

Emosi Siswa Tunanetra dalam Perencanaan Karir di Sekolah Luar Biasa (SLB) A, Payakumbuh

Lusi Yandrika¹, Darimis², Fadhillah Syafwar³, Rosa Dovita⁴

^{1,2,3,4}Universitas Islam Negeri (UIN) Mahmud Yunus Batusangkar, Jl. Jenderal Sudirman No.137, Limo Kaum, Kec. Lima Kaum, Kabupaten Tanah Datar, Sumatera Barat
lusiyarika@gmail.com

Abstract

The main problem in this research is the emotions of blind students in career planning at SLB A Payakumbuh. There are still many blind students who are doubtful, anxious and confused about career planning after graduating from school. The aim of the research is to determine the emotions of blind students in career planning, the efforts of blind students in overcoming emotional problems in planning career decisions and the strategies of guidance and counseling teachers in helping them. The research method used is descriptive qualitative research. The results of this research explain that the types of emotions of blind students in career planning after graduating from school are predominantly positive emotions, such as joy and happiness, blind students' efforts to overcome emotional problems are being optimistic about future career planning, as well as carrying out activities that have a positive influence on their careers. while the guidance and counseling teacher's strategy for helping blind students is to provide individual counseling services and classical services to blind students.

Keywords: Emotions of Blind Students, Career Decision Planning

Abstrak

Pokok permasalahan dalam penelitian ini adalah emosi siswa tunanetra dalam perencanaan karir di SLB A Payakumbuh. Masih banyak siswa tunanetra ragu, cemas, dan bingung dalam perencanaan karir setelah tamat sekolah. Tujuan penelitian untuk mengetahui emosi siswa tunanetra dalam perencanaan karir, upaya siswa tunanetra dalam mengatasi masalah emosi dalam perencanaan keputusan karir dan strategi guru bimbingan dan konseling dalam membantunya. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif bersifat deskriptif kualitatif. Hasil penelitian ini menjelaskan jenis emosi siswa tunanetra di dalam perencanaan karir setelah tamat sekolah dominan emosi positif, seperti senang dan bahagia, upaya siswa tunanetra untuk mengatasi masalah emosi adalah optimis dengan perencanaan karir dimasa depan, serta melakukan aktivitas yang membawa pengaruh positif bagi karir mereka, sedangkan strategi guru bimbingan dan konseling untuk membantu siswa tunanetra adalah memberikan layanan konseling individual dan layanan klasikal kepada siswa tunanetra.

Kata Kunci: Emosi Siswa Tunanetra, Perencanaan Keputusan Karir

Copyright (c) 2024 Lusi Yandrika, Darimis, Fadhillah Syafwar, Rosa Dovita

Corresponding author: Lusi Yandrika

Email Address: lusiyarika@gmail.com (Jl. Jenderal Sudirman No.137, Kab. Tanah Datar, Sumatera Barat)

Received 29 March 2024, Accepted 04 April 2024, Published 10 April 2024

PENDAHULUAN

Setiap manusia menginginkan hidup bahagia, sehat, dan sejahtera baik secara fisik maupun secara psikologis. Pertumbuhan pribadi sehat, bahagia, dan sejahtera sangat dibutuhkan setiap individu dalam hidup. Salah yang mendorong tercapainya kesejahteraan psikologis adalah kondisi emosi, dan emosi sangat erat kaitannya dengan kesehatan, fungsi fisik, dan fungsi psikis, sebab keterbatasan dari segi fisik menyebabkan kesejahteraan psikologis dan kepuasan dalam hidup menjadi rendah (Suban, 2016, hal 22).

Emosi siswa penyandang cacat sangat berbeda dengan emosi siswa normal. Siswa normal tidak begitu bermasalah dengan emosi dalam perencanaan karir, tetapi penyandang cacat memiliki sederet

problematika dalam perencanaan karir mereka di masa depan. Pertanyaan mendasarnya adalah siapakah penyandang cacat itu? Pada Undang-undang Nomor 4 tahun 1997 tentang penyandang cacat, penyandang cacat didefinisikan dengan orang yang memiliki kelainan fisik ataupun mental yang dapat menghambat dirinya untuk melakukan aktivitas menurut semestinya. Kecacatan dibagi tiga jenis, yakni cacat mental, cacat fisik dan cacat ganda. Salah satu jenis cacat fisik adalah tunanetra.

Perkembangan emosi pada siswa dapat diketahui melalui kemampuan dalam mengembangkan hubungan jangka panjang, baik dalam memahami perasaannya sendiri maupun dalam mengelola emosinya. Emosi yang tidak terkendali dapat menimbulkan dampak negatif dan berlebihan pada siswa termasuk tunanetra. Ketidakmampuan siswa tunanetra sangat mempengaruhi perkembangan. Hambatan ini menghalangi akses penerimaan informasi, terbatas dalam berkomunikasi secara emosional melalui ekspresi atau reaksi wajah. Hambatan ini terkadang membuat siswa tunanetra mengungkapkan emosinya tidak terkendali (Hasyiyati, 2013).

Perkembangan emosi anak tunanetra mengalami hambatan dibanding anak normal karena sejak kecil ia tidak dapat melakukan pengamatan langsung terhadap lingkungan sekitar. Jadi ia hanya mampu berasumsi untuk menyatakan emosinya, namun hal ini tidak efektif dan efisien karena tidak langsung dapat berinteraksi atau melakukan pengamatan langsung. Akibatnya pola emosi yang dihasilkan akan berbeda apabila jika anak tersebut mengalami depresi emosional, yaitu keadaan dimana anak tunanetra tersebut kurang memiliki kesempatan untuk menghayati pengalaman emosi yang menyenangkan seperti kasih sayang, kegembiraan, perhatian, dan kesenangan.

Beranjak dari uraian di atas diketahui emosi siswa tunanetra terhambat dalam mencapai tujuan, memenuhi kebutuhan dan mengaktualkan dan potensinya secara maksimal, sehingga mempengaruhi tindakan. Jika seseorang tidak memiliki kemampuan dalam mengelola dan meregulasi emosi maka ia akan kesulitan dalam berinteraksi sosial secara berkualitas. Respon dalam menunjukkan emosi yang tepat siswa tunanetra masih perlu banyak bimbingan dan rangsangan karena adanya gangguan, sehingga kadang perilaku mereka tidak terduga-duga. Siswa yang seharusnya dapat berkembang seperti siswa normal, namun karena kondisi anak menjadi tidak ada kontrol yang membuat dirinya kurang dapat menyesuaikan bentuk bentuk emosi. Emosi yang terjadi pada anak yaitu tertawa, kemarahan, dan kekecewaan yang lebih dominan dari ekspresi lainnya.

Menurut (Mukaromah & Hasan Basri, 2018) masalah bagi siswa tunanetra yang sering muncul dan dihadapi dalam perkembangan emosi anak tunanetra adalah ditampilkannya gejala-gejala emosi yang tidak seimbang atau pola-pola emosi yang negatif dan berlebihan tak terkecuali tentang perencanaan karirnya. Perencanaan karir diperlukan kondisi emosi yang stabil dan tidak mudah berubah-ubah secara drastis atau dapat dikatakan mencapai kematangan emosi. Seseorang yang dalam kondisi emosi yang matang cenderung merencanakan karir secara tepat karena ia mampu berpikir objektif terhadap berbagai pilihan yang ada. Siswa dapat bertanggung jawab terhadap rencana dan keputusan yang diambil. Rencana pendidikan dan pilihan kerja merupakan dua hal yang saling

berkaitan satu sama lain, karena setelah anak menyelesaikan pendidikan akhir akan dihadapkan pada keputusan menentukan pemilihan pekerjaan.

Dengan demikian siswa tunanetra dapat menyusun rencana karir dan mengambil keputusan karir serta menempuh langkah-langkah tindakan relevan yang diperlukan guna merealisasikan perencanaan karir. Banyak siswa tunanetra yang mampu membuktikan bahwa keterbatasan fisik yang dimilikinya bukanlah hambatan bagi mereka untuk maju dan berkembang, sehingga bermanfaat bagi kehidupan banyak orang dan dapat dijadikan potensi karir di masa depan. Siswa tunanetra memiliki peranan kuat dalam bermain musik karena daya ingat, intuisi, dan kepekaannya. Secara potensi mereka mempunyai kemampuan, minat, bakat, dan cita-cita yang sama seperti anak normal lainnya serta karir yang bisa digeluti seorang tunanetra dapat berbagai jenis karir yakni: penulis konten, Aparatur Sipil Negara (ASN) atau guru, jurnalis, wirausaha, catur tunanetra, pemain sepak bola khusus tunanetra dengan menggunakan bola berbunyi, pemain musik yang mana alat yang digunakan untuk melatih kecekatan motoril, dan penyanyi yang dilakukan dengan mengajarkan suara vocal pada tunanetra.

Berdasarkan observasi yang dilakukan tanggal 11 Februari 2024 pada siswa tunanetra ditemukan ketika siswa bicara mengenai karir, kadang terlihat sedih dan mengatakan tidak bisa melihat, merasa takut jika dalam bekerja membebani orang, termenung dalam belajar, kebingungan untuk mengenali karir yang mau dipilih dan putus. Jika sudah terlalu lama belajar, mereka lebih cenderung bermain bersama-sama, menangis karena bertengkar, jika disuruh masuk kelas untuk belajar banyak yang tidak menurut dan menolak. Berbagai upaya guru untuk membawa siswa masuk kelas dengan menarik dan membuat permainan yaitu memegang bahu teman sambil bernyanyi dan masuk kedalam kelas.

Penelitian ini tertuju kepada siswa tunanetra di Sekolah Luar Biasa (SLB) A Payakumbuh. Berdasarkan uraian di atas dan mengingat begitu pentingnya mengungkapkan emosi anak tunanetra di sekolah luar biasa dalam mengontrol emosi dan perencanaan karir, maka dapat memberikan model atau inovasi baru dalam layanan bimbingan dan konseling.

Berdasarkan latar belakang di atas diketahui siswa tunanetra perlu dibantu untuk percaya diri dan mengembangkan potensi dalam dirinya. Mengetahui Bagaimana emosi siswa tunanetra dalam perencanaan karir. Bagaimana upaya yang dilakukan oleh siswa tunanetra mengatasi masalah emosi dalam pengambilan keputusan karir dan Bagaimana strategi yang dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling dalam membantu siswa tunanetra dalam perencanaan karir. Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk meneliti “Emosi Siswa Tunanetra dalam Perencanaan Karir di SLB A Payakumbuh”.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kualitatif. Tempat penelitian adalah SLB A Payakumbuh, beralamat di Jalan Soekarno Hatta Nomor 288, Kelurahan Pakansinayan, Kecamatan

Payakumbuh Barat, Kota Payakumbuh, Provinsi Sumatera Barat. Penelitian ini dilakukan pada 20 Januari 2024 sampai 4 Maret 2024, Subjek penelitian dalam kualitatif disebut sebagai informan. Informan diambil dengan dengan teknik *Snowball sampling*. Jadi informan penelitian adalah siswa tunanetra sekolah SLB A Payakumbuh sebanyak 4 orangersiswa tunanerta. Instrumen penelitian menggunakan pedoman wawancara, observasi dan dokumentasi.

HASIL DAN DISKUSI

Hasil

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa tunanetra belum mampu menunjukkan emosi mereka dalam pengambilan keputusan karir ceraca baik untuk kepentingan dirinya. Terdapat dua siswa tunanetra belum mampu memahami dirinya, menjalani hubungan yang positif dengan orang lain, serta memiliki tujuan dan target di dalam hidup guna, sehingga sangat mempengaruhi perencanaan karir mereka. Emosi siswa tunanetra dalam perencanaan karir ialah semua siswa memiliki emosi sangat positif terhadap perencanaan karir.

Pada hasil penelitian terkait emosi yang hadir saat mengambil keputusan karir bagi siswa tunanetra terdapat dua emosi yang muncul yakni emosi positif seperti halnya perasaan senang bahagia bangga dan juga merasa tertantang. Serta emosi negatif seperti adanya rasa kecewa sedih marah grogi gugup dan juga bingung. Dalam hal ini dua emosi ini muncul disebabkan karena emosi positif yang muncul ini karena adanya perasaan yakin akan pilihan karirnya ke depannya. Sedangkan emosi negatif ini muncul akibat adanya kemampuan yang masih kurang di dalam memahami karir dan juga banyaknya pilihan yang sama-sama mereka sukai sehingga muncul perasaan bingung di dalam menentukan karir mana yang akan mereka pilih.

Dorongan dari seseorang terutama social support mampu mendorong siswa tunatera menentukan perencanaan karir, seperti dimotivasi oleh guru, orang tua, sebab dorongan orang tua dan guru. Emosi negatif yang muncul ketika mereka mengambil keputusan karir ini terdapat beberapa emosi seperti 1 orang informan merasa bingung dengan pilihan karir, bingung apabila ada teman yang mengarahkan untuk mengambil karir yang memiliki peluang lebih dibanding karir yang akan di ambil, satu orang siswa merasa tidak mood, kesal dan tidak percaya diri karena belum yakin akan kemampuannya, dan informan kedua, merasa takut gagal, takut dengan kekurangan diri. Cara mengatasinya bagi mereka yakni berusaha menerima keadaan diri sekarang, meyakinkan diri bahwa kekurangan yang dimiliki bukanlah hambatan mencapai impian, berusaha untuk yakin dengan pilihan sendiri termasuk pilihan yang tepat bagi diri mereka dan berusaha membuktikan bahwa mereka mampu untuk dapat bersaing dengan orang-orang yang memiliki kesempurnaan pada fisiknya.

Emosi positif mampu membangkitkan semangat dalam perencanaan karir. Siswa terlihat bersemangat dan lebih rajin untuk latihan vocal yang berguna untuk meningkatkan keterampilan bernyanyi siswa tunanetra. Bakat dan keterampilan ini membantu siswa dalam perencanaan karir di masa depan. Fungsi emosi positif dalam pengambilan keputusan karir dapat membantu perencanaan

karir yang tepat, mampu meyakinkan diri bahwa perencanaan karir hal yang tepat, membantu dalam pengembangan bakat dan minat dan membuat mereka senang, bahagia, semangat dengan karir yang direncanakan.

Strategi khusus yang dilakukan guru bimbingan dan konseling dalam membantu siswa tunanetra dalam mengambil keputusan karir ialah dengan melakukan pendekatan pribadi, dalam bentuk layanan konseling individual. Pada layanan ini siswa dapat terbuka tentang dirinya, mengukur bakat dan minatnya dengan sederet instrumentasi non-tes dalam bimbingan dan konseling. Guru bimbingan dan konseling dapat membimbing dan juga mengarahkan siswa tunanetra agar dapat memiliki keterampilan dan memiliki kemampuan yang dimiliki dapat maksimal. Apabila siswa tunanetra meminta solusi dan merasa masih bingung dengan karirnya, maka guru bimbingan dan konseling mengarahkan siswa tunanetra tersebut dan membantu siswa tunanetra untuk meyakinkan dirinya akan kemampuan yang dimiliki siswa tunanetra.

Kiat sukses yang dilakukan guru bimbingan dan konseling dalam membantu siswa tunanetra dalam perencanaan karir ialah mengetahui bakat dan minat melalui kegiatan *need asesmen* (studi kebutuhan) siswa tunanetra, mengetahui hobi, dan pilihan pendidikan lanjutan setelah tamat SMA. Guru bimbingan dan konseling melakukan layanan konsultasi tentang perencanaan karir anaknya jikasiswa berbakat di bidang akademik, maka guru bimbingan dan konseling dapat merekomendasikan memilih berwirausaha.

Teknik yang dilakukan guru bimbingan dan konseling untuk membantu siswa tunanetra dalam perencanaan karir ialah konseling individual, siswa datang konseling kepada guru bimbingan dan konseling, mengarahkannya, serta memberikan motivasi ataupun mendengarkan siswa, dan memotivasi bahwa banyak orang sukses meskipun memiliki kekurangan fisik. Jika siswa tunanetra dipanggil maka lakukan pendekatan personal lebih dahulu, agar siswa sukarela menyampaikan masalah perencanaan karirnya di masa depan.

Diskusi

Terdapat beberapa bentuk emosi siswa tunanetra dalam perencanaan karir. Dari empat siswa tunanetra dua siswa mengalami emosi positif dan dua siswa lagi memiliki emosi negatif seperti galau, ragu, bimbang, bingung dan takut merencanakan karir di masa datang, sedangkan dua orang lagi memiliki emosi positif dalam bentuk senang, bahagia, semangat, optimis dengan perencanaan karir. Dalam pemencanaan karir siswa tunanetra membutuhkan layanan bimbingan dan konseling. Hal ini agar masa depan tidak suram, siswa tidak menyesal dengan perencanaan karir mereka, dan mereka dapat terarah sesuai dengan juga dapat terarahkan sesuai dengan keterampilan yang dimilikinya. Bentuk emosi yang didapatkan dari hasil wawancara ini didukung oleh teori (Mukaromah, 2020) yaitu bentuk emosi dibagi menjadi dua yakni ialah sebagai berikut : a. Emosi Positif adalah emosi yang menyenangkan dan diinginkan oleh setiap orang. Dalam Al-Quran tak henti-hentinya memotivasi manusia agar memperoleh dan mengembangkan emosi positif. Emosi positif yang kerap dialami oleh manusia, diantaranya: Al-Hubb (Cinta), Al-Farh dan Al-Ridha (Gembira dan Bahagia), Euforia adalah

perasaan senang berlebihan. b. Emosi Negatif sejatinya tak pernah dikendalikan oleh manusia, sehingga selalu diusahakan untuk dihindari, kendati tak mudah diwujudkan. Emosi negatif yang kerap menghantui manusia yaitu : 1) Kecemasan selalu membawa akibat yang tidak baik bagi kesehatan mental seseorang. Orang yang selalu dihindari kecemasan dipastikan akan terus-menerus tertekan dan jatuh dari ketenangan. 2) Fobia sebenarnya merupakan ketakutan aneh yang masih disadari oleh pengidapnya, namun tak mampu dijelaskan atau diatasinya. Al-Quran menawarkan jalan keluar terbaik untuk membendung fobia, yaitu menumpahkan ketakutan hanya kepada Allah karena Allah pelindung manusia yang beriman dan bertakwa. 3) Marah dan Benci, kedua emosi ini dapat muncul beriringan, atau bersifat kasual. Kebencian bisa disulut oleh kemarahan, atau sebaliknya (Maruroh, 2014).

Menurut (Nadhiroh, Yahdinil, 2019) yaitu bentuk emosi yakni berupa: kegembiraan (*happiness/joy*), ketertarikan (*surprise/interest*), marah, sedih (*sadness/ distress*), jijik dan takut, rasa malu, bangga, cemas, dan berbagai kondisi emosi lainnya. Sedangkan dari segi efek yang ditimbulkannya, emosi dibagi kedalam emosi positif dan emosi negatif. Emosi positif adalah emosi yang selalu diidamkan oleh semua orang, seperti bahagia, senang, puas dan sejenisnya. Sebaliknya, emosi negatif adalah emosi yang tidak diharapkan terjadi pada diri seseorang. Dan juga didukung oleh pendapat (Manizar, 2018) diantaranya ialah amarah, kesedihan, rasa takut, cemas, gugup, khawatir, Senang, bangga, bahagia, gembira, riang, puas.

Menurut (Hasan, 2020) terdapat 2 jenis emosi siswa tunanetra yakni emosi positif dan emosi negatif yang mana emosi positif dan negatif tersebut diantaranya: a. Emosi senang atau bahagia didefinisikan sebagai segala sesuatu yang membuat kesenangan dalam hidupnya. Perasaan senang ini meliputi cinta, puas, gembira, bahagia. b. Emosi marah mulai dari tindakan diam atau menarik diri, hingga tindakan agresif yang bisa mencederai atau mengancam nyawa orang lain. Pemicunya juga sangat beragam, mulai dari hal-hal yang sangat remeh hingga yang memberatkan. Emosi marah biasanya lebih mudah timbul dibanding dengan emosi yang lainnya. Penyebab timbulnya emosi marah umumnya terjadi apabila mereka direndahkan, dipermalukan, dihina, dipojokkan dihadapan teman-temannya. Kadang-kadang pada usia remaja seperti ini mereka melakukan tindakan kekerasan dalam melampiaskan emosi marahnya.

Dorongan seseorang mampu membantu mereka dalam pengambilan keputusan karir. Dorongan tersebut berupa pemberian semangat, membangkitkan semangat yang pernah turun, membantu mereka untuk yakin dengan kemampuan yang mereka miliki dan dorongan tersebut mereka dapatkan dari orang-orang terdekat mereka seperti: orang tua, keluarga, guru, teman maupun di dapat dari diri sendiri yang dilakukan dengan cara yakin akan kemampuan yang mereka miliki dan dengan membuktikan bahwa mereka bisa dalam karirnya.

Pengambilan keputusan karir tak luput dari dorongan seseorang yang membantu seseorang dalam pengambilan keputusan tersebut seperti: memberikan dorongan, semangat, membantu membangkitkan semangat, dan meyakinkan diri akan kemampuan yang dimiliki yang mana dorongan

tersebut biasanya didapat dari luar diri yakni dari orang tua, keluarga, guru dan teman serta terdapat pula dorongan dari dalam diri sendiri (Aprillia, 2019).

Fungsi emosi positif dapat membantu informan dalam pengambilan keputusan karir yang tepat, mampu meyakinkan diri informan bahwa keputusan yang diambilnya merupakan keputusan yang tepat, serta membantu dalam membangkitkan energi, semangat dan memberikan gairah pada informan untuk dapat mengambil keputusan karir yang sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya. Fungsi emosi ini didukung oleh beberapa pendapat ahli diantaranya ialah menurut (Manizar, 2019) yang mengatakan bahwa bagi manusia emosi tidak hanya berfungsi untuk survival atau sekedar untuk mempertahankan hidup, seperti pada hewan, akan tetapi emosi juga berfungsi sebagai energi atau pembangkit energi yang memberikan kegairahan dalam kehidupan manusia.

Menurut (Zhou, Yang, & Wang, 2020) membagi fungsi emosi manusia menjadi tiga bagian yaitu: *Survival* adalah sarana untuk mempertahankan hidup, *Energizer* yaitu sebagai pembangkit energy, *Messenger* sebagai pembawa pesan. Berhubungan dengan fungsi emosi (Nadhiroh, Yahdinil, 2019) menyebutkan terdapat empat fungsi emosi yaitu: Emosi sebagai pembangkit energi, Emosi sebagai pembawa informasi, Emosi sebagai pembawa informasi dalam komunikasi intrapersonal, dan membawa pesan dalam komunikasi interpersonal, Emosi sebagai sumber informasi tentang keberhasilan. Dari pendapat mengenai faktor yang mempengaruhi emosi pada anak khususnya tunanetra memiliki kesamaan dengan hasil wawancara yang dilakukan kepada siswa tunanetra. Terdapat teori pendukung seperti adanya faktor yang berasal dari luar diri siswa tunanetra dan dari dalam diri siswa tunanetra.

Faktor dari luar diri siswa tunanetra ini terdapat beberapa faktor *pertama*, berasal dari orang tua, keluarga yang selalu memberikan *support*, semangat dan meyakinkan bahwa kebutaan bukanlah kegelapan dunia dan karir dari dirinya. *Kedua*, dorongan dari teman-teman yang meyakinkan diri siswa tunanetra akan pilihan karir yang akan diambil. *Ketiga*, dorongan dari guru disekolah yang menjadi pengaruh besar dalam pengambilan keputusan karir. Dan faktor dalam diri siswa tunanetra yakni berupa yakin akan pilihan yang diambil, dan berusaha membuktikan bahwa dirinya mampu untuk berkarir.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi emosi anak menurut (Darmiah, 2019) ialah sebagai berikut : a.keadaan anak, Keadaan individual pada anak, misalnya cacat tubuh ataupun kekurangan pada diri anak akan sangat mempengaruhi perkembangan emosional, bahkan akan berdampak lebih jauh pada kepribadian anak. b. faktor belajar, Pengalaman belajar anak menentukan reaksi potensi mana yang mereka gunakan untuk marah. Pengalaman belajar yang menunjang perkembangan emosi antara lain: Belajar dengan coba-coba, anak belajar dengan coba-coba untuk mengepresikan emosinya dalam bentuk perilaku yang memberi penguasaan sedikit atau sama sekali tidak memberikan kepuasan. c.belajar dengan cara meniru, Dengan belajar meniru dan mengamati hal-hal yang membangkitkan emosi orang lain, anak bereaksi dengan emosi dan metode yang sama dengan orang-orang diamati. Belajar dengan mempersamakan diri anak meniru reaksi emosional orang lain yang tergugah oleh

rangsangannya yang sama dengan rangsangan yang telah membangkitkan emosi orang yang ditiru. d. belajar dengan membimbing dan mengawasi, Anak diajarkan cara bereaksi yang dapat diterima jika suatu emosi terangsang. Dengan pelatihan, anak dimotivasi untuk bereaksi terhadap rangsangan yang biasanya membangkitkan emosi yang menyenangkan dan dicegah agar tidak bereaksi secara emosional terhadap rangsangan yang membangkitkan emosi yang tidak menyenangkan. e. belajar dengan pengondisian, Dengan metode atau cara belajar dengan pengkondisian maka objek, situasi yang mulanya gagal memancing reaksi emosional kemudian berhasil dengan cara asosiasi. Pengondisian terjadi dengan mudah dan cepat pada awal kehidupan karena anak kecil kurang menalar, mengenal betapa tidak rasionalnya reaksi mereka (Rahman, 2017).

Teori pendukung lain yakni teori dari (Lusiana, 2019) faktor yang mempengaruhi emosi peserta didik dilihat dari faktor internal dan faktor eksternal. Pada faktor internal dari segi perubahan jasmani dan faktor eksternal dari segi perubahan pola interaksi dengan orang tua, perubahan interaksi dengan teman sebaya, perubahan pandangan luar dan perubahan interaksi dengan sekolah. Berikut uraiannya: perubahan jasmani, perubahan pola interaksi dengan orang tua, perubahan interaksi teman sebaya, perubahan pandangan luar, perubahan interaksi dengan sekolah.

Upaya yang dilakukan oleh siswa tunanetra mengatasi masalah emosi dalam pengambilan keputusan karir ialah dengan berfikir positif, meyakinkan diri akan pilihan yang diambil, melakukan aktifitas lain yang membawa pengaruh positif, melakukan kegiatan yang disenangi, menghindari pikiran negatif, mendengarkan motivasi, mempertimbangkan pilihan sematang mungkin, jangan menghiraukan perkataan orang lain yang berusaha menjatuhkan kita dan jangan terpengaruh perkataan orang.

Upaya yang dilakukan agar dapat mengambil keputusan karir yang tepat ini didukung oleh teori (Hardjo, 2018) yang mengatakan bahwa dengan menciptakan pikiran positif dalam diri, yakin akan pilihan yang dipilih, serta mengerjakan hal-hal positif dan menghindari pikiran negatif. Upaya pengendalian emosi dapat dibagi ke dalam beberapa model. Pertama, model *displacement*, yakni dengan cara mengalihkan atau menyalurkan ketegangan emosi kepada obyek lain. Model ini meliputi katarsis mengacu pada pelampiasan emosi, manajemen 'anggur asam' (rasionalisasi) dan dzikrullah. Kedua, model *cognitive adjustment*, yaitu penyesuaian antara pengalaman dan pengetahuan yang tersimpan (kognisi) dengan upaya memahami masalah yang muncul. Model ini meliputi atribusi positif (husnudzhon), empati. Ketiga, model *coping*, yaitu dengan menerima atau menjalani segala hal yang terjadi dalam kehidupan, meliputi, syukur, bersabar, pemberian maaf, dan adaptasi adjustment. Keempat, model lain-lain seperti regresi, represi dan relaksasi (Nadhiroh, Yahdinil, 2019).

Upaya yang dapat dilakukan dalam pengambilan keputusan yang tepat ini juga didukung oleh pendapat (Pratiwi, Djalal, Syukur, & Suhep, 2022) yang mengatakan bahwa cara *pertama*, pemahaman terhadap diri sendiri. *Kedua*, memiliki kedisiplinan tinggi. *Ketiga*, memiliki kepercayaan diri dan optimisme yang tinggi. *Keempat*, memiliki komitmen yang tinggi. *Kelima*, terdapat peran dari

keluarga dalam pengambilan keputusan karir. *Keenam*, bergabung dalam komunitas yang membawa dampak positif.

Strategi guru bimbingan dan konseling dalam membantu siswa tunanetra dalam pengambilan keputusan karir yakni *pertama* mengidentifikasi terlebih dahulu hal yang dibutuhkan oleh siswa tunanetra, yang *kedua*, menyusun program yang mana biasanya di SLB A Payakumbuh ini terdapat program keterampilan pilihan yang akan disesuaikan dengan kemampuan yang dimiliki siswa tunanetra, dengan hal ini kemampuan siswa tunanetra diasah soft skill dan dilatih yang mana program keterampilan ini seperti bidang informatika, pertanian, kesenian. *Ketiga*, melaksanakan kegiatan yang mana program kegiatan akan diberikan kepada setiap siswa tunanetra agar siswa tunanetra memiliki kemampuan, bakat yang terasah dalam dirinya.

Pada dasarnya setiap tujuan memiliki langkah atau cara untuk sampai pada hasil yang diharapkan. Langkah-langkah yang akan dicapai dapat berupa strategi. Strategi menurut Kamus Ilmiah Populer merupakan ilmu siasat untuk mencapai sesuatu. Sedangkan secara umum strategi merupakan proses penentuan rencana para pemimpin puncak yang berfokus pada tujuan jangka panjang organisasi, disertai penyusunan suatu cara atau upaya bagaimana agar tujuan tersebut dapat dicapai. Selain itu strategi juga diartikan sebagai suatu cara atau teknik untuk mencapai suatu tujuan (Aisyah, 2018). Strategi khusus yakni mengidentifikasi kebutuhan (*assessment*), menyusun rencana program tahunan, semesteran, bulanan, dan harian (*program*), melaksanakan kegiatan (Pelaksanaan) dan melakukan penilaian atau evaluasi kegiatan (Sinaga, 2022).

Teknik yang dilakukan guru bimbingan dan konseling untuk membantu siswa tunanetra dalam perencanaan karir ialah dilakukannya konseling individual, apabila siswa tersebut datang untuk konseling maka guru bimbingan dan konseling mengarahkannya, serta memberikan motivasi-motivasi ataupun mendengarkan kepada siswa akan motivasi dari seorang yang memiliki kekurangan tapi bisa untuk sukses. Dan apabila siswa dipanggil biasanya dilakukan pendekatan terlebih dahulu, hal ini dilakukan agar siswa dapat secara sukarela untuk berbicara akan permasalahan yang dialaminya termasuk ragu akan pilihan karirnya (Melati, 2019).

Peran guru bimbingan dan konseling sangatlah penting, karena tidak semua siswa tunanetra dapat mengerti tentang perencanaan karir, maka peran guru bimbingan dan konseling dapat membantunya dalam mengarahkan siswa tunanetra dalam perencanaan karir secara tepat, dan membantu siswa tunanetra dengan mengadakan program keterampilan yang dikhususkan untuk membantu bakat dan minat dari siswa tersebut dapat berkembang dengan baik

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang emosi siswa tunanetra dalam perencanaan karir di SLB Payakumbuh dapat ditarik kesimpulan bahwa : Emosi yang ada pada siswa tunanetra dalam perencanaan karir emosi positif berupa senang dan bahagia dengan keputusan yang sudah diambil karena sesuai dengan kemampuan yang dimiliki dan emosi negatif berupa masih ragu akan pilihannya

dan masih bingung pada langkah awal yang akan diambil, Upaya yang dilakukan oleh siswa tunanetra mengatasi masalah emosi dalam pengambilan keputusan karir ialah dengan berfikiran positif, melakukan aktifitas lain yang membawa pengaruh positif, melakukan kegiatan yang disenangi, mendengarkan motivasi dan mempertimbangkan pilihan sematang mungkin. dan Strategi yang dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling dalam membantu siswa tunanetra dalam pengambilan keputusan karir ialah melakukan konseling individual kepada seluruh siswa tunanetra.

REFERENSI

- Aisyah, Umi. (2014). Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling bagi Siswa Tunanetra MTs Yaketunis Yogyakarta. *World Health Organization, World Bank Group, OECD*, (July), 1–100.
- Aprillia, Resti Fridaylita. (2019). *Dinamika Emosi Pada Remaja yang Mengalami Kecenderungan Narsistik* (Universita). Purwokerto.
- Darmiah. (2019). Perkembangan dan Faktor-faktor yang Mempengaruhi Emosi Anak Usia MI. *Ar-Raniry*, 5(1), 94–104.
- Hardjo, Suryani. (2008). Kemampuan Mengendalikan Emosi Negatif Dengan Kemampuan Memecahkan Masalah. *Fakultas Psikologi Universitas Medan Area*, (2004).
- Hasan, Said Basri. (2020). Layanan Konseling Individu dalam Mengatasi Emosi Negatif Siswa Tunanetra di MAN Maguwoharjo. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 12, 2.
- Hasyiyati, Ni'mah. (2013). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan pengambilan keputusan masalah pada mahasiswa. *Bimbingan dan Konseling*, 2.
- Lusiana, Zilvianda. (2014). Faktor Yang Mempengaruhi Emosi Peserta Didik. *E Jurnal*, 1(1), 11.
- Manizar, Ely. (2017). Mengelola Kecerdasan Emosi. *Tadrib: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 2(2), 198–213.
- Maruroh, Anisatul. (2014). Konsep Kecerdasan Emosional. *Kajian Pendidikan Islam*, 6.
- Melati, Mela Puspita. (2019). Pengaruh Keerdasan Emosional Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan Di Yayasan Dana Sosial Al Falah Surabaya. *Bimbingan dan Konseling*, 2.
- Mukaromah, Utik. (2020). Layanan Konseling Individu dalam Mengatasi Emosi Negatif Siswa Tunanetra. *Skripsi*, 3(June).
- Mukaromah, Utik, & Hasan Basri, Ahmad said. (2015). Layanan Konseling Iindividu Dalam Mengatasi Emosi Negatif Siswa Tunanetra Di MAN Maguwuharjo. *Jurnal Hisbah*, 12(2), 1–10.
- Nadhiroh, Yahdinil, Firda. (2019). Pengendalian emosi (kajian religio-psikologis tentang psikologi manusia). *Jurnal Sainitfika Islamica*, 2(1), 53–63.
- Pratiwi, Cita Anggun, Djalal, Taufik, Syukur, Muhammad, & Suhep, Firdaus W. (2022). Faktor pendukung dan penghambat pengambilan keputusan karir pada wirausaha muda di kota makassar. *Jurnal Bisnis dan Manajemen*, 2(2), 8–18.

- Rahman, Septian Abdul. (2017). Pengaruh kecerdasan emosional, efikasi diri, locus of control terhadap kesulitan pengambilan keputusan karir pada siswa/i sma negeri 47 jakarta. *Kajian Pendidikan Islam*.
- Sinaga, Ikke Nurjanah. (2022). *Strategi AP3 Guru Bimbingan Konseling Terhadap Perencanaan Karir Siswa*. 8(2), 119–128.
- Suban, Julia Veronica. (2016). Hubungan antara kecerdasan emosional dan pengambilan keputusan karir pada siswa kelas x dan xi sma kristen 2 binsus tomohon. *Bimbingan dan Konseling*.
- Zhou, Yang, & Wang. (2020). Makna dan Fungsi Emosi Mahasiswa Kota Baubau dalam Ranah Demonstrasi.