

Emotional Maturity and Resilience with Adjustment: Correlational study in Blind Adolescent

Kematangan Emosi dan Resiliensi dengan Penyesuaian Diri: Studi Korelasi pada Remaja Tunanetra

Mettavantya El-Musavira¹

¹ Magister Profesi Psikologi,
Universitas Katholik Soegijapranata, Indonesia
Email: 1mettavantya22@gmail.com

Suparmi²

² Magister Profesi Psikologi,
Universitas Katholik Soegijapranata, Indonesia
Email: 2minuk@unika.ac.id

Esthi Rahayu³

³ Magister Profesi Psikologi,
Universitas Katholik Soegijapranata, Indonesia
Email: 3esthi.rahayu@unika.ac.id

Correspondence:

Mettavantya El-Musavira

Magister Profesi Psikologi, Universitas Katholik Soegijapranata, Indonesia
Email: mettavantya22@gmail.com

Abstract

Adjustment is a process of dealing with stress, tension, and conflict so that there is a balance between the needs and conditions of the environment. The maturity factor, especially emotional maturity is one that affects adjustment. In addition, the ability of resilience is also needed to adjust to new conditions or situations so as not to cause stress, sadness, and even depression. The purpose of this study was to determine the relationship between resilience and emotional maturity in the adjustment of blind adolescents. The population of this study was blind adolescents in the Sahabat Mata Semarang community with a sample used as many as 30 blind adolescents aged 12 to 17 years. The results of the study obtained emotional maturity, and resilience with self-adjustment has an R-value of 0.755 with a significance value of 0.000 ($p < 0.01$) which means that there is a significant relationship between emotional maturity and resilience with adjustment. The value of the coefficient of determination of 0.571 shows the percentage of contribution of emotional maturity and resilience to the adjustment of blind adolescents, which is 57.1%, while the remaining 42.9% is the influence of other factors. The results of the partial correlation test showed that between emotional maturity and self-adjustment had a partial value of 0.645 with a Sig. value of 0.000 ($p < 0.01$); and between resilience and self-adjustment has a partial value of 0.708 with a Sig. value of 0.000 ($p < 0.01$) which means that between the two correlations has a very significant relationship. The partial correlation value obtained shows that there is a strong correlation between the independent variable (emotional maturity, and resilience) and the dependent variable (adjustment).

Keyword : Resilience, Emotional Maturity, Adjustment, Blind Adolescent

Abstrak

Penyesuaian diri merupakan proses menghadapi stres, ketegangan, dan konflik sehingga terjadi keseimbangan antara kebutuhan dan keadaan lingkungannya. Faktor kematangan, khususnya kematangan emosi merupakan salah satu yang mempengaruhi penyesuaian diri. Selain itu, kemampuan resiliensi juga sangat dibutuhkan untuk menyesuaikan diri dengan kondisi atau situasi baru sehingga tidak menimbulkan stres, sedih bahkan depresi. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara resiliensi dan kematangan emosi terhadap penyesuaian diri remaja tunanetra. Populasi penelitian ini adalah remaja tunanetra yang berada di komunitas Sahabat Mata Semarang dengan sampel yang digunakan sebanyak 30 remaja tunanetra berusia 12 sampai 17 tahun. Hasil penelitian diperoleh kematangan emosi, dan resiliensi dengan penyesuaian diri memiliki nilai R sebesar 0,755 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,01$) yang artinya terdapat hubungan signifikan antara kematangan emosi dan resiliensi dengan penyesuaian diri. Nilai koefisien determinasi sebesar 0,571 menunjukkan persentase sumbangan kematangan emosi dan resiliensi terhadap penyesuaian diri remaja tunanetra yaitu sebesar 57,1%, sedangkan sisanya sebesar 42,9% merupakan pengaruh dari faktor lain. Hasil uji korelasi parsial menunjukkan bahwa antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri memiliki nilai parsial sebesar 0,645 dengan nilai Sig. sebesar 0,000 ($p < 0,01$); dan antara resiliensi dengan penyesuaian diri memiliki nilai parsial sebesar 0,708 dengan nilai Sig. sebesar 0,000 ($p < 0,01$) yang berarti bahwa diantara kedua korelasi tersebut memiliki hubungan yang sangat signifikan. Nilai korelasi parsial yang didapatkan menunjukkan bahwa terdapat korelasi kuat di antara variable independent (kematangan emosi, dan resiliensi) dengan variable dependent (penyesuaian diri).

Kata Kunci : Resiliensi, Kematangan Emosi, Penyesuaian Diri, Remaja Tunanetra

Copyright (c) Psikostudia: Jurnal Psikologi

Received 2023-05-19

Revised 2023-05-19

Accepted 2023-08-21



LATAR BELAKANG

Gangguan penglihatan merupakan penyebab disabilitas yang menduduki peringkat keenam di seluruh dunia dengan total 285 juta orang (Rius et al., 2014). Di Indonesia, belum ditemukan data terkini tentang jumlah disabilitas. Namun pada tahun 2007, BPS Nasional mencatat 8,3 juta jiwa dari 82.840.600 jiwa populasi di Indonesia mengalami disabilitas. Data tahun 2011 oleh Pendataan Program Perlindungan Sosial (PPLS) menemukan adanya 5.921 penyandang tunanetra, 1.207 tunarungu, tunawicara, tunanetra, dan 2.991 dengan tunarungu, tunawicara, tunanetra, dan tunadaksa. Data ini tersebar dari seluruh Indonesia dengan jumlah terbanyak berada di Provinsi Jawa (Kementerian Kesehatan RI, 2014).

Soemantri (2018) menjelaskan bahwa tunanetra merupakan kondisi gangguan dimana kedua panca indera penglihatan tidak dapat berfungsi dalam menerima informasi untuk kegiatan sehari-hari. Beberapa kelompok tunanetra antara lain individu dengan penglihatan 'setengah melihat' atau *low vision* dan individu dengan kebutaan (tidak bisa menerima rangsang cahaya dari luar). Ketunanetraan membuat pemahaman dan pengenalan terhadap dunia luar menjadi tidak lengkap. Kondisi ini membuat karakteristik kognitif, sosial, emosi, motorik dan kepribadian individu tuna netra menjadi bervariasi hidup (Tunde-Ayinmode dkk., 2011). Penelitian oleh Sari (2018), menunjukkan bahwa siswa tuna netra membutuhkan waktu lebih lama dibandingkan individu normal untuk bersosialisasi dan menyesuaikan diri dengan lingkungan teman. Pada kasus tuna netra total bahkan kesulitan mengakses lingkungan dengan mandiri karena kurangnya dukungan dari lingkungan.

Proses menyesuaikan diri dapat menjadi lebih sulit bagi individu tunanetra yang memasuki usia remaja. Pandey (2018) menyebutkan bahwa masa remaja adalah periode transisi antara masa anak ke masa dewasa. Periode ini ditandai dengan perkembangan emosi, sosial dan seksual baru yang penuh ketegangan. Remaja memiliki kebutuhan baru sehingga perlu menyesuaikan diri. menyesuaikan diri. Oleh karena itu, penelitian ini menyoroti pada kasus remaja tunanetra yang pada masa remaja muncul banyak ketegangan dan juga tantangan akibat proses transisi antara masa anak ke dewasa sehingga mereka perlu menyesuaikan diri terutama berkaitan dengan keterbatasan penglihatannya.

Ketunanetraan, sama seperti kebanyakan gangguan kronis lainnya, dapat menyebabkan tekanan psikososial sehingga menimbulkan ketidakmampuan menyesuaikan diri. Penyesuaian diri merupakan sebuah proses menanggapi tuntutan dan tekanan (Tunde-Ayinmode dkk., 2011). (Sobur, 2013), menjelaskan bahwa individu yang dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya, dapat bergaul dengan baik. Namun hasil penelitian berbeda oleh Rohmat (2018) terhadap dua siswa tunanetra Sekolah Menengah Pertama menunjukkan bahwa terdapat perbedaan penyesuaian diri individu tunanetra di sekolah. Salah satu subjek menunjukkan penyesuaian diri yang positif, sedangkan subjek yang lain menunjukkan penyesuaian diri negatif. Penyesuaian diri negatif mengarah pada kondisi

sedih dan keinginan untuk menyerah. Ghufroon & Risnawati (2017), menyatakan bahwa individu yang tidak dapat melakukan penyesuaian adalah individu yang rasa sedih, kecewa, dan putus asa telah mengganggu fungsi fisiologis dan psikologisnya

Kehilangan penglihatan adalah tahap kehidupan yang berdampak negatif pada setiap individu (Genet dkk., 2021). Hasil wawancara terhadap J yang merupakan remaja dengan gangguan tunanetra, menunjukkan bahwa ketunanetraan yang dialaminya menimbulkan banyak kesulitan seperti kesulitan makan sendiri hingga membutuhkan bantuan orang lain dalam aktivitas buang air. Ketunanetraan yang dialami J membuatnya harus berjuang untuk mengatasi berbagai perubahan seperti belajar berjalan, belajar huruf braille, dan belajar mandiri memenuhi kebutuhan pribadinya seperti makan dan mandi. Saat usianya menginjak 14 tahun, J mulai melanjutkan jenjang pendidikan lewat kejar paket A dan saat ini sedang menyelesaikan Pendidikan kejar paket B. J menghabiskan waktunya untuk aktif dalam komunitas tunanetra nonprofit dengan mendalami tentang ilmu komputer. Berdasarkan hasil wawancara, diketahui bahwa J dapat mengatasi situasi yang sulit dan bertahan untuk mendapatkan derajat disabilitas yang lebih ringan. Menurut (Rantelaen & Huwae, 2022), individu yang berhasil bertahan dan mengatasi situasi sulit disebut dengan resiliensi. (Sivilli & Pace, 2014), menjelaskan resiliensi sebagai kemampuan untuk mengatasi stres secara sehat dan efektif sehingga membantu mencegah dan melindungi dari efek negatif stres.

Rantelaen & Huwae (2022) menyatakan bahwa kemampuan resiliensi sangat dibutuhkan untuk menyesuaikan diri dengan kondisi atau situasi baru sehingga tidak menimbulkan stres, sedih bahkan depresi. Lebih lanjut, mereka melakukan penelitian terhadap mantan pecandu narkoba yang hasilnya menunjukkan bahwa salah satu faktor yang dapat meningkatkan penyesuaian diri individu adalah resiliensi. Sejalan dengan pendapat tersebut, Pinquart & Pfeiffer (2012), yang melakukan penelitian untuk membandingkan penyesuaian psikologis antara 158 remaja tunanetra dengan 158 remaja awas. Hasilnya adalah mayoritas remaja tunanetra memiliki penyesuaian diri yang baik. Partisipan tampak resilien dan memiliki adaptasi positif dalam menghadapi kesulitan.

Jain & Pasrija (2014), menyebutkan beberapa faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri yaitu kondisi jasmani atau fisik, status sosial ekonomi, lingkungan keluarga, kecemasan dan yang paling utama adalah faktor kematangan. Individu dengan kematangan emosi dapat menyesuaikan diri secara efektif dengan dirinya sendiri, anggota keluarga, serta lingkungan sekolah, masyarakat dan budaya. Parua (2015) melakukan studi untuk mengetahui perbedaan perkembangan emosi pada siswa tunanetra yang belajar di sekolah terpadu dan siswa di sekolah khusus. Hasil penelitiannya menunjukkan adanya perbedaan emosi yang signifikan antara siswa tunanetra yang belajar di sekolah terpadu dan sekolah khusus. Selain itu ditemukan bahwa siswa tunanetra yang belajar di sekolah terpadu lebih matang secara emosi daripada siswa yang berada di sekolah khusus. Penelitian lain oleh Chaturvedi & Aggarwal (2018) terhadap

siswa yang memiliki gangguan penglihatan menunjukkan bahwa subjek memiliki tingkat kematangan emosional rata-rata. Lebih lanjut, penelitian ini mengungkap bahwa subjek laki-laki memiliki kemandirian yang kurang, ketidakmampuan emosional, regresi emosional, penyesuaian sosial, fleksibilitas dan kemampuan adaptasi yang buruk.

Pernyataan di atas sejalan dengan Soemantri (2018) yang menyebutkan bahwa individu tunanetra mengalami hambatan dalam perkembangan emosinya. Ketidakmampuan dalam melihat membuat mereka tidak mampu mengamati reaksi emosi lingkungannya sehingga mereka kesulitan untuk menyatakan emosinya dengan tepat. Individu tunanetra lebih mudah untuk menyatakan emosi secara verbal sejalan dengan bertambahnya kemampuan intelektual dan kemampuan bicara dan bahasanya. Individu tunanetra juga menunjukkan pola emosi negatif dan berlebihan seperti takut, malu, khawatir, cemas, mudah marah, iri dan kesedihan yang berlebihan. Hal ini terjadi akibat ketidakmampuan dan keterbatasan penglihatan dan minimnya pengalaman yang dihadapi dalam masa perkembangan. Mambela (2018) menjelaskan bahwa keterbatasan aktivitas akibat ketunanetraan menimbulkan reaksi emosional yang berpengaruh terhadap kepribadian individu tunanetra. Beberapa gejala kepribadian negatif yang muncul pada individu tunanetra yaitu rendah diri, minder, tidak percaya diri, dan menarik diri dari pergaulan.

Berdasarkan wawancara singkat tanggal 27 Maret 2021 kepada salah satu orangtua (terutama ibu) dari remaja tunanetra, diperoleh gambaran bahwa orangtua merasakan tekanan yang berat karena memiliki anak dengan tunanetra. Penyakit rubella yang menyerang ibu DV saat kehamilan usia tiga bulan merupakan penyebab gangguan yang dimiliki DV. Awalnya orangtua kesulitan untuk mengajarkan keterampilan dan informasi baru kepada anak akibat keterbatasan penglihatan yang dimiliki. Ibu DV kemudian mengikutsertakan DV dalam terapi dan memperoleh perkembangan terhadap anaknya setelah lima tahun menjalani terapi. Saat ini DV bersekolah di Sekolah Luar Biasa di Semarang. DV mulai mempelajari braille lebih dalam meskipun saat ini ia sudah mulai mengenali banyak informasi.

Namun DV masih menunjukkan perilaku marah dengan menangis dan berteriak saat menghadapi kesulitan, baik saat belajar maupun saat mendapatkan perlakuan tidak menyenangkan dari lingkungan sekitar. DV juga menjadi menutup diri dari orang lain dengan memilih bermain sendiri. Perilaku yang ditampilkan DV menunjukkan adanya kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Beberapa masalah emosi juga muncul seperti adanya penarikan diri. Penarikan diri merupakan salah satu bentuk ketidakmatangan emosi. Anand (2017), menyatakan bahwa kematangan emosi membantu individu untuk melakukan penyesuaian yang efektif dengan dirinya sendiri, anggota keluarganya, rekan-rekan di sekolah, masyarakat dan budaya. Penarikan diri menunjukkan ketidakmatangan emosi yang sangat mempengaruhi penyesuaian dirinya.

Berdasarkan latar belakang masalah dan kajian literatur yang telah di jabarkan tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan lebih mendalam antara

kematangan emosi, resiliensi dan penyesuaian diri pada remaja tunanetra.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metodologi kuantitatif korelasional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dengan variabel tergantung. Variabel tergantung yang digunakan dalam penelitian ini adalah penyesuaian diri remaja tunanetra (Y), sedangkan variabel bebas yang digunakan adalah kematangan emosi (X_1) dan resiliensi keluarga (X_2).

Penelitian ini menggunakan studi populasi dalam teknik pengambilan sampel dimana seluruh anggota populasi digunakan sebagai sampel. Menurut Sugiyono (2019), studi populasi dilakukan pada populasi yang jumlahnya relatif kecil yaitu kurang dari 30 orang. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja tunanetra berusia 12 sampai 17 tahun yang tergabung dalam komunitas sahabat mata yang fasih dalam menggunakan aplikasi teknologi *handphone* maupun *laptop* karena akan berpengaruh dalam kemampuan pengisian skala penelitian. Penelitian ini menggunakan media *google form* berupa skala dalam pengumpulan data penelitian. Dalam pengisian skala, partisipan penelitian menggunakan aplikasi JAWS dan NVDA pada *Microsoft* atau aplikasi *Talkback* pada *handphone* yang dibuat untuk penyandang tunanetra.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari tiga skala yaitu Resiliensi *Connor Davidson Resilience Scale* (CD-RISC 10) milik Campbell-Sills & Stein (2007), skala kematangan emosi, dan skala penyesuaian diri. Nilai reliabilitas pada masing-masing skala dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Nilai Reliabilitas Skala

No	Skala	Jumlah (aitem)	Nilai Reliabilitas
1	Resiliensi	10	0,787
2	Kematangan Emosi	23	0,912
3	Penyesuaian Diri	18	0,877

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metodologi kuantitatif korelasional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dengan variabel tergantung. Variabel tergantung yang digunakan dalam penelitian ini adalah penyesuaian diri remaja tunanetra (Y), sedangkan variabel bebas yang digunakan adalah kematangan emosi (X_1) dan resiliensi keluarga (X_2).

Penelitian ini menggunakan studi populasi dalam teknik pengambilan sampel dimana seluruh anggota populasi digunakan sebagai sampel. Menurut Sugiyono (2019), studi populasi dilakukan pada populasi yang jumlahnya relatif kecil yaitu kurang dari 30 orang. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja tunanetra berusia 12 sampai 17 tahun yang tergabung dalam komunitas sahabat mata yang fasih dalam menggunakan aplikasi teknologi *handphone* maupun *laptop*

karena akan berpengaruh dalam kemampuan pengisian skala penelitian. Penelitian ini menggunakan media *google form* berupa skala dalam pengumpulan data penelitian. Dalam pengisian skala, partisipan penelitian menggunakan aplikasi JAWS dan NVDA pada *Microsoft* atau aplikasi *Talkback* pada *handphone* yang dibuat untuk penyandang tunanetra.

Berdasarkan hasil perolehan data diketahui bahwa remaja tuna netra memiliki kematangan emosi dan resiliensi sehingga mampu menyesuaikan diri. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah remaja tunanetra berusia 12 hingga 17 tahun dan tergabung dalam komunitas Sahabat Mata.

Uji Asumsi Klasik

Uji Normalitas

Uji normalitas yang digunakan menggunakan Uji Kolmogorov-Smirnov dengan bantuan SPSS versi 25. Berdasarkan Tabel 2, hasil uji normalitas menunjukkan bahwa semua variabel memiliki nilai Sig. > 0,05 (kematangan emosi = 0,200; resiliensi = 0,117; dan penyesuaian diri = 0,147) yang menunjukkan bahwa data yang digunakan memiliki distribusi normal.

Tabel 2. Uji Normalitas

Variabel	K-S-Z	Sig.	Ket
Kematangan Emosi	0,112	0,200	Normal
Resiliensi	0,143	0,117	Normal
Penyesuaian Diri	0,138	0,147	Normal

Uji Linearitas

Berdasarkan Tabel 3, hasil uji linearitas diperoleh nilai F hitung sebesar 37,494 dengan sig. 0,000 ($p < 0,01$) yang menunjukkan adanya hubungan antara kematangan emosi terhadap penyesuaian diri remaja tunanetra adalah linear. Hasil dari Tabel 2 juga menunjukkan bahwa hubungan antara resiliensi terhadap penyesuaian diri remaja tunanetra juga linear dengan nilai F hitung 24,937 dengan sig. 0,000 ($p < 0,01$).

Tabel 3. Uji Linearitas

Variabel	F	Sig.	Ket.
Kematangan Emosi terhadap Penyesuaian Diri	37,494	0,000	Linier
Resiliensi terhadap Penyesuaian Diri	24,937	0,000	Linier

Uji Multikolinieritas

Pada Tabel 4, hasil uji multikolinieritas menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh atau keterkaitan satu sama lain.

Tabel 4. Uji Multikolinieritas

Variabel	Tolerance	VIF	Keterangan
Kematangan Emosi	0,617	1,621	Tidak terjadi multikolinieritas
Resiliensi	0,617	1,621	Tidak terjadi multikolinieritas

Uji Hipotesis

Hipotesis Mayor

Hasil hipotesis mayor pada Tabel 5 menunjukkan bahwa kematangan emosi, dan resiliensi dengan penyesuaian diri memiliki nilai R sebesar 0,755 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,01$) yang menunjukkan ada hubungan signifikan antara kematangan emosi, dan resiliensi dengan penyesuaian diri. Hasil lain yang didapat adalah nilai koefisien determinasi sebesar 0,571 yang artinya persentase sumbangan kematangan emosi dan resiliensi terhadap penyesuaian diri pada remaja tunanetra sebesar 57,1%, sedangkan sisanya sebesar 42,9% dipengaruhi oleh faktor lain selain faktor kematangan emosi dan resiliensi.

Tabel 5. Uji Analisis Regresi Linier Berganda

Variabel	F _{hit}	F _{tab}	R	R Square	Sig.
Kematangan Emosi, Resiliensi dengan Penyesuaian Diri	17,94	3,37	0,755	0,571	0,000

Uji Hipotesis Minor

Hasil uji korelasi parsial pada Tabel 6 menunjukkan bahwa antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri memiliki nilai parsial sebesar 0,645 dengan nilai Sig. sebesar 0,000 ($p < 0,01$); dan antara resiliensi dengan penyesuaian diri memiliki nilai parsial sebesar 0,708 dengan nilai Sig. sebesar 0,000 ($p < 0,01$) yang berarti bahwa diantara kedua korelasi tersebut memiliki hubungan yang sangat signifikan. Nilai korelasi parsial yang didapatkan menunjukkan bahwa terdapat korelasi kuat di antara variable *independent* (kematangan emosi, dan resiliensi) dengan variable *dependent* (penyesuaian diri).

Tabel 6. Uji Korelasi Parsial

Variabel	Partial	Sig.	Keterangan
Kematangan Emosi terhadap Penyesuaian Diri	0,645	0,000	Sangat signifikan
Resiliensi terhadap Penyesuaian Diri	0,708	0,000	Sangat signifikan

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menemukan adanya hubungan positif signifikan antara resiliensi, kematangan emosi dan penyesuaian diri pada remaja tunanetra dengan hasil koefisien korelasi $R_{12y} = 0,755$ dan hasil $F_{(hitung)} = 21,800$ dengan signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hipotesis penelitian dinyatakan valid yang artinya resiliensi dan kematangan emosi merupakan faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan penyesuaian diri remaja tunanetra. Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat resiliensi dan kematangan emosi remaja tunanetra, maka akan semakin tinggi juga kemampuan penyesuaian diri remaja tersebut.

Schneiders (1960) menjelaskan penyesuaian diri sebagai kemampuan mental individu untuk mengatasi konflik dan frustrasi sehingga tercapai kebutuhan dan keharmonisan diri dan lingkungannya. Penyesuaian diri memungkinkan individu tunanetra untuk hidup normal seperti individu tanpa kecacatan (Tunde-Ayinmode dkk., 2011). Individu yang dapat mencapai kebutuhan biologis, psikologis dan sosial sehingga terjadi keseimbangan antara kebutuhan dan tuntutan masyarakat memiliki penyesuaian diri yang sehat (Sharma, 2012). Hasil lain yang didapatkan adalah nilai koefisien determinasi sebesar 0,571 yang artinya persentase sumbangan kematangan emosi dan resiliensi terhadap penyesuaian diri pada remaja tunanetra sebesar 57,1%, sedangkan sisanya sebesar 42,9% dipengaruhi oleh faktor lain seperti kondisi fisik, lingkungan, agama dan budaya (Schneiders dalam Ali & Asrori, 2018).

Hasil uji hipotesis penelitian ini menunjukkan bahwa hipotesis minor pertama diterima dan hasilnya menunjukkan bahwa ada hubungan positif signifikan antara kematangan emosi dan penyesuaian diri pada remaja tunanetra. Hasil penelitian tersebut senada dengan penelitian Dewi dkk. (2018) yang menunjukkan adanya hubungan positif antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri. Hasil penelitian lain oleh (Verma dkk., 2018), juga menunjukkan hasil yang positif signifikan antara kematangan emosi dengan penyesuaian diri pada remaja sekolah menengah.

Shafeeq & Thaqib (2015) menjelaskan kematangan emosi sebagai kemampuan individu dalam mengekspresikan emosi dalam waktu dan bentuk yang tepat. Menurut Rahardjo & Kusumiati (2023), kematangan emosi penting dimiliki oleh remaja agar mampu menyelesaikan masalah dan mengambil keputusan logis dan rasional tanpa ledakkan emosi. Remaja yang tidak memiliki kematangan emosi cenderung mudah berubah suasana hatinya dan gegabah dalam mengambil keputusan. Pendapat tersebut senada dengan Herwandha & Prastuti (2020), yang menyatakan bahwa remaja yang tidak mampu mengontrol emosinya menunjukkan ketidakmatangan emosi yang mempengaruhi penyesuaian dirinya. Sebaliknya, emosi yang matang akan menghasilkan sikap yang tepat dan dapat diterima sesuai dengan lingkungan sosialnya (Murray dalam Kapri & Rani, 2014). Runyon & Haber menyebutkan salah satu ciri penyesuaian diri yang baik adalah mampu menyadari, merasakan, mengekspresikan dan mengontrol emosi dengan baik (Darsitawati & Budisetyani, 2015).

Hasil lain dari uji hipotesis penelitian ini adalah diterimanya hipotesis minor yang menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan positif signifikan antara resiliensi dan penyesuaian diri. Artinya semakin tinggi resiliensi remaja tunanetra maka semakin tinggi pula penyesuaian dirinya. Resiliensi merupakan kemampuan untuk menghadapi berbagai tantangan dan mencari solusi untuk berubah (Rojas dalam (Nabilah dkk., 2022). Hasil penelitian tersebut konsisten dengan temuan dari (Liu dkk., 2015), yang menunjukkan bahwa individu dengan tingkat resiliensi tinggi cenderung memiliki kepuasan hidup yang lebih tinggi dan masalah penyesuaian diri yang lebih

rendah selama COVID-19. Hasil penelitian yang sama oleh Yildirim dkk. (2022) juga menunjukkan bahwa resiliensi memiliki hubungan signifikan sebagai prediktor terhadap masalah penyesuaian diri dan kepuasan hidup. Artinya, individu dengan resiliensi yang tinggi memiliki kepuasan hidup dan penyesuaian diri yang lebih baik.

Resiliensi dapat menumbuhkan pribadi yang positif, ulet dan mampu beradaptasi sehingga individu tidak mudah putus asa ketika menghadapi masalah (Semeijn dkk. dalam Nabilah dkk., 2022). Individu yang resilien secara positif dapat menghadapi kesulitan, fleksibilitas, kesejahteraan psikologis, kekuatan, kehidupan yang sehat, lingkungan sosial, dan memiliki kepuasan terhadap dukungan sosial (Ong dkk., dalam Nainggolan dkk., 2022). Fuster (2014) menyebutkan bahwa kesulitan berat yang dialami individu resilien tidak akan berpengaruh signifikan terhadap kehidupan yang dijalankannya. Sebaliknya, individu yang memiliki resiliensi rendah tidak mampu mengatasi dan merubah kapasitas dirinya untuk bangkit dari keterpurukan atau kesulitan hidup (Suwarjo dalam Mir'atannisa dkk., 2019).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa remaja tunanetra mampu mengatasi berbagai tantangan dan hambatan yang dimilikinya. Kemampuan untuk bangkit dari masalah atau resilien membuat remaja tunanetra mampu menyesuaikan diri sehingga mampu membangun hubungan yang sehat dengan lingkungannya. Dalam menyesuaikan diri, remaja tunanetra juga dapat mengontrol emosinya sesuai dengan lingkungan sehingga membantu mereka untuk melewati berbagai kesulitan dan hambatan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa resiliensi dan kematangan emosi berhubungan secara positif signifikan dengan penyesuaian diri pada remaja tunanetra. Kematangan emosi dan resiliensi memberikan sumbangan terhadap penyesuaian diri remaja tunanetra sebesar 57,1%, sedangkan sisanya sebesar 42,9% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak dianalisa dalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil penelitian, maka saran yang dapat diberikan bagi remaja tunanetra yang sudah memiliki kematangan emosi dan resiliensi agar dapat mempertahankannya sehingga dapat membantu untuk menyesuaikan diri secara lebih sehat. Resiliensi dapat membantu remaja tunanetra untuk bertahan dalam menghadapi berbagai kesulitan yang dialaminya sehingga dapat terus menyesuaikan diri dengan berbagai situasi dan kondisi.

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperluas ragam dan karakteristik sampel seperti meninjau dari segi gender, membandingkan kelompok tunanetra antara buta total dan *low vision* maupun menggunakan variabel lain dalam penelitian sehingga didapatkan hasil yang lebih jelas. Selain itu, peneliti selanjutnya juga dapat melakukan penelitian pada fase perkembangan lain seperti pada masa anak maupun dewasa.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M., & Asrori, M. (2018). *Psikologi remaja: Perkembangan peserta didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Anand, S. (2017). Emotional maturity and academic achievement of prospective teachers. *Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities*, 7(10), 96–102. <https://doi.org/10.5958/2249-7315.2017.00486.5>
- Campbell-Sills, L., & Stein, M. B. (2007). Psychometric analysis and refinement of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC): Validation of a 10-item measure of resilience. *Journal of Traumatic Stress*, 20(6), 1019–1028. <https://doi.org/10.1002/jts.20271>
- Chaturvedi, S., & Aggarwal, P. (2018). Emotional maturity of visually impaired students. *Shrinkhla Ek Shodhparak Vaicharik Patrika*, 5(7), 132–136.
- Darsitawati, I. G. A. P., & Budisetyani, I. G. A. P. W. (2015). Hubungan kecerdasan emosional dengan penyesuaian diri pada perempuan usia perimenopause di denpasar selatan. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(1), 1–12.
- Dewi, A. K., Agustin, R. W., & Satwika, P. A. (2018). The relationship between emotional maturity and social adjustment with migrant employees' psychological well-being at PT Pelabuhan Samudera Palaran Samarinda. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 127, 87–90.
- Fuster, V. (2014). The power of resilience. *Journal of the American College of Cardiology*, 64(8), 840–842. <https://doi.org/10.1016/j.jacc.2014.07.013>
- Genet, T., Kumar, R. S., & Sulphay, M. M. (2021). Patterns of associations among resilience, risk and protective factors in adolescents with blindness. *The Open Psychology Journal*, 14(1), 93–103. <https://doi.org/10.2174/1874350102114010093>
- Ghufon, M., & Risnawati, N. R. (2017). *Teori - teori psikologi*. Yogyakarta: ArRuzz Media.
- Herwandha, K. G., & Prastuti, E. (2020). Attachment and age as predictors of the emotional maturity of university students in International Conference of Psychology. *KnE Social Sciences*, 1–20. <https://doi.org/10.18502/kss.v4i15.8185>
- Jain, M., & Pasrija, P. (2014). Emotional maturity and adjustment of senior secondary school students. *Bhartiyam International Journal Of Education & Research*, 4(1), 1–11.
- Kapri, U. C., & Rani, N. (2014). Emotional maturity characteristic and levels. *International Journal of Technological Exploration and Learning*, 3(1), 359–361.
- Kementerian Kesehatan RI. (2014). *Situasi Penyandang Disabilitas*. Buletin jendela data dan informasi kesehatan. ISSN 2088-270X.
- Liu, Y., Li, X., Chen, L., & Qu, Z. (2015). Perceived positive teacher-student relationship as a protective factor for Chinese left-behind children's emotional and behavioural adjustment. *International Journal of Psychology*, 50(5), 354–362. <https://doi.org/10.1002/ijop.12112>
- Mambela, S. (2018). Tinjauan umum masalah psikologis dan masalah sosial individu penyandang tunanetra. *Jurnal Buana Pendidikan*, 14(25), 65–73.
- Mir'atannisa, I. M., Rusmana, N., & Budiman, N. (2019). Kemampuan adaptasi positif melalui resiliensi. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, 3(2), 70–75.
- Nabilah, B. R., Tentama, F., & Widiana, H. S. (2022). Employability predictor factors: resilience, self-esteem, and self-confidence. *Psikostudia Jurnal Psikologi*, 11(2), 240–248. <https://doi.org/10.30872/psikostudia>
- Nainggolan, A. I., Sari, T. R., & Hartanti. (2022). Effectiveness of resilience training to reduce caregiver burden in family caregivers of children with cancer. *Psikostudia Jurnal Psikologi*, 11(2), 209–218. <https://doi.org/10.30872/psikostudia>
- Pandey, R. K. (2018). Comparative study of adjustment of visually impaired students. *Universal Journal of Educational Research*, 6(11), 2562–2571. <https://doi.org/10.13189/ujer.2018.061121>
- Parua, R. K. (2015). Emotional development of children with visual impairment studying in integrated and special schools. *International Journal of Advanced Research*, 3(12), 1345–1348.
- Pinquart, M., & Pfeiffer, J. P. (2012). Body image in adolescents with and without visual impairment. *The British Journal of Visual Impairment*, 30(3), 122–131. <https://doi.org/10.1177/0264619612458098>
- Rahardjo, T. A., & Kusumiati, R. Y. E. (2023). Kontribusi kematangan emosi dengan kecenderungan perilaku self-injury pada remaja. *Psikostudia Jurnal Psikologi*, 12(1), 99–104. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v12i1>
- Rantelaen, T. N., & Huwae, A. (2022). Pemulihan hidup mantan pecandu narkoba: studi resiliensi dengan penyesuaian diri. *Psikostudia Jurnal Psikologi*, 11(4), 509–519.
- Rius, A., Artazcoz, L., Guisasaola, L., & Benach, J. (2014). Visual impairment and blindness in Spanish adults: Geographic inequalities are not explained by age or education. *Ophthalmology*, 121(1), 408–416. <https://doi.org/10.1016/j.ophtha.2013.07.017>
- Rohmat, G. (2017). Penyesuaian diri anak tunanetra di smp ekakapti karangmojo dan slb bakti putra ngawis. *Jurnal Widia Ortodidaktika*, 6(3), 252–266.
- Sari, E. W. (2018). Penyesuaian diri siswa tunanetra kelas X di Madrasah Aliyah Negeri 2 Sleman Yogyakarta. *Jurnal Widia Ortodidaktika*, 7(5), 457–465.
- Schneiders. (1960). *Personal adjustment and mental health*. Holt, Reinhart and Winston Inc.
- Shafeeq, N. Y., & Thaqib, A. (2015). Comparative study of emotional maturity of secondary school students in relation to academic achievement. *The International Journal of Social Sciences and Humanities Invention*, 2(6), 1437–1444.
- Sharma, B. (2012). Adjustment and emotional maturity among first year college students. *Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology*, 10(2), 32–37.
- Sivilli, T. I., & Pace, T. W. W. (2014). *The Human Dimensions of Resilience: A Theory of Contemplative Practices and Resilience*. New York: Garrison Institute.
- Sobur, A. (2013). *Psikologi umum dalam lintasan sejarah*. CV Pustaka Setia.
- Soemantri, S. (2018). *Psikologi anak luar biasa*. Bandung: Reflika Aditama.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Tunde-Ayinmode, M. F., Akande, T. M., & Ademola-Popoola, D. S. (2011). Psychological and social adjustment to blindness: Understanding from two groups of blind people in Ilorin, Nigeria. *Annals of African Medicine*, 10(2), 155–164. <https://doi.org/10.4103/1596-3519.82073>
- Verma, L., Vijayshri, & Vinu. (2018). Emotional Maturity in Relation to Adjustment among High School Adolescents of Joint and Nuclear Families. *International Journal of Research and Analytical Reviews*, 5(3), 142–148. <https://doi.org/10.1729/Journal.18264>
- Yildirim, M., Çağış, Z. G., Batra, K., Ferrari, G., Kizilgeçit, M., Chirico, F., & Sharma, M. (2022). Role of resilience in psychological adjustment and satisfaction with life among undergraduate students in Turkey: A cross-sectional study. *Journal of Health and Social Sciences*, 7(2), 224–235. <https://doi.org/10.19204/2022/RLFR8>