



Membangun Kesejahteraan Psikologis Dewasa Tunarungu dan Kaitannya dengan Dukungan Keluarga, Teman serta Figur Signifikan

Alyssa Vanya Nazila¹, Dian Misrawati^{2*}

¹⁾ vanyanazila156@gmail.com, Fakultas Psikologi, Universitas Mercu Buana, Indonesia

²⁾ dian.misrawati@mercubuana.ac.id, Fakultas Psikologi, Universitas Mercu Buana, Indonesia

*) Coressponden Author

Article Info:

Keywords:

Hearing impairment
Psychological wellbeing
Social support

Article History:

Received : 21 April 2025
Revised : 26 Mei 2025
Accepted : 30 Mei 2025

Article Doi:

10.22441/merpsy.v17i1.33370

Abstract:

Young adult with hearing impairments encounter challenges in developing their *psychological well-being*. To support their optimal growth, they rely heavily on social support—especially from family, friends, and significant others. This study explores the relationship between social support and *psychological well-being* among young adult with hearing impairments, using a quantitative correlational approach. A total of 167 participants, aged 18 to 40 y.o, were recruited through snowball sampling. Data were collected using Indonesian version of Ryff's *Psychological well-being* Scale (RPWBS) and the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS). The results revealed a positive and significant correlation ($r = 0.656$ and $p < 0.01$) between social support and *psychological well-being*. Participants who reported higher levels of social support also showed higher levels of *psychological well-being*. Further analysis indicated that different sources of social support contributed uniquely to specific aspects of well-being. Among the three sources—family, friends, and significant others—support from significant others had the strongest correlation, particularly with the personal growth dimension of *psychological well-being*. This study provides practical implications for the development of community-based interventions aimed at increasing social support for deaf individuals, thereby improving their *psychological well-being*.

How to cite :

Nazila, A. V., & Misrawati, D. (2025). Membangun Kesejahteraan Psikologis Dewasa Tunarungu dan Kaitannya dengan Dukungan Keluarga, Teman serta Figur Signifikan. *Merpsy Journal*. 17(1), 1-19. 10.22441/merpsy.v17i1.33370

Pendahuluan

Individu tunarungu adalah penyandang disabilitas dengan hambatan pendengaran, baik sebagian maupun total. Secara medis, hambatan pendengaran diklasifikasikan berdasarkan ambang dengar, dengan kategori hambatan sebagai berikut: ringan (26–40 dB), sedang (41–55 dB), berat (56–70 dB), sangat berat (71–90 dB), dan tuli total (>91 dB) (WHO, 2021). Hambatan ini memengaruhi kemampuan menerima informasi melalui auditori, yang berdampak pada perkembangan bahasa, komunikasi, serta interaksi sosial (De Jong dkk., 2024).

Dalam beberapa tahun terakhir, terdapat peningkatan kesadaran dan dukungan terhadap komunitas Tuli di Indonesia. Hal ini tercermin dari berbagai inisiatif yang bertujuan untuk menciptakan lingkungan yang lebih inklusif bagi individu Tuli. Salah satu contoh nyata adalah upaya komunitas Tuli di Kota Bitung, Sulawesi Utara, yang dipelopori oleh Donna Christha Renata. Ia mendirikan Komunitas Tuli Peduli Bitung (Kaleb) yang fokus pada pemberdayaan individu tuli melalui pendidikan dan pelatihan keterampilan. Inisiatif ini menunjukkan bahwa dengan akses yang tepat, individu tuli dapat berkembang dan berkontribusi secara signifikan dalam masyarakat. Salah satu program unggulan Kaleb adalah pelatihan keterampilan kerja, seperti fotografi, sablon kaus, tata busana, dan kriya kayu. Pelatihan ini tidak hanya meningkatkan kemampuan teknis anggota, tetapi juga membangun kepercayaan diri mereka untuk berinteraksi dan berkarya di lingkungan sosial yang lebih luas, serta berpartisipasi dalam kegiatan ekonomi kreatif (Prasetyadi, 2024).

Perkembangan anggota komunitas tersebut menunjukkan pertumbuhan *psychological well-being* yang baik. Menurut Ryff (1995), *psychological well-being* mencakup enam dimensi utama yang saling berhubungan. Pertama, penerimaan diri, yang menggambarkan sikap positif terhadap diri sendiri dengan menerima kekuatan dan kelemahan. Kedua, pertumbuhan pribadi, yang menggambarkan proses berkelanjutan dalam pengembangan diri dan pencapaian potensi penuh. Ketiga, hubungan positif dengan orang lain, yang menekankan pentingnya hubungan sosial yang mendalam dan penuh empati. Keempat, tujuan hidup, yang mencakup perasaan

memiliki arah dan makna yang jelas dalam hidup. otonomi, yang mengacu pada kemampuan untuk membuat keputusan sendiri dan hidup sesuai dengan nilai pribadi tanpa pengaruh eksternal. Kelima, penguasaan lingkungan, di mana individu merasa mampu mengelola dan mengatasi tantangan hidup. Terakhir, pertumbuhan pribadi, yang menggambarkan proses berkelanjutan dalam pengembangan diri dan pencapaian potensi penuh. Semua dimensi ini berkontribusi pada kesejahteraan psikologis yang seimbang dan bermakna.

Psychological well-being memiliki peran penting dalam kehidupan individu dewasa awal, terutama karena fase ini merupakan masa transisi yang penuh tantangan. Dalam upaya menumbuhkan *psychological well-being* yang kuat, individu dengan hambatan pendengaran atau tunarungu menghadapi tantangan unik. Hambatan komunikasi menjadi tantangan utama yang memengaruhi hubungan sosial dan rasa keterhubungan mereka (De Jong dkk., 2024; Moeller, 2007). Kesulitan ini dapat memicu isolasi sosial dan perasaan minder. Stigma masyarakat yang menganggap tunarungu sebagai orang yang cacat dan tidak berguna juga memperparah kondisi tersebut, menghambat penerimaan diri serta kemampuan mereka dalam membangun hubungan sosial yang sehat (Khomsiatun et al., 2021).

Kondisi ini menambah tantangan bagi individu dewasa awal dengan tunarungu dalam menghadapi perkembangan di tahap dewasa awal. Dimana pada tahap ini, seseorang menghadapi berbagai perubahan signifikan, seperti penyesuaian terhadap tanggung jawab baru, pengambilan keputusan karier, dan pembentukan hubungan yang lebih mendalam (Charry, Goig, & Martínez, 2020). Individu dewasa awal dengan tunarungu dapat merasa minder dan terasingkan karena hidup di lingkungan yang mayoritas tidak memiliki keterbatasan fisik. Kondisi ini membuat mereka sulit untuk bersosialisasi dengan lingkungannya dan berdampak pada *psychological well-being* mereka (Khomsiatun et al., 2021).

Survei awal yang dilakukan dengan metode wawancara kepada enam orang individu dewasa awal tunarungu di salah satu komunitas teman tuli di Jakarta, menunjukkan bahwa 2 dari 6 individu tunarungu merasakan kebahagiaan atau kesejahteraan psikologis yang baik. Pada 4 yang lainnya tidak merasakan kebahagiaan

karena merasa dikucilkan oleh lingkungannya. Hal ini terjadi karena terdapat stigma yang ditanamkan oleh orang sekitar mengenai kondisi mereka. Hasil pra penelitian menunjukkan bahwa individu dewasa awal yang memiliki hambatan pendengaran merasa sulit untuk berpartisipasi dalam kegiatan masyarakat atau menghadapi respon negatif dari masyarakat ketika mereka bekerja. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Haliza (2020) yang menjelaskan bahwa individu tunarungu memiliki kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya, maka dari itu mereka memerlukan bantuan dan dukungan dalam perkembangannya terutama dalam berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang terdekat maupun dengan lingkungannya.

Kondisi yang dialami individu dewasa awal tunarungu ini menjadi kajian penting untuk diperhatikan, karena *psychological well-being* atau kesejahteraan psikologis merupakan aspek penting dalam perkembangan individu dewasa awal. Kesejahteraan psikologis yang baik membantu individu mengelola stres, meningkatkan resiliensi, dan menjaga keseimbangan emosional dalam menghadapi tekanan hidup (Li dan Hasson, 2020; Strizhitskaya, dkk, 2019). Selain itu, hal ini juga berkontribusi pada pengembangan identitas diri yang sehat dan kemampuan untuk membangun hubungan sosial yang positif (Sharma dan Chandiramani, 2021). Dengan *psychological well-being* yang terjaga, individu dewasa awal dapat lebih produktif, percaya diri, dan mampu mencapai tujuan hidup mereka dengan lebih efektif. Hasil penelitian Prabowo (2016) juga menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis juga penting bagi remaja tunarungu yang akan memasuki masa dewasa. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa tunarungu yang memiliki *psychological well-being* yang baik dapat mengurangi depresi dan mengembangkan emosi positif, kepuasan hidup, dan kebahagiaan.

Pertumbuhan *psychological well-being* pada individu tunarungu di usia dewasa awal sangat dipengaruhi oleh keberadaan dukungan sosial yang mereka terima. Pada masa transisi menuju kemandirian, mereka menghadapi berbagai tantangan dalam aspek komunikasi, identitas diri, dan relasi sosial, yang berpotensi memengaruhi kesejahteraan psikologis. Studi oleh Hintermair (2008) menemukan bahwa individu

dewasa awal tunarungu yang memiliki akses terhadap dukungan sosial yang positif, baik dari keluarga, teman sebaya, maupun komunitas tuli, menunjukkan tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi, termasuk dalam hal penerimaan diri dan kepuasan hidup.

Dukungan sosial dapat berasal dari individu yang tidak dikenal, namun dukungan yang lebih kuat biasanya datang dari orang terdekat yang berinteraksi secara rutin dalam kehidupan sehari-hari, seperti keluarga, teman, atau figur yang berarti bagi individu (Zimet, dkk, 1988). Selain itu, dukungan sosial juga mencakup berbagai bentuk seperti rasa nyaman, perhatian, penguatan rasa percaya diri, atau bantuan yang diberikan oleh individu atau kelompok lain (Sarafino & Smith, 2014). Teman, keluarga, dan orang-orang penting lainnya adalah tiga komponen utama pada dukungan sosial.

Penelitian yang dilakukan oleh Maullasari (2022) menunjukkan bahwa dukungan sosial dari keluarga berkontribusi dalam meningkatkan kepercayaan diri dewasa awal tunarungu serta membantu mereka merasa lebih dihargai dan nyaman dalam berinteraksi dengan masyarakat luas. Pentingnya keterlibatan aktif keluarga serta lingkungan sosial dalam mendukung kehidupan individu tunarungu. Dengan mendapatkan perhatian dari orang lain, menerima dukungan dari teman, orang tua, masyarakat saat menghadapi kesulitan, serta memiliki seseorang yang bersedia membantu baik secara materi maupun non-materi, individu tunarungu akan merasa lebih tenang, dihargai, dicintai, serta tumbuh rasa percaya diri dan kompetensi dalam dirinya (Khomsiatum et.al., 2021).

Penelitian ini memiliki kebaruan dalam pendekatan dan fokus kajiannya. Berbeda dengan sebagian besar penelitian oleh Maullasari (2022) sebelumnya yang menggunakan metode kualitatif untuk mengeksplorasi pengalaman subjektif individu tunarungu terkait kesejahteraan psikologis, penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif untuk menguji hubungan antara dukungan sosial dan *psychological well-being*. Secara khusus, penelitian ini menyoroti peran tiga sumber dukungan sosial, yaitu keluarga, teman, dan figur signifika, serta membandingkan kekuatan hubungan masing-masing dengan aspek-aspek *psychological well-being* pada individu dewasa awal

yang mengalami hambatan pendengaran. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memperluas wawasan tentang kontribusi dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis, tetapi juga memberikan bukti empiris yang dapat dijadikan dasar dalam pengembangan intervensi yang lebih tepat sasaran bagi kelompok tunarungu.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan *psychological well-being* pada individu dewasa awal tunarungu. Sampel penelitian adalah 167 subjek tunarungu di wilayah Jabodetabek, berusia 18-40 tahun yang berada di tahap perkembangan dewasa awal dan memiliki tingkat gangguan pendengaran sedang-berat yang dijaring melalui teknik snow ball sampling.

Variabel *psychological wellbeing* diukur dengan menggunakan kuesioner *Ryff's Psychological well-being Scale* (RPWBS), yang pertama kali dikembangkan oleh Ryff (1989). Penelitian ini menggunakan RPWBS yang telah diadaptasi ke bahasa Indonesia oleh Fadhil (2021). Kuesioner ini menggunakan metode likert pada setiap 28 item tes, yang terbagi ke dalam enam aspek, yaitu penerimaan diri, pertumbuhan diri, hubungan yang positif dengan orang lain, tujuan hidup, penguasaan lingkungan dan otonomi, dengan beberapa item sebagai berikut: *Saya dapat mendeskripsikan perasaan saya dengan mudah, Saya menerima kelebihan dan kekurangan diri saya, dan Saya suka membuat rencana masa depan dan berusaha mewujudkannya.*

Peneliti melakukan pengujian validitas dan reliabilitas ulang untuk menyesuaikan item-item tes dengan kondisi spesifik subjek, dalam hal ini individu dewasa awal yang mengalami hambatan pendengaran. Pengujian validitas dilakukan dengan mengumpulkan bukti validitas konten melalui expert judgement yang dilakukan oleh seorang psikolog klinis dan seorang doktor di bidang keilmuan psikologi. Hasil expert judgement menunjukkan bahwa beberapa item perlu direvisi ringan, namun secara keseluruhan nilai rata-rata CVR diperoleh sebesar 4,6 dari skala 5. Artinya, item-item tes valid untuk mengukur *psychological wellbeing* pada individu

dewasa awal dengan hambatan pendengaran. Kekuatan daya beda item secara kuantitatif juga diseleksi melalui corrected item-total correlation, dan diperoleh koefisien yang berkisar dari 0,295 sampai 0,620, artinya semua item baik disertakan ke dalam kuesioner. Hasil uji reliabilitas dengan menggunakan teknik internal konsistensi menunjukkan koefisien alpha cronbach sebesar 0,898, artinya kuesioner ini reliabel untuk digunakan.

Variabel dukungan sosial diukur menggunakan *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) oleh Zimet dkk (1988). Penelitian ini menggunakan MSPSS yang telah diadaptasi ke bahasa Indonesia oleh Sulistiani (2022). Kuesioner ini menggunakan metode likert pada setiap 12 item tes, yang terbagi ke dalam tiga aspek, yaitu dukungan keluarga, dukungan teman dan dukungan figur signifikan. Dukungan keluarga diwakili oleh item seperti *keluarga saya bersedia membantu saya dalam membuat keputusan*, item dukungan teman diwakili oleh *saya dapat berbagi sukacita dan kesedihan dengan teman-teman saya*, dan dukungan figur signifikan diwakili oleh *ada orang special di sekitar saya yang peduli dengan kebutuhan saya*. Peneliti melakukan juga pengujian validitas, yang menunjukkan bahwa item-item tes valid untuk mengukur dukungan sosial pada individu dewasa awal tunarungu. Koefisien corrected item-total correlation berkisar dari 0,489 sampai 0,722, artinya semua item baik disertakan ke dalam kuesioner. Sementara hasil pengujian ulang terhadap reliabilitas menunjukkan koefisien alpha cronbach sebesar 0,903, artinya kuesioner ini reliabel untuk digunakan.

H a s i l

Hasil uji normalitas dan uji homogenitas pada tabel 3 berikut ini menunjukkan bahwa skor kedua variabel tidak normal dan tidak homogen.

Tabel 1.

Hasil uji normalitas dan uji homogenitas

Variabel	Uji Normalitas		Uji Homogenitas	
	Koefisien	Signifikan si	Koefisien	Signifikan si
<i>Psychological wellbeing</i>	0.162	0.000	35.5	0.000
Dukungan Sosial	0.241	0.000	32.67	0.000

Oleh karena itu, uji hipotesis dilakukan dengan uji korelasi spearman rho dan tidak dapat dilanjutkan ke uji regresi sederhana.

Hasil Analisis Deskriptif

Tabel 2.

Tendensi Sentral Skor *Psychological well-being* dan Dukungan Sosial

Variabel	Dimensi	X _{min}	X _{Maks}	Mean	SD
<i>Psychological well-being</i>	Total	56	112	77,6	10,623
	<i>Self Acceptance</i>	10	28	18,80	3,421
	<i>Personal Growth</i>	10	20	14,77	2,581
	<i>Positive Relation with Others</i>	8	20	13,34	2,371
	<i>Purpose In Life</i>	10	20	14,23	2,241
	<i>Enviromental Mastery</i>	2	8	5,66	1,165
	<i>Autonomy</i>	6	16	10,85	1,809
Dukungan Sosial	Total	18	48	34,68	6,244
	Keluarga	7	16	11,80	2,309
	Teman	4	16	11,24	2,393
	Figur signifikan	4	16	11,65	2,558

Dimensi *self acceptance* menunjukkan perkembangan paling tinggi pada individu dewasa awal dengan hambatan pendengaran, dengan nilai rata-rata tertinggi (M=18,80) dan variasi data yang tergolong moderat (SD=3,421), mencerminkan konsistensi persepsi penerimaan diri antar responden. Sebaliknya, *environmental mastery* memiliki nilai rata-rata terendah (M=5,66) dan standar deviasi terkecil (1,165), yang mengindikasikan bahwa sebagian besar responden secara konsisten mengalami kesulitan dalam mengelola kehidupan dan lingkungannya. Sementara itu, di antara ketiga sumber dukungan sosial, keluarga menjadi sumber dukungan sosial yang paling tinggi (M = 11,80), diikuti oleh figur signifikan (M = 11,65), dan teman (M = 11,24), dengan variasi skor yang relatif serupa, mencerminkan persepsi yang cukup konsisten terhadap ketiga jenis dukungan tersebut.

Tabel 3.
Kategorisasi Empirik *Psychological well-being* dan Dukungan Sosial

Variabel	Kategori	Nilai Rujukan	Frekuensi	Persentase
<i>Psychological well-being</i>	Sangat Rendah	< 49	-	-
	Rendah	50-62	4	2,4%
	Sedang	63-77	97	58%
	Tinggi	78-91	41	24,6%
	Sangat Tinggi	>92	25	15%
Dukungan Sosial	Sangat Rendah	<21	2	1,2%
	Rendah	22-27	-	-
	Sedang	28-33	96	57,5%
	Tinggi	34-38	17	10,2%
	Sangat Tinggi	<39	52	31,1%

Hasil Uji Korelasi

Tabel 4.
Hasil uji korelasi

	Koefisien Spearman	Signifikansi	Keterangan
<i>Psychological wellbeing</i> - Dukungan Sosial	0.162	0.000	Hi diterima

Hasil uji hipotesis yang dilakukan menunjukkan nilai koefisien korelasi $r = 0,656$ dan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), antara dukungan sosial dan *psychological well-being*, artinya terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada individu dewasa awal yang mengalami tunarungu. Hal ini disimpulkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial terhadap seseorang yang mengalami tunarungu, maka semakin tinggi pula *psychological well-being* seseorang, begitupun sebaliknya.

Tabel 5.
Hasil uji korelasi antar aspek

		Dukungan Sosial			
		Skor Total	Keluarga	Teman	Figur Signifikan
<i>Psychological Well -Being</i>	Skor Total	0,656*	0,600**	0,411**	0,625**
	Self Acceptance	0,359*	0,316**	0,178*	0,330**
	<i>Personal Growth</i>	0,668*	0,637**	0,424**	0,688**
	<i>Positive Relation with Others</i>	0,298*	0,232**	0,167	0,266*
	<i>Purpose In Life</i>	0,613*	0,632**	0,368**	0,608**
	<i>Enviromental Mastery</i>	0,547*	0,468**	0,463**	0,494**
	<i>Autonomy</i>	0,342*	0,401**	0,219**	0,457**

**p <0.01, *p <0.05

Tabel di atas menunjukkan bahwa dimensi dukungan sosial memiliki korelasi signifikan terhadap perkembangan aspek-aspek *psychological well-being* (PWB). Dukungan dari figur signifikan menunjukkan korelasi yang paling kuat terhadap *psychological well-being* secara keseluruhan, dibanding dukungan dari keluarga dan teman. Korelasi antar dimensi yang paling kuat ditunjukkan oleh hubungan antara *personal growth* dengan dukungan figur signifikan ($r = 0,688$, $p = 0,000$), disusul oleh dukungan keluarga ($r = 0,637$, $p=0,000$). Hasil ini menunjukkan bahwa keberadaan orang-orang yang berarti dalam hidup individu dewasa awal yang mengalami hambatan pendengaran sangat berperan dalam pertumbuhan pribadi mereka. Selain itu, dukungan dari teman juga berpengaruh terhadap *environmental mastery* ($r = 0,463$, $p = 0,000$), yang berarti bahwa hubungan sosial dengan teman dapat membantu individu dewasa awal tunarungu mengelola kehidupan dan lingkungannya secara lebih efektif.

Diskusi

Individu dewasa awal dengan hambatan pendengaran menghadapi tantangan dalam menghadapi situasi psikososial, sehingga membutuhkan dukungan dari lingkungan sekitar untuk dapat mencapai kesejahteraan psikologis yang optimal. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kondisi *psychological well-being* individu dewasa awal tunarungu dan keterkaitannya dengan dukungan sosial yang mereka terima. Analisis kategorisasi dengan norma empirik menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada tingkat kesejahteraan psikologis pada kategori sedang (58%) dan juga tinggi (24,6%).

Hasil ini menjelaskan bahwa individu dewasa awal tunarungu mampu mengembangkan kondisi psikologis yang baik, serta memperlihatkan kapasitas untuk tumbuh dan berkembang secara positif. Temuan ini menguatkan bahwa keterbatasan pendengaran tidak menjadi penghalang untuk mencapai kesejahteraan psikologis yang baik. Hasil senada juga ditunjukkan oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Gao, Hu & He (2023), yang menjelaskan bahwa individu tetap dapat mengembangkan kesejahteraan sosial yang baik dengan membangun resiliensi, meskipun mereka menghadapi keterbatasan dalam perjalanannya.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif diketahui bahwa aspek *self acceptance* memiliki rata-rata yang paling tinggi dibanding aspek-aspek *psychological well-being* lainnya. Berdasarkan hasil analisis deskriptif diketahui bahwa aspek *self acceptance* memiliki rata-rata yang paling tinggi dibanding aspek-aspek *psychological well-being* lainnya. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar subjek mampu menerima keterbatasan pendengaran mereka dengan cukup baik, tanpa merasa rendah diri atau menyangkal kondisi tersebut. Penerimaan diri ini berkontribusi besar terhadap pengembangan kesejahteraan psikologis mereka karena menjadi landasan dalam membangun sikap positif terhadap diri sendiri. Penerimaan diri ini ditunjukkan dengan keberanian menggunakan alat bantu dengar atau bahasa isyarat di ruang publik, keterlibatan aktif dalam komunitas tuli, serta kemampuan berbagi pengalaman hidup dengan orang lain yang biasanya dilakukan melalui sosial media.

Berdasarkan analisis deskriptif, aspek *environmental mastery* memiliki rata-rata terendah dengan standar deviasi kecil. Ini menunjukkan bahwa individu dewasa awal tunarungu mengalami kesulitan dalam mengelola lingkungan hidupnya, yang dapat disebabkan oleh hambatan komunikasi, keterbatasan akses informasi, dan kurangnya sistem lingkungan inklusif yang dapat membantu keterbatasan mereka. Akibatnya, mereka merasa kurang mampu mengambil keputusan yang melibatkan interaksi dengan lingkungan. Standar deviasi yang kecil menunjukkan sebaran skor yang homogen, menandakan bahwa tantangan ini dialami secara umum oleh kelompok tunarungu, bukan hanya individu tertentu, terutama jika aksesibilitas lingkungan masih kurang mendukung. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Brebahama dan Listyandini (2016), yang menunjukkan bahwa individu dengan disabilitas sensorik, seperti tunanetra, memiliki tingkat *environmental mastery* yang lebih rendah dibandingkan dengan aspek kesejahteraan psikologis lainnya. Penelitian tersebut menekankan pentingnya lingkungan yang inklusif untuk membantu individu dengan disabilitas dalam mengembangkan kemampuan mengelola lingkungan mereka.

Selanjutnya, hasil uji korelasi menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima, artinya semakin besar dukungan sosial yang diterima oleh individu dewasa awal tunarungu, maka semakin tinggi pertumbuhan *psychological well being*-nya. Temuan ini memperkuat teori bahwa dukungan sosial dari lingkungan sekitar dapat membantu individu mengatasi tantangan psikososial yang mereka hadapi, sehingga mereka dapat mengembangkan kesejahteraan psikologisnya. Hasil serupa juga ditunjukkan oleh penelitian Firmanda (2024), yang menemukan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh signifikan terhadap *psychological well-being* pada remaja tunarungu berprestasi. Dalam penelitiannya, dukungan sosial yang diperoleh dari keluarga, teman, dan guru berkontribusi positif dalam meningkatkan kepercayaan diri, penerimaan diri, dan kemampuan untuk membangun hubungan yang bermakna dengan lingkungan sosial mereka. Hal ini menunjukkan bahwa ketika individu tunarungu mendapatkan dukungan sosial yang cukup, mereka mampu tumbuh secara psikologis meskipun memiliki keterbatasan fisik dalam hal pendengaran.

Pada individu dewasa awal dengan hambatan pendengaran, dukungan emosional dari keluarga yang konsisten, seperti mendengarkan keluhan tanpa menghakimi atau memberikan motivasi saat menghadapi kegagalan, dapat membantunya merasa lebih dihargai dan mampu mengelola stres. Teman sebaya yang terbuka terhadap penggunaan bahasa isyarat atau berinisiatif membangun komunikasi yang inklusif juga memberikan rasa diterima dan memperkuat koneksi sosial. Selain itu, guru atau mentor yang memberikan bimbingan akademik dan kesempatan untuk mengembangkan potensi diri berkontribusi pada peningkatan rasa percaya diri dan tujuan hidup. Dukungan-dukungan ini menjadi fondasi penting dalam membentuk kesejahteraan psikologis yang lebih kuat pada individu dewasa awal yang mengalami tunarungu.

Analisis lebih dalam melalui pengujian korelasi antar aspek menunjukkan bahwa dukungan dari figur signifikan memiliki kontribusi yang lebih besar dalam menumbuhkan *psychological well-being* dibandingkan dengan dukungan dari keluarga maupun teman. Hal ini dilihat dari koefisien korelasi yang lebih tinggi antara figur signifikan dan berbagai aspek *psychological well-being*. Figur signifikan, seperti guru, mentor, atau pasangan, berperan penting dalam memberikan dukungan emosional, motivasi, dan validasi diri. Dukungan ini membantu individu tunarungu membangun pertumbuhan pribadi mereka.

Hal ini menjadi temuan baru dalam penelitian tentang *psychological well-being*. Penelitian-penelitian sebelumnya hanya menjelaskan peran dukungan sosial secara keseluruhan terhadap *psychological well-being* tanpa penjelasan lebih lanjut tentang peran masing-masing dimensi ataupun perbandingannya. Misalnya penelitian oleh Kurniati dkk (2023) tentang pentingnya dukungan sosial terhadap pengembangan *psychological well-being* pengangguran terdidik, Aulia dan Setiowati (2024) yang melakukan kajian literatur tentang peran dukungan sosial terhadap pengembangan *psychological well-being* remaja, dan Firmanda (2024) yang menjelaskan tentang pengaruh dukungan sosial terhadap *psychological well-being* siswa tunarungu berprestasi.

Meskipun dukungan dari figur signifikan menunjukkan hubungan yang kuat dengan penumbuhan *psychological well-being*, namun pada dasarnya setiap dimensi dukungan sosial memiliki kekuatan hubungan yang unik dengan aspek-aspek *psychological well-being*. Aspek *purpose in life* menunjukkan korelasi paling kuat dengan dukungan keluarga dibanding teman dan figur signifikan, aspek *environmental mastery* berkorelasi paling kuat dengan dukungan teman, dan aspek *personal growth* berkorelasi paling kuat dengan dukungan dari figur signifikan.

Dukungan keluarga memainkan peran penting dalam membantu individu tunarungu mengembangkan *purpose in life* atau tujuan hidup yang jelas. Dalam konteks tunarungu, keluarga sering menjadi sumber utama dalam membentuk keyakinan diri, memotivasi mereka untuk menetapkan tujuan masa depan, serta memberikan dorongan dan panduan dalam mengatasi hambatan sosial maupun akademik. Responden penelitian yang menempuh pendidikan tinggi menjelaskan bahwa keluarga aktif memberikan bantuan dalam mendukung kelanjutan pendidikannya, berdiskusi mengenai cita-cita, serta memberikan ruang bagi mereka untuk mengeksplorasi minat dan bakat. Bentuk dukungan ini membantu responden dalam membangun rasa makna dalam hidup mereka. Penelitian oleh Afriani dan Uyun (2020) juga menunjukkan bahwa dukungan emosional dan instrumental dari keluarga berkontribusi signifikan dalam memperkuat aspek *purpose in life* pada remaja penyandang disabilitas, termasuk tunarungu, dengan meningkatkan kepercayaan diri dan motivasi mereka untuk meraih masa depan yang lebih baik.

Sementara itu, dukungan teman menunjukkan korelasi yang kuat dengan pengembangan aspek *enviromental mastery*, dibanding dukungan keluarga dan figur signifikan. Teman-teman di sekitar responden, terutama yang bergabung dalam komunitas teman tuli, dirasakan banyak berperan dalam memperluas pengalaman mereka di luar rumah. Hasil ini senada dengan kajian literatur Madi dkk (2023) yang menyimpulkan bahwa interaksi positif dengan teman sebaya dapat meningkatkan keterampilan sosial dan adaptasi lingkungan pada anak berkebutuhan khusus.

Hasil ini penting untuk diperhatikan karena menunjukkan dinamika hubungan yang unik antara dukungan teman sebaya dengan pengembangan *psychological well-*

being individu dewasa awal yang mengalami tunarungu. Secara umum, dukungan dari teman memang menunjukkan korelasi paling rendah terhadap *psychological well-being* dibandingkan dukungan dari keluarga dan figur signifikan. Ini dapat mencerminkan bahwa hubungan dengan teman, meskipun bermakna, namun belum memberikan pengaruh sebesar hubungan emosional yang lebih stabil dan mendalam dari keluarga atau figur penting dalam kehidupan individu. Namun, menariknya, pada aspek *environmental mastery* (yang merupakan aspek *psychological well-being* dengan skor terendah) dukungan dari teman justru menunjukkan hubungan korelasi paling kuat dibandingkan sumber dukungan lainnya. Ini menunjukkan bahwa meskipun teman tidak berkontribusi besar terhadap keseluruhan *psychological well-being*, namun dukungan mereka memiliki peran strategis untuk membantu individu dewasa awal tunarungu dalam mengelola, menavigasi, dan beradaptasi dengan lingkungan mereka. Interaksi dengan teman sebaya seringkali menciptakan peluang eksplorasi sosial, berbagi pengalaman, serta membangun keterampilan kemandirian dalam menghadapi tantangan nyata di lingkungan sosial (Hasti & Nurfahanah, 2013). Dengan demikian, memperhatikan dan memperkuat kualitas dukungan dari teman sebaya menjadi langkah penting dalam upaya meningkatkan aspek *environmental mastery* dan secara tidak langsung mengembangkan kesejahteraan psikologis secara keseluruhan.

Kesimpulan

Hasil penelitian ini menegaskan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan yang signifikan dengan *psychological well-being* pada individu tunarungu. Di antara sumber dukungan yang ada, dukungan dari figur signifikan memiliki pengaruh paling besar terhadap perkembangan berbagai aspek *psychological well-being*, terutama dalam memperkuat pertumbuhan pribadi. Temuan ini memperkuat pemahaman bahwa keterhubungan emosional yang mendalam dengan figur penting mampu memperkuat proses berkelanjutan dalam pengembangan diri dan pencapaian potensi responden yang sedang berada pada tahap perkembangan dewasa awal, dimana mereka mulai mengenali nilai dan peran hidupnya, yang menjadi fondasi penting bagi pertumbuhan

pribadi dalam menghadapi tantangan kehidupan. Meskipun demikian, dukungan keluarga tetap memiliki peran penting, khususnya dalam menumbuhkan tujuan hidup, sedangkan dukungan teman berkontribusi terhadap kemampuan individu dalam mengelola lingkungan sosial mereka. Aspek *self-acceptance* menjadi kekuatan utama dalam profil *psychological well-being* individu tunarungu, sedangkan *environmental mastery* menjadi tantangan tersendiri yang perlu mendapatkan perhatian khusus. Secara keseluruhan, hasil ini menegaskan bahwa keterbatasan fisik tidak menghambat pengembangan kesejahteraan psikologis ketika individu berada dalam lingkungan sosial yang dapat memberikan dukungan optimal.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, penting bagi individu tunarungu untuk secara aktif mencari dan membangun hubungan dengan figur signifikan, seperti mentor, guru, pembimbing komunitas, atau figur yang dipercaya, yang dapat memberikan dukungan emosional, validasi diri, serta dorongan untuk berkembang menghadapi tantangan kemandirian di tahap perkembangan dewasa awal. Program pendampingan berbasis komunitas atau kegiatan yang mempertemukan individu tunarungu dengan sosok-sosok inspiratif dapat menjadi salah satu upaya untuk memfasilitasi terbentuknya hubungan ini.

Selain itu, teman-teman di sekitar individu tunarungu juga dapat berkontribusi penting dalam membantu pengembangan aspek *environmental mastery*, misalnya dengan melibatkan mereka dalam aktivitas-aktivitas sosial, memberi kesempatan untuk mengambil keputusan bersama, serta membangun pengalaman eksplorasi lingkungan yang inklusif. Interaksi semacam ini dapat memperkuat keterampilan individu tunarungu dalam mengelola tantangan di lingkungan sosialnya, dan menjadi pribadi dewasa yang dapat memberikan kontribusi terhadap masyarakat.

Bagi peneliti selanjutnya, dapat melakukan penelitian yang lebih mendalam untuk mengkaji faktor-faktor yang mempengaruhi kuatnya hubungan dukungan dari figur penting terhadap pertumbuhan pribadi individu dewasa awal yang mengalami hambatan pendengaran. Di samping itu, disarankan pula untuk mengembangkan alat

ukur *psychological well-being* versi Indonesia dengan mempertimbangkan keseimbangan jumlah item pada setiap dimensinya, sebagaimana komposisi pada versi pertama Ryff, agar pengukuran di masa depan menjadi lebih proporsional dan representatif terhadap seluruh aspek kesejahteraan psikologis.

Daftar Pustaka

- Afriani, D., & Uyun, Q. (2020). Peran Dukungan Sosial Keluarga terhadap *Psychological well-being* pada Remaja Penyandang Disabilitas. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 8(1), 18–27. <https://doi.org/10.22219/jipt.v8i1.11125>
- Auliya, N. P. D., & Setiyowati, N. (2024). Systematic Literature Review Based on Big Data: Dukungan Sosial dan *Psychological well-being* pada Remaja. *Psyche 165 Journal*, 134-139. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v17i2.367>
- Butler, N., Quigg, Z., Bates, R., Jones, L., Ashworth, E., Gowland, S., & Jones, M. (2022). The contributing role of family, school, and peer supportive relationships in protecting the mental wellbeing of children and adolescents. *School Mental Health*, 14(3), 776-788. <https://doi.org/10.1007/s12310-022-09502-9>
- Brebahama, A., & Listyandini, R. A. (2016). Gambaran tingkat kesejahteraan psikologis penyandang tunanetra dewasa muda. *Mediapsi*, 2(1), 1-10. <https://doi.org/10.21776/ub.mps.2016.002.01.1>
- Charry, C., Goig, R., & Martínez, I. (2020). *Psychological well-being* and youth autonomy: Comparative analysis of Spain and Colombia. *Frontiers in psychology*, 11, 1-11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.564232>.
- De Jong, T. J., van der Schroeff, M. P., Stapersma, L., & Vroegop, J. L. (2024). A systematic review on the impact of auditory functioning and language proficiency on psychosocial difficulties in children and adolescents with hearing loss. *International Journal of Audiology*, 63(9), 675-685.
- Fadhil, A. (2021). Evaluasi properti psikometris skala *psychological well-being* (PWB) versi Indonesia. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(2), 4666-4674.
- Firmanda, Y. (2024). Pengaruh Dukungan Sosial dan Pengalaman Hidup Terhadap *Psychological well-being* Pada Remaja Tunarungu Berprestasi. *Journal of Educational Research and Humaniora (JERH)*, 32-40. <https://doi.org/10.51178/jerh.v2i1.1830>
- Gao, J., Hu, H., & He, H. (2023). Functional hearing impairment, psychological resilience, and Social Well-Being among Chinese older adults in low-income households. *Journal of speech, language, and hearing research*, 66(6), 2141-2154. https://doi.org/10.1044/2023_JSLHR-22-0020
- Haliza, N., Kuntarto, E., & Kusmana, A. (2020). Pemerolehan Bahasa Anak Berkebutuhan Khusus (Tunarungu) Dalam Memahami Bahasa. *Jurnal Metabasa*, 2(1). 35-41.

- Hasti, R., & Nurfarhanah, N. (2013). Hubungan Antara Interaksi Sosial Teman Sebaya Dengan Kemandirian Perilaku Remaja (Studi Korelasional terhadap SMP N 1 Padang Panjang). *Konselor*, 2(1).
- Hintermair, M. (2008). Self-esteem and satisfaction with life of deaf and hard-of-hearing people—A resource-oriented approach to identity work. *Journal of Deaf Studies and Deaf Education*, 13(2), 278–300. <https://doi.org/10.1093/deafed/enm054>.
- Khomsiatun, S., Widiastuti, M., M. Safitri. (2021). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan *Psychological well-being* pada Remaja Tunarungu di Jakarta. *JCA Psikologi*, 2(1), 28-35.
- Kurniati, D., Yulistini, Y., Maputra, Y., Sari, L., Mafaza, M., Purna, R. S., & Armalita, R. (2023). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap *Psychological well-being* pada Pengangguran Terdidik. *Psibernetika*, 16(1). <https://doi.org/10.30813/psibernetika.v16i1.3640>
- Li, Z. S., & Hasson, F. (2020). Resilience, stress, and *psychological well-being* in nursing students: A systematic review. *Nurse education today*, 90, 1-13, <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2020.104440>.
- Madi, M. S., Hataul, S., & Satiawati, C. (2023). Pengaruh Teman Sejawat Terhadap Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 4(2). <https://doi.org/10.36418/japendi.v4i02.1612>
- Maullasari, S. (2022). The role of social support to increase the Confidence of the Deaf in the Difabel Study Council. *Journal of Advanced Guidance and Counseling*. 3(2). 94-105. <https://doi.org/10.21580/jagc.2022.3.2.5896>.
- Moeller, M. P. (2007). Current state of knowledge: psychosocial development in children with hearing impairment. *Ear and hearing*, 28(6), 729-739. doi: 10.1097/AUD.0b013e318157f033.
- Prabowo, A. (2016). Kesejahteraan psikologis remaja di sekolah. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 4(2), 246-260. <https://doi.org/10.22219/jipt.v4i2.3527>.
- Prasetyadi, K. O. (2022, Juli 1). *Donna Christha Renata memperjuangkan inklusi bagi kawan-kawan Tuli di Bitung*. Kompas.id. <https://www.kompas.id/baca/tokoh/2022/06/29/donna-christha-renata-memperjuangkan-inklusi-bagi-kawan-kawan-tuli-di-bitung>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of *psychological well-being*. *Journal of personality and social psychology*, 57(6), 1069.
- Ryff, C. D. (1995). *Psychological well-being* in adult life. *Current directions in psychological science*, 4(4), 99-104.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health Psychology: Biopsychological Interaction*. United States of America: John Wiley & Sons. Inc.
- Sharma, D., & Chandiramani, K. (2021). Impact of identity process on psychological wellbeing of adolescents. *The International Journal of Indian*, 9(1), 2349-3429.
- Strizhitskaya, O., Petrash, M., Savenysheva, S., Murtazina, I., & Golovey, L. (2019). Perceived stress and *psychological well-being*: the role of the emotional stability. *European Proceedings of Social and Behavioural Sciences*, 56, 155-162.

- Sulistiani, W., Fajrianti, F., & Kristiana, I. F. (2022). Validation of the Indonesian version of the multidimensional scale of perceived social support (MSPSS): A Rasch Model approach. *Jurnal psikologi*, 21(1), 89-103.
- World Health Organization. (2021). *World report on hearing*. Geneva, Switzerland: World Health Organization.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2