

Metode Layanan Bimbingan dan Konseling Untuk Membangun Kompetensi Difabel Netra

¹Dhian Riskiana Putri, ²Puji Prihwanto,

¹Psikologi, Universitas Sahid Surakarta, Indonesia

²Bimbingan dan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri Surakarta, Indonesia

Correspondence: email. ¹pujeep@gmail.com

Abstrack: Penelitian bertujuan menemukan rumusan strategi layanan bimbingan dan konseling untuk difabel netra. Difabel netra mengalami masalah berupa kehilangan atau berkurangnya fungsi indera penglihatan sehingga menghambat aktivitasnya sehari-hari. Keadaan difabel netra memunculkan rasa tidak percaya diri dan mengalami kesulitan berinteraksi dengan orang lain. Keadaan ini diperparah dengan anggapan masyarakat bahwa para difabel netra tidak mampu melakukan pekerjaan seperti orang lain pada umumnya, serta hanya menjadi beban bagi keluarga dan orang lain di sekitarnya. Oleh sebab itu, diperlukan adanya bantuan berupa layanan bimbingan dan konseling untuk membantu mengembangkan rasa percaya diri kaum difabel netra, sekaligus menumbuhkan kemampuan dalam mengerjakan pekerjaan sehari-hari. Penelitian ini menggunakan metode studi kepustakaan (library reseach), yaitu penelitian yang mendapatkan data dari sumber-sumber kepustakaan, seperti buku, koran, dokumen, artikel jurnal, dan media internet. Penelitian ini menghasilkan rumusan program bimbingan dan konseling yang ditawarkan bagi difabel netra, meliputi (1) Bimbingan fisik dan mental, meliputi bimbingan agama, olahraga, orientasi mobilitas, dan kegiatan sehari-hari; (2) Bimbingan sosial, meliputi baca tulis Braille, bahasa, dan berhitung; (3) Bimbingan keterampilan usaha/kerja, meliputi kerajinan tangan, pijat, dan kesenian. Adapun teknik konseling yang tepat diterapkan kepada difabel netra adalah teknik terapi realitas (*reality therapy*).

Kata kunci: Difabel Netra, Bimbingan dan Konseling, Terapi Realitas

Abstract: This study aims to find the formulation of a counseling and guidance service strategy for the visually impaired. People with visual impairments experience problems in the form of loss or reduced function of the sense of sight that hinders their daily activities. The condition with visual impairments creates a feeling of insecurity and has difficulty interacting with other people. This situation is exacerbated by the perception of society that people with visual impairments are unable to do work like other people in general, and only become a burden to their family and other people around them. Therefore, assistance is needed in the form of guidance and counseling services to help develop self-confidence for people with visual impairments, as well as foster their ability to do daily work. This research uses the library research method (library research), which is research that obtains data from library sources, such as books, newspapers, documents, journal articles, and internet media. This study resulted in the formulation of guidance and counseling programs offered for blind people with disabilities, including (1) physical and mental guidance, including religious guidance, sports, mobility orientation, and daily activities; (2) Social guidance, including Braille reading and writing, language and arithmetic; (3) Guidance on business / work skills, including handicrafts, massage and the arts. The counseling technique that is appropriate for the blind diffable is the reality therapy technique.

Keyword: blind diffable, guidance and counseling, reality therapy,

PENDAHULUAN

Difabel netra mengalami banyak masalah dan hambatan dalam kehidupan pribadi dan sosialnya. Hilangnya indera Rangsangan visual yang hilang membuat ruang lingkungannya terbatas. Mereka membutuhkan proses penyesuaian diri yang panjang. Keterbatasannya dalam memperoleh informasi menjadi kendala untuk menyikapi kejadian-kejadian yang ada di lingkungan sekitarnya. Keadaan ini menyebabkan efektifitas komunikasi dan interaksi difabel netra dengan orang lain sangat terbatas. Penderita difabel netra akhirnya memilih menjauh dan enggan untuk menyesuaikan diri terhadap lingkungan sosial. (Lisna Marida & Agustina Ekasari, 2017, hlm. 37)

Ketidakmampuan dan keterbatasan yang dimiliki difabel netra menyebabkan penyesuaian sosialnya menjadi terhambat. Kondisi ini seringkali menjadi kendala bagi para penyandang difabel netra dalam menghadapi lingkungannya. Permasalahan difabel Netra terhadap lingkungan sosial tersebut berdampak pada kehidupan emosionalnya. Difabel netra sering digambarkan sebagai orang yang memiliki kekurangan dan tidak berdaya. Difabel netra juga digambarkan memiliki sifat yang tidak percaya diri, penuh kebimbangan, mudah mencurigai orang lain, menghindari hubungan sosial, mudah menyalahkan orang lain, berlebihan dalam menanggapi suatu persoalan, serta tidak mau mengakui kekurangan fisiknya. (Kartika, 2018, hlm. 16)

Bagi difabel netra, keadaan hilang atau berkurangnya indera penglihatan munculkan perasaan bahwa dirinya adalah orang yang tidak berguna dan lemah. Kaum difabel netra bahkan tidak jarang menjadikan kekurangannya sebagai alasan untuk mengasihani diri sendiri karena menganggap dirinya tidak bisa melakukan apa-apa. Kaum difabel netra makin merasa terpuruk dengan keadaannya karena mereka rela mengubur cita-citanya. Mereka beranggapan bahwa kekurangan yang dimilikinya akan menghalanginya untuk mengaktualisasikan diri. Sikap ini akan lebih parah lagi apabila ia tidak memiliki keimanan yang kuat dan tidak bisa menerima takdir yang alaminya. (Hasneli & Riska, 2019, hlm. 33)

Keadaan seperti ini mendorong perlunya bantuan kepada difabel netra untuk mengembalikan semangat hidupnya. Bantuan yang dapat diberikan kepada difabel netra

berupa layanan bimbingan dan konseling. Penelitian ini akan mengkaji tentang strategi layanan bimbingan dan konseling yang tepat untuk dapat membantu menenangkan keadaan kejiwaan difabel netra. Penelitian ini penting dilakukan karena difabel netra membutuhkan bantuan berupa bimbingan dan konseling untuk dapat bangkit dari keterpurukan dan kembali memiliki semangat menjalani kehidupan. Kaum difabel netra juga memiliki hak untuk hidup dalam masyarakat dan berkarya sebagaimana orang-orang pada umumnya. Keadaan difabel netra bukan menjadi penghalang bagi seseorang untuk hidup bahagia dan berusaha meraih cita-citanya.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kepustakaan (library research) dengan mengkaji literatur-literatur yang ada tentang difabel netra dan layanan bimbingan dan konseling, kemudian menganalisisnya tajam dan kritis untuk mendapatkan sebuah gambaran strategi layanan bimbingan dan konseling untuk difabel netra. Metode kepustakaan merupakan metode penelitian yang dilakukan dengan mengambil referensi dari beberapa buku, referensi jurnal dan artikel ilmiah lainnya yang berkaitan dengan permasalahan yang dialami difabel netra dan teknik layanan bimbingan konseling yang tepat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Difabel netra adalah suatu kondisi seseorang dengan keterbatasan melihat. Indera penglihatan pada difabel netra tidak dapat menerima informasi visual sehingga menghambatnya dalam melakukan kegiatan sehari-hari. Ada dua faktor yang menyebabkan seseorang mengalami keadaan difabel netra, yaitu 1) faktor endogen, yaitu suatu keadaan di dalam individu itu sendiri, misalnya genetika atau keturunan. 2) Faktor eksogen, yaitu penyebab yang berada di luar individu, misalnya kecelakaan, pengaruh pemakaian obat-obatan, terjangkit penyakit, dan sebagainya. (Yulianto, 2014, hlm. 21)

Gangguan daya penglihatan yang dialami difabel netra dapat berupa kebutaan menyeluruh atau sebagian. Seseorang dapat dikatakan mengalami keadaan difabel netra apabila terjadi kerusakan nyata pada kedua bola mata, bagian warna hitam pada bola mata menjadi keruh/besisik/kering, terjadi peradangan

yang berat pada bola mata, dan kedua mata selalu bergoyang. Keadaan tersebut mengakibatkannya tidak mampu melihat secara keseluruhan, tidak dapat mengenali orang lain pada jarak 6 meter, sering meraba-raba ketika berjalan, kesulitan mengambil suatu benda kecil yang ada di dekatnya. (Muttaqin, 2019, hlm. 76)

Keadaan difabel netra dibagi menjadi dua kategori, yakni buta secara total (totally blind) atau memiliki fungsi penglihatan yang sangat rendah (low vision). Seseorang dapat diidentifikasi sebagai difabel netra jika terdapat dua indikator utama, 1) ketajaman penglihatan (visual acuity) kurang dari 20/200 walaupun sudah dibantu dengan menggunakan kacamata. 2) Luas lapang pandangnya kurang dari 20 derajat. (Brebahama, Triman, & Kumalasari, 2020, hlm. 76)

Seseorang yang mengalami keadaan difabel netra secara umum mengalami permasalahan pada ranah psikologis dan sosialnya. Difabel netra awalnya merasa bahwa dirinya berbeda dengan orang lain, rasa berbeda ini menjadikan mereka memiliki rasa tidak percaya diri dalam pergaulan sehari-hari dan cenderung menolak keadaan pada dirinya tersebut. Perasaan itu memunculkan tekanan psikologis yang sangat kuat dan dapat mengguncangkan jiwa bagi difabel netra yang disebabkan karena kecelakaan atau penyakit, setelah sebelumnya mereka dapat melihat secara normal. Namun, bagi seseorang yang mengalami keadaan difabel netra sejak kecil, sebelum dapat melihat secara normal, maka ia akan lebih dapat menerima keadaan dirinya secara wajar. (Suthon, 2016, hlm. 55)

Faktor lain yang juga berpengaruh pada penerimaan diri difabel netra adalah sikap dan perilaku lingkungan terhadap keadaan pada dirinya. Sikap lingkungan yang positif dan menerima dengan baik akan menjadikan difabel netra dapat berkembang secara wajar, baik dari sisi psikologis atau penerimaan dirinya. Sebaliknya, lingkungan yang bersikap negatif dan tidak mendukung, bersikap acuh, atau menolaknya keadaan difabel netra maka akan menghambat perkembangan psikologisnya dan penerimaan dirinya terhadap keadaannya yang berbeda. (Suthon, 2016, hlm. 56)

Dukungan keluarga merupakan salah satu faktor yang sangat berpengaruh pada kesehatan mental difabel netra. Anggota keluarga merupakan bagian yang tidak terpisahkan dalam kehidupan pribadi seseorang. Keluarga merupakan orang-orang terdekat yang

diharapkan dapat memberi dukungan dan pertolongan atau bantuan jika diperlukan. Dukungan keluarga adalah sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap anggotanya. Keterlibatan orang tua juga dihubungkan dengan keadaan emosional serta penyesuaian sosial individu. Dukungan orang tua yang penuh berhubungan dengan kesuksesan seseorang. Dengan adanya dukungan orang tua, seseorang dengan keterbatasannya akan memiliki gambaran diri yang positif. Kurangnya dukungan keluarga maupun lingkungan sekitar juga akan berpengaruh terhadap cara berperilakunya. Ketidakadekuatan dukungan yang didapat dan kondisi lingkungan keluarga yang tidak memadai membuat terhambatnya penyesuaian sosialnya di dalam lingkungan bermasyarakat. Hal ini karena terganggunya diri secara psikologis, seperti murung, takut, menghindar, dan rasa kecewa terhadap kondisi dirinya. (Lisna Marida & Agustina Ekasari, 2017, hlm. 37)

Individu dengan difabel netra sangat membutuhkan perhatian khusus dari orang tua. Tetapi, terkadang ditemui orang tua yang tidak memperhatikan kebutuhan anaknya yang mengalami gangguan penglihatan. Bahkan, tidak jarang orang tua yang menuntut anaknya memiliki kemampuan yang sama dengan anak-anak seusianya. Sikap orang tua seperti ini menjadi salah satu faktor yang dapat memberatkan keadaan mental difabel netra. Orang tua adalah orang yang secara emosional paling dekat bagi anak yang mengalami difabel netra. Orang tua memiliki peran penting dalam mengasuh anak dan memberikan semangat bagi difabel netra untuk menjalani kehidupan sehari-hari secara wajar. Orang tua harus menyadari bahwa anak difabel netra bukan seperti anak dengan sakit jiwa yang harus dijauhi. Orang tua hendaknya memiliki kebijaksanaan untuk menyekolahkan anak dengan difabel netra di sekolah inklusi sebagai tempat yang khusus mendidik anak yang mengalami keterbatasan. (Kamarudin, 2019, hlm. 59)

Keimanan terhadap kepercayaan agama menjadi faktor yang paling dominan mempengaruhi kesehatan mental kaum difabel netra terhadap sikap penerimaan dirinya secara wajar. Keyakinannya terhadap ajaran-ajaran agama akan dapat mengubah pola pikir difabel netra serta memperkuat kesadaran dirinya terhadap hikmah dari keadaan pada dirinya. Kesadaran tersebut akan menimbulkan sikap kepasrahan yang tinggi pada takdir yang harus

dijalaninya. Semua yang terjadi pada dirinya merupakan kehendak Tuhan yang tidak boleh disesalkan atau ditolak, sebaliknya harus diterima dengan sabar dan lapang hati, diiringi keyakinan bahwa dibalik ketetapan Tuhan pada dirinya pasti ada hikmah yang besar. (Suthon, 2016, hlm. 56)

Pola kehidupan beragama menjadi penentu sikap dan perilaku dalam kehidupan seorang difabel netra. Sikap kepasrahan terhadap ketetapan Tuhan merupakan wujud dari kekuatan keimanan difabel netra. Sikap menerima keadaan dirinya tersebut tidak terjadi secara sendirinya, tetapi perlu didukung dengan mengembangkan sikap menerima kenyataan, hingga kemudian menumbuhkan kesadaran pribadi. Kesadaran inilah yang akan menjadi sandaran seseorang dalam berperilaku sesuai ajaran agama. Sikap kesadaran ini juga menjadikan seorang difabel netra dapat memahami bahwa semua kejadian dalam hidupnya harus disikapi secara sabar dan bijaksana. (Suthon, 2016, hlm. 56)

Program Bimbingan bagi Difabel Netra

Kamarudin (2019: 57) menjelaskan pengertian bimbingan sebagai proses pemberian bantuan dari seorang pembimbing kepada individu yang membutuhkan bantuan dan dilakukan secara terus menerus dengan persiapan yang matang. Bimbingan tersebut dilakukan dalam rangka meningkatkan potensi individu secara optimal. Kegiatan bimbingan dilakukan dalam suasana asuhan yang normatif dengan menggunakan berbagai media dan teknik bimbingan. Adapun tujuan pelaksanaan bimbingan adalah agar individu mencapai kemandirian dan dapat bermanfaat baik kehidupan dirinya sendiri dan lingkungannya.

Bimbingan juga dapat dipahami sebagai suatu bentuk pelayanan kepada siswa, rekan tenaga pendidik yang lain, serta orang tua siswa yang meliputi sejumlah kegiatan. Proses pelaksanaan bimbingan dapat diprogramkan sebagai suatu kegiatan rutin, sehingga terselenggara secara berkelanjutan. Kegiatan bimbingan ditunjukkan pada para siswa yang sedang mengikuti kegiatan pendidikan di sekolah. Adapun bimbingan bagi difabel netra yang mengikuti pelajaran di sekolah umum dilakukan karena mereka mempunyai keterbatasan dalam penglihatan. Mereka membutuhkan bimbingan khusus untuk memahami materi yang telah dijelaskan guru. (Kamarudin, 2019, hlm. 57)

Setiap individu pasti memiliki potensi masing-masing yang mungkin berbeda dengan orang lain. Begitu juga bagi difabel netra, mereka secara fisik mengalami hambatan atau keterbatasan dalam penglihatan, tetapi mereka juga memiliki potensi berupa keterampilan, minat, bakat, dan cita-cita tertentu seperti orang-orang lainnya. Kesadaran ini memunculkan peluang bagi pendidikan untuk hadir sebagai sarana difabel netra mengembangkan dan mengarahkan potensinya agar dapat berkembang secara maksimal dan terarah. (Kamarudin, 2019, hlm. 58)

Program bimbingan yang dapat diterapkan dalam meningkatkan segenap potensi difabel netra agar dapat hidup secara mandiri, tanpa adanya rasa ketergantungan kepada orang lain, meliputi (1) Bimbingan Fisik dan Mental; (2) Bimbingan Sosial; dan (3) Bimbingan keterampilan Usaha/kerja. (Sukmana, 2020, hlm. 142)

1. Program Bimbingan Fisik dan Mental

Bimbingan fisik dan mental dilakukan dengan tujuan untuk memulihkan harga diri, rasa percaya diri, serta kestabilan emosi difabel netra agar terbentuk kematangan pribadi. Pelaksanaan bimbingan fisik dan mental di antaranya dengan membina keimanan dan ketakwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa serta melatih berbagai potensi yang dimilikinya. Program ini meliputi bimbingan agama, olahraga, orientasi mobilitas, dan aktivitas sehari-hari. Bimbingan agama bertujuan menjadikan difabel netra sebagai manusia yang bertakwa kepada Tuhan serta memiliki akhlak yang baik sebagai pribadi dan anggota masyarakat. Olahraga bertujuan melatih potensi fisik difabel netra agar terhindar dari serangan berbagai macam penyakit. Orientasi mobilitas bertujuan agar difabel netra dapat melakukan gerakan berpindah dari satu tempat ke tempat lain tanpa bantuan orang lain. Program bimbingan aktivitas sehari-hari atau activity daily living (ADL) diberikan agar difabel netra memiliki kemauan dan kemampuan untuk melakukan berbagai kegiatan sehari-hari secara mandiri. (Pravitasari, Socaidy, & Hadi, t.t., hlm. 56).

2. Program Bimbingan Sosial

Program bimbingan sosial bertujuan mewujudkan sikap sosial difabel netra yang berdasarkan pada tanggung jawab sosial, kesetiakawanan, dan kebersamaan. Adapun bentuk program ini meliputi beberapa latihan

sebagai berikut; (a) Berlatih membaca dan menulis huruf Braille, yakni dengan mengenalkan bentuk-bentuk huruf braille dan membacanya sebagai sarana komunikasi tertulis bagi difabel netra; (b) Berlatih berhitung, tujuannya agar difabel netra dapat berhitung secara sederhana, mudah, dan cepat; (c) Berlatih menggunakan bahasa Indonesia yang baik dan benar, tujuannya agar difabel netra dapat melakukan komunikasi lisan dengan bahasa Indonesia secara baik dan benar; (d) Belajar tentang pendidikan Pancasila dan kewarganegaraan, tujuannya agar difabel netra dapat mengamalkan nilai-nilai Pancasila dalam kehidupannya sebagai warga negara Indonesia yang baik; dan (e) Berlatih kewirausahaan, tujuannya agar difabel netra dapat menumbuhkan semangat dan jiwa wirausaha. Latihan ini dilakukan melalui pengembangan pengetahuan, keterampilan dan kepribadian sesuai kapasitasnya. (Sukmana, 2020, hlm. 143)

3. Program Bimbingan Keterampilan Usaha (Kerja)

Program ini bertujuan agar difabel netra dapat mempunyai keterampilan kerja sebagai modal untuk kehidupannya di masa depan. Bimbingan keterampilan usaha/kerja yang diterapkan harus disesuaikan dengan kemampuan serta keadaan lingkungan difabel netra. Bentuk kegiatan bimbingan untuk meningkatkan keterampilan kerja, antara lain: (a) Kerajinan tangan, yakni pembekalan keterampilan kerja membuat kerajinan tangan, seperti sapu ijuk, kemoceng, dan keset; (b) Industri Kerumahtanggaan, bertujuan membekali difabel netra suatu keterampilan usaha produktif untuk menambah penghasilan perekonomian rumah tangga; (c) Keterampilan pijat, yakni pelatihan keterampilan bagi difabel netra berupa penguasaan beberapa teknik pijat, di antaranya: (1) Message, yaitu teknik pijatan berdasarkan teori dari Jerman untuk memberikan relaksasi pada otot-otot tubuh yang berfungsi sebagai penyegaran dan penyembuhan; (2) Shiatsu, yakni teknik pijatan dengan mengutamakan tekanan, tujuannya untuk menyegarkan badan, melancarkan aliran peredaran darah, dan meningkatkan stamina tubuh; (3) Refleksi, yaitu teknik pijat yang berfungsi untuk penyembuhan dengan tekanan pada titik-titik saraf tertentu, terutama pada daerah kaki, tubuh dan tangan; (d) Keterampilan kesenian musik band dan karawitan, yaitu pelatihan atau pengajaran kesenian musik dan karawitan disesuaikan dengan bakat musik yang

dimiliki dan ditekuni oleh difabel netra, sehingga bakat yang dimiliki dapat tersalurkan dengan baik; (e) Keterampilan seni baca Al-Quran (Qira'ah), ditujukan bagi difabel netra yang muslim agar memiliki seni baca Al Qur'an yang baik; dan (f) Program penempatan dalam masyarakat. (Sukmana, 2020, hlm. 143)

Pendekatan Konseling bagi Difabel Netra

Susila (2019: 8) menjelaskan bahwa konseling adalah proses interaksi antara konselor dengan konseli secara privat dalam rangka membantu konseli memperoleh pemecahan dari permasalahan yang dihadapinya dengan cara mengubah perilaku-perilaku tertentu pada dirinya. Menurut Dra. Hallen A, sebagaimana dikutip oleh Susila (2019: 8) konseling adalah suatu teknik layanan bimbingan yang dilakukan dalam suatu rangkaian pertemuan secara langsung antara konselor dengan konseli dengan wawancara dan tatap muka. Tujuan dilakukan konseling adalah agar individu mendapat pemahaman terhadap dirinya secara lebih baik, mampu mencari jalan pemecahan atas permasalahannya, dan dapat menggerakkan dirinya untuk mengembangkan potensi-potensinya sehingga berkembang secara optimal. Dengan demikian, ia akan dapat mencapai kebahagiaan secara pribadi dan memberi manfaat bagi lingkungan sosial. Pendekatan konseling secara umum memiliki beberapa elemen, yaitu (1) proses membantu individu untuk membuat pilihan-pilihan, serta kesediaan bertindak atas dasar pilihannya tersebut, (2) adanya proses belajar, dan (3) ada perkembangan kepribadian.

Pelaksanaan konseling bertujuan membantu individu agar dapat menjadi pribadi yang bermanfaat bagi diri dan lingkungannya, mempunyai pandangan, penilaian, dan pilihan, serta memiliki keterampilan penyesuaian diri yang tepat sesuai keadaan dirinya dan lingkungan sekitar. Individu juga diharapkan dapat memiliki sikap kemandirian, dapat memahami dan menerima diri serta lingkungannya secara obyektif, realistik, dan positif, serta mampu mengambil keputusan secara bijaksana dan bertanggung jawab. Individu juga diharapkan dapat mengembangkan diri dalam kehidupan yang bermakna, serta memperoleh kebahagiaan hidup sesuai keyakinan agamanya. (Arista Kiswantoro, Indah Lestari, & Edris Zamroni, 2017, hlm. 413)

Berbagai teknik konseling dapat diterapkan sebagai bentuk layanan kepada

difabel netra, salah satunya adalah konseling individu dengan pendekatan terapi realitas (reality therapy). Konseling individu adalah bantuan yang diberikan konselor kepada seorang konseli yang bertujuan mengupayakan perkembangan potensinya secara optimal. Dengan demikian diharapkan konseli memiliki kemampuan untuk dapat mengatasi masalahnya sendiri, serta menyesuaikan diri secara positif terhadap diri dan lingkungannya. Teknik konseling individual diterapkan dengan tujuan agar konseli dapat menumbuh-kembangkan potensinya dan membantu individu menyelesaikan masalah yang dihadapinya.(Nur Kholifah, 2019, hlm. 9)

Teknik konseling dengan pendekatan terapi realitas menekankan pada tanggung jawab konseli terhadap keadaan yang dialaminya sekarang. Pendekatan konseling realitas tidak berfokus pada peristiwa-peristiwa masa lalu, tetapi lebih cenderung mendorong konseli menghadapi realita/keadaan senyatanya pada masa sekarang, yakni dengan melakukan perubahan perilaku secara bertanggungjawab. Terapi realitas dilakukan dengan membuat perencanaan dan melakukan tindakan sesuai rencana tersebut. Terapi realitas mengupayakan agar konseli dapat menyadari bahwa tujuan dari semua tindakannya adalah untuk memenuhi kebutuhan yang mendasar. Adanya sikap penerimaan tanggung jawab ini diharapkan dapat membantu konseli mencapai kematangan kepribadian secara mandiri.(Nur Kholifah, 2019, hlm. 9)

Pendekatan konseling dengan terapi realitas memiliki beberapa ciri khusus, yaitu: (1) Berpegang pada prinsip bahwa tidak individu yang mengalami sakit mental, melainkan adanya perilaku tidak bertanggung jawab pada individu, tetapi mentalnya masih dalam keadaan sehat; (2) Berfokus pada keadaan masa mendatang yang lebih baik, yakni dengan mengubah atau memperbaiki perilaku pada masa sekarang. Perilaku yang terjadi pada waktu lalu tidak dapat diubah, melainkan harus diterima sebagaimana adanya dan dijadikan sebagai pengalaman berharga; (3) Menekankan pada aspek kesadaran konseli. Kesadaran ini dinyatakan dalam bentuk perubahan perilaku pada hal-hal yang harus dikerjakan konseli atau sesuatu yang ingin dilakukannya. Tanggung jawab dan perilaku nyata yang harus diwujudkan konseli merupakan sesuatu yang bernilai dan bermakna serta disadarinya; (4) Menekankan pada tanggung jawab konseli melalui perwujudan perilaku yang

nyata agar dapat bernilai guna bagi diri konseli sendiri maupun orang lain.(Nur Kholifah, 2019, hlm. 9)

Posisi konselor dalam terapi realitas adalah menjadi dirinya sendiri sebagai seseorang yang berusaha membantu konseli untuk memenuhi kebutuhannya dengan cara membangun hubungan personal. Terapi realitas juga menekankan pada kesadaran konseli bahwa setiap tindakan yang dilakukan individu harus dilandasi dengan tanggung jawab. Konselor tidak berhak memberikan hukuman terhadap kesalahan yang dilakukan konseli, karena dianggap tidak efektif terhadap perkembangan konseli. Kesadaran konseli terhadap kesalahan yang dilakukannya pada masa lalu diharapkan dapat membantu konseli belajar bertanggungjawab dan menerima konsekuensi atas tindakannya tersebut.(Nur Kholifah, 2019, hlm. 10)

Adapun langkah-langkah konseling yang diterapkan dalam pendekatan terapi realitas, yaitu (1) Mengawali konseling dengan penerimaan dan penuh perhatian sehingga konseli merasa diterima dan muncul rasa nyaman dengan konselor. Konselor juga harus menciptakan rapport, yaitu hubungan baik dengan konseli. Tujuan pelaksanaan rapport adalah agar timbul kesadaran dan rasa percaya pada konseli bahwa segala usaha yang dilakukan konselor benar-benar untuk kepentingan konseli. (2) Inti konseling dengan mendorong konseli mengatakan perasaan-perasaannya saat menjalani konseling sekarang ini, bukan berputar dengan menceritakan peristiwa masa lalu. Konseli diarahkan untuk menumbuhkan kesadaran akan tanggung jawabnya pada saat ini. (3) Mengakhiri konseling setelah konseli memperoleh pemahaman tentang dirinya dan menyadari tanggung jawab yang dimiliki. Proses konseling memasuki tahap akhir apabila konseli memiliki kepercayaan terhadap dirinya bahwa dia mampu menghadapi segala konsekuensi atas pilihannya.(Nur Kholifah, 2019, hlm. 10)

Peran konselor selama pelaksanaan konseling, yakni sebagai motivator yang mendorong konseli untuk menerima keadaan pada masa sekarang, diwujudkan dengan perbuatan maupun harapan yang ingin dicapainya. Konselor juga berperan mendorong konseli untuk mampu mengambil keputusan sendiri, sehingga tidak selalu hidup dalam ketergantungan kepada orang lain. Konselor juga berfungsi sebagai moralis yang memegang peranan untuk menentukan kedudukan nilai dari

tingkah laku konseli. Konselor akan memberi pujian apabila konseli bertanggung jawab atas perilakunya, dan memberi penilaian tidak baik pada perilaku konseli yang tidak menunjukkan rasa tanggung jawab. (Nur Kholifah, 2019, hlm. 11)

SIMPULAN DAN SARAN

Difabel netra memiliki keterbatasan dalam hal indera penglihatan. Keterbatasan ini membawa dampak pada kondisi psikologis individu, baik dalam hubungannya dengan diri sendiri maupun orang lain. Keadaan difabel netra dapat menyebabkan munculnya rasa tidak percaya diri dan cenderung menutup diri dari berinteraksi dengan orang lain. Pandangan masyarakat awam yang menganggap para penyandang difabel netra tidak bisa melakukan apapun dan hanya menjadi beban bagi keluarga juga menjadi tekanan bagi difabel netra. Dukungan keluarga, orang terdekat dan masyarakat sekitar sangat berperan penting dalam penguatan diri para difabel netra. Dukungan juga bisa didapatkan dari profesional berupa layanan bimbingan dan konseling.

Program bimbingan yang ditawarkan bagi difabel netra meliputi bimbingan fisik dan mental, bimbingan sosial, dan bimbingan keterampilan usaha/kerja. Adapun pendekatan konseling bagi difabel netra menggunakan teknik terapi realitas (*reality therapy*). Pendekatan ini digunakan dengan alasan bahwa konseli hendaknya bertanggung jawab atas apa yang telah menjadi pilihannya dan berani menghadapi segala konsekuensinya.

Peneliti menyadari batasan penelitian ini, maka saran bagi penelitian selanjutnya untuk dapat merumuskan dan mengimplementasikan berbagai teknik layanan bimbingan konseling yang efektif terhadap difabel netra.

DAFTAR RUJUKAN

Andriani, N. S. 2016. Kebijakan Responsif Disabilitas: Pengarusutamaan Managemen Kebijakan di Level Daerah, Nasional dan Internasional. *PALASTREN*, 9(1), 26.

Arista Kiswantoro, Indah Lestari, & Edris Zamroni. 2017. Konseling bagi Konseli Berkebutuhan Khusus. Proceeding Seminar Dan Lokakarya Nasional Revitalisasi Laboratorium Dan Jurnal Ilmiah Dalam

Implementasi Kurikulum Bimbingan Dan Konseling Berbasis KKNI.

- Brebahama, A., Trimana, A., & Kumalasari, D. 2020. Pelatihan Penanganan Anak Berkebutuhan Khusus Bagi Instruktur, Konselor, dan Relawan Yayasan Mitra Netra dan Persatuan Tunanetra Indonesia. *JPPM (Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 4(1), 75.
- Handayana, S. 2016. Difabel dalam Alquran. *INKLUSI*, 3(2), 267.
- Hasneli, H., & Riska, F. M. A. 2019. Gambaran Aktualisasi Diri Penyandang Tuna Netra (Studi pada Boy Sandi Penyanyi Minang). *Al-Qalb: Jurnal Psikologi Islam*, 9(1), 32–40.
- Ika Arinia Indriyany. 2015. Pelayanan Publik Dan Pemenuhan Hak Difabel: Studi tentang Layanan Pendidikan Inklusif melalui Kasus Pemindahan Difabel dari Sekolah Reguler ke Sekolah Luar Biasa di Yogyakarta. *INKLUSI*, 2(1), 20.
- Jamal, K., Fatah, N., & Wilaela, W. 2017. Eksistensi Kaum Difabel Dalam Perspektif Al-Qur'an. *Jurnal Ushuluddin*, 25(2), 221.
- Kamarudin. 2019. Bimbingan Karir Terhadap Anak Tuna Netra: Studi Kasus di Sekolah Luar Biasa Negeri Pinrang. *Indonesian Journal of Islamic Counseling (IJIC)*, 1(1).
- Kartika, R. 2018. Pola Pengasuhan Anak Pada Orang Tua Tuna Netra (Studi Kasus Klinik Pijat Tuna Netra Barokah). *Jurnal Pendidikan Ilmu Sosial*, 27(2), 156.
- Keumala, C. R. N. 2016. Pengaruh Konsep Desain Universal Terhadap Tingkat Kemandirian Difabel: Studi Kasus Masjid UIN Sunan Kalijaga dan Masjid Universitas Gadjah Mada. *INKLUSI*, 3(1), 19.
- Lisna Marida, & Agustina Ekasari. 2017. Dukungan Keluarga dan Resiliensi Diri terhadap Penyesuaian Sosial pada Penyandang Tuna Netra. *Soul*, 9(1).

- Millati, S. 2016. Social-Relational Model Dalam Undang-Undang Penyandang Disabilitas. *INKLUSI*, 3(2), 20.
- Muttaqin, A. 2019. Etika Sosial terhadap Difabel Netra: Analisis Semantik Alquran. *INKLUSI*, 6(1), 71.
- Nur Kholifah. 2019. *Konseling Individual Dengan Teknik Realitas Untuk Menumbuhkan Self-Acceptance Pada Penyandang Disabilitas Sensorik Netra Di Balai Rehabilitasi Sosial Penyandang Disabilitas Sensorik Netra Mahatmiya Bali*. Skripsi. Institut Agama Islam Negeri Surakarta, Surakarta.
- Pravitasari, S. E., Soeaidy, M. S., & Hadi, M. t.t. Pemberdayaan Bagi Penyandang Tunanetra Guna Meningkatkan Kualitas Sumber Daya Manusia (Studi Pada UPT Rehabilitasi Sosial Cacat Netra Malang). 7.
- Sukmana, O. 2020. Program Peningkatan Keterampilan Bagi Penyandang Disabilitas Netra (Studi di Panti Rehabilitasi Bina Netra Malang, Jawa Timur). 9(02), 15.
- Susila. 2018. *Pelaksanaan Layanan Bimbingan Konseling pada Siswa SLB Sekota Banda Aceh*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, Banda Aceh.
- Suthon. 2016. Pola Keberagaman Kaum Tuna Netra dan Dampak Psikologis terhadap Penerimaan Diri. *Quality*, 4(1).
- Yulianto, M. J. 2014. Konsepsi Difabilitas Dan Pendidikan Inklusif. *INKLUSI*, 1(1), 20.