

## **Depresi Pada Penyandang Tunanetra Di Komunitas Sahabat Mata Kota Semarang**

**Sokhibul Aqil Izza Mighfar<sup>1</sup>, Falasifatul Falah<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung

<sup>2</sup> Dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung

\*Corresponding Author:  
Email: falasifatul.falah@gmail.com

### **Abstrak**

Depresi pada penyandang tunanetra merupakan fenomena yang kompleks dan sering kali diabaikan oleh masyarakat. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran depresi yang dialami individu penyandang tunanetra. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif fenomenologi yang berfokus pada upaya untuk menggali makna berdasarkan pengalaman hidup subjek. Pengambilan data menggunakan metode wawancara secara mendalam terhadap lima informan. Informan dipilih menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria tunanetra di komunitas sahabat mata Semarang. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis fenomenologi deskriptif dari Giorgi dimana peneliti terlebih dahulu melakukan deskripsi kancah penelitian, membuat horisonalisasi, membuat unit makna, mentransformasikan unit-unit makna kedalam deskripsi secara psikologis, dan melakukan pemetaan konsep. Peneliti menggunakan pengamatan secara lebih cermat dan berkesinambungan dalam memastikan keabsahan data yang diperoleh dalam penelitian ini. Penelitian ini mengungkap tujuh temuan utama yang menggambarkan bagaimana depresi dialami oleh individu tunanetra, yaitu : (1) Disregulasi Emosi (2) Isolasi Sosial (3) Kebingungan eksistensi hidup (4) Disfungsi Psikomotorik (5) Inferiority Complex (6) Kesulitan mengontrol diri (7) Kecemasan terhadap masa depan.

**Kata Kunci:** *Depresi, Tunanetra, komunitas*

### **Abstract**

*Depression in blind people is a complex phenomenon and is often ignored by society. This study aims to provide an overview of depression experienced by blind individuals. This study uses a qualitative phenomenological method that focuses on efforts to explore meaning based on the subject's life experience. Data collection uses an in-depth interview method with five informants. Informants were selected using a purposive sampling technique with the criteria of being blind in the Semarang eye friend community. The data analysis technique used in this study is the descriptive phenomenological analysis technique from Giorgi where the researcher first describes the research scene, makes horizontalization, creates meaning units, transforms meaning units into psychological descriptions, and conducts concept mapping. The researcher uses more careful and continuous observations to ensure the validity of the data obtained in this study. This study revealed seven main findings that describe how depression is experienced by blind individuals, namely: (1) Emotional Dysregulation (2) Social Isolation (3) Confusion about the existence of life (4) Psychomotor Dysfunction (5) Inferiority Complex (6) Difficulty controlling oneself (7) Anxiety about the future.*

**Keywords:** *Depression, Blind, Community*

## **1. PENDAHULUAN**

Manusia mempunyai keinginan memiliki anggota tubuh, intelektual, dan panca indra yang dapat berfungsi normal. Kenyataannya, manusia terlahir dengan membawa keunikan yang menjadi ciri khas tersendiri. Beberapa dilahirkan dengan fisik dan intelektual normal, sedangkan sebagian lainnya memiliki keterbatasan. Manusia yang memiliki keterbatasan secara fisik maupun intelektual inilah yang menjadi penyandang disabilitas (Erviana, 2019). Berdasarkan undang-undang Nomor 8 Tahun 2016 tentang penyandang disabilitas pasal 1 angka 1 dijelaskan bahwa penyandang disabilitas adalah setiap orang yang mengalami keterbatasan fisik, intelektual, mental, dan atau sensorik dalam jangka waktu lama yang mengalami hambatan dan kesulitan untuk berpartisipasi secara penuh dan efektif dengan warga negara lainnya berdasarkan kesamaan hak (UU penyandang Disabilitas nomor 8 Tahun 2016).

Berdasarkan data dari Biro Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2020, jumlah penyandang disabilitas di Indonesia mencapai 22,5 juta atau sekitar 5 persen (Biro Hubungan Masyarakat Kementerian Sosial RI, 2020). Disabilitas dibagi menjadi beberapa jenis diantaranya disabilitas fisik (tunadaksa, tunarungu, tunanetra,

tunawicara) disabilitas mental (tunalaras, tunagrahita), dan disabilitas ganda (Reefani, 2016). Penyandang disabilitas juga dapat dikategorikan menjadi lima diantaranya disabilitas fisik, intelektual, mental, sensorik, dan disabilitas ganda (Nugroho, 2023). World Health Organization (WHO) menyampaikan data bahwa penyandang disabilitas yang mengalami gangguan penglihatan (tunanetra) di penjuru dunia mencapai 2.2 milyar (Ansori, 2023). Data dari kementerian kesehatan tahun 2022, mengungkapkan bahwa Indonesia memiliki jumlah disabilitas tunanetra 1,5% atau kurang lebih 4 juta jiwa (Ahmad M Ramli & Sandro Gatra, 2023). Kekurangan pada satu bagian tubuh seseorang bisa memengaruhi kondisi keseluruhan individu tersebut (Virilia, 2015). Penyandang disabilitas tunanetra adalah individu yang mengalami gangguan atau kerusakan pada indra penglihatannya, sehingga penglihatan tidak dapat berfungsi normal (Rahmah, 2019).

Rahmah (2019) mengungkapkan bahwa seseorang yang mengalami tunanetra secara total akan mengalami perubahan secara fisik maupun kejiwaan sehingga mempengaruhi peran dan status dalam lingkungan. Kesehatan mental individu tunanetra bisa dipengaruhi oleh berbagai kesulitan yang dihadapi dalam keseharian. Tunanetra kesulitan dalam beraktivitas secara mandiri, menempuh pendidikan, dan pekerjaan. Manusia dengan gangguan penglihatan memiliki resiko lebih tinggi mengalami depresi dengan karakteristik tertentu dari gangguan penglihatan, seperti tingkat keparahan dan status saat ini (Heir, 2020).

Chapman & Stone dalam (Surjaningrum, 2024) menjelaskan bahwa tunanetra dibagi menjadi dua, yaitu bawaan (individu mengalami kebutaan sejak lahir) dan perolehan (mengalami tunanetra setelah sebelumnya memiliki kemampuan melihat). Tunanetra bawaan bisa terjadi dikarenakan kondisi genetik seperti albinism, anophthalmos, dan microphthalmos. Tunanetra perolehan (bukan bawaan) dapat terjadi bahkan sebelum kelahiran bayi, hal ini dapat mengakibatkan gangguan penglihatan setelah individu tersebut lahir. Hal ini juga dapat disebabkan oleh beberapa hal diantaranya paparan pemberian obat ke dalam janin pada masa kehamilan, infeksi kehamilan, kecelakaan, peradangan, tumor, infeksi, cedera, penyakit, serta degenerasi yang terjadi setelah lahir.

Chapman & Stone dalam (Surjaningrum, 2024) menjelaskan bahwa tunanetra dibagi menjadi dua, yaitu bawaan (individu mengalami kebutaan sejak lahir) dan perolehan (mengalami tunanetra setelah sebelumnya memiliki kemampuan melihat). Tunanetra bawaan bisa terjadi dikarenakan kondisi genetik seperti albinism, anophthalmos, dan microphthalmos. Tunanetra perolehan (bukan bawaan) dapat terjadi bahkan sebelum kelahiran bayi, hal ini dapat mengakibatkan gangguan penglihatan setelah individu tersebut lahir. Hal ini juga dapat disebabkan oleh beberapa hal diantaranya paparan pemberian obat ke dalam janin pada masa kehamilan, infeksi kehamilan, kecelakaan, peradangan, tumor, infeksi, cedera, penyakit, serta degenerasi yang terjadi setelah lahir.

Individu tunanetra banyak yang merasa bahwa penyandang tunanetra tidak memiliki kemampuan dan tidak berguna. Persepsi ini dapat menyebabkan penyandang tunanetra mengalami putus asa dan kehilangan makna hidup, yang berkontribusi pada gangguan depresi (Surjaningrum, 2024). Penelitian yang dilakukan (Karunanayake, 2023) menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara disabilitas fisik dan depresi yang beresiko lebih tinggi mengalami psikopatologi. Penelitian lain (Prabin Karki, 2023) mengungkapkan bahwa tiga perempat penyandang disabilitas fisik mengalami gejala depresi yang dimana faktor utama depresi yaitu penyakit dan ketergantungan finansial. Penelitian yang dilakukan oleh Gultom (2014) menyatakan bahwa dampak kondisi tunanetra terbagi menjadi beberapa aspek diantaranya dampak emosional, dampak sosial, dampak pendidikan, dampak kemandirian, dampak pada harapan masa depan. Secara keseluruhan dapat mempengaruhi kesejahteraan fisik, emosional, dan sosial individu.

Banyak penelitian internasional yang telah mengungkapkan hubungan antara disabilitas dan depresi. Seperti penelitian yang dilakukan oleh (Lina Zhou, 2024) yang mengungkapkan bahwa ada hubungan antara depresi dan disabilitas dalam aktivitas sehari-hari, dimana depresi meningkatkan resiko disabilitas dalam aktivitas sehari-hari, tetapi resiko ini tidak meningkat seiring waktu, sedangkan dampak disabilitas dalam aktivitas sehari-hari terhadap depresi meningkat seiring meningkatnya waktu. Penelitian lain yang dilakukan (Huaijin Xu, 2023)

menemukan bahwa orang dengan disabilitas memiliki skor *Patient Health Questionnaire-9* (PHQ-9) yang lebih tinggi, menunjukkan depresi yang lebih parah dibandingkan dengan orang tanpa disabilitas. Namun, masih sedikit penelitian yang meneliti fenomena ini dalam konteks budaya Indonesia. Sebagian besar penelitian yang ada berfokus pada disabilitas secara umum atau kesejahteraan psikologis, namun sedikit yang menyoroti pengalaman emosional mendalam seperti depresi pada tunanetra di komunitas lokal. Sebagian besar penelitian lebih fokus pada disabilitas secara umum, penerimaan diri, atau kesejahteraan psikologis, tetapi belum ada yang fokus mendalam pada kondisi emosional penyandang tunanetra

## **2. METODE**

Penelitian ini dilaksanakan tanggal 13 Januari - 6 februari 2025 di komunitas Sahabat Mata Kota Semarang terhadap subjek penyandang tunanetra. Adapun Teknik sampling yang digunakan adalah purpose sampling. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi, di mana metode pengambilan data dilakukan dengan wawancara mendalam. Analisis data dilakukan dengan menggunakan Teknik analisis Giorgi (Kahija, 2017).

## **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil analisis tema individual, penelitian ini memberikan pemaparan mengenai tema-tema individual dari masing informan mengenai gambaran depresi pada penyandang tunanetra. Sehubungan dengan keterbatasan pada halaman dokumen, maka peneliti akan memberikan pemaparan mengenai penemuan tema-tema individual dari setiap informan yang terlibat dan untuk prosedur lengkap mengenai tahap-tahap analisis hingga sampai kepada penemuan tema individual dapat ditinjau pada bagian lampiran. Berikut merupakan penyajian tema-tema individual yang peneliti temukan berdasarkan pengalaman informan.

**Tabel. 1 Tabel Pengalaman Informan**

NO.	Informan	Tema	Jumlah Tema
1.	B	1) Ketidakmampuan meregulasi emosi 2) Penarikan diri dari lingkungan sosial 3) ketidakberdayaan dalam aktifitas motoric 4) Kehilangan arti diri dalam setiap peran yang dijalani	4
2.	AY	1) ketakutan emosional akibat ketidakberdayaan dalam perubahan kondisi 2) penurunan rasa percaya diri 3) Perubahan fisik dan psikomotorik 4) kehilangan peran baik dalam keluarga maupun masyarakat	4
3.	AS	1) kesulitan dalam mengekspresikan emosi 2) isolasi dari diri sendiri terhadap dunia luar 3) Penurunan aktivitas fisik dan motorik 4) penurunan harga diri	4
4.	J	1) tekanan emosional 2) Kontrol diri yang kurang 3) kecemasan terhadap masa depan	3
5.	AN	1) perasaan marah dan sedih yang mendalam 2) kesulitan mengontrol emosi 3) Kecemasan terhadap masa depan dewasa dan pernikahan	3

Hasil analisis sintesis tema, penelitian ini memberikan pemaparan mengenai hasil keterkaitan 18 tema individual yang sudah di paparkan pada tabel 2 yang peneliti lakukan adalah mendapatkan tema-tema umum dengan cara melakukan pengrucutan pada tema-tema individual sehingga dapat berkaitan satu sama lain dan menghasilkan pengalaman inti informan yang saling berkaitan. Tabel di bawah merupakan penemuan tema-tema umum yang berasal dari sintesis tema untuk memberikan jawaban pada pertanyaan penelitian mengenai gambaran depresi pada penyandang disabilitas tunanetra.

**Tabel 2. Tema Umum**

NO.	Unsur Tema Umum	Tema Umum
1.	1. kekacuan emosional 2. ketakutan emosional akibat ketidakberdayaan dalam perubahan kondisi 3. kesulitan dalam mengekspresikan emosi 4. tekanan emosional 5. perasaan marah dan sedih yang mendalam	Disregulasi Emosi
2.	1. Penarikan diri dari lingkungan sosial 2. isolasi dari diri sendiri terhadap dunia luar	Isolasi Sosial
3.	1. Kehilangan arti diri dalam setiap peran yang dijalani 2. kehilangan peran baik dalam keluarga maaupun masyarakat	Kebingungan eksistesi hidup
4.	1. ketidakberdayaan dalam aktivitas motorik 2. perubahan fisik dan psikomotorik 3. Penurunan aktivitas dan motorik	Disfungsi psikomotorik
5.	1. penurunan rasa percaya diri 2. penurunan harga diri	Infenteority Complex

6.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kontrol diri yang kurang</li> <li>2. kesulitan mengontrol emosi</li> </ol>	Kesulitan mengontrol diri
7	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. kecemasan terhadap masa depan</li> <li>2. kecemasan terhadap mada dewasa dan pernikahan</li> </ol>	Kecemasan terhadap masa depan

Penelitian ini menemukan sejumlah gambaran dari tunanetra yang mengalami depresi. Terdapat 7 temuan dalam penelitian ini yang dapat memberikan sebuah gambaran bagaimana depresi pada individu yang mengalami tunanetra. Berikut lima temuan yang peneliti temukan yaitu: : (1) Disregulasi Emosi (2) Isolasi Sosial (3) Kebingungan eksistensi hidup (4) Disfungsi Psikomotorik (5) Infenteority Complex (6) Kesulitan mengontrol diri (7) Kecemasan terhadap masa depan.

Penelitian ini juga menemukan bahwa Individu yang mengalami tunanetra perolehan lebih mendapatkan tantangan psikologis yang kompleks, terutama terkait dengan perubahan mendadak dalam fungsi penglihatan. Kehilangan penglihatan secara tiba-tiba menyebabkan reaksi emosional yang intens, seperti kesedihan mendalam, kemarahan, dan ketidakpercayaan terhadap konsisi yang dialami. Tidak sedikit individu yang mengalami kebingungan dalam menghadapi perubahan tersebut, terutama dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar. Rasa kehilangan akan masa depan semakin memperparah kondisi emosional individu tunanetra. Tunanetra perolehan juga kerap kali kehilangan peran dalam lingkungan masyarakat, yang dulu disegani ketika menjadi tunanetra menjadi diabaikan oleh masyarakat. Tunanetra yang harusnya mendapatkan perlakuan khusus oleh masyarakat justru mendapatkan stigma yang negatif dalam lingkungan sekitar. Pada akhirnya, stigma negatif menjadikan tunanetra enggan untuk bersosialisasi. tunanetra dengan keterbatasannya menjadikan individu kehilangan harga diri yang cukup signifikan, hal ini berpotensi memperburuk kondisi mental dan emosional individu tunanetra

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa delapan gambaran individu yang peneliti temukan melalui hasil analisis data yang bersumber dari wawancara informan dalam bentuk tema-tema yang dapat memberikan Gambaran depresi pada penyandang tunanetra yaitu' Disregulasi Emosi, Isolasi Sosial, Kebingungan eksistensi hidup, Disfungsi Psikomotorik, Infenteority Complex, Kesulitan mengontrol diri dan Kecemasan terhadap masa depan. Jangka waktu tunanetra keluar dari depresi antar 1 sampai 2 tahun tergantung bagaimana kondisi lingkungannya. Terdapat perbedaan depresi yang terjadi pada tunanetra sejak lahir dan tunanetra perolehan. Tunanetra sejak lahir memiliki depresi yang relatif ringan karena memiliki penerimaan diri yang baik, namun dukungan sosial juga mempengaruhi juga diperlukan. Tunanetra perolehan memiliki tingkat depresi yang berat dikarenakan mengalami perubahan kondisi fisik yang semula normal menjadi tunanetra.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Aaron T Beck, B. A. (2009). *Depression: Causes and Treatment*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
- Erviana, T. (2019). Perbedaan Penerimaan Diri Penyandang Disabilitas Netra Sejak Lahir dan Setelah Lahir Di UPT PPSDN Penganthi Temanggung. *Fakultas Ilmu Pendidikan* , 1-97.
- Heir, A. B. (2020). Visual impairment and depression: Age-specific prevalence, associations with vision loss, and relation to life satisfaction. *World Journal of Psychiatry*, 139-149.
- Huaijin Xu, X. G.-Y. (2023). Examining The Relationship Between Multiple Healthy Behaviors And Depression In People With And Without . *Medicine & Science in Sports & Exercise* , 103-104.
- Kahija, L. (2017). *Penelitian Fenomenologi Jalan Memahami Pengalaman Hidup*. Yogyakarta: Kanisius.
- Karunanayake, E. D. (2023). Identifying the Relationship Between Disability and Depression among Children: A Case Study in Kalutara District, Sri Lanka. *South Asian Journal Of Social Sciences & Humanities*, 14-27.
- Lina Zhou, W. W. (2024). The Bidirectional Association Between The Disability In Activities Of Daily Living And Depression : A Longitudinal Study In Chinese Middle-Aged and Older Adults. *BMC Public Health*, 1-10.
- Prabin Karki, P. V. (2023). Depressive symptoms and associated factors among persons with physical disabilities in disability care homes of Kathmandu district, Nepal: A mixed method study. *Journal Global Public Health* , 1-17.

- Son Three Nauli Gultom, I. G. (2014). Penerimaan Diri Difabel (Different Abilities People): Studi Tentang Remaja Tunanetra Perolehan. *Jurnal Psikologi Udaya*, 53-61.
- Surjaningrum, N. M. (2024). Is It Just because of The Stigma? Psychological Dynamics of Person with Acquired Blindness Who Experienced Depression Disorder. *Jurnal Diversita*, 1-10.
- virlia, S. &. (2015). Penerimaan Diri pada Penyandang Tunadaksa. *Psychology Forum UMM*, 372-377.
- Wandansari. (2017). Depresi: Suatu Tinjauan Psikologis. *Jurnal Kesejahteraan Sosial*, 153-164.