagogik Anak Berkelainan*. Jakarta: Bumi Aksara

Fuad, M (2016). Psikologi Kebahagiaan dalam Al-qur'an. *Jurnal An-nafs. ;Kajian dan Penelitian Psikologi*. Vol. 1 No 1

Gilang Kartika Adi Perdana dan Kartika Sari Dewi. (2015). *Kebahagiaan Pada Ibu Yang*

*Memiliki Anak Difabel*. *Jurnal Empati*. Vol. 4. No. 4

Hamka. (2015). *Tasawut Modern Bahagia itu Dekat dengan Kita Ada di dalam Diri Kita*. Jakarta: Republika Penerbit

Herbyanti, D. (2009). *Kebahagiaan (happiness) Pada Remaja di Daerah Abrasi*. *Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi*. Vol. 4, No. 2

Herdiansyah, H. (2014). *Metodologi Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu-Ilmu Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.

Hurlock, B Elizabeth. (2002). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga

Kamus Besar Bahasa Indonesia. (2008). Pusat Bahasa. Jakarta

Mangunsong, F. (2009). *Psikologi dan Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus*. Depok: Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran dan Pendidikan Psikologi (LPSP3)

Mauludi, S. (2017). *Happiness Here*. Jakarta: Elex Media Komputindo

Mega Tala Harimukti dan Kartika Sari Dewi. (2014). *Ekplorasi Kesejahteraan Psikologis Individu Dewasa Awal Penyandang Tunanetra*. *Jurnal Psikologi Undip*. Vol. 13. No. 1

Moleong. (2017). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Mubarok, A. (2009). *Psikologi Keluarga*. Jakarta: Wahana Akasara Prima

Nur Fadilah Al-Karimah. (2018). *Subjective Well-Being pada Penyandang Tuna Daksa*. *Psikosains*. Vol 13. No. 1

Poerwandari, E.K. (2005). *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Alfabeta

- Riska Nurwijayanti Rahma. (2015). Kesejahteraan Psikologis Penyandang Tunanetra (Studi Pada Mahasiswa Tunanetra Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta). *Skripsi*
- Sapuri, Rafi. (2017). *Psikologi Islam: Tuntunan Jiwa Manusia Modern*. Jakarta: RajaGrafindo Persada
- Sawitri, D.R & Stevan D.C. (2016). Bersyukur di tengah sedih dan senangku (studi kualitatif *subjective well-being* pada mahasiswa tunanetra). *Jurnal Empati*. Vol 5 (3), 439-442
- Seligman, M. EP. (2005). *Authentic Happiness: Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif*. Bandung: Mizan Pustaka
- Soemantri, S. (2006). *Psikologi Anak Luar Biasa*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.