

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Penelitian**

Anak merupakan harapan bangsa dan orang tua akan selalu berusaha agar anak mereka bisa menjadi apa yang diinginkan dengan berusaha memberikan seluruh yang ada pada orang tua yang akan diberikan kepada anaknya. Pada hakikatnya seorang manusia diciptakan dengan sempurna faktanya ada sebagian anak lahir tidak sesuai dengan harapan orang tua, beberapa diantaranya memiliki hambatan atau ketidakmampuan baik fisik maupun psikis karena diantara mereka terdapat anak yang lahir dengan kondisi yang tidak sehat dan sempurna. Pada remaja penyandang tunanetra tentu akan mengalami kesulitan untuk menerima keadaannya khususnya keadaan fisik yang sudah tidak sempurna lagi. Masa remaja ialah transisi atau peralihan antara masa anak-anak dengan masa dewasa. Perubahan fisik yang terjadi pada masa remaja membuat mereka semakin khawatir akan penampilan, hal ini dikarenakan remaja mulai sadar bahwa penampilan merupakan hal penting dalam kehidupan sosial. Tetapi pada kenyataannya proses pertumbuhan dan perkembangan terkadang tidak sesuai yang diharapkan. Seperti halnya terhadap anak berkebutuhan khusus penyandang tunanetra yang pada hakikatnya memiliki kekurangan dalam penglihatan.

Menurut Somantri, tunanetra ialah seseorang yang memiliki penglihatan tidak berfungsi secara normal. Tunanetra terbagi menjadi dua kategori yaitu buta total dan *low vision*. Bahkan ada juga penyandang tuna netra yang memiliki keterbatasan lainnya seperti halnya penyandang tunanetra sekaligus tunawicara. Hal ini

menyebabkan penderita tunanetra memiliki keterhambatan dalam penerimaan informasi karena memiliki perbedaan dengan individu umum lainnya yang dapat memungkinkan menghambat ke segala aspek perkembangannya (Ratri Desiningrum, 2016).

Individu yang memiliki kecacatan dalam penglihatannya disebabkan oleh beberapa faktor seperti faktor genetik, virus, kondisi ibu saat hamil, janin keracunan akibat obat yang dikonsumsi oleh ibu saat hamil, ibu hamil kekurangan gizi, terkena penyakit mata, kebutuhan vitamin A yang tidak terpenuhi, serta maltunasi (kekurangan gizi pada tahap embrional antara 3-8 minggu pada tahap kehamilan).

Individu yang sudah mengalami kecacatan dalam penghilatan sejak lahir akan berbeda proses penerimaan dirinya dibandingkan yang dialami akibat kecelakaan. Karena dengan kekurang fisik individu tersebut terkadang mereka mengalami beberapa permasalahan dalam hidupnya. Seperti halnya tekanan fisik, tekanan mental, atau bahkan tidak menerima dirinya sendiri. Akibatnya permasalahan tersebut akan berdampak terhadap pertumbuhan dan perkembangan baik secara fisik maupun psikologis karena menganggap mereka berbeda dan merasa tidak adil di dunia ini. Akibat anak yang kurang memiliki rasa penerimaan dirinya akan mudah tersinggung, kurang percaya diri, takut bertemu dengan orang baru, minder, pesimis, dan sebagainya.

Bahkan terkadang ada beberapa orang tua yang masih tidak bisa menerima anaknya yang memiliki keterbatasan fisik khususnya tunanetra. Akibatnya orang tua tersebut sering mengeluh, tidak bisa memahami kebutuhan anaknya, dan tidak mengerti atau tidak peka terhadap kelebihan dan kekurangan anak tersebut.

Kemudian karena orang tua yang tidak menerima kondisi anaknya dan merasa gengsi, anak berkebutuhan khusus (ABK) tersebut dimasukan ke sekolah umum yang dapat mengakibatkan anak tersebut kurang mendapatkan pembelajaran yang sangat ia butuhkan. Tetapi akan berbeda ketika seorang anak tunanetra masuk ke Sekolah Luar Biasa (SLB) akan mendapatkan pembelajaran yang dibutuhkan, mendapatkan lingkungan baru yang bisa menerima dengan kondisinya, mendapatkan teman baru yang saling mengerti satu sama lain, serta fasilitas sekolah yang mendukung.

Faktor yang mempengaruhi individu terhadap penerimaan diri (*self-acceptance*) antara lain selalu berpikiran positif, memahami dirinya sendiri seperti kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya, memiliki pemikiran sesuai realita dan luas, sikap masyarakat yang menerima dengan baik serta memiliki rasa emosional yang terkontrol. Karena sesuai dengan pernyataan Tentama (2014: 2) bahwa ada hubungan yang signifikan antara berpikir positif dengan penerimaan diri bagi difabel. Selain itu, peran keluarga yang harmonis serta berfungsi secara efektif dapat menumbuhkan rasa penerimaan diri secara optimal.

Sekolah Luar Biasa merupakan lembaga pendidikan yang ditujukan untuk seseorang penyandang berkebutuhan khusus agar tetap dapat mendapatkan layanan dasar pendidikan dengan metode dan strategi yang berbeda dengan sekolah umum lainnya. Walaupun begitu Sekolah Luar Biasa (SLB) tetap memberikan keterampilan dan kemampuan dasar agar tetap dapat mendapatkan hak pendidikannya. SLB ini terbagi menjadi beberapa jenis yang diperuntukan bagi setiap anak, seperti SLB A diperuntukan bagi anak tunanetra, SLB B diperuntukan

bagi anak penderita tunarungu, SLB C diperuntukan bagi anak tunagrahita atau yang memiliki IQ dibawah rata-rata, SLB D bagi anak tunadaksa atau yang memiliki kekurangan tubuh, SLB E diperuntukan bagi anak tunalaras atau yang tidak selaras dengan lingkungan (kesulitan bersosialisasi), dan SLB G diperuntukan untuk tunaganda atau kombinasi.

Penderita tunanetra yang menimba ilmu di SLB A akan memperoleh pembelajaran yang berbeda dengan jenis sekolah SLB lainnya. Pada jenis sekolah ini murid akan mendapatkan pembelajaran berupa pengenalan huruf braille, menulis dan belajar membaca menggunakan huruf braille, memijat, mengembangkan diri dibidang musik, belajar pengoperasian alat teknologi dan komunikasi seperti gadget dan laptop menggunakan aplikasi khusus yang dapat memberikan notif berupa suara sebagai alat bantu. Dengan mengikuti pembelajaran di sekolah, individu dapat mengembangkan minat dan bakat dalam dirinya sendiri serta belajar bersosialisasi dengan individu lain. Selain itu individu dapat melanjutkan jenjang pendidikannya ke strata yang lebih tinggi serta dapat meraih cita-cita apa yang diimpikannya. Mengikuti pembelajaran di sekolah penyandang tunanetra diharapkan mampu mandiri dalam menjalani hidup tanpa tergantung kepada orang lain.

SLB A Perwari memiliki jumlah 18 orang siswa yang berasal dari berbagai wilayah Kecamatan Kuningan. Sekolah ini merupakan pelopor sekolah SLB di Kuningan yang terdiri dari SD, SMP dan SMA yang memiliki fasilitas pembelajaran yang cukup memadai. Fenomena yang ditemui oleh peneliti di SLB A Perwari ini berdasarkan hasil wawancara dengan para guru, psikologis murid

disini masih ada yang memiliki rasa kepercayaan diri yang rendah, minder, rasa emosional yang tidak terkontrol akibat fisik mereka yang tidak sama dengan yang lainnya. Adapun program khusus di sekolah bagi penyandang tunanetra itu sendiri ialah orientasi mobilitas sosial dan komunikasi yang bertujuan agar para penyandang tunanetra mampu beradaptasi dan bisa hidup mandiri secara sosial dan bisa berinteraksi dengan baik tanpa ada rasa takut.

Menurut Salahudin (2010: 154) layanan bimbingan konseling mempunyai tujuan membantu anak dapat menjalani kehidupan yang seimbang dalam berbagai aspek yaitu fisik, mental dan sosial. Layanan bimbingan konseling yang dilakukan disini salahsatunya adalah memberikan pelayanan konseling kepada penyandang tunanetra yang didalamnya memberikan dorongan motivasi, menyadari kelebihan dan kekurangannya, *support positive system*, dan sebagainya. Konseling individu bisa menjadi salah satu layanan yang dilakukan pada anak penyandang anak tunanetra di SLB A Perwari dalam memberikan pengarahan pemecahan masalah khususnya pada *self-acceptance* (penerimaan diri). Dalam hal ini penggunaan teknik *Rational Emotive Therapy* (RET) diharapkan mampu mengubah pikiran anak penyandang tunanetra menjadi lebih rasional, menerima dirinya sendiri, menerima kenyataan hidup agar ia mampu menghadapinya.

Pendekatan *Rational Emotive Therapy* menekankan bahwa manusia memiliki dorongan untuk berpikir, beremosi. *Rational Emotive Therapy* juga berasumsi bahwa selalu menyalahkan diri sendiri ataupun orang lain akan menyebabkan gangguan emosional. Jadi *Rational Emotive Therapy* merupakan pendekatan

dengan proses terapeutik yang terdiri dari penyembuhan menyadari atau perubahan irrasionalitas menjadi rasionalitas (Gerald Corey: 245).

Individu yang dapat menerima keadaan dirinya dapat menghargai diri sendiri, dapat menyadari kekurangan yang dimilikinya, dan dengan memiliki kekurangannya tersebut tetap bisa menjalani hidup yang bahagia, serta seseorang yang memiliki sikap penerimaan diri yang baik memiliki kepribadian yang positif berkembang secara optimal. Sebaliknya, orang yang mengalami kesulitan dalam penerimaan diri tidak menyukai kekurangan dan kelebihan mereka sendiri, merasa diri mereka tidak berguna dan tidak percaya diri.

Berdasarkan penjelasan tersebut, penulis tertarik untuk melakukan pengamatan lebih dalam mengenai “Konseling Individual Untuk Menumbuhkan *Self-acceptance* Pada Anak Tunanetra dengan Teknik *Rational Emotive Therapy*” untuk melihat perubahan pada diri anak setelah dilakukannya proses konseling tersebut.

### **B. Fokus Penelitian**

1. Bagaimana gambaran awal keadaan sikap *self-acceptance* pada anak tunanetra SLB A YPALB Perwari?
2. Bagaimana pelaksanaan konseling individual di SLB A Perwari Kuningan Jawa Barat?
3. Bagaimana hasil yang dicapai konseling individual untuk menumbuhkan *self-acceptance* pada anak tunanetra dengan teknik *Rational Emotive Therapy*?

### **C. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui gambaran awal keadaan sikap *self-acceptance* pada anak tunanetra SLB A YPALB Perwari;
2. Untuk mengetahui pelaksanaan konseling individual di SLB A YPALB Perwari Kuningan Jawa Barat;
3. Untuk mengetahui dan menguraikan hasil yang dicapai pelaksanaan konseling individual untuk menumbuhkan *self-acceptance* pada anak tunanetra dengan teknik *Rational Emotive Therapy*.

### **D. Kegunaan Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat yang bersifat teoritis maupun praktis.

1. Secara Akademis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat untuk menambah sumbangan pemikiran dalam kajian ilmu Bimbingan Konseling Islam, khususnya dalam konseling individu untuk menumbuhkan rasa *self-acceptance* pada anak penyandang tunanetra dengan teknik *Rational Emotive Therapy*.

2. Secara Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan menjadi acuan bagi guru wali kelas/BK serta mahasiswa, khususnya peneliti dalam membantu anak tunanetra menumbuhkan rasa *self-acceptance*. Terutama konselor dapat dijadikan salah satu pendekatan dalam menangani masalah tersebut.

## **E. Landasan Pemikiran**

Pada bagian ini terdiri dari ruang lingkup pembahasan yang akan diteliti oleh penulis agar terhindar dari kekeliruan dan kesalahan, oleh karenanya hal ini dipandang perlunya menguraikan batasan-batasan mengenai teori atau istilah yang berkaitan dengan variabel-variabel yang akan diteliti. Maka pada bagian ini terdiri dari :

### **1. Landasan Teoritis**

#### **a. Bimbingan Konseling**

Menurut Frank W. Miller (1968) bimbingan dan konseling berasal dari dua kata bahasa Inggris yaitu “*guidance*” dan “*to counsel*”. Bimbingan atau *guide* ialah proses pemberian bantuan secara optimal untuk mencapai pemahaman diri, dapat menyesuaikan diri secara baik dilingkungan sekolah, keluarga, dan masyarakat. Aktivitas bimbingan ini dilakukan secara *continue* atau terus menerus dan sistematis dalam mencapai tujuan yang diharapkan. Salah satu sasaran dalam pelaksanaan bimbingan ini ialah tercapainya kemandirian dalam diri konseli yang mana perkembangannya tercapai secara optimal dan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sehingga tercapainya keselarasan dan kebahagiaan dalam hidupnya. Menurut Shertzer dan Stone (1971) dikutip Yusuf dan Nurihsan (2008: 6) bimbingan ialah “... *process of helping an individual to understand himself and his world*”, maksudnya ialah sebagai proses pemberian bantuan kepada individu agar mampu memahami diri dan lingkungannya (Satriah, 2016: 37).

Kemudian definisi konseling atau dalam bahasa Inggris “*to counsel*” memiliki makna memberi saran atau nasihat. Menurut Glen E. Smith, konseling dapat



didefinisikan sebagai proses konselor membantu konseli (klien) agar ia dapat memahami dan menguraikan yang berhubungan dengan pemilihan, perencanaan, dan penyesuaian diri sesuai dengan kebutuhan individu. Karakteristik dari proses konseling menurut Prayitno ialah interaksi antara konselor dengan konseli yang mengemukakan perasaan, pemikiran, perilaku dan segala sesuatu yang ada pada dirinya. Kemudian disamping itu, konselor berperan untuk menanggapi dan mendengarkan apa yang disampaikan oleh konseli.

Bimbingan konseling ini memiliki 2 tujuan yaitu tujuan umum dan khusus dalam pelaksanaannya. Tujuan umum pelaksanaan bimbingan konseling ini ialah untuk membantu para konseli dalam mengembangkan dirinya secara optimal sesuai dengan kemampuan pada dirinya, latar belakang individu tersebut, serta berdasarkan lingkungan hidupnya. Pelaksanaan bimbingan konseling ini diharapkan individu mampu memiliki kepribadian yang dapat berguna bagi keluarga dan negara, tidak bergantung pada orang lain, memiliki kemampuan untuk menerima dan memahami diri sendiri secara positif baik itu kekurangan atau kelebihan, bijak kepada diri sendiri, serta mampu mengarahkan dirinya sesuai dengan keputusan yang diambil. Sedangkan tujuan khusus dari pelaksanaan bimbingan konseling ini ialah penjabaran dari tujuan umum yang dikaitkan secara langsung dengan permasalahan yang dialami oleh individu tersebut (Satriah, Lilis, 2016: 41).

Layanan-layanan bimbingan konseling terbagi menjadi beberapa macam antara lain : BK individu, BK kelompok, BK Pendidikan, BK Karier, BK pasca bencana alam, dan sebagainya. Kemudian dalam pelaksanaan bimbingan konseling tersebut

menggunakan teknik-teknik disesuaikan dengan permasalahan konseli yang dihadapi.

#### **b. Konseling Individual**

Konseling individual ialah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh konselor kepada konseli yang sedang mengalami suatu permasalahan melalui wawancara (Prayitno, 1994: 105).

Pelaksanaan bimbingan konseling, konseling individual merupakan bagian yang terpenting dan utama dalam pelaksanaan fungsi pemecahan masalah konseli. Pemberian bantuan secara perorang dan langsung disebut dengan layanan konseling individu. Dalam proses konseling ini antara konselor dan konseli menerapkan prinsip *face to face relationship* (antar tatap muka atau secara empat mata) yang berinteraksi secara langsung tanpa perantara. Faktanya apabila proses konseling dilaksanakan secara berkelompok terkadang masih ada individu yang tidak berani mengungkapkan isi hatinya terkait permasalahan yang dihadapi. Oleh karena itu, konseling individu ini lebih aman dalam menjaga kerahasiaannya karena klien membutuhkan perteman secara pribadi dengan konselor untuk meluapkan segala yang dirasakan dalam pikirannya tanpa diketahui siapapun. Menurut Prayitno (Husni, 2017: 64 ) tujuan umum konseling individual adalah masalah yang dihadapi klien terselesaikan dengan baik. Apabila masalah konseling ini dicirikan antara lain: sesuatu yang tidak disukai keberadaannya, sesuatu yang ingin dihilangkan, sesuatu yang dapat menghambat dan menimbulkan kerugian, maka upaya penyelesaian masalah klien melalui konseling individual akan mengurangi intensitas ketidaksukaan atas keberadaan sesuatu yang dimaksud. Dengan konseling

individual beban klien diringankan, kemampuan klien ditingkatkan, dan potensi klien dikembangkan. Melalui layanan konseling individual, klien memiliki kemampuan untuk membela diri sendiri menghadapi keteraniayaan tersebut.

Sesuai dengan pendapat Gybers (dalam Syafaruddin, 201: 62) berpendapat bahwa strategi dalam layanan perencanaan individual, meliputi :

1. *Individual appraisal*, individu menjelaskan tentang bakat, minat, keterampilan dan prestasi yang dimiliki.
2. *Individual advisement*, individu atau klien diminta untuk memikirkan karir, pendidikan, kebutuhan sosial dan pribadi serta cara untuk mencapai hal tersebut.
3. *Transition planning*, untuk membantu individu konselor bekerjasama dengan beberapa pihak yang bersangkutan seperti orang tua, keluarga mengenai rencana hidupnya.
4. *Follow up*, melakukan evaluasi berdasarkan hasil data yang diperoleh.

Proses konseling individual melalui lima tahap meliputi tahap pengantaran (*introduction*), tahap penjajagan (*insvention*), tahap penafsiran (*interpretation*), tahap pembinaan (*interventation*), dan tahap penilaian (*inspection*) yang kelima tahap tersebut akan dilalui dari proses awal sampai dengan akhir (Syafaruddin, 2019 : 61).

### **c. *Self-Acceptance***

*Self-acceptance* menurut Chaplin penerimaan diri adalah pada dasarnya memiliki sikap yang merasa puas terhadap diri sendiri, kelebihan dan kekurangan, serta bakat sendiri serta memahami keterbatasan pada dirinya. Artinya, individu

tersebut mampu mengembangkan kelebihan pada dirinya serta mampu menghargai segala hal baik itu yang bersifat positif maupun negatif. Menurut Prihadi (Febriani, 2018: 225) menerima diri apa adanya berarti pasrah dan jujur terhadap kondisi yang dimiliki, tidak ada yang ditutup-tutupi, baik itu kekuatan maupun kelemahan, kelebihan maupun kekurangan, yang mendorong maupun yang menghambat yang ada dalam diri. Semuanya diterima apa adanya. Kemudian menurut White (Febriyani, 2018: 225) mengatakan bahwa untuk dapat menerima diri sendiri seseorang harus menempuh beberapa tahap, yaitu mampu memahami diri sendiri, menghindari kebiasaan lama, mengubah emosi dari suatu peristiwa yang terjadi, menjalani kehidupan dengan penuh kenikmatan, serta mampu menghilangkan segala peristiwa yang pernah terjadi pada kehidupan.

Seseorang yang memiliki *self-acceptance* terhadap kelemahan dan kelebihannya akan berpandangan hal itu sebagai sesuatu yang wajar dimiliki setiap manusia, selalu berpikiran positif dan kekurangan tersebut tidak dijadikan sebagai penghambat dalam dirinya. *Self-acceptance* atau penerimaan diri memiliki peranan penting dalam hidup karena dengan ini individu mampu merasa percaya diri dalam berinteraksi dengan individu lain. *Self-acceptance* yang telah tumbuh pada dalam dirinya akan menyadari bahwa manusia diciptakan dengan sangat sempurna. Hal itu sesuai dengan Qs. At Tin ayat 4 yang artinya “Sungguh, Kam telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya”.

Berdasarkan ayat tersebut bahwa Allah menciptakan manusia tanpa kekurangan apapun dalam bentuk yang sempurna. Sempurna dalam bentuk fisik dan jiwanya yang sisanya manusia itulah yang selalu bersyukur kepadaNya. Dengan memiliki

kesadaran tersebut seseorang yang memiliki *self-acceptance* yang tinggi akan mudah dalam mengoptimalkan kemampuan segala potensi yang dimilikinya. Maka dengan begitu individu tersebut akan menemukan kebahagiaan dalam hidupnya, merasa puas dan selalu bersyukur.

Menurut Husniyati (2009: 4) ”Individu yang mempunyai penerimaan diri rendah akan mudah putus asa, selalu menyalahkan dirinya, malu, rendah diri akan keadaannya, merasa tidak berarti, merasa iri terhadap keadaan orang lain, akan sulit membangun hubungan positif dengan orang lain, dan tidak bahagia”.

Maka salah satu faktor yang mempengaruhinya ialah selalu berpikir positif.

Seseorang yang selalu berpikiran positif akan mudah memahami dirinya, percaya diri serta selalu memperbaiki kekurangan yang ada. Terdapat beberapa faktor yang mendukung penerimaan diri pada individu yang dijelaskan oleh Hurlock (1978) antara lain :

1. Memahami tentang dirinya sendiri maksudnya ialah seseorang yang mampu memahami dirinya sendiri tentang kekurang dan kelebihanannya maka semakin mudah untuk menerima dirinya.
2. Gangguan emosional yang tidak terganggu yaitu mampu mengontrol emosi yang baik sehingga mampu bekerja tanpa tekanan emosional tinggi yang dapat mengganggu individu.
3. Pengharapan yang realistik ialah harapan yang ditentukan oleh dirinya sendiri disesuaikan dengan kondisi individu tersebut berdasarkan pemahaman dan kemampuannya.
4. Tidak ada hambatan dalam lingkungan yakni lingkungan yang memberi kesempatan kepada individu akan mudah dalam pencapaian realistik tersebut.

5. Sikap positif dari masyarakat yaitu masyarakat yang memiliki prasangka yang baik dan selalu memberi kesempatan kepada individu terhadap kemampuan sosialnya.

Maka ciri-ciri karakteristik individu yang memiliki *self-acceptance* yang tinggi ialah memiliki gambaran atau konsep positif pada dirinya, mampu mengatur emosinya seperti kemarahan ataupun depresi, serta dapat berinteraksi dengan individu lain tanpa ada rasa saling memusuhi satu sama lain.

#### **d. *Rational Emotive Therapy (RET)***

Pada tahun 1962 Albert Ellis merupakan tokoh pelopor *Rational Emotive Therapy*. Teknik ini dikelompokkan sebagai terapi kognitif behavior yang menangani masalah berkaitan dengan gangguan emosi, kognisi dan perilaku seseorang (Sakinah, 2019: 88). *Rational Emotive Therapy (RET)* merupakan pendekatan kognitif behavioral pengembangan dari pendekatan behavioral yang berfokus pada tingkah laku seseorang, tingkah laku manusia yang bermasalah ini berasal dari pemikiran irasional maka *Rational Emotive Therapy (RET)* ini berfokus pada pemikiran seseorang. Menurut Arintoko pendekatan RET ialah konseling yang menekankan berpikir secara sehat (*rational thinking*), berperasaan (*emoting*) dan berperilaku (*acting*) yang berkaitan satu sama lain. Tujuan dari pendekatan *Rational Emotive Therapy (RET)* ini ialah untuk memperbaiki serta mengubah sikap, cara berpikir, persepsi dan keyakinan irasional individu menjad rasional. Sehingga individu tersebut dapat mengembangkan potensi secara optimal.

Potensi berpikir secara rasional pada dasarnya sudah ada sejak manusia itu dilahirkan. Maka cenderung menjadi korban dari keyakinan yang irasional, akan

tetapi berorientasi kognitif tingkah laku dan menekan pada berfikir, menilai, menganalisa, dan melakukan (Ainun Sakinah, 2019: 89). Kognisi manusia yang mengakibatkan reaksi-reaksi emosional yang sehat ataupun tidak sehat. Kemudian pada dasarnya manusia memiliki pemikiran rasional dan irasional. Dengan pemikiran irasional individu akan mengalami gangguan emosional yang terjadi atas persepsi atau pengalaman yang dialaminya. Sebaliknya dengan pemikiran rasional seseorang akan hidupnya sejahtera dan bahagia terbebas dari gangguan emosional. Pengaruh kebudayaan atau kebiasaan dan pengalaman sebelumnya akan menyebabkan individu berpikir secara irasional seperti rendah diri, tidak mampu, dan merasa kecil dihadapan orang sekitar. Persepsi-persepsi yang disimpulkan tentang dirinya apabila dihayati secara logis akan menimbulkan rasa keyakinan yang membuat hal itu seolah-olah logis yang sebenarnya apabila dihubungkan dengan kenyataan yang sebenarnya hal tersebut tidak logis. Maka secara umum *Rational Emotive Therapy* (RET) memberikan dukungan kepada individu untuk lebih menghargai terhadap diri sendiri, orang lain dan lingkungan sekitar. Penerapan teori RET ini dapat diterapkan kepada penyandang Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) yang dianjurkan mereka dapat melihat sisi positif dibalik kekurangannya.

*Rational Emotive Therapy* (RET) memandang manusia sebagai individu yang didominasi oleh pikiran, perasaan, dan tingkah laku. Keberfungsiaan ini saling mempengaruhi aspek lainnya. Kemudian manusia dipandang memiliki tiga tujuan funademntal yaitu untuk bertahan hidup (*to survive*), untuk bebas dari kesakitan (*to*

*be relatively free from pain*) dan untuk mencapai kepuasan (*to be reasonably satisfied or content*).

Terdapat tiga komponen yang membangun individu menurut Albert Ellis diantaranya adalah *Antecedent event* (A), *Belief* (B), dan *Emotional Consequence* (C). Kemudian tiga unsur ini dikenal dengan teori ABC (Sakinah, 2019 : 90).

1. *Antecedent event* (A) yaitu sekumpulan pengalaman meliputi tingkah laku, peristiwa, atau sikap orang lain yang memicu keadaan individu.
2. *Belief* (B) yaitu keyakinan individu terhadap peristiwa secara rasional (rB) ataupun irasional (iB).
3. *Emotional consequence* (C) yaitu konsekuensi yang diterima terhadap apa yang telah diyakini individu tersebut.

Pendekatan *Rational Emotive Therapy* (RET) ini terdapat beberapa teknik yang digunakan diantaranya ialah :

1. *Assertive training* maksudnya adalah individu dilatih dan dibiasakan secara *continue* menyesuaikan diri dengan perilaku yang diinginkan.
2. *Sosiodrama* ialah masalah kehidupan dalam bentuk sandiwara.
3. *Social modeling* yaitu membentuk perilaku baru melalui model social dengan cara imitasi, observasi.
4. *Teknik reinforcement* ialah memberi reward terhadap perilaku rasional.
5. *Relaksasi*.
6. *Diskusi*.
7. *Self-control* ialah dengan mengontrol diri.
8. *Bibliografi* ialah memberi bahan bacaan.



9. Dll.

**e. Tunanetra**

Tunanetra ialah seseorang yang mengalami gangguan penglihatan sejak lahir atau akibat kecelakaan. Tunanetra ini terbagi menjadi dua macam yaitu buta total (*blind*) dan *low vision*. Menurut Kaufman dan Hallahan tunanetra ialah individu yang memiliki hambatan penglihatan atau ketelitian penglihatan kurang dari 6/60 setelah dikoreksi atau tidak lagi memiliki penglihatan. Sebaliknya penglihatan yang normal ialah hasil dari proses koordinasi otot-otot, *photochemical*, dan gerakan elektrik. Menurut Kauffman dan Hallahan (Retri Desiningrum, 2016: 81) Apabila dikategorikan dalam sudut pandang pendidikan terdapat dua golongan kelompok gangguan penglihatan :

1. Anak yang buta akademis (*educationally blind*) yaitu dalam proses belajar menggunakan huruf cetak, anak tidak dapat menggunakan lagi penglihatannya. Maka program pembelajarannya melalui sensorik lain diluar penglihatan (*visual senses*).
2. Anak yang melihat sebagian (*the portially sighted/low vision*) yakni anak memiliki penglihatan masih cukup berfungsi diantara 20/70 – 20/200 atau ketajaman jarak penglihatan hanya 6 meter maka seseorang yang memiliki ketajaman penglihatan normal tetapi medan pandang kurang dari 20 derajat.

Akibat mengalami gangguan peglihatan biasanya penyandang tunanetra akan mengalami hambatan dalam penerimaan informasi yang dapat memungkinkan akan menghambat tugas perkembangannya. Dengan kondisi seperti itu penyandang tunanetra juga akan mengalami penurunan kesejahteraan psikologis seperti relasi

sosial dan penerimaan dukungan sosial yang berkaitan dengan visualnya. Penglihatan yang tidak normal seperti individu umumnya merupakan salah satu karakteristik penyandang tunanetra. Selain itu karakteristik lain penyandang tunanetra antara lain :

1. Jarak dekat atau jauh akan terlihat samar-samar yang masih dapat diatasi dengan menggunakan kacamata atau lensa kontak.
2. Tidak mempunyai kemampuan membedakan warna.
3. Mengalami hambatan dalam situasi terang dan gelap.
4. Merasa kurang nyaman ditempat yang cukup terang sehingga penyandang tunanetra lebih sangat sensitif terhadap cahaya atau ruangan yang cukup terang.
5. Hanya dapat melihat medan yang cukup terbatas.

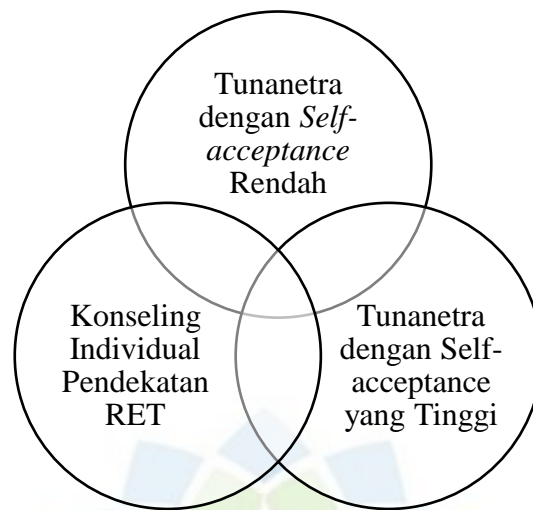
Penyebab seseorang mengalami gangguan penglihatan terjadi akibat beberapa faktor seperti terjadi pada masa pre natal, sebelum anak lahir, pada saat dilahirkan ataupun setelah dilahirkan. Maka penglihatan yang rusak terjadi sejak lahir disebut dengan *congenital blindness* (Retri Desiningrum, 2016 : 82). Hal ini disebabkan oleh genetik (keturunan), infeksi virus rubella atau campak jerman yang ditularkan oleh ibu saat kehamilan. Selain faktor penyebab diatas, *glaucoma*, *retinopati diabetes*, *retinoblastoma*, dan kekurangan vitamin A pada sang anak. Penyebab lainnya ialah akibat kecelakaan yakni kecelakaan fisik yang diakibatkan terjatuh atau terjadinya tabrakan yang mengakibatkan saraf tubuh yang berkaitan dengan fungsi saraf netra menjadi rusak. Sesuai dengan ajaran agama Islam bahwa setiap manusia tidak boleh saling membedakan, saling medeskriminiasi satu sama lain

terutama yang memiliki keterbatasan atau kekurangan karena dihadapan Allah yang menjadi pembeda hanyalah tingkat ketaqwaan hambanya (Baca QS. 49 : 13).

Allah menciptakan manusia sebagai makhluk yang paling sempurna. Memperoleh pahala dan keridahan dari Allah tidak terhalang oleh bentuk fisik seseorang . Sedangkan yang membedakan individu normal dengan difabel disisi Allah SWT hanyalah ketaqwaannya. Allah SWT telah menegaskan dalam Al-Qur'an bahwa orang "buta" adalah mereka buta mata hatinya, mereka yang angkuh, egois, dan tidak bisa menghargai keragaman sebagai bagian kekuasaan. Dalam QS. Al-Anfal ayat 22 disebutkan bahwa orang-orang kafir adalah orang yang buta, tuli, dan bisu. Tentu bukan secara fisik, akan tetapi sebagai analogi untuk orang-orang yang tertutup (Hasan Said Basri, 2019 : 55).

Individu penyandang tunanetra akan merasa dirinya tidak berdaya dan inkompeten berbeda dengan manusia umumnya. Akibat fungsi penglihatannya terganggu penyandang tunanetra memiliki keterbatasan yang cukup rendah dalam melakukan kegiatan sehingga memiliki keterbatasan dalam melakukan interaksi dan komunikasi di lingkungan sosial. Maka hal tersebut akan berdampak terhadap psikologis penyandang tunanetra yang menimbulkan rasa keputusasaan dan depresi.

## 2. Kerangka Konseptual



Gambar 1.1

### Kerangka Konseptual

Maka dari itu, penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan memfokuskan peran konselor melalui proses tahapan konseling pendekatan *Rational Emotive Therapy* (RET) untuk menumbuhkan *self-acceptance* pada anak penyandang tunanetra.

## 3. Hasil Penelitian yang Relevan

Kemudian dibawah ini beberapa hasil penelitian yang berkaitan dengan konseling individual untuk menumbuhkan *self-acceptance*, antara lain :

- a. Skripsi dengan judul Penerimaan Diri Mahasiswa Tunanetra Total (Studi Kasus Pada Mahasiswa FIP UNY) oleh Wildan Isnaini Yahya Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui *self-acceptance* (penerimaan diri) mahasiswa penyandang tunanetra total akibat kecelakaan yang sebelumnya dapat melihat secara normal. Hasil dari penelitian ini ialah mahasiswa penyandang tunanetra total tersebut

meunjukkan rasa penerimaan diri pada dirinya yang diantaranya menerima kekurangan dan kelebihan diri sendiri, positif terhadap diri sendiri, menerima pendapat atau penilaian orang lain, positif dengan kehidupan masu lalu dan saat ini, dan melihat dunia secara realistis. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus yang menghasilkan data-data yang diperoleh dar objek penelitian sebanyak 3 orang dengan menggunakan metode wawancara, observasi, dan studi dokumentasi.

- b. Skripsi berjudul Meningkatkan Penerimaan Diri (*Self-acceptance*) Siswa Kelas VIII Melalui Konseling Realita di SMPN 1 Bantarbolang Kabupaten Pemasang 2013. Skripsi ini hasil penelitian oleh Akbar Heriyadi mahasiswa Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen dengan desain penelitian *one group pre-test and post-test design*. Adapun subyek penelitian ini kepada siswa yang memiliki penerimaan diri yang rendah sebanyak 6 orang. Penelitian ini dilakukan atas dasar terdapat siswa yang memiliki rasa penerimaan diri yang masih kurang optimal dengan menunjukan sikap kurang percaya diri, suka menyendiri, minder, tidak mempunyai keyakinan untuk menjalani kehidupan, serta tidak bisa menerima kritik dari orang lain. Hasil dari penelitian ini menunjukan perubahan yang positif sebesar 16% yang artinya penelitian ini dapat mengubah *self-acceptance* yang rendah menjadi ke arah yang meningkat lebih baik.

## **F. Langkah-Langkah Penelitian**

### **1. Lokasi penelitian**

Lokasi yang dijadikan tempat penelitian ini di Sekolah Luar Biasa (SLB) A YPALB yang terletak di Jalan Moh. Toha No. 4, Kasturi, Kecamatan Kuningan Kabupaten Kuningan Jawa Barat. Adapun pemilihan lokasi penelitian ini dikarenakan SLB A merupakan sekolah luar biasa khusus bagi penyandang disabilitas sensorik netra atau tunanetra. Sekolah ini terdiri dari tingkat pendidikan SD, SMP, dan SMA yang berjumlah 18 siswa. Peneliti difokuskan melakukan penelitian kepada 5 orang siswa remaja berusia 12-17 tahun.

### **2. Paradigma dan Pendekatan**

Paradigma ialah sudut pandang mengenai fenomena-fenomena yang terjadi di dunia secara nyata. Jenis paradigma penelitian ini dengan menggunakan paradigma positivisme yang memandang fenomena-fenomena tersebut terjadi secara realitas, dinamis, dan penuh makna.

Pada penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif karena peneliti berperan untuk mengamati dan menjabarkan data yang diperoleh berdasarkan fenomena yang terjadi pada anak penyandang tunanetra dalam upaya untuk menumbuhkan *self-acceptance* (penerimaan diri) sehingga dari penelitian ini menghasilkan data deskriptif. Penelitian kualitatif deskriptif menurut Nana Syaodih Sukmadinata bahwa penelitian kualitatif deskriptif diajukan untuk menggambarkan dan mendeskripsikan situasi-situasi dilapangan, baik secara alamiah ataupun rekayasa manusia yang meliputi karakteristik, keterkaitan dengan kegiatan, serta kualitas.

### **3. Metode Penelitian**

Hasil dari penelitian ini peneliti berusaha untuk menjelaskan dan menjabarkan berdasarkan fenomena yang terjadi sesuai fakta di lapangan dan juga peran konselor didalamnya. Oleh karena itu metode penelitian ini menggunakan metode kualitatif fenomenologi. Metode fenomenologi hendak mengetahui lebih jauh struktur kesadaran pengalaman manusia (Raco, 2010 : 42).

Metode penelitian kualitatif disebut juga metode penelitian naturalistik karena penelitiannya dilakukan pada situasi yang alamiah (*natural settings*) (Sugiyono, 2019: 17). Dalam hal ini peneliti difokuskan kepada segala situasi atau fenomena yang terjadi di lapangan. Sehingga dalam prosesnya peneliti tidak berusaha untuk memanipulasi data, mengubah pada variabel-variabel yang diteliti.

### **4. Jenis Data dan Sumber Data**

#### **a. Jenis Data**

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian berdasarkan sifatnya yaitu kualitatif. Jenis penelitian ini berbentuk deskripsi kata-kata yang berdasarkan hasil pengamatan wawancara, diskusi, dan observasi serta dokumentasi di lapangan sesuai dengan rumusan masalah dan mencapai tujuan penelitian yang diharapkan. Jenis data yang akan diolah pada penelitian ini mengenai konseling individu kepada anak tunanetra dan sikap *self-acceptance* (penerimaan diri) yang ada pada diri anak penyandang tunanetra.

b. Sumber data

1) Sumber data primer

Sumber data primer merupakan data yang diperoleh dan diperoleh dan dikumpulkan langsung oleh peneliti dari sumber utama datanya yang bersifat *up to date*. Sumber data primer ini diperoleh melalui wawancara, observasi, dan pengamatan dari lapangan. Subjek yang akan diteliti ini berjumlah 5 orang yang memiliki kriteria antara lain sebagai berikut :

- a. Pria dan wanita
- b. Usia remaja 12-17 tahun
- c. Bersekolah di SLB A
- d. Tunanetra sejak sejak lahir

2) Sumber data sekunder

Sumber data sekunder ialah data yang diperoleh dari berbagai sumber yang ada sebagai data tambahan yang didapatkan dari data primer. Data sekunder ini diperoleh dari berbagai sumber seperti guru wali kelas, orang tua, buku, jurnal, dan sebagainya.

## 5. Informan

### a. Informan

Informan ialah seseorang yang dapat memberikan informasi mengenai fenomena atau permasalahan yang diangkat dalam penelitian. Dalam penelitian kualitatif terdapat tiga informan yaitu informan kunci, informan utama, dan informan pendukung. Pada penelitian kali ini menggunakan jenis informan kunci, dan informan utama. Informan kunci merupakan seseorang yang menjadi tempat



untuk bertanya dan berbagi informasi dengan peneliti (Martha & Kresno, 2016). Informan kunci ini ialah guru wali kelas di SLB A Perwari Kuningan Jawa Barat. Sedangkan informan utama ialah orang yang mengetahui tentang permasalahan yang akan diteliti secara detail. Maka informan utama ini ialah anak penyandang tunanetra.

#### **b. Teknik Penentuan Informan**

Teknik penentuan informan ini menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu penentuan informan berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai berdasarkan kebutuhan peneliti dengan tujuan untuk mendapatkan informasi sebanyak-banyaknya (Sondak, 2019: 674). Maka informan dari penelitian ini antara lain :

1. Informan kunci, berjumlah 5 orang guru wali kelas SLB A Perwari Kuningan Jawa Barat.
2. Informan umum, berjumlah 5 orang anak penyandang tunanetra.

#### **6. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data ialah tahapan terpenting bagi peneliti dalam memperoleh hasil data yang menentukan berhasil atau tidaknya suatu penelitian. Pengumpulan data ini dapat bersumber dari data yang telah dikumpulkan dengan menggunakan berbagai teknik dan masih memerlukan adanya suatu pengolahan. Pengumpulan data diperlukan agar data yang diperoleh dapat terjaga tingkat validitas dan reabilitasnya. Apabila pada proses penelitian tidak diperhatikan bisa jadi data yang terkumpul tidak akan berguna meskipun sudah menggunakan instrumen yang valid dan reliabel.

a. Wawancara

Wawancara yaitu pertemuan dua orang yang berinteraksi satu sama lain agar memperoleh informasi yang diharapkan melalui tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu. Wawancara menurut Susan Stainback, penelitian menggunakan wawancara dapat memperoleh sesuatu yang lebih mendalam secara rinci tentang partisipan atau subyek yang akan diteliti dalam menginterpretasikan fenomena yang terjadi.

Secara umum terdapat 2 jenis wawancara yaitu terstruktur dan tidak terstruktur. Wawancara terstruktur dalam prosesnya setiap responden atau konseli diberi pertanyaan yang sama dan peneliti mencatatnya. Sedangkan wawancara tidak terstruktur ialah peneliti melakukan wawancara bebas yang tidak menggunakan pedoman atau instrumen wawancara yang tersusun secara sistematis (Sugiyono, 2019 : 305-306). Melalui metode wawancara, peneliti dapat memperoleh hasil tanya jawab dengan konseli mengenai tingkah laku, kegiatan sehari-hari konseli, serta sesuatu yang melatarbelakangi pikiran konseli menjadi irasional. Pada proses wawancara peneliti tidak hanya memperoleh data verbal saja tetapi nonverbal juga karena peneliti dapat melakukan pengamatan dari *body language* atau bahasa tubuh yang ada pada saat wawancara. Dalam proses wawancara, peneliti diharapkan sesekali dapat menyelingi jawaban untuk meminta penjelasan ataupun meluruskan pertanyaan apabila jawaban dari responden menyimpang dari pertanyaan yang diajukan.

## b. Observasi

Observasi ialah teknik pengambilan data yang dilakukan secara tanpa tes. Teknik ini dilakukan hasil dari pengamatan secara rinci, jelas dan lengkap. Menurut Marshall (1995) mengungkapkan bahwa observasi ialah “*through observation, the researcher, learn about behavior, and the meaning attached to those behavior*”. Melalui observasi, peneliti belajar tentang perilaku, dan makna dari perilaku tersebut. Maka, pada prosesnya peneliti belajar dan mempelajari perilaku subyek yang diteliti dan memahami dari perilaku tersebut. Selain itu, melalui observasi peneliti akan lebih memahami konteks yang terjadi di lapangan sehingga akan diperolehnya data dari berbagai sudut pandang. Kemudian dengan observasi, peneliti akan memperoleh data yang tidak terungkap oleh responden serta peneliti akan mempunyai pengalaman secara langsung.

Adapun klasifikasi observasi menjadi beberapa macam antara lain observasi partisipasi, observasi terbuka dan tertutup, serta observasi yang tidak berstruktur. Pada penelitian kali ini, peneliti menggunakan observasi terang-terangan dan tersamar yakni pada saat melakukan penelitian peneliti secara terus terang sedang melakukan penelitian. Sehingga responden mengetahui sejak awal sampai akhir pada aktivitas penelitian. Tetapi untuk menghindari jika suatu data yang dicari merupakan data yang masih dirahasiakan, peneliti melakukan penelitian tertutup.

## c. Dokumentasi

Teknik pengumpulan data dokumentasi ialah sumber pelengkap dari observasi dan wawancara dalam penelitian. Dokumentasi ini yakni berbentuk catatan dari

peristiwa yang sudah berlalu dalam bentuk photo, jurnal, buku, dokumen yang berkaitan dengan judul penelitian.

## **7. Teknik Penentuan Keabsahan Data**

Keabsahan data ini pada penelitian kualitatif yang diperoleh dari lapangan diperiksa melalui kriteria dan teknik tertentu. Maka hal ini merupakan faktor penentu untuk mendapatkan validitas data. Maka, langkah atau tahapan yang akan ditempuh selama penelitian antara lain :

### **a. Perpanjangan pengamatan**

Perpanjangan pengamatan ini dimaksudkan untuk memperoleh informasi yang diberikan sesuai dengan tujuan penelitian dalam mengumpulkan data. Dengan perpanjangan pengamatan ini hubungan peneliti dengan narasumber akan semakin akrab, semakin terbuka, saling mempercayai sehingga tidak ada informasi yang ditutupi lagi. Berapa lama perpanjangan pengamatan yang dilakukan, akan sangat tergantung pada kedalaman, keluasan, dan kepastian. Pada tahap ini setelah peneliti melakukan perpanjangan pengamatan apakah akan menambah fokus penelitian sehingga memerlukan tambahan informasi baru lagi.

### **b. Meningkatkan ketekunan pengamatan**

Meningkatkan ketekunan berarti melakukan pengamatan secara lebih cermat dan berkesinambungan. Pada prosesnya peneliti diharapkan dapat lebih memahami perilaku, situasi, dan proses-proses tertentu dalam penelitian. Melalui cara tersebut maka kepastian data dan urutan peristiwa akan dapat direkam secara pasti dan sistematis. Oleh karenanya, meningkatkan ketekunan pengamatan ini sangat

penting dilakukan oleh peneliti dengan pengamatan, menelaah dan memahami selama proses penelitian melalui konseling individu.

c. **Tringulasi**

William Wiersma (1986) mengemukakan “*triangulation is qualitative cross-validation it asseses the sufficiency of the data according to the convergence of multiple data sources or multiple data collection procedures*”.

Tringulasi dalam pengujian kredibilitas ini diartikan sebagai pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara, dan berbagai waktu. Tringulasi dari berbagai sumber dilakukan dengan cara mengecek data yang telah diperoleh melalui beberapa sumber. Kemudian perolehan data dengan wawancara dipagi hari akan mempengaruhi situasi narasumber atau klien yang diteliti misalnya keadaan cuaca masih segar, klien belum banyak masalah akan memberikan data yang lebih valid.

d. **Menggunakan bahan referensi**

Bahan referensi ini yaitu data pendukung untuk membuktikan data yang telah ditemukan oleh peneliti. Contohnya ialah data yang diperoleh melalui wawancara perlu didukung dengan rekaman wawancara, gambaran atau keadaan didukung dengan bukti foto ataupun video.

**8. Teknik Analisis Data**

Proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan data pendukung lainnya sehingga dapat mudah dipahami dan temuannya dapat diinformasikan kepada khalayak umum disebut sebagai analisis data. Penelitian kualitatif ini bertujuan untuk memahami makna dan keunikan obyek yang diteliti, memahami proses dan atau interaksi sosial menggunakan analisis data yang bersifat deskriptif. Adapun data tersebut meliputi :

- a. Menafsirkan penyebab yang melatarbelakangi pemikiran irasional klien/konseli tentang penerimaan diri penyandang tunanetra.
- b. Menguraikan proses konseling individu dengan teknik *Rational Emotive Therapy* (RET) dalam meningkatkan *self-acceptance* pada anak penyandang tunanetra.
- c. Menguraikan hasil data yang diperoleh dengan teknik *Rational Emotive Therapy* (RET) dalam meningkatkan *self-acceptance* pada anak penyandang tunanetra.

Analisis data yang digunakan pada penelitian kualitatif dilakukan sebelum peneliti ke lapangan, pada saat peneliti melakukan penelitian di lapangan, sampai dengan pelaporan hasil penelitian. Teknik analisis data yang digunakan pun sudah jelas yang diarahkan untuk menjawab rumusan masalah dan atau menguji hipotesis yang rumuskan dalam proposal. Analisis data dilakukan sejak peneliti menentukan fokus penelitian sampai pembuatan laporan penelitian selesai.