

Tahapan Penerimaan Diri Disabilitas Sensorik Netra Bukan Bawaan Lahir

Wulan Rahma Dani ¹

Program Studi Psikologi, Universitas Muria Kudus, Kudus, Indonesia
202060025@std.umk.ac.id

Arcivid Chorynia Ruby ²

Program Studi Psikologi, Universitas Muria Kudus, Kudus, Indonesia
arcivid.ruby@umk.ac.id

Abstract

Visual sensory disability is a term that refers to a person's condition who has problems or difficulties in seeing. Self-acceptance is the ability to accept everything about oneself. This study aims to analyze the stages of self-acceptance in non-congenital visual sensory disabilities. The research subjects were selected based on the criteria of informants with non-congenital visual sensory disabilities. The data collection method for this study used a phenomenological approach with observation and interview techniques. The data analysis method used was coding and triangulation source credibility testing. The results showed that each informant experienced different stages of self-acceptance. Informant A went through stages of denial, anger, bargaining, depression and finally reached acceptance. A had felt hopeless, isolated himself, and thought about ending his life, but support from his family helped him to accept the situation. Informant S went through all stages, from denial, anger, bargaining, depression, to acceptance. S showed a high spirit to recover even though he had damaged things and thought about committing suicide. Meanwhile, Informant M only went through three stages, namely denial, anger, and acceptance. Family support and sports activities really helped him to get motivation for the future, even though M felt tired and pessimistic.

Keywords: self-acceptance, stages of self-acceptance, people with sensory visual impairments

Abstrak

Disabilitas sensorik netra adalah istilah yang merujuk pada kondisi seseorang yang mengalami masalah atau kesulitan dalam penglihatan. Penerimaan diri adalah kemampuan untuk menerima segala sesuatu tentang diri sendiri. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tahapan penerimaan diri pada disabilitas sensorik netra bukan bawaan lahir. Subjek penelitian dipilih berdasarkan kriteria informan dengan penyandang disabilitas sensorik netra bukan bawaan lahir. Metode pengumpulan data penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenologi dengan

teknik observasi dan wawancara. Metode analisis data yang digunakan adalah coding dan uji kredibilitas triangulasi sumber. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setiap informan mengalami tahapan penerimaan diri yang berbeda-beda. Informan A melewati tahapan penyangkalan, kemarahan, tawar-menawar, depresi dan akhirnya mencapai penerimaan. A pernah merasa putus asa, mengisolasi diri, dan berpikir untuk mengakhiri hidup, tetapi dukungan dari keluarganya membantunya untuk menerima keadaan. Informan S mengalami semua tahapan, mulai dari penyangkalan, kemarahan, tawar-menawar, depresi, hingga penerimaan. S menunjukkan semangat yang tinggi untuk sembuh meskipun sempat merusak barang dan berpikir untuk bunuh diri. Sementara itu, Informan M hanya melalui tiga tahapan, yaitu penyangkalan, kemarahan, dan penerimaan. Dukungan keluarga dan aktivitas olahraga sangat membantunya untuk mendapatkan motivasi untuk masa depan, meskipun M sempat merasa lelah dan pesimis.

Kata kunci: penerimaan diri, penyandang disabilitas sensorik netra, tahapan penerimaan diri

PENDAHULUAN

Seseorang yang telah kehilangan kemampuan penglihatan secara mendadak mereka sering kali menghadapi berbagai tantangan mulai dari rasa putus asa hingga kesulitan dalam menerima keadaan baru. Namun, dukungan emosional dari keluarga terutama orang tua sangat penting untuk membantu individu menjalani proses penerimaan diri (Rahmah, 2019). Jumlah difabel di Indonesia menurut data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2023, jumlah penyandang disabilitas di Indonesia mencapai 22,97 juta orang, yang setara dengan sekitar 8,5% dari total populasi. Penyandang disabilitas sensorik netra juga ada di berbagai provinsi, termasuk di Jawa Tengah yang memiliki 25.207 orang penyandang disabilitas sensorik netra (Kemdikbud, 2024). Penyebab kebutaan pada setiap individu berbeda-beda, ada yang mengidapnya sejak lahir atau disebut dengan kebutaan bawaan, ada pula yang mendapatkannya setelah lahir karena kecelakaan, bencana alam, penyakit, atau faktor lain di mana individu tersebut sudah mempunyai pengalaman penglihatan, yang disebut dengan disabilitas sensorik netra perolehan (Lukitasari, 2011).

Menurut Novia dan Alfida (2021), disabilitas sensorik netra adalah istilah yang merujuk pada kondisi seseorang yang mengalami masalah atau kesulitan dalam penglihatan (Novia & Alfida, 2021). Disabilitas sensorik netra dibagi menjadi dua kategori berdasarkan tingkat gangguannya, yaitu buta total (*total blind*) dan mereka yang masih memiliki sisa penglihatan (*low vision*). Karena kehilangan atau penurunan fungsi penglihatan, banyak disabilitas sensorik netra yang berusaha untuk mengoptimalkan indra lainnya seperti perabaan, penciuman, dan pendengaran. Hal ini membuat beberapa penyandang disabilitas sensorik netra memiliki kemampuan yang sangat mengesankan, terutama di bidang musik atau ilmu pengetahuan (Saqyla et al., 2023).

Peneliti mewawancarai tiga penyandang disabilitas sensorik netra untuk mendukung masalah tersebut. Wawancara pertama dilakukan pada tanggal 20 November 2023. Informan pertama berinisial A, sebagai penerima manfaat di Pendowo Kudus. Informan adalah penyandang disabilitas sensorik netra bukaan bawaan lahir sejak usia 16 tahun saat A menginjak bangku SMK. Penglihatan A secara tiba-tiba menghilang, awalnya dokter mendiagnosisnya dengan ablesio retina, yaitu kondisi dimana retina terlepas dari lapisan di bawahnya yang menyebabkan gangguan penglihatan yang parah. Seiring berjalannya waktu

setelah dilakukan operasi A juga mendapat diagnosis menderita katarak dan glaukoma yang membuatnya kehilangan penglihatannya pada mata sebelah kanan, sedangkan mata sebelah kiri masih bisa melihat pada jarak kisaran dua meter. Semenjak berobat yang tidak menuai hasil A mulai sering mengurung diri, terpuruk, hancur dan frustrasi. A sempat berpikir ingin bunuh diri tetapi kemudian A menyadari bahwa bunuh diri bisa membawanya ke neraka dan A masih memiliki anak yang harus dijaga sebagai single parent. Saat ini, A terus berjuang untuk pengobatannya, meskipun A sudah menerima kenyataan sebagai penyandang disabilitas sensorik netra. Disisi lain, A merasa kecewa dan mengadu kepada Tuhan tentang ujian berat yang harus A hadapi, dari yang dulunya bisa melihat kini harus hidup dengan kedisabilitasnya.

Selanjutnya wawancara pada informan kedua dilaksanakan pada tanggal 6 Desember 2023. Informan kedua berinisial S, sebagai penerima manfaat di Pendowo Kudus. Informan mengalami kedisabilitas sejak usia 25 tahun, awal mula penglihatan S normal setelah mengalami kecelakaan dokter mendiagnosis bahwa S mengalami sindrom masquerade yaitu kondisi dimana sekelompok gangguan yang dapat menyerupai peradangan intraokular atau gangguan infeksi. Awalnya A merasa tidak percaya bahwa dirinya mengalami kebutaan, sehingga A merasa marah, kecewa, dan hancur. Sehingga kondisi ini membuat A berpikir untuk mengakhiri hidupnya dengan menggoreskan kaca di pergelangan tangannya, dan A pun sering mengurung diri dikamar. Namun, A tidak pernah menyerah dan berusaha untuk hidup lebih baik lagi karena termotivasi oleh ayahnya.

Wawancara pada informan ketiga dilaksanakan pada tanggal 23 Desember 2023. Informan berinisial M, sebagai penerima manfaat di Pendowo Kudus. Informan mengalami kedisabilitas sejak usia 25 tahun dengan diagnosis dokter yaitu glaukoma, gejala awal yang dirasakannya adalah mata yang sering merah dan gatal ketika berada di luar ruangan. Informan juga sering menggunakan obat tetes mata, yang menyebabkan iritasi dan berdampak pada fungsi saraf matanya. M merasakan perasaan hancur, terpuruk dan terkejut saat mengetahui kondisinya sebagai disabilitas sensorik netra. Dari pihak keluarga mengusahakan pengobatan M untuk bisa sembuh kembali, tetapi usahanya tidak membuahkan hasil. Semenjak berobat yang tidak menuai hasil M mulai merasa capek, jenuh, pesimis dan kehilangan motivasi untuk menjalankan pengobatan yang mengharuskan dirinya bolak-balik ke tempat pengobatan. M sekarang hanya bisa pasrah dengan kondisinya sebagai disabilitas sensorik netra, akan tetapi M mulai menata rencana untuk masa depannya agar lebih baik.

Penerimaan diri adalah kemampuan untuk menerima segala sesuatu tentang diri sendiri, termasuk kelebihan dan kekurangannya, serta bersedia memperbaiki segala sesuatu yang dianggap kurang (Hurlock, 2006). Dalam definisi lebih lanjut, penerimaan diri juga merupakan suatu bentuk sikap yang pada dasarnya merasa puas terhadap diri sendiri, kualitas diri, bakat, dan mengakui keterbatasan diri (Chaplin, 2011). Berdasarkan penelitian dari Ayu (2018) yang berjudul “Penerimaan Diri Difabel (Different Abilities People): Studi Tentang Remaja Tunanetra Perolehan.” Penelitian tersebut menyatakan bahwa tahapan dalam proses penerimaan diri pada disabilitas sensorik netra yaitu: Reaksi awal (proximal) seperti (kaget, kecemasan, penyangkalan), Reaksi menengah (intermediate) seperti (depresi, marah dan permusuhan), Reaksi akhir (distal) seperti (pengakuan dan penyesuaian). Subjek sudah dikatakan menerima keadaannya dan sudah mulai belajar beradaptasi dengan kondisinya yang sekarang dan mulai menata jenjang karirnya. Kekuatan motivasi terbesar dalam kepribadian seseorang adalah dorongan untuk mengaktualisasikan diri. Dorongan tersebut walaupun berasal dari dalam diri sendiri namun dapat dipengaruhi oleh pengalaman masa kecil dan proses belajar. Penerimaan diri sebagai proses yang memungkinkan individu menerima keadaannya

sendiri sangatlah penting. Kegagalan untuk melakukan hal ini dapat menyebabkan kesulitan emosional seperti kemarahan dan depresi yang tidak terkendali (Schultz, D.P & Schultz, 2019).

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis tahapan penerimaan diri pada disabilitas sensorik netra bukan bawaan lahir. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengembangan keilmuan psikologi, khususnya psikologi sosial yang berkaitan dengan tahapan penerimaan diri pada disabilitas sensorik netra yang bukan bawaan lahir dilihat dari proses penerimaan dirinya.

METODE

Menurut Sugiyono (2016), Penelitian kualitatif adalah jenis penelitian yang bersifat induktif dan lebih fokus pada pemahaman makna daripada membuat generalisasi. Dalam penelitian ini, data dikumpulkan dari situasi yang alami dengan menggunakan teknik triangulasi, dan peneliti berperan sebagai alat utama dalam proses penelitian. Penelitian kualitatif adalah cara untuk melakukan penelitian yang fokus pada fenomena atau gejala yang terjadi secara alami. Pendekatan ini bersifat mendasar dan alami, sehingga tidak bisa dilakukan di laboratorium, melainkan di lingkungan nyata. Karena itu, penelitian ini sering disebut sebagai penyelidikan naturalistik atau studi lapangan (Abdussamad, 2021).

Fenomenologi merupakan salah satu cabang dari metodologi kualitatif yang memiliki nilai sejarah dalam perkembangannya. Hegel berpendapat bahwa fenomenologi berkaitan dengan pengalaman yang muncul dalam kesadaran. Ia menjelaskan bahwa fenomenologi adalah ilmu yang menggambarkan apa yang diterima, dirasakan, dan diketahui seseorang dalam kesadaran langsung serta pengalamannya. Apa yang muncul dari kesadaran tersebut disebut sebagai fenomena (Hadi et al., 2019). Berdasarkan uraian diatas tujuan dan masalah yang akan diteliti yaitu tahapan penerimaan diri disabilitas sensorik netra bukan bawaan lahir, penulis menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologis.

Dalam penelitian kualitatif, pengumpulan data dilakukan pada natural setting (kondisi yang alamiah), menggunakan sumber data primer, dan teknik yang lebih banyak digunakan adalah observasi dan wawancara. Observasi merupakan proses mengamati dan mencatat fakta-fakta yang diperlukan oleh peneliti. Kegiatan ini sangat penting dalam ilmu pengetahuan, karena para ilmuwan mengandalkan data, yaitu fakta-fakta tentang realitas yang diperoleh melalui observasi (Abubakar, 2021).

Menurut Abubakar (2021) terdapat tiga macam wawancara yaitu wawancara terpimpin, wawancara tak terpimpin, dan wawancara bebas terpimpin. Wawancara terpimpin adalah jenis wawancara yang dilakukan dengan mengikuti pedoman tertentu, sehingga pertanyaan yang diajukan menjadi lebih fokus dan tidak keluar dari rencana yang sudah dibuat sebelumnya. Wawancara tak terpimpin adalah wawancara yang berlangsung tanpa arah yang jelas, sering kali dilakukan secara spontan. Wawancara bebas terpimpin adalah gabungan kedua metode tersebut. Meskipun wawancara ini lebih fleksibel dan tidak kaku, tetap ada daftar pertanyaan yang menjadi panduan, sehingga tetap relevan dengan informasi yang ingin diperoleh oleh peneliti.

Berdasarkan uraian diatas bahwa penulis selaku pewawancara akan menggunakan model wawancara bebas terpimpin dalam penelitian ini sebagai sarana untuk memperoleh sumber data dari informan. Persoalan yang diteliti melalui wawancara ini adalah menganalisis tahapan penerimaan diri disabilitas sensorik netra bukan bawaan lahir. Selain itu penulis juga melakukan observasi untuk mengungkap adanya permasalahan yang dialami oleh informan saat dalam tahapan penerimaan dirinya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan di salah satu instansi di Kota Kudus tepatnya di Pendowo Kudus dengan jumlah disabilitas sensorik netra atau disebut sebagai penerima manfaat (PM) sebanyak 48, terbagi dari 36 PM laki-laki dan 12 PM perempuan. Jumlah data disabilitas sensorik netra di Kabupaten Kudus Jawa Tengah terdapat 413 orang yang terbagi di beberapa kecamatan yaitu, kota kudus 17 orang, kaliwungu 29 orang, jati 42 orang, undaan 41 orang, mejobo 50 orang, jekulo 66 orang, bae 45 orang, gebog 63 orang, dan dawo 60 orang. Partisipan dalam penelitian ini adalah individu dengan disabilitas sensorik netra yang kehilangan penglihatan di usia dewasa, bukan sejak lahir. Mereka berusia antara 18 hingga 40 tahun.

Dipilihnya populasi ini karena orang dengan disabilitas netra yang bukan bawaan lahir memiliki proses penerimaan diri yang lebih sulit dibandingkan dengan orang yang lahir dengan kondisi tersebut. Penyesuaian fisik dan mental yang signifikan diperlukan untuk kehilangan penglihatan di usia dewasa, termasuk pengendalian emosi, hubungan sosial, dan persepsi diri. Dengan berkonsentrasi pada orang-orang yang telah mencapai tahap penerimaan diri, kita dapat memperoleh pemahaman yang lebih dalam tentang komponen dan langkah-langkah yang membantu dalam proses tersebut.

Tabel 1. Analisis Hasil Penelitian Tahapan Penerimaan Diri

Tema	Informan A	Informan S	Informan M
Penolakan (<i>denial</i>)	Informan mengalami kesulitan yang sangat besar dalam menerima kenyataan bahwa telah kehilangannya secara tiba-tiba. Reaksi awal yang ditunjukkan informan terkejut dan frustrasi bahkan informan sempat menyalahkan keadaan dan takdir. Informan cenderung mengasingkan diri serta kehilangan motivasi dalam hidupnya, meskipun begitu informan juga tetap berusaha secara bertahap untuk dapat menerima kenyataan akan kondisinya dan mengusahakan pengobatan secara medis maupun alternatif.	Informan merasakan terkejut, hancur, putus asa dan belum bisa menerima kenyataan yang dihadapinya. Informan sempat berprasangka negatif sehingga informan beranggapan bahwa kondisi yang dialaminya disebabkan oleh tindakan orang-orang yang tidak menyukainya. Informan juga pernah memiliki keniatan untuk mengakhiri hidupnya.	Informan awalnya hanya menganggap sepele tentang kondisinya yang mana informan pikir itu hanya gejala mata minus. Namun setelah memahami kondisinya bahwa informan telah kehilangan penglihatannya informan merasakan terkejut dan merasa terpuruk.
Marah (<i>anger</i>)	Informan dalam mengekspresikan emosinya yaitu melalui tangisan dan lebih memilih untuk menyendiri karena	Perasaan marah telah informan rasakan setelah mengetahui bahwa telah kehilangan penglihatannya, rasa marah ini muncul	Informan seringkali melampiaskan amarahnya terhadap benda atau dengan boxing bahkan informan juga terkadang lebih memilih diam.

	<p>informan merasa kurang percaya diri saat berinteraksi dengan orang lain. Kemarahan yang dialaminya lebih banyak informan rasakan sebagai rasa frustrasi sehingga belum sepenuhnya teratasi. Yang mana informan juga berusaha untuk menerima dan melupakan trauma di masa lalu, akan tetapi trauma tentang kondisi rumah tangganya memicu kembali rasa marah, kecewa, dan sedih yang mendalam.</p>	<p>karena frustrasi dengan keterbatasan yang dialaminya. Informan seringkali meluapkan amarahnya dengan merusak barang-barang yang ada disekitarnya, selain itu permasalahan dalam keluarganya juga menjadi pemicu kemarahannya karena beranggapan bahwa dirinya hanya sebagai beban dalam keluarga dan tidak bisa membantu dalam kondisi sebagai penyandang disabilitas sensorik netra.</p>	<p>Informan terkadang marah jika dirinya dikasihani oleh orang lain dengan kondisinya sebagai penyandang disabilitas sensorik netra, yang mana dirinya tidak mau merasa dikasihani justru jika dirinya dikasihani ia akan muncul perasaan marah.</p>
<p>Tawar-menawar (<i>bargaining</i>)</p>	<p>Informan mendapatkan dukungan penuh dari keluarganya dan informan juga berusaha dengan gigih dalam menjalani pengobatannya baik secara medis maupun alternatif ia usahakan untuk kesembuhannya. Informan juga lebih mendekati diri pada Tuhan untuk meluapkan isi pikirannya sehingga membuatnya merasa lebih tenang.</p>	<p>Informan memiliki kegigihan dan antusias dalam kesembuhannya. Informan tidak kenal untuk berobat siang, sore, malam demi kesembuhannya. Selain itu, dukungan keluarga juga telah informan dapatkan yang mana keluarga mengupayakan baik pengobatan medis maupun alternatif. Informan mulai menyadari betapa sayangnya kedua orang tua terhadap dirinya, sehingga bapaknya ingin merelakan bola matanya untuk kesembuhan informan. Akan tetapi informan tidak mau menerima itu dan informan juga tidak mau melihat bapaknya yang terus-terusan sakit. Informan ingin menunjukkan baktinya terhadap kedua orang tuanya informan antusias dalam pengobatannya dan</p>	<p>Informan mendapatkan dukungan penuh dari keluarganya untuk mengusahakan kesembuhannya, akan tetapi informan merasa capek, jenuh dan kehilangan motivasi untuk menjalankan pengobatan yang mengharuskan dirinya bolak-balik ke tempat pengobatan. Sehingga ia mulai merasa pesimis dan meragukan untuk kesembuhannya.</p>

Depresi (<i>depression</i>)	Adanya perasaan bingung serta kehilangan tujuan hidup, sehingga informan sempat muncul pikiran untuk mengakhiri hidupnya. Rasa putus asa juga membuatnya sulit untuk melakukan aktivitas sehari-hari, namun adanya tanggungjawab sebagai seorang <i>single parent</i> membuat dirinya termotivasi untuk bangkit.	mulai menata masa depan. Informan merasakan bingung dan kehilangan semangat sehingga informan lebih memilih mengurung diri karena merasa terbebani oleh kondisinya sebagai penyandang disabilitas sensorik netra. Informan juga sulit untuk menemukan tujuan hidupnya, informan merasa kesepian dan sering menangis tanpa alasan. Informan merasa bahwa dirinya tidak bisa membantu keluarganya saat sedang susah seperti saat ayahnya sedang sakit, sehingga informan hanya bisa menyalahkan dirinya.	Informan tidak ada melakukan hal negatif yang bisa merugikan dirinya. Sebaliknya informan justru mendapatkan motivasi dan mulai lebih terbuka sudut pandang yang lebih positif dalam merencanakan masa depannya.
Penerimaan (<i>acceptance</i>)	Informan telah sepenuhnya menerima dirinya sebagai penyandang disabilitas sensorik netra. Meskipun sebelumnya adanya penyesalan keputusan yang informan ambil akan tetapi informan jadikan itu sebuah pelajaran dan pengalaman dalam hidupnya. Dukungan keluarga dan pembimbing panti dan keyakinan dalam dirinya menjadi faktor penting sehingga membantunya lebih optimis dalam menjalani hidup.	Informan menyatakan bahwa dirinya sudah menerima sepenuhnya sebagai penyandang disabilitas sensorik netra. Dukungan dari teman-teman sesama penyandang disabilitas yang membuatnya termotivasi untuk menerima keadaannya. Informan juga mulai mengubah cara pandangnya dalam membentuk masa depannya secara positif, informan juga mulai mandiri dalam melakukan aktivitas sehari-hari dan meningkatkan kepercayaan dirinya.	Informan sudah menerima kondisinya sebagai penyandang disabilitas sensorik netra. Informan mulai lebih berpikir positif dalam menjalankan kehidupannya untuk mulai menata kembali masa depannya yang sebelumnya belum bisa dicapai. Dukungan sesama penyandang disabilitas dan motivasi orang sekitarnya membuat dirinya lebih percaya diri dalam bertindak.

Tabel 2. Rekapitulasi Tahapan Penerimaan Diri

Informan A	Informan S	Informan M
Tahapan penolakan, marah, tawar-menawar, depresi dan penerimaan. Pada tahap	Tahapan penolakan, marah, tawar-menawar, depresi dan penerimaan. Di tahap	Tahapan penolakan, marah, tawar-menawar, depresi dan penerimaan.

penolakan informan sangat kesulitan menerima kenyataan bahwa ia telah kehilangan penglihatannya. Informan merasakan terkejut, frustrasi, menyalahkan keadaan, dan mengasingkan diri. Meskipun begitu informan tetap berusaha untuk menerima kenyataan dan menjalani berbagai pengobatan, baik medis maupun alternatif. Di tahap kemarahan, informan mengekspresikan emosinya dengan menangis dan memilih untuk menyendiri. Frustrasi yang dialaminya sering kali muncul kembali akibat trauma masa lalu yang menghidupkan kemarahan dan kekecewaan yang mendalam. Saat berada di tahap tawar-menawar, informan mendapatkan dukungan penuh dari keluarganya dan berusaha keras untuk menjalani pengobatan. Informan juga berusaha mendekatkan diri kepada Tuhan untuk mencari ketenangan. Selama tahap depresi, informan merasa bingung, kehilangan arah hidup, dan sempat berpikir untuk mengakhiri hidupnya. Namun, tanggung jawabnya sebagai orang tua tunggal memberinya semangat untuk bangkit. Akhirnya, di tahap penerimaan informan sepenuhnya menerima kondisinya. Dukungan dari keluarga dan pembimbing panti sangat berperan dalam membantunya untuk tetap optimis menjalani hidup.

penolakan, Informan merasakan terkejut, hancur, dan putus asa, serta belum bisa menerima kenyataan yang ada. Informan bahkan berpikir bahwa kondisi yang dialaminya disebabkan oleh orang-orang yang tidak menyukainya dan sempat memiliki niatan untuk mengakhiri hidupnya. Saat memasuki tahap kemarahan, rasa marah muncul karena frustrasi dengan keterbatasan yang dialaminya. Informan sering meluapkan amarah dengan merusak barang-barang di sekitarnya. Masalah dalam keluarga juga menjadi pemicu, karena informan merasa hanya menjadi beban bagi orang-orang terdekatnya. Pada tahap tawar-menawar, informan menunjukkan semangat yang tinggi dalam menjalani pengobatan, baik medis maupun alternatif, dengan dukungan penuh dari keluarganya. Ayahnya bahkan bersedia mendonorkan matanya tetapi informan menolak karena tidak ingin melihat ayahnya menderita lebih lanjut. Di tahap depresi, informan merasa bingung, kehilangan semangat, sering mengurung diri, dan menangis. Informan juga merasa terbebani oleh ketidakmampuannya untuk membantu keluarga, terutama saat ayahnya sakit. Akhirnya, di tahap penerimaan, informan sepenuhnya menerima kondisinya, termotivasi oleh dukungan dari teman-teman penyandang disabilitas dan mulai mandiri dalam aktivitas sehari-hari yang meningkatkan rasa percaya dirinya.

Pada tahap penolakan, Informan awalnya berpikir bahwa masalah yang dihadapinya hanyalah hal sepele seperti mata minus. Namun, setelah menyadari kenyataan yang sebenarnya informan merasa terkejut dan terpuruk. Di tahap kemarahan, informan mengekspresikan amarahnya dengan cara yang berbeda seperti berolahraga boxing atau hanya diam. Informan merasa marah ketika orang lain menunjukkan rasa kasihan padanya karena kondisi disabilitas yang dialaminya. Saat berada di tahap tawar-menawar, informan mendapatkan dukungan penuh dari keluarganya dalam usaha pengobatan. Namun, informan merasa lelah, jenuh, dan kehilangan semangat karena harus sering pergi ke tempat pengobatan yang membuatnya pesimis tentang kesembuhannya. Di tahap depresi, informan tidak melakukan hal-hal negatif yang merugikan dirinya. Sebaliknya, informan mendapatkan motivasi untuk lebih terbuka dan memiliki pandangan positif dalam merencanakan masa depannya. Pada tahap penerimaan, informan akhirnya menerima kondisinya sepenuhnya dan mulai berpikir positif untuk merencanakan masa depan yang lebih baik. Dukungan dari teman-teman sesama penyandang disabilitas dan motivasi dari orang-orang di sekitarnya membuatnya semakin percaya diri.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap ketiga informan didapati beberapa hal mengenai tahapan penerimaan diri disabilitas sensorik netra bukan bawaan lahir. Penerimaan diri adalah cara seseorang untuk mengakui kenyataan yang ada dalam hidupnya, menyadari kekurangan yang dimiliki, menerima kelebihan yang ada, dan tidak menyalahkan orang lain di sekitarnya (Utami, 2022). Salah satu hal yang penting dalam membangun penerimaan diri bagi seorang penyandang disabilitas sensorik netra adalah dukungan yang datang dari orang-orang terdekat, seperti keluarga dan juga lingkungan di sekitarnya. Dukungan dari keluarga baik itu melalui nasihat yang diucapkan maupun yang tidak diucapkan, bantuan langsung, atau tindakan nyata, memberikan dampak positif bagi individu. Hal ini membantu mereka merasakan penerimaan emosional yang lebih baik (Ningsih et.al, 2022).

Sehingga penelitian ini dijelaskan dengan beberapa langkah yang dilalui seseorang dalam tahapan penerimaan diri. Langkah-langkah tersebut meliputi penolakan (*denial*), marah (*anger*), tawar-menawar (*bargaining*), depresi (*depression*) dan penerimaan (*acceptance*). Masing-masing informan melewati tahapan penerimaan diri yang berbeda ada yang hanya melewati tiga tahapan penerimaan diri dan ada yang melewati semua kelima tahapan. Hal ini sejalan dengan pernyataan (Kubler-Ross, 2010) dimana setiap orang tidak harus melewati semua tahapan. Penelitian ini mengungkapkan bahwa proses penerimaan diri pada individu dengan disabilitas sensorik netra yang tidak bersifat bawaan tidak selalu mengikuti lima tahap yang dikemukakan oleh Kübler-Ross.

Beberapa partisipan menunjukkan tahapan penerimaan secara bertahap dimulai dari penolakan (*denial*) saat pertama kali kehilangan penglihatan, kemudian diikuti oleh kemarahan (*anger*) akibat perasaan ketidakadilan yang mereka alami. Setelah itu, mereka memasuki tahap tawar-menawar (*bargaining*), di mana mereka berharap ada kemungkinan untuk mendapatkan kembali penglihatan mereka. Ketika harapan tersebut tidak terwujud mereka mengalami depresi (*depression*) yang ditandai dengan perasaan putus asa dan kehilangan semangat. Namun, seiring waktu mereka akhirnya mencapai penerimaan (*acceptance*) dan mulai menyesuaikan diri dengan kondisi baru mereka.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa proses penerimaan diri pada individu dengan disabilitas sensorik netra yang bukan bawaan lahir tidak selalu mengikuti lima tahapan yang dikemukakan oleh Kübler-Ross. Setiap informan memiliki pengalaman yang berbeda dalam menjalani tahapan penerimaan diri. Informan A dan S melewati seluruh lima tahap, yaitu penolakan (*denial*), kemarahan (*anger*), tawar-menawar (*bargaining*), depresi (*depression*), dan akhirnya penerimaan (*acceptance*). Sementara itu, informan M hanya melewati tiga tahap, yaitu penolakan, kemarahan, dan penerimaan, tanpa mengalami tahapan tawar-menawar dan depresi. Individu yang melalui seluruh tahapan cenderung memiliki harapan besar untuk memperoleh kembali penglihatannya sehingga mereka mengalami fase tawar-menawar dan depresi saat harapan tersebut tidak terwujud. Sebaliknya, individu yang telah terbiasa menghadapi tantangan hidup sebelumnya lebih cepat beradaptasi dan tidak menunjukkan harapan besar untuk kembali melihat, sehingga mereka tidak mengalami fase bargaining dan depresi yang berkepanjangan. Selain itu, dukungan sosial dari keluarga, teman, dan lingkungan sekitar memainkan peran penting dalam membantu individu mencapai tahap penerimaan diri.

DAFTAR PUSTAKA

Abdussamad. (2021). *Metode Penelitian Kualitatif* (hal. 224). CV. Syakir Media Press.

- Aqilla, M. A., & Sariningsih, Y. (2022). Kemampuan disabilitas netra dalam memanfaatkan sumber media pembelajaran di balai rehabilitasi sosial penyandang disabilitas sensorik netra kota Bandung. *Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial "Humanitas" Fisip Unpas*, 4(2).
- Catama, B. V., Del Castillo, A. L. A., Espino, A. G. S., Beleo, M. K., Blanca, L. M. V., Bunagan, M. A. B., & Cruz, E. D. M. (2017). Adventitious blindness: The road to self-acceptance. *International Journal of Research Studies in Psychology*, 6(2), 85–102. <https://doi.org/10.5861/ijrsp.2017.1844>
- Elisabeth Kubler-Ross. (2019). Death and dying. *The Routledge History of Emotions in Europe: 1100-1700*, 221, 200–215. <https://doi.org/10.4324/9781315190778-18>
- Elvia Agustina, & T. D. V. (2023). Penerimaan Diri Penyandang Disabilitas Fisik Pasca-lahir. *Psychopreneur Journal*, 7(1), 29–45.
- Gultom. (2018). *Penerimaan diri difabel (different abilities people): studi tentang remaja tunanetra perolehan son three nauli gultom dan i gusti ayu putu wulan budisetyani*. 5(2), 278–286.
- Hadi, A., Asrori, & Rusman. (2019). *Buku Penelitian Kualitatif Studi Fenomen*.
- Ituga, A. S., Syalviana, E., & Ituga, A. S. (2023). Penerimaan diri penyandang tuna daksa di kota sorong. *SPECTRUM: Journal of Gender and Children Studies*, 3(1), 17–31. <https://doi.org/10.30984/spectrum.v3i1.521>
- Labiq, A., & Hulaiyah, S. (2024). Pentingnya dukungan keluarga dalam meningkatkan kesehatan mental mahasiswa prodi bimbingan penyuluhan islam. *Observasi: Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 2(1), 20–27.
- Michael E Bernard. (2013). The strength of self-acceptance. *In The Strength Of Self-Acceptance*. <https://doi.org/10.1007/978-1-4614-6806-6>
- Nadhilla, N. (2016). Motivasi penyandang disabilitas fisik tuna netra usia dewasa awal dan dewasa madya. *Universitas Pembangunan Jaya, October*, 0–14.
- Novia, P. D., & Alfida. (2021). Informasi skill dan penyandang disabilitas netra BRSPDSN Tan Miyat. *Al-Maktabah*, 20(1), 35–52.
- Rahmadi, S.Ag., M. P. . (2011). Pengantar metodologi penelitian. *In Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical* (Vol. 44, Nomor 8).
- Rahmah. (2019). Penerimaan diri bagi penyandang disabilitas netra. *18(2)*, 1–16.
- Saleh, S. (2017). *Analisis Data Kualitatif*, 1, 180.
- Saqyla, H., Karyadi, L. W., & Awalia, H. (2023). *Adaptasi Penyandang Disabilitas Tunanetra Dalam Lingkungan Pergaulan Di Sekolah Luar Biasa (Slb-A) Yayasan Panti Asuhan Tuna Netra Mataram*. 1, 203–211.
- Schultz, D.P & Schultz, S. E. (2019). A history of modern psychology. *In Sustainability (Switzerland)* (Vol. 11, Nomor 1). <https://www.uv.mx/rmipe/files/2017/05/A-history-of-modern-psychology.pdf>
- SI Desa Jawa Tengah. (n.d.). *Data Disabilitas Kabupaten Kudus*. <https://sidesa.jatengprov.go.id/pemkab/disabilitas/33.19>
- Sugiyono. (2020). Metodologi penelitian kualitatif. *In Rake Sarasin* (Nomor March).
- Yosephin, M., & Sri Tyas Suci, E. (2022). Proses penerimaan diri pada individu yang mengalami survivor's guilt akibat pandemi covid-19. *Manasa*, 11(2), 38–50. <https://doi.org/10.25170/manasa.v11i2.3757>