

Bimbingan Individu Untuk Mengembangkan Penyesuaian Diri Istri Kepada Suami Tunanetra Non Bawaan di ITMI Kota Semarang

Latifatun Nisa¹

Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
ltnisa28@gmail.com

Widayat Mintarsih²

Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
widayat.mintarsih@walisongo.ac.id

 <https://doi.org/10.32505/lentera.v6i1.8416>

Submitted: May 14, 2024 Accepted: July 2, 2024 Published: July 28, 2024

Abstract

Negative stigma becomes problematic for wives who have husbands who are non-congenitally blind, thus affecting the developmental process of their adjustment. These obstacles cause a low sense of adjustment, less ready to accept the husband's condition, so it is necessary to provide individual guidance and motivation to them in an effort to improve their adjustment. This research aims to find out how individual guidance is implemented to increase the wife's adjustment to her non-congenital blind husband. The results of the research show that the stages of implementing individual guidance are, first, providing motivation to clients who are experiencing problems in life, creating inspiration for familiarity with clients. In the middle stage, the client has begun to know the solution to the problem, support from close friends and family. The final stage (follow-up) is carried out after the individual guidance activity is about to end, the supervisor carries out a follow-up plan and discusses success after carrying out individual guidance. The results of individual guidance achieved are: aspects of self-adjustment, firstly aspects of self-knowledge and self-insight, lack of awareness of interacting with disabilities to be able to interact with people with disabilities, lack of ability in having a relationship with husband to be able to accept and have a good relationship with husband, secondly aspects self-objectivity and self-acceptance, not being able to accept her husband's condition and not being able to be realistic in solving problems, becoming biased in accepting her husband's condition and thinking realistically in solving problems, the third aspect of self-development and self-control, lack of awareness of the importance of development in self-adjustment, becoming aware of the importance of adjustment yourself with your husband, always thinking about other people's negative views of the family, becoming not thinking about other people's negative views of the family, the four aspects of satisfaction, being less satisfied with their potential in improving their skills and

understanding of their husband's needs, being able to increase their husband's potential skills and understanding.

Keywords: Personal Adjustment, Individual Guidance, Blind People

Abstrak

Stigma negatif menjadi problematika bagi istri yang memiliki suami tunanetra non bawaan, sehingga mempengaruhi proses perkembangan penyesuaian dirinya. Hambatan tersebut menyebabkan rendahnya rasa penyesuaian diri, kurang siap menerima kondisi suami, sehingga perlu diberikan bimbingan individu serta motivasi kepada mereka sebagai upaya meningkatkan penyesuaian dirinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan bimbingan individu untuk meningkatkan penyesuaian diri istri kepada suami tunanetra non bawaan. Hasil dari penelitian, tahap-tahap pelaksanaan bimbingan individu, pertama, memberikan motivasi kepada klien yang mengalami problematika dalam kehidupan, menciptakan inspirasi keakraban kepada klien. Tahap pertengahan, klien sudah mulai mengetahui solusi dari masalah, dukungan dari teman dekat dan keluarga. Tahap akhir (tindak lanjut) dilakukan setelah kegiatan bimbingan individu mau berakhir, pembimbing melaksanakan rencana tindak lanjut (*follow up*) dan membahas keberhasilan setelah melaksanakan bimbingan individu. Hasil bimbingan individu yang dicapai yaitu: aspek penyesuaian diri, *pertama* aspek pengetahuan diri dan wawasan diri, kurangnya kesadaran berinteraksi dengan disabilitas menjadi bisa berinteraksi dengan orang disabilitas, kurangnya kemampuan dalam menjalani hubungan dengan suami menjadi bisa menerima dan menjalani hubungan baik dengan suami, *kedua* aspek objektivitas diri dan penerimaan diri, belum bisa menerima kondisi suaminya dan belum bisa realistik dalam menyelesaikan masalah menjadi bias menerima kondisi suami dan berfikir realistik dalam menyelesaikan masalah, *ketiga* aspek pengembangan diri dan kendali diri, kurangnya kesadaran akan pentingnya perkembangan dalam penyesuaian diri menjadi sadar pentingnya penyesuaian diri dengan suami, selalu memikirkan pandangan negatif orang lain terhadap keluarga menjadi tidak memikirkan pandangan negatif orang lain terhadap keluarga, *keempat* aspek kepuasan, kurang puas akan potensinya dalam meningkatkan keterampilan dan pemahaman terhadap kebutuhan suami menjadi bisa meningkatkan potensi keterampilan dan pemahaman suami.

Kata Kunci: penyesuaian diri, bimbingan individu, tunanetra

Pendahuluan

Manusia mangalami berbagai fase perkembangan pada kehidupannya, dimulai dari fase prakelahiran hingga fase dewasa akhir yang harus dilalui. Fase dewasa dianggap sebagai fase yang krusial dimana individu mengalami perubahan secara fisik dan psikologis serta menuntut penyesuaian terhadap pola kehidupan yang baru. Menurut Santrock, 2011 (dalam Nurchayati, 2022)

menyatakan bahwa periode perkembangan dewasa mencerminkan transisi dari masa remaja, di mana individu dianggap mampu mencapai kemandirian dalam aspek-aspek seperti karir dan ekonomi. Mereka juga diharapkan bisa memilih pasangan hidup serta mengambil peran sebagai suami atau istri dan membentuk sebuah keluarga.

Pernikahan merupakan tonggak awal yang sangat signifikan dalam membentuk kehidupan keluarga dan merupakan pintu masuk menuju terbentuknya keluarga sakinah. Pernikahan adalah proses penyatuan dua individu dalam ikatan yang melibatkan komitmen untuk membina rumah tangga dan melanjutkan keturunan. Salah satu tujuan pernikahan adalah mencapai kebahagiaan secara fisik dan emosional, serta menciptakan ketentraman dan kedamaian dalam kehidupan berumah tangga (Muttaqin et al., 2016). Individu dalam menentukan pendamping hidup tentunya menginginkan pasangan sesuai dengan kriteria tertentu pada penampilan fisik ataupun nonfisik. Fenomena ini mencakup situasi di mana ketika menikah pasangannya normal semua dari fisik maupun non fisiknya. Suatu ketika ditengah-tengah kehidupannya terkena musibah sehingga suaminya menjadi penyandang disabilitas tunanetra.

Tunanetra merupakan orang mengalami gangguan penglihatan, termasuk buta total dan penglihatan buruk *low vision* (kurang waspada), karena keterbatasanya sebagai penyandang tunanetra sering kali tidak bisa menyesuaikan diri saat berkomunikasi dengan orang lain. Kurangnya rasa penyesuaian diri penyandang disabilitas biasanya karena faktor lingkungan yang memberikan stigma negatif kepada penyandang disabilitas (Rizqi et al., 2022). Kekurangan yang ada pada diri mereka membuat mereka secara mental mengalami hambatan seperti rendahnya rasa penyesuaian diri, tidak adanya kepastian, kuang siapnya untuk menerima diri sendiri, sehingga pada umumnya mereka akan mengurung diri.

Penyandang disabilitas pastinya memiliki aspirasi atau keinginan yang ingin diwujudkan, sebagaimana keinginan hidup normal seperti seseorang pada umumnya. Hal ini dikarenakan pada dasarnya, Allah telah menciptakan manusia dengan kondisi sebaik-baiknya dan paling sempurna. Manusia dibekali dengan akal dan perasaan sebagai ciri khas setiap manusia mempunyai potensi untuk membawa kelebihan bagi perjalanan hidup selanjutnya.

Berdasarkan UU No. 8 Tahun 2016 mengenai penyandang disabilitas, disampaikan bahwa hak penyandang disabilitas sejajar dengan hak masyarakat umumnya. Mereka berhak mengakses pendidikan formal atau nonformal, termasuk memperoleh ketrampilan khusus bagi penyandang disabilitas netra. Dengan demikian, mereka memiliki kebebasan dalam menentukan karir melalui lembaga sosial atau sekolah formal dan nonformal yang difokuskan pada kebutuhan khusus disabilitas netra, memungkinkan mereka mengembangkan ketrampilan untuk kehidupan sehari-hari (Widjaja et al., 2020). Banyaknya hambatan yang sangat mempengaruhi kegagalan mereka untuk menyesuaikan diri dengan masyarakat umum. Hambatan

tersebut berkali-kali diperparah dengan adanya pandangan pesimis masyarakat setempat terhadap penyandang disabilitas tunanetra. Jika individu memiliki penyesuaian diri rendah, maka individu tersebut cenderung menutup diri dan mudah frustasi ketika menghadapi kesulitan, canggung dalam menghadapi orang, sulit menerima realitas yang ada pada dirinya.

Berdasarkan pra riset yang saya lakukan, terdapat tiga istri yang memiliki suami tunanetra non bawaan. Permasalahan yang dihadapi oleh istri kepada suami tunanetra non bawaan di Ikatan Tunanetra Muslim Indonesia Kota Semarang terletak pada kurangnya penyesuaian diri sehingga memunculkan emosi negatif, dan kurang adanya kemandirian sehingga memunculkan keterlibatan orang lain dalam pemenuhan kebutuhan finansial dan tidak adanya upaya dalam pertumbuhan dan pengembangan potensi diri. Keterbatasan dalam aktivitas sehari-hari bagi penyandang tunanetra dapat mengakibatkan perubahan dalam fungsi keluarga dan menempatkan tanggung jawab ekstra pada individu lain, terutama pasangannya. Dalam hal ini jika suami mengalami tunanetra istri akan memiliki peran dan tanggung jawab yang lebih besar karena keterbatasan suaminya sehingga istri juga harus bertanggung jawab mencari penghasilan dan memenuhi kebutuhan keluarga. Istri juga harus merawat suami dengan keadaannya yang sudah berbeda dengan sebelumnya sehingga tidak menutup kemungkinan kewajiban seorang istri menjadi dua kali lipat dari kewajiban sebelumnya. Permasalahan yang dialami istri terfokus pada penyesuaian diri, sehingga penyesuaian diri menjadi hal yang penting untuk diteliti khususnya penyesuaian diri istri kepada suami tunanetra non bawaan yang menyebabkan kurang bisa menyesuaikan diri dengan keadaan yang diterima oleh suaminya.

Salah satu bentuk dalam menangani permasalahan penyesuaian diri istri kepada suami tunanetra non bawaan dibutuhkan suatu bentuk layanan intervensi yang dapat mengembalikan serta untuk bisa meningkatkan penyesuaian diri istri yang memiliki suami tunanetra non bawaan. Bentuk layanan intervensi yang dapat diberikan adalah Bimbingan individu. Bimbingan individu adalah pemberian bantuan kepada individu atau sekelompok orang dalam membuat pilihan-pilihan secara bijaksana dalam mengadakan penyesuaian diri terhadap tuntutan-tuntutan hidup (S. Willis, 2014). Bimbingan individu yang dilakukan di Ikatan Tunanetra Muslim Indonesia Kota Semarang dengan cara bercerita, sharing-sharing baik secara langsung maupun secara online kepada pembimbing dengan memperkuat akidah islamiah, serta untuk mengembangkan potensi yang dimilikinya sehingga mereka dapat melaksanakan tugas perkembangannya dengan baik dan efektif. Selain itu agar klien bisa mempunyai kepribadian dan keimanan yang kuat sehingga mampu dalam menghadapi dan mengambil keputusan dalam berbagai masalah kehidupannya.

Bimbingan individu berkaitan dengan bimbingan penyuluhan Islam yang dimana bimbingannya itu sama-sama digunakan untuk memberikan panduan, pengetahuan, dan arahan dalam pengambilan keputusan,

kaitannya dengan bimbingan penyuluhan islam yaitu fokusnya adalah membantu individu menemukan solusi untuk masalah pribadinya dengan menggunakan prinsip-prinsip agama islam sebagai panduan. Bimbingan individu disini digunakan untuk memberikan panduan, pengetahuan, dan arahan dalam pengambilan keputusan serta mengaitkan dengan akidah dan nilai-nilai keislaman kepada individu. Tujuan utama dari bimbingan individu adalah membantu seseorang memahami dan mengamalkan akidah dan nilai-nilai keislaman dalam pengambilan keputusan dengan benar. Dalam perspektif ilmu dakwah upaya bimbingan individu yang merupakan bagian dari bimbingan dan penyuluhan Islam termasuk dalam kategori Irsyad Islam. Konsep dakwah irsyad merupakan hubungan antara pembimbing dan orang yang dibimbing.

Proses dakwahnya lebih fokus kepada pemberian bantuan atau petunjuk agar orang yang dibimbing dapat menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi. Bimbingan individu merupakan salah satu implementasi dari dakwah bil hal. Dakwah bil hal adalah dakwah yang dilaksanakan dengan menggunakan perbuatan atau teladan sebagai pesannya (Suhandang, 2013: 98). Bimbingan individu termasuk dalam kegiatan dakwah yakni terdapat *da'i* dan *mad'u*, adapun pembimbing individu sebagai *da'i* dan para istri sebagai *mad'u*. Bimbingan individu ini diharapkan dapat digunakan dalam membentuk penyesuaian diri istri yang memiliki suami tunanetra non bawaan dengan pembentukan karakter serta mengaitkan dengan akidah dan nilai-nilai keislaman.

Penelitian ini sangat penting untuk diteliti karena semua manusia membutuhkan bantuan untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT, dengan adanya fenomena kurangnya penyesuaian diri pada seorang istri yang memiliki suami tuna netra non bawaan, karena hal tersebut para istri yang memiliki suami penyandang tunanetra memiliki keterbatasan fisik sehingga menimbulkan stigma negative bagi masyarakat. Pemberian bimbingan individu bagi pasangan yang memiliki suami tuna netra non bawaan dapat menjadi salah satu upaya dalam pembentukan sikap penyesuaian diri istri, dengan cara kegiatan yang di adakan di ITMI memberikan bimbingan individu berupa sharing-sharing antara pembimbing dan klien dan diskusi yang dilakukan dengan tujuan membentuk rasa penyesuaian diri pada istri yang memiliki suami tunanetra.

Jenis metode penelitian yang digunakan peneliti adalah jenis penelitian kualitatif dengan model pembahasan deskriptif dan menggunakan pendekatan studi kasus. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang menggunakan penafiran yang melibatkan beberapa metode untuk menyelesaikan masalah dalam penelitiannya, sehingga menggunakan banyak metode yang disebut dengan triangulasi yang bermaksud agar peneliti memperoleh banyak pemahaman mengenai fenomena yang akan di teliti (Mulyana, 2018). Penelitian ini menggunakan sumber data primer yaitu teknik pengumpulan data berupa wawancara, observasi, dan dokumentasi. Teknik keabsahan data meliputi triangulasi sumber dan triangulasi teknik,

teknik analisis data berupa data reduksi, penyajian data, penarikan kesimpulan dan verifikasi.

Bimbingan Individu Untuk Mengembangkan Penyesuaian Diri Istri Kepada Suami Tunanetra Non Bawaan di Ikatan Tunanetra Muslim Indonesia Kota Semarang

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil observasi dan wawancara dengan informan, pengurus, dan pembimbing yang mengikuti kegiatan bimbingan individu di Ikatan Tunanetra Muslim Indonesia Kota Semarang. Hal tersebut dikarenakan setiap individu pasti memiliki problematika di dalam kehidupannya apalagi pada proses meningkatkan penyesuaian diri. Sebagaimana dijelaskan oleh Stertzer & Stone, merupakan suatu proses penanganan yang dilakukan konselor kepada konseli, dimana konseli tersebut sedang mengalami permasalahan dan konseli merasa lebih tenang dan nyaman melalui komunikasi antar konselor dan konseli (Zullfaneldi, 2020). Bimbingan individu merupakan pemberian bantuan kepada individu atau sekelompok orang dalam membuat pilihan-pilihan secara bijaksana dalam mengadakan penyesuaian diri terhadap tuntutan-tuntutan hidup (S. Willis, 2014). Senada dengan penelitian tersebut pada istri yang memiliki suami tunanetra non bawaan, diperoleh hasil penelitian yang menunjukkan bahwa bimbingan individu berpengaruh dalam proses meningkatkan penyesuaian diri pada istri yang memiliki suami tunanetra non bawaan. Adapun berikut analisis pelaksanaan bimbingan individu dalam penyesuaian diri istri kepada suami tunanetra non bawaan di ITMI Kota Semarang.

Tahap-tahap bimbingan individu dalam penyesuaian diri istri kepada suami tunanetra non bawaan dapat bermanfaat dalam membantu proses berjalannya kegiatan bimbingan individu. Tahap-tahap yang diterapkan pada bimbingan individu di ITMI sama seperti halnya yang dijelaskan dan dikemukakan menurut (S. Willis, 2014) dalam pelaksanaan bimbingan individu terdapat beberapa tahapan dalam pelaksanaannya, yaitu tahap awal, tahap pertengahan, tahap akhir. Adapun proses pelaksanaan kegiatan bimbingan individu dalam penyesuaian diri istri kepada suami tunanetra non bawaan melalui tiga tahap, sebagai berikut:

Tahap Awal

Sebelum melaksanakan kegiatan bimbingan individu dalam penyesuaian diri istri kepada suami tunanetra non bawaan, pembimbing individu mempersiapkan dalam membangun hubungan dengan klien sehingga klien bisa terbuka dan mau menceritakan permasalahnya dalam proses bimbingan individu berlangsung. Kemudian ada tahap awal ini memaparkan bahwa kesiapan melakukan bimbingan individu yang dimana pembimbing individu mempersiapkan diri dan memberikan motivasi kepada klien sehingga bisa membangun hubungan baik dengan klien. Setelah itu mengidentifikasi masalah dari klien dan menjelaskan alur berjalannya proses bimbingan individu sehingga klien bisa terbuka dengan pembimbing. Tahap awal ini adalah identifikasi masalah, dimana pembimbing individu harus

memahami dan mencari tahu permasalahan apa yang sedang dialami istri kepada suami tunanetra non bawaan tersebut, dengan memantau perkembangan mereka. Hal ini berdasarkan dari hasil wawancara dan observasi dengan pembimbing individu di Ikatan Tunanetra Muslim Indonesia Kota Semarang.

Berdasarkan hasil observasi dengan para informan, hal tersebut berkaitan dengan hasil wawancara yang disampaikan N, dikatakan bahwa kegiatan bimbingan individu dilakukan secara perorangan atau tatap muka. Selaras dengan apa yang disampaikan informan L, bahwa dirinya juga mengikuti bimbingan individu secara perorangan. Jenis layanannya menggunakan metode wawancara dan media sosial. Berbeda dengan informan IS, bahwa orangnya cenderung introvert tapi IS juga mengikuti bimbingan individu secara tatap muka atau perorangan. Hal ini dapat penulis simpulkan bahwa pada tahap ini tidak hanya memberikan motivasi kepada klien yang sedang mengalami problematika dalam kehidupan rumah tangganya tetapi juga menciptakan inspirasi dan keakraban kepada klien lainnya, meningkatkan penyesuaian diri dan menunjukkan bahwa kebersamaan di Ikatan Tunanetra Muslim Indonesia dapat menjadi sumber kekuatan positif dalam menghadapi tantangan kehidupan. Hal tersebut berdasarkan teori Pavlov yaitu classical conditioning yang pada prinsip dasarnya yakni belajar adalah pembentukan kebiasaan dengan cara menghubungkan/memperkuat antara prasangka (stimulus) yang lebih kuat dengan prasangka yang lebih lemah dan proses belajar terjadi apabila ada interaksi antara individu dengan lingkungan (Nashulcha et al., 2021). Dengan demikian bimbingan individu dalam penyesuaian diri istri kepada suami tunanetra non bawaan yang diwujudkan dari sistem curhat dan wawancara antara klien dan pembimbing dapat mempengaruhi kondisi penyesuaian diri klien tersebut.

Tahap Pertengahan

Pada pertengahan bimbingan individu dalam penyesuaian diri istri kepada suami tunanetra non bawaan, pembimbing individu berfokus pada pemahaman mendalam terhadap masalah yang dihadapi oleh klien. Pendekatan ini melibatkan penilaian ulang berdasarkan informasi yang telah diketahui tentang masalah klien. Kegiatan bimbingan individu ini memprediksi mengenai problematika klien tersebut, karena biasanya mereka lebih senang diam dibandingkan memberi tahu. Selain itu proses bimbingan individu di Ikatan Tunanetra Muslim Indonesia mulai mengembangkan pendekatan yang diberikan kepada klien istri tersebut. Secara perlahan dengan menerapkan metode curhat dan wawancara. Hal ini berdasarkan dari hasil wawancara dan observasi dengan pembimbing individu dan pengurus di Ikatan Tunanetra Muslim Indonesia Kota Semarang. Berdasarkan hasil wawancara dengan pembimbing individu dan pengurus Ikatan Tunanetra Muslim Indonesia dari pemaparan diatas menjelaskan mengenai pentingnya tahap pertengahan ini adalah untuk memastikan bahwa pembimbing individu dan klien memiliki gambaran yang jelas tentang permasalahan yang dihadapi

dan rencana tindakan yang diambil dapat memberikan dukungan yang tepat dan efektif. Dengan demikian, tahap pertengahan pembimbing individu menjadi kunci untuk memastikan bahwa setiap langkah yang diambil selanjutnya dapat lebih terarah dan efektif dalam mengatasi permasalahan klien.

Berdasarkan hasil observasi dengan para informan, hal tersebut berkaitan dengan hasil wawancara yang disampaikan informan L, komunikasi terbuka dianggap sebagai kunci utama dalam penyesuaian diri. Hal ini menunjukkan pentingnya berkomunikasi secara jujur dan terbuka untuk memahami dan memenuhi kebutuhan pasangan. Berbeda dengan apa yang disampaikan informan IS, penyesuaian dirinya melibatkan peningkatan pemahaman terhadap pasangannya. Mencerminkan pentingnya bekerja sama dan saling mendukung dalam menghadapi perbedaan dan menyesuaian diri dengan situasi sehari-hari. Kmudian informan N, strategi penyesuaian dirinya melibatkan tetap tenang, bersyukur, mencari solusi, dan mendapatkan dukungan emosional serta saran dan motivasi dari keluarga dan teman-teman dekatnya. Dengan demikian bimbingan individu dalam penyesuaian diri istri kepada suami tunanetra non bawaan pada tahap ini, klien sudah mulai mengetahui solusi dari permasalahannya serta dukungan dari teman dekat dan keluarga bisa membantu meningkatkan penyesuaian diri pada individu tersebut.

Tahap Akhir

Setelah pelaksanaan bimbingan individu di ITMI sudah selesai, pembimbing individu melakukan evaluasi terhadap perkembangan klien setelah proses bimbingan tersebut. Proses meningkatkan dan mengembangkan kemampuan penyesuaian diri istri terhadap suami penyandang disabilitas tunanetra non bawaan, terdapat istri yang awalnya mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri, namun kini mereka menunjukkan kemajuan penyesuaian diri setelah mengikuti bimbingan individu di Ikatan Tunanetra Muslim Indonesia. Kegiatan bimbingan individu dalam melaksanakan rencana tindak lanjut (*follow up*) dengan terus mengamati permasalahan yang muncul pada istri sehingga dapat memberikan layanan curhat yang memang dibutuhkan oleh para istri yang memiliki suami tunanetra non bawaan dan dapat membuka pandangan masyarakat bahwa memiliki suami disabilitas tunanetra non bawaan tidak seperti stigma yang beredar. Hal ini berdasarkan dari hasil wawancara dan observasi dengan pembimbing individu, pengurus, dan klien di Ikatan Tunanetra Muslim Indonesia.

Sebagaimana yang disampaikan oleh pengurus dan pembimbing individu yang menegaskan bahwa pentingnya keberlanjutan bimbingan individu di Ikatan Tunanetra Muslim Indonesia sebagai wadah khusus bagi para istri yang memiliki suami tunanetra non bawaan, sehingga dapat memberikan layanan berupa motivasi yang memang dibutuhkan oleh para istri yang memiliki suami tunanetra non bawaan sehingga bisa menyesuaikan

diri dengan suaminya. Selaras dengan yang disampaikan oleh salah satu informan istri bernama N yang berpendapat bahwa keberadaan kegiatan tersebut sangat diperlukan untuk membantu para istri yang memiliki suami tunanetra non bawaan yang mungkin merasa canggung atau tidak nyaman untuk bercerita dan menghadiri kegiatan. Ikatan Tunanetra Muslim Indonesia dianggap sebagai wadah yang memberikan dukungan, arahan, dan motivasi untuk memastikan bahwa para istri tersebut tidak kehilangan arah dalam meningkatkan penyesuaian diri. N berharap agar bimbingan individu di Ikatan Tunanetra Muslim Indonesia terus berlanjut dengan memfasilitasi para istri-istri yang mempunyai suami tunanetra non bawaan dan juga untuk para teman-teman disabilitas tunanetra lainnya untuk semangat dan memperkuat penyesuaian diri dengan menerima keadaan dan kondisi mereka. Apabila para istri tersebut mengalami kesulitan atau hambatan dalam dirinya disinilah peran pembimbing individu, pengurus untuk membantu dan mengarahkan, kemudian apabila ditemukan dalam tindak lanjut terdapat permasalahan yang lebih kompleks maka dapat dilakukan dengan alih tangan ahli.

Berdasarkan tahapan yang dilakukan dalam pelaksanaan bimbingan individu dalam penyesuaian diri istri kepada suami tunanetra non bawaan diatas sejalan dengan tahapan yang dilakukan oleh Cavanagh (dalam S. Willis, 2014: 50) adapun tahap ini mencakup, sebagai berikut:

1. Mencapai perubahan sikap dan perilaku yang memadai.
2. Terjadi transfer pembelajaran dalam diri klien.
3. Klien menjadi sadar akan perubahan yang terjadi dalam dirinya melalui pelaksanaan perubahan tersebut.

Berdasarkan paparan diatas dapat penulis simpulkan bahwa proses kegiatan bimbingan individu dalam penyesuaian diri istri kepada suami tunanetra non bawaan di ITMI Kota Semarang merupakan inisiatif yang signifikan untuk memberikan bantuan dukungan dan motivasi kepada istri yang memiliki suami tunanetra non bawaan. Proses ini melibatkan tahap awal, tahap pertengahan, dan tahap akhir. Pada tahap awal, pembimbing individu mempersiapkan dalam membangun hubungan dengan klien sehingga klien bisa terbuka dan mau menceritakan permasalahnya dalam proses bimbingan individu berlangsung. Kesiapan melakukan bimbingan individu yang dimana pembimbing individu mempersiapkan diri dan memberikan motivasi kepada klien sehingga bisa membangun hubungan baik dengan klien. Tahap pertengahan, pembimbing individu berfokus pada pemahaman mendalam terhadap masalah yang dihadapi oleh klien. Pendekatan ini melibatkan penilaian ulang berdasarkan informasi yang telah diketahui tentang masalah klien. Selain itu proses bimbingan individu mencakup penilaian ulang terhadap masalah klien, tetapi juga melibatkan pengembangan pendekatan yang sesuai dengan kebutuhan klien secara khusus, sehingga bisa meningkatkan rasa penyesuaian diri dan semangat mereka dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Tahap akhir, evaluasi dilakukan setelah kegiatan bimbingan individu mau berakhir, dimana pembimbing individu melaksanakan rencana tindak lanjut (*follow up*) dan

membahas keberhasilan setelah melaksanakan bimbingan individu dalam upaya meningkatakan penyesuaian dirinya.

Bimbingan individu dan bimbingan penyuluhan Islam berperan dalam menjaga dan merawat tradisi dan identitas Islam ditengah arus globalisasi dan modernisasi. Dalam perspektif ilmu dakwah upaya bimbingan menjadi salah satu urgensi dalam dakwah, karena pada dasarnya dakwah memberikan pertolongan dan mengajak pada kebaikan. Bimbingan individu merupakan salah satu implementasi dalam dakwah *Bil-al irsyad* yaitu proses menyeru umat manusia yaitu istri yang memiliki suami tunanetra non bawaan. Bimbingan individu merupakan salah satu implementasi dari dakwah bil hal. Dakwah bil hal adalah dakwah yang dilaksanakan dengan menggunakan perbuatan atau teladan sebagai pesannya (Suhandang, 2013: 98). Bimbingan individu termasuk dalam kegiatan dakwah yakni terdapat *da'i* dan *mad'u* adapun pembimbing individu sebagai *da'i* dan para istri sebagai *mad'u*. Bimbingan individu ini diharapkan dapat digunakan dalam membentuk penyesuaian diri istri yang memiliki suami tunanetra non bawaan dengan pembentukan karakter serta mengaitkan dengan akidah dan nilai-nilai keislaman.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti terkait Bimbingan Individu dalam Penyesuaian Diri Istri terhadap Suami Tunanetra Non Bawaan di Ikatan Tunanetra Muslim Indonesia Kota Semarang, dapat dikatakan sangat beragam dan bervariasi. Hal tersebut dapat dilihat dari data yang telah di paparkan peniliti pada bab sebelumnya. Pada hakikatnya beberapa istri anggota Ikatan Tunanetra Muslim Indonesia memiliki keterbatasan dengan suami tunanetra non bawaan, sehingga dengan keterbatasan ini juga membutuhkan pasangan tersebut sulit untuk berinteraksi dengan lingkungan sekitar karena mereka membutuhkan waktu yang relatif lama dalam bersosialisasi lagi dengan lingkungannya sehingga membuat pasangan tersebut merasa tidak bisa menyesuaikan diri. Selain itu, adanya pandangan masyarakat yang menganggap lemah penyandang disabilitas juga dapat mempengaruhi penyesuaian diri istri kepada suami tunanetra non bawaan. Seseorang dianggap memiliki penyesuaian diri yang baik ketika dia mampu mengatasi tantangan dan kesulitan dengan cara yang sesuai, tanpa merugikan dirinya sendiri atau lingkungannya, sesuai dengan norma sosial dan agama (Fakhriyani, 2019).

Penyesuaian diri didefinisikan sebagai suatu proses yang mencakup respon-respon mental dan perilaku yang diperjuangkan individu agar dapat berhasil menghadapi kebutuhan internal, ketegangan, frustasi, konflik, serta untuk menghasilkan kualitas keselarasan antara tuntutan dari dalam diri individu dengan tuntutan dunia luar atau lingkungan tempat individu berada (Ali and Asrori, 2014). Menurut (Fakhriyani, 2019) Penyesuaian diri adalah proses untuk mencapai kepuasan diri dan mengatasi stres, konflik, frustrasi, serta masalah dengan cara-cara yang sesuai. Seseorang dapat dianggap memiliki penyesuaian yang baik jika mereka mampu mengatasi kesulitan dan masalah dengan cara yang wajar, tanpa mengorbankan diri mereka sendiri

dan nilai-nilai sosial dan agama. Penyesuaian diri istri kepada suami tunanetra non bawaan di ITMI Kota Semarang mengacu pada teori dari (Fakhriyani, 2019), bahwasannya esensi diri yang dikatan memiliki penyesuaian diri yang utuh dapat dilihat dari empat aspek diantaranya yaitu pengetahuan diri dan wawasan diri, objektivitas dan penerimaan diri, pengembangan diri dan kendali diri, dan kepuasan. Hasil penelitian menunjukkan hasil yang menarik untuk dikaji lebih dalam terkait empat aspek penyesuaian diri.

Pertama, Pengetahuan diri dan wawasan diri. Menurut Stuart dan Sundeen, (dalam Eldi Harapan & Syarwani Ahmad, 2014: 89), pengetahuan diri dan wawasan diri merupakan kumpulan ide, pemikiran, keyakinan, dan pandangan yang diketahui oleh individu tentang dirinya, yang kemudian mempengaruhi cara individu berinteraksi dengan orang lain, hal ini melibatkan pandangan individu terhadap karakter dan kemampuannya sendiri, interaksi dengan lingkungan dan orang lain, nilai-nilai yang terkait dengan pengalaman dan objek, serta tujuan dan keinginan pribadi. Teori tersebut sesuai dengan kondisi penyesuaian diri aspek pengetahuan diri dan wawasan diri pada istri kepada suami tunanetra non bawaan di ITMI bernama N informan ini sudah bisa memahami keadaan suaminya, serta yakin dengan keputusannya dalam membangun hubungan yang harmonis dalam rumah tangganya. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan diri dan wawasan diri dapat menjadi pendorong utama dalam aktivitas mengetahui kemampuan mengenali kelebihan dan kekurangan diri.

Aspek pengetahuan diri dan wawasan diri merupakan kesadaran terhadap kelemahan yang diterima dengan sikap positif terhadap kelemahan tersebut (Kulmalasari, F. & Ahyani 2012:23). Teori tersebut sejalan dengan kondisi penyesuaian diri dari istri kepada suami tunanetra non bawaan yang bernama IS menjelaskan bahwa sikap positif seorang istri terhadap hubungannya dengan suaminya, yang berakar pada keyakinan terhadap adab dengan suami sesuai dengan pandang Islam, pemahaman diri, komunikasi dua arah, dan kemampuan untuk menyesuaikan diri dalam menghadapi berbagai tantangan. Pendekatan ini mencerminkan keinginan IS untuk selalu bersikap positif dengan keadaan suaminya dan berusaha untuk menyesuaikan diri dengan kondisinya yang sekarang dalam berinteraksi sehari-hari. Sama dengan kondisi penyesuaian diri anggota Ikatan Tunanetra Non Bawaan bernama L yang menyatakan bahwa melalui kesadaran terhadap motivasi dari anak-anaknya sehingga mampu menyesuaikan diri dengan suaminya dan upaya untuk membangun fondasi yang kokoh dalam hubungan keluarga yang sehat dan harmonis. Pernyataan ini menunjukkan bahwa pemahaman L akan pentingnya menyesuaikan diri dengan kondisi rumah tangga sebagai sarana untuk mengembangkan dirinya.

Berdasarkan dari paparan diatas dapat disimpulkan bahwa pengetahuan diri dan wawasan diri memiliki peran penting dalam penyesuaian diri istri kepada suami tunanetra non bawaan. Teori yang diutarakan oleh Stuart, Sundeen, Kumalasari, dan Ahyani mendukung

gagasan bahwa pemahaman tentang diri sendiri, keyakinan, dan pandangan dapat memengaruhi interaksi dengan orang lain. Para informan, seperti N, IS, dan L, menunjukkan bahwa sikap positif, pemahaman diri, komunikasi dua arah, dan kemampuan menyesuaikan diri memainkan peran kunci dalam menjalani hubungan dengan suami tunanetra non bawaan. Kesadaran terhadap kelemahan dihadapi dengan sikap positif juga menjadi elemen penting dalam penyesuaian diri, yang dapat membantu mengatasi konflik dan membangun hubungan yang sehat dan harmonis dalam keluarga.

Kedua, Objektivitas dan penerimaan diri. Menurut pandangan (Pelmatasari & Gamayanti, 2016: 140), aspek menerima diri sendiri berarti menemukan karakter dan dasar yang membentuk integritas dan kerendahan hati. Teori tersebut sesuai dengan kondisi penyesuaian diri istri kepada suami tunanetra non bawaan bernama N mengatakan bahwa pendekatannya terhadap pentingnya memahami akar masalah, mencari solusi dan segera menyelesaikan masalahnya agar tidak terbawa beban masalah yang berat. N menekankan pentingnya penyelesaian dan penerimaan diri menjadi kunci untuk membangun kedekatan dan kerjasama dalam menghadapi tantangan bersama.

Aspek objektivitas menurut Arifin yaitu pada saat berfikir harus sesuai dengan fakta atau dengan apa yang terjadi (Arifin, 2020: 66). Teori tersebut sesuai dengan kondisi penyesuaian diri istri kepada suami tunanetra non bawaan bernama IS menyampaikan bahwa ketika mendapatkan tantangan bisa berfikir positif dalam menghadapinya dan menerima diri dengan kondisi keluarganya. IS juga menganggap dengan adanya masalah dapat mengembangkan dirinya dan juga mengendalikan dirinya mencari solusi untuk menyelesaiannya. Sama halnya dengan kondisi penyesuaian diri aspek objektivitas dan penerimaan diri pada informan L yang menekankan usahanya untuk tetap bersikap positif dan objektif dalam menghadapi masalah yang dihadapi keluarganya serta bersyukur dengan nikmat yang diberikan Allah kepadanya. L mencoba menerima setiap keadaan yang dihadapinya. L terkadang juga meminta pendapat dari temannya dan suaminya sebagai bentuk dukungan dan pandangan dari sudut pandang yang berbeda. Hal ini mencerminkan pentingnya kolaborasi dan dukungan sosial dalam mengatasi berbagai tantangan hidup.

Berdasarkan diatas menggambarkan pemahaman dan penerapan aspek objektivitas dan penerimaan diri dalam mengatasi masalah ketiga informan yang merupakan para istri yang memiliki suami tunanetra non bawaan, yaitu N, IS, dan L. Konsep objektivitas dan penerimaan diri, seperti yang dijelaskan oleh Permatasari dan Arifin, tercermin dalam pendekatan ketiganya terhadap masalah N mengutamakan untuk memahami, menerima dan menyelesaikan masalah bersama-sama menjadi fondasi penting dalam membangun hubungan keluarga yang sehat dan harmonis. IS, sementara itu berusaha tetap fokus pada pandangan positif terhadap masalah dan kemampuan untuk mencari solusi menjadi elemen penting dalam penyesuaian diri terhadap situasi yang dialami dalam rumah tangganya. L menunjukkan pentingnya

sikap positif dan objektif dalam kemampuan menerima diri sendiri dalam menghadapi permasalahan kehidupan serta pentingnya kolaborasi dan dukungan sosial melalui interaksi dengan temannya dan suaminya. Dari ketiga informan memperlihatkan pemahaman yang baik terhadap aspek objektivitas dan penerimaan diri dalam menghadapi masalah dengan berbagai pendekatan yang sesuai dengan konteks dan kebutuhan masing-masing individu.

Ketiga, Pengembangan diri dan kendali diri. Menurut Alberlt & Emmons aspek pengembangan diri dan kendali diri dapat dilihat dari pengendalian diri dapat mengembangkan kepribadian menuju kedewasaan, memungkinkan penanganan kegagalan dengan kedewasaan (Kulmalasari & Ahyani 2012: 23). Kemampuan untuk mengendalikan diri adalah keterampilan untuk membimbing, mengatur, dan mengarahkan pola perilaku menuju hasil yang positif serta merupakan potensi yang bisa ditingkatkan dan dimanfaatkan oleh individu selama tahapan-tahapan dalam kehidupan, termasuk dalam menghadapi situasi yang ada dilingkungan sekitarnya (Marsella & Sulpriatna 2019: 67). Kedua teori tersebut sejalan dengan kondisi penyesuaian diri istri kepada suami tunanetra non bawaan, ketiga informan bernama N, IS dan L. N menyampaikan bahwa mengembangkan diri dalam penyesuaian diri menjadi lebih bersyukur dan ikhlas terhadap kekurangan dan kelebihan diri dan berdampak positif pada pemikiran dan perkembangannya. Dengan demikian N tetap semangat dan optimis terhadap perkembangan penyesuaian dirinya dengan keadaan suaminya.

Sama halnya informan IS mengungkapkan strateginya dalam menghadapi kondisi yang ada dengan dijalani dulu tanpa harus dibayangkan kedepannya seperti apa. IS memiliki keyakinan bahwa apa yang dilakukannya sesuai dengan keyakinannya sendiri, dan IS memiliki pemahaman yang jelas terhadap keadaan yang terjadi. Strategi ini mencerminkan keyakinannya dan penyesuaian dirinya dalam tindakan keputusannya tanpa harus membebani diri dengan opini orang lain yang mungkin tidak selalu sesuai dengan pandangannya.

Selanjutnya informan L menyampaikan bahwa strategi yang diterapkan untuk tetap yakin bahwa Allah tidak akan memberikan cobaan melebihi kemampuan hambanya dan berani berinteraksi dengan orang-orang yang *mensuppotnya*. Dari pernyataan tersebut L menyadari akan pentingnya berserah diri kepada Allah dan berinteraksi sosial serta memiliki keterbukaan untuk membangun jejaring yang dapat memberikan dukungan persahabatan dan pengalaman positif dalam kehidupannya. Pernyataan ini menunjukkan kesadaran akan arti pentingnya berserah diri dan interaksi sosial dalam membentuk keyakinan dan relasi positif terhadap kesehatan psikologis.

Berdasarkan paparan tersebut menunjukkan aspek pengembangan diri dan kendali diri dalam penyesuaian diri berdasarkan konteks kehidupan dari ketiga informan istri kepada suami tunanetra non bawaan, yaitu N, IS dan L. berdasarkan teori Alberlt & Emmons dan Marsela & Supriatna yang mendefinisikan tentang Kemampuan untuk mengembangkan diri dan

mengendalikan diri tidak hanya membantu individu dalam menghadapi kegagalan dengan kedewasaan, tetapi juga memungkinkan mereka untuk membimbing, mengatur, dan mengarahkan perilaku menuju hasil yang positif. Informan N memiliki sikap yang positif dan tekad untuk terus berkembang, menjadikan pengalaman penyesuaian diri sebagai peluang untuk tumbuh dan memperkaya diri. Informan IS menunjukkan kemandirian dan penyesuaian diri berfokus pada tindakan langsung dan memprioritaskan keyakinannya dengan mengabaikan pandangan negatif orang lain. Selanjutnya, L menggambarkan kesadaran akan pentingnya berserah diri dan berinteraksi sosial dengan teman dekat sebagai bentuk pengembangan diri dan kendali diri terhadap kesehatan psikologisnya, dengan berani membentuk hubungan sosial dan berserah diri kepada Allah. Hal ini mencerminkan integrasi konsep pengembangan diri dan kendali diri dalam penyesuaian diri berdasarkan pandangan ketiga informan tersebut.

Menurut Alberlt & Emmons aspek kepuasan yang melibatkan rasa puas terhadap segala tindakan, menganggap setiap pengalaman sebagai pembelajaran, dan merasakan kepuasan ketika keinginan terpenuhi (Kulmalasari & Ahyani, 2012: 23). Teori tersebut sesuai dengan kondisi penyesuaian diri informan istri bernama N yang menyatakan bahwa aspek kepuasan dalam penyesuaian dirinya bisa terwujud melalui aktifitas bergabung dalam komunitas Ikatan Tunanetra Muslim Indonesia dan juga mengikuti Majelis Pengajian Difabel, di mana N dapat memperoleh dukungan dan pengetahuan untuk meningkatkan keterampilan serta memahami kebutuhan suaminya dengan lebih baik. Sama halnya dengan kondisi penyesuaian diri aspek kepuasan pada informan IS mengatakan bahwa setelah bergabung dengan komunitas Ikatan Tunanetra Muslim Indonesia, IS mengalami peningkatan kepuasan dalam penyesuaian diri dengan suaminya yang tunanetra non bawaan. Selain itu, suminya juga mengalami perubahan positif setelah bergabung dengan komunitas tersebut. Kini, suaminya dapat menggunakan handphone dan membaca Al-Qur'an braille, sesuatu yang sudah lama tidak dilakukannya. Hal ini membuatnya menjadi lebih rajin dalam membaca Al-Qur'an.

Menurut (Abbas, 2019: 111) aspek kepuasan dalam pernikahan dianggap sebagai aspek yang sangat penting bagi individu yang menjalani pernikahan, menjadi sebuah penilaian atau ukuran keberhasilan pernikahan, dan sejauh mana ekspektasi individu terpenuhi dalam hubungan tersebut. Teori tersebut sesuai dengan kondisi penyesuaian diri istri kepada suami tunanetra non bawaan bernama L menyampaikan bahwa setelah mengikuti komunitas Ikatan Tunanetra Muslim Indonesia, L berhasil menemukan aspek kepuasan dalam penyesuaian dirinya kepada suami tunanetra non bawaan karena merasa adanya dukungan dan support yang membantu proses adaptasinya, sehingga bisa berhubungan dan berkomunikasi yang baik dengan suaminya.

Berdasarkan teori dan pengalaman informan tersebut, dapat disimpulkan bahwa aspek kepuasan, sebagaimana yang dikemukakan oleh

Alberlt & Emmons dan Abbas, aspek kepuasan memiliki peran yang penting pada elemen integral dalam kehidupan individul, baik dalam konteks tindakan sehari-hari maupun dalam hubungan pernikahan. Informan N menunjukkan bahwa memiliki potensi untuk meningkatkan keterampilan dan pemahaman terhadap kebutuhan suaminya melalui dukungan dan pengetahuan yang diperolehnya. Dengan demikian, N dapat memperbaiki hubungan dengan suaminya dan menciptakan lingkungan yang lebih harmonis serta saling memahami dalam pernikahannya. Informan bernama IS mengungkapkan bahwa IS melngalami peningkatan kepuasan dalam penyesuaian diri dengan suaminya yang tunanetra non bawaan. Selain itu, sulaminya juga mengalami perubahan positif setelah bergabung dengan komunitas tersebut. Kemampuan suaminya menggunakan handphone dan melmbaca Al-Qulr'an braile meningkat, yang membantu dalam kegiatan sehari-hari dan meningkatkan kualitas spiritualnya, pada perubahan ini memberikan dampak positif pada hubungan mereka dan kehidupan sehari-hari suami istri tersebut. Selanjutnya informan L mengungkapkan bahwa L mengalami kepuasaan dalam berhubungan dengan suaminya dengan dukungan dan support dari komunitas sehingga bisa membantu L dalam proses adaptasi, berhulbungan dan komunikasi yang yang baik dengan suaminya. Hal ini menggaris bawahi kompeksitas perjalanan individu menuju aspek kepuasan dalam tantangan dan upaya penyesuaian diri yang menggambarkan kebahagiaan sesuai dengan kenyataan hidup.

Penutup

Bimbingan individu untuk mengembangkan penyesuaian diri istri kepada suami tunanetra non bawaan di ITMI Kota Semarang dengan menggunakan metode wawancara (curhat), interview, tahapan-tahapannya, pertama, memberikan motivasi kepada klien yang mengalami problematika dalam kehidupan dan menciptakan inspirasi keakraban kepada klien, meningkatkan penyesuaian diri dan kebersamaan yang dapat menjadi sumber kekuatan positif dalam menghadapi tantangan kehidupan. Tahap pertengahan, klien sudah mulai mengetahui solusi dari masalah, dukungan dari teman dekat dan keluarga. Tahap akhir (tindak lanjut) evaluasi dilakukan setelah kegiatan bimbingan individu mau berakhir, dimana pembimbing melaksanakan rencana tindak lanjut (*follow up*) dan membahas keberhasilan setelah melaksanakan bimbingan individu dalam upaya meningkatkan penyesuaian diri. Hasil bimbingan individu yang dicapai yaitu: aspek penyesuaian diri, *pertama* aspek pengetahuan diri dan wawasan diri, kurangnya kesadaran berinteraksi dengan disabilitas menjadi bisa berinteraksi dengan orang disabilitas, kurangnya kemampuan dalam menjalani hubungan dengan suami menjadi bisa menerima dan menjalnai hubungan baik dengan suami, *kedua* aspek objektivitas diri dan penerimaan diri, belum bisa menerima kondisi suaminya dan belum bisa realistik dalam menyelesaikan masalah menjadi bias menerima kondisi suami dan berfikir realistik dalam menyelesaikan masalah, *ketiga* aspek pengembangan diri dan

kendali diri, kurangnya kesadaran akan pentingnya perkembangan dalam penyesuaian diri menjadi sadar pentingnya penyesuaian diri dengan suaminya, selalu memikirkan pandangan negatif orang lain terhadap keluarganya menjadi tidak memikirkan pandangan negatif orang lain terhadap keluarganya, kurang interaksi sosial menjadi lebih berinteraksi sosial, *keempat* aspek kepuasan, kurang puas akan potensinya dalam meningkatkan keterampilan dan pemahaman terhadap kebutuhan suami menjadi bisa meningkatkan potensinya keterampilan dan pemahaman terkebutuhan suami, belum nyaman beradaptasi dan berkomunikasi dengan suami menjadi nyaman beradaptasi dan berkomunikasi dengan suami.

Daftar Pustaka

- Abbas, Muhammad. 2019. "Pengaruh Penyesuaian Diri Terhadap Kepuasan Pernikahan Pada Individu Yang Menikah Melalui Proses Ta'aruf." *Cognicia* 7 (1): 112–20. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v7i1.8461>.
- Ali, Mohammad, and Mohammad Asrori. 2014. *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik*. Cet 9. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Arifin, M. 2020. "Membangun Konsep Ideal Penerapan Asas Iktikad Baik Dalam Hukum Perjanjian." *Jurnal Ius Constituedum* 5 (1): 66. <http://doi.org/10.26623/jic.v5i1.2218>.
- Edi Harapan dan Syarwani Ahmad. 2014. *Komunikasi Antarpribadi: Perilaku Insani Dalam Organisasi Pendidikan*. 1st ed. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Fakhriyani, Diana Vidya. 2019. *Kesehatan Mental*. Duta Media Publishing. Jawa Timur: Duta Media Publising.
- Kumalasari, F. & Ahyani, L.N. 2012. "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan Latifah Nur Ahyani" 1 (1).
- Marsela, Ramadona Dwi & Supriatna, Mamat. 2019. "Kontrol Diri: Definisi Dan Faktor." *Journal of Innovative Counseling* 3 (2): 65–69. http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling.
- Mulyana, Deddy. 2018. *Metodologi Penelitian Kualitatif Paradigma Baru Ilmu Komunikasi Dan Ilmu Sosial Lainnya*. Bandung: PT Remaja Rosyada.
- Muttaqin, M. Asasul, Ali Murtadho, and Anila Umriana. 2016. "Bimbingan Konseling Bagi Perempuan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga Di Lrc-Kjham Semarang." *Sawwa: Jurnal Studi Gender* 11 (2): 177. <https://doi.org/10.21580/sa.v11i2.1454>.
- Nashucha, J. A., Ismail, Moh., & Khoirotun, U. 2021. "Relevansi Teori Behavioristik 'Classical Conditioning' Dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Anak Pada Kelompok Belajar Anggrek, Taman, Sidoarjo." *JOECES: Journal of Early Childhood Education Studies* 1 (2): 110–42.
- Nurchayati, Sri Wahyuni Kaswan. 2022. "Psychological Well-Being Pada Istri Yang Memiliki Pasangan Penyandang Tuna Netra." *Character: Jurnal Penelitian Psikologi* 9 (6).

- Permatasari, V & Gamayanti, W. 2016. "Gambaran Penerimaan Diri (Self-Acceptance) Pada Orang Yang Mengalami Skizofrenia." *Psypathic, Jurnal Ilmiah Psikologi* 3 (1): 139–52.
- Rizqi, R., Putera, F., & Rochmania, A. 2022. "Peningkatan Rasa Percaya Diri Penyandang Disabilitas Netra Melalui Pembelajaran Olahraga Renang Di Slb Yasmin Sumenep." *Jurnal Prestasi Olahraga* 5 (7): 28–32.
- Suhandang, Kustadi. 2013. *Ilmu Dakwah*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Widjaja, Alia Harumdani, Winda Wijayanti, and Rizkisyabana Yulistyaputri. 2020. "Perlindungan Hak Penyandang Disabilitas Dalam Memperoleh Pekerjaan Dan Penghidupan Yang Layak Bagi Kemanusiaan." *Jurnal Konstitusi* 17 (1): 197. <https://doi.org/10.31078/jk1719>.
- Willis, Sofyan. 2014. *Konseling Individual Teori Dan Praktek*. Bandung: *Alfabeta*.
- Zulfanedi, Melsiade Fitri. 2020. "Psikologi Konseling." *Universitas Persada Indonesia*.