

MODEL PENGEMBANGAN HIDUP BERMAKNA
Pendampingan terhadap Orangtua Anak Berlebutuhan Khusus
di SLB Yayasan Pendidikan Tunas Bangsa Malang

Oleh:

Dr. Rahmat Aziz, M.Si
azira@uin-malang.ac.id

Dr. Retno Mangestuti, M.Si
mangestutii@uin-malang.ac.id



Foto 1
Tempat kegiatan Pengabdian pada Masyarakat

A. Isu dan Fokus Pengabdian

Setiap orangtua tentu berharap mempunyai anak normal yang tidak kurang suatu apapun baik fisik maupun psikologis. Harapan tersebut adalah sesuatu yang wajar dan sah bagi siapapun. Hanya saja, bagi sebagian orang harapan tersebut tidak dapat terwujud menjadi kenyataan. Mereka justru dianugerahi anak yang mempunyai berbagai kekurangan sehingga menjadikan berbeda dengan anak normal lainnya. Kondisi seperti ini telah membuat banyak orang merasa tidak berdaya dan menimbulkan perasaan kecewa, marah, malu, putus asa, dan lain sebagainya. Bahkan mungkin saja kondisi ini mengembangkan sikap mental dan citra diri negatif yang kemudian menjadikan hidup tidak bermakna.

Pada dasarnya setiap manusia mempunyai hasrat untuk hidup bermakna, hanya saja tidak semua orang mampu mendapatkannya. Bagi orang yang menemukan makna hidup, orang tersebut akan mendapatkan kebahagiaan dalam hidupnya, sedangkan bagi individu yang masih tidak mendapatkan hidup bermakna, maka orang tersebut akan mengalami kehampaan eksistensial yang jika tidak diberikan penanganan yang tepat maka akan menyebabkan gangguan neorosis.

Banyak cara yang dapat digunakan untuk memahami dan mengembangkan kebermaknaan dalam hidup seseorang. Salah satu pendekatan dalam dunia keilmuan psikologi dikenal dengan logoanalisis yang dikembangkan oleh Viktor Frankl. Pendekatan ini menekankan pentingnya pemahaman dan pendalaman nilai-nilai pada semua peristiwa yang terjadi dalam hidup karena dibalik semua peristiwa yang mungkin saja menyakitkan selalu terkandung adanya hikmah yang sangat besar. Pendekatan ini, sejalan dengan ajaran Islam yang menyarankan pada umatnya untuk selalu tabah, sabar, syukur dan ikhlas dalam menerima apapun yang terjadi. Dalam ajaran Islam, setiap apapun yang terjadi pada seorang hamba, itulah yang terbaik menurut Allah, karena itu sikap terbaik yang harus dilakukan dalam menerima setiap cobaan atau musibah yang terjadi adalah tabah, sabar, syukur dan ikhlas menerima semua yang terjadi. Kondisi seperti diatas telah dijelaskan dalam Al-Quran surat Al-Baqoroh ayat 155-157 yang artinya:

Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, berupa rasa takut, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan makanan. Dan berikanlah kabar gembira bagi orang-orang yang sabar (155) Yaitu orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan: "Sesungguhnya kami adalah milik Allah dan kepada-Nya Allohhlah kami akan kembali" (156) Mereka itulah orang yang mendapatkan keberkatan dan rahmat dari Tuhan, dan mereka adalah orang-orang yang diberi petunjuk (157).

Berdasarkan ayat diatas dapat dijelaskan bahwa penemuan makna hidup dapat dipahami dengan adanya proses yang melibatkan ketabahan (*resilience*), kesabaran (*patience*), rasa syukur (*gratitude*), dan keikhlasan dalam menerima apapun yang terjadi (*life satisfaction*). Proses dan model seperti itulah yang telah diuji pada penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh peneliti.

Selanjutnya, dalam konteks kehidupan orangtua yang dianugerahi anak dengan berbagai kekurangan, proses pencarian dan penemuan makna hidup akan berbeda-beda bentuknya antara individu yang satu dengan yang lainnya. Ada orang yang cepat, ada juga yang lambat. Ada yang berhasil, ada pula yang gagal dalam proses pencarian tersebut. Secara umum proses pencarian makna hidup pada orangtua yang mempunyai anak berkebutuhan khusus mengikuti tiga tahapan berikut: tahap penyangkalan yang dicirikan dengan munculnya sikap tidak menerima kenyataan yang diiringi dengan adanya rasa kecewa, depresi, marah dan lain sebagainya. Bagi sebagian orang, setelah proses ini dilalui maka mereka akan menuju pada tahap berikutnya berupa tahap kompromi yaitu tahap dimana subjek berusaha keluar dari kenyataan

yang menyakitkan dan berusaha menerima kenyataan yang ada, biasanya diiringi dengan upaya atau usaha untuk mencari penyelesaian. Tahap terakhir adalah tahap proses penemuan makna hidup dari peristiwa tersebut.

Salah satu yang menjadi masalah bagi orangtua adalah dianugerahkannya anak yang mempunyai kebutuhan khusus. Bagi sebagian orang, keadaan seperti ini akan dianggap sebagai masalah yang mengganggu dan menyalahkan dalam hidupnya. Tapi bagi sebagian lainnya, kondisi ini dianggap sebagai tantangan untuk lebih maju dan berkualitas dalam menjalani kehidupan selanjutnya. Perbedaan sikap diatas tidak dapat dilepaskan dari sikap dan perilaku seseorang dalam hubungannya dengan sikap tabah menghadapi cobaan, sabar menghadapi musibah, syukur menerima karunia, dan puas atau ikhlas dalam menerima kenyataan. Keempat sikap diatas akan berdampak pada kemampuan seseorang dalam menemukan makna dalam hidupnya. Jika makna hidup telah ditemukan maka kebahagiaan sebagai suatu kondisi yang diharapkan oleh semua orang akan diraihnya juga. Bagi seorang muslim, kebahagiaan inilah yang sebenarnya menjadi tujuan hidup baik di dunia maupun di akhirat.

Kondisi seperti ini terjadi juga pada orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus yang ada di kota Malang. Subjek yang dijadikan proses pendampingan dalam kegiatan pengabdian diambil dari orangtua yang menyekolahkan anaknya di sekolah luar biasa (SLB) mulai tingkat TK sampai SMA YPTB-B di kota Malang. Alasan pengambilan subjek ini karena pada tahun sebelumnya penulis telah melakukan penelitian tentang kebermaknaan hidup pada tempat yang sama dan menemukan hasil bahwa adanya subjek yang mempunyai tingkat hidup bermakna yang rendah, sehingga pengabdian pada masyarakat yang akan dilakukan ini merupakan tindak lanjut dari hasil penelitian sebelumnya.

Berdasarkan hasil penelitian Aziz & Mangestuti¹ ditemukan bahwa dari 100 orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di kota Malang, secara umum tingkat kebermaknaan hidup subjek (baik dalam aspek *search* maupun *presence*) berada pada kategori tinggi karena data mean empiris yang diperoleh lebih tinggi dari mean hipotesisnya. Hasil perbandingan mean empiris dan hipotetis ditemukan bahwa: mean empiris makna hidup aspek *search* yang diperoleh subjek lebih tinggi dibanding mean hipotesisnya (15,62:12) artinya tingkat makna hidup aspek *search* subjek berada pada kategori tinggi. Demikian juga dengan mean empiris makna hidup aspek *presence* yang diperoleh subjek lebih tinggi dibanding mean hipotesisnya (19,94:15) artinya tingkat makna hidup aspek *search* subjek berada pada kategori tinggi.

Namun demikian, diantara subjek tersebut masih ditemukan adanya subjek yang memiliki makna hidup yang rendah. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara ditemukan adanya orangtua yang masih belum menerima kondisi anaknya dengan ikhlas, mereka merasa malu, bahkan ada yang sampai sekarang masih depresi dengan keadaan anaknya. Subjek seperti inilah yang

¹ Penelitian ini merupakan penelitian kelompok yang dibiayai oleh Lembaga Penelitian dan Pengembangan Masyarakat Universitas Islam Negeri (UIN) Malang dengan judul Dinamika Hidup Bermakna yang dilakukan tahun 2013.

kemudian akan dijadikan objek pengembangan makna hidup dalam kegiatan pengabdian pada masyarakat yang akan penulis lakukan.

Pendampingan yang dilakukan difokuskan pada mereka yang masih memiliki makna hidup yang rendah atau mereka yang masih dalam proses pencarian hidup bermakna. Bentuk pendampingan berupa penjelasan materi tentang hidup bermakna dan pelatihan tentang cara mendapatkan dan mengembangkan makna hidup dengan menggunakan pendekatan logoanalisis. Kegiatan dampingan dilakukan melalui beberapa tahapan sesuai dengan materi dan tujuan yang ingin dicapai dari kegiatan dampingan ini.

Dengan melihat uraian-uraian diatas maka dapat dijelaskan bahwa tujuan pelaksanaan pendampingan dalam kegiatan pengabdian pada masyarakat ini adalah untuk membantu para orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus dalam memperlakukan putra-putrinya dan untuk membantu mereka dalam mengembangkan kehidupan yang lebih bermakna.



Foto 2
Dr. Rahmat Aziz, M.Si sebagai ketua tim pelaksana

B. Alasan Memilih Dampingan

Kajian tentang makna hidup pada orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus tidak dapat dilepaskan dengan seberapa banyak jumlah anak yang mengalami kondisi tersebut. Di Indonesia, angka anak dengan kebutuhan khusus memang belum terdata secara akurat dan spesifik. Namun secara umum, jika menarik kesimpulan dari asumsi PBB yang memperkirakan paling sedikit ada 10% anak usia sekolah menyandang kebutuhan khusus, maka di Indonesia dengan jumlah anak usia sekolah (5-14 tahun) sebesar 46

juta anak, diperkirakan ada sekitar 4,6 juta anak dengan kebutuhan khusus. Sementara itu, berdasarkan data Badan Pusat Statistik, diperkirakan ada 351.000 anak berkebutuhan khusus berusia di bawah lima tahun, yang masih sangat tergantung pada orangtuanya².

Data diatas menunjukkan bahwa begitu banyak jumlah anak yang memiliki kebutuhan khusus, yang diduga jumlahnya setiap tahun terus meningkat. Hal itu berarti pula bahwa semakin banyak orangtua yang kemungkinan bermasalah dalam menghadapi dan mensikapi keadaan ini, yang apabila tidak ditangani dengan tepat maka mereka akan mengalami kehidupan tanpa makna (*meaningless*) yang pada gilirannya akan mengakibatkan pada timbulnya gangguan psikologis yang bersifat *neurotics*. Kondisi seperti ini meniscayakan perlunya pemahaman yang mendalam dan penyelesaian masalah yang berhubungan dengan makna hidup pada mereka.

Kajian tentang makna hidup memang merupakan suatu kajian yang menarik dan penting untuk diteliti karena pada dasarnya setiap orang selalu mendambakan kebahagiaan dalam hidupnya. Dalam pandangan logoterapi kebahagiaan itu tidak terjadi begitu saja tetapi merupakan akibat sampingan dari keberhasilan seseorang memenuhi keinginannya untuk hidup bermakna. Mereka yang berhasil memenuhinya akan mengalami hidup yang bermakna (*meaningful life*) dan ganjaran dari hidup yang bermakna adalah kebahagiaan (*happiness*). Kebahagiaan bagi seorang muslim merupakan sesuatu yang didambakan dan dicari selama manusia hidup di dunia. Dalam kehidupan sehari-hari, seorang muslim memohon pada Tuhannya untuk diberikan kebahagiaan baik di dunia maupun di akhirat kelak yang terucap dalam bacaan di penghujung shalat: “*rabbana aatina fiddunya hasanah, wa fil aakhiroti hasanah wa qina ‘adzaban naar*”.

Universitas Islam Negeri (UIN) Malang sebagai sebuah perguruan tinggi Islam mengembangkan konsep Ulul Albab yang dalam praktiknya dikembangkan menjadi tiga bentuk perilaku ideal yaitu dzikir, fikr, dan amal. Karena itu, pengembangan keilmuan yang harus dilakukan oleh seluruh sivitas akademika adalah pengembangan disiplin ilmu dengan pendekatan integratif yaitu suatu kajian keilmuan yang berusaha untuk memadukan disiplin “ilmu umum” seperti biologi, fisika, kimia, ekonomi, psikologi dengan pendekatan agama (Islam). Pendekatan inilah yang kemudian menjadi ciri khas atau pembeda antara Universitas Islam Negeri Malang dengan universitas atau perguruan tinggi yang lain.

Khusus dalam bidang psikologi, pendekatan seperti ini memang mulai banyak dilakukan para akademisi baik di perguruan tinggi Islam maupun di perguruan tinggi umum. Termasuk juga pada kegiatan kegiatan pengabdian pada masyarakat yang dilakukan oleh penulis sebagai akademisi pada fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang yang melakukan pendampingan pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Yayasan pendidikan Tunas Bangsa (YPTB) Kota Malang.

² Data tentang jumlah anak yang mempunyai kebutuhan khusus di Indonesia dapat diakses dari internet pada situs <http://cae-indonesia.com/>. Selain itu ada juga beberapa situs lain yang menyediakan informasi tentang data ini.

Selanjutnya berdasarkan pengamatan dan wawancara penulis dengan berbagai pihak tentang kegiatan akademik baik dalam bentuk penelitian ataupun pengabdian yang dilakukan terhadap orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus masih jarang dilaksanakan atau mungkin belum pernah dilakukan di Kota Malang. Keadaan seperti ini misalnya terungkap dari pernyataan Ibu Agustin³ sebagai ketua paguyuban orangtua yang menyatakan bahwa kami merasa tersanjung dengan adanya perhatian dari fakultas Psikologi yang berminat dan memperhatikan tentang kondisi para orangtua.

Selain itu, pertimbangan penulis dalam memilih dampingan para orangtua bukan pada anak-anak yang berkebutuhan khusus disebabkan karena orangtua mempunyai peran yang sangat sentral dan strategis dalam mendidik anak-anaknya. Karena itu penerimaan orangtua secara utuh terhadap kondisi anaknya dan kemampuan mendidiknya secara tepat menjadi faktor yang sangat penting untuk diperhatikan dan dikembangkan oleh para akademisi termasuk penulis sebagai salah seorang akademisi di fakultas psikologi Universitas Islam Negeri Malang.



Foto 3

Dr. Retno Mangestuti, M.Si dan Dr Esa Nur Wahyuni sebagai narasumber sedang berfoto bersama dengan peserta

Lebih lanjut lagi dijelaskan tentang pemilihan subjek orangtua yang mempunyai anak berkebutuhan khusus, khususnya mereka yang menyekolahkan anaknya di sekolah YPTB-B didasari pertimbangan sebagai berikut:

1. Penulis pernah melakukan penelitian sebelumnya yang meneliti dengan tema yang sama dengan pengabdian yang dilakukan sehingga beberapa

³ Observasi dan Wawancara dilakukan dalam rangka studi pendahuluan dan assesmen tentang kegiatan yang harus dilakukan oleh penulis untuk membantu para orangtua dalam mengembangkan kehidupan yang bermakna. Data ini menjadi sangat penting agar kegiatan yang dilakukan sesuai dengan kebutuhan para orangtua sebagai objek dampingan.

- data dan informasi penting dapat menjadi pertimbangan dalam memulai kegiatan pengabdian ini;
2. Berdasarkan data dan informasi tersebut, secara empirik ada kebutuhan untuk dilakukan pengembangan makna hidup pada subjek dampingan, hal ini dibuktikan dengan adanya permintaan dari pihak orangtua untuk melakukan *sharing* dan dialog tentang hasil penelitian, sehingga pengabdian ini merupakan follow-up dari kegiatan penelitian sebelumnya; dan
 3. Ada jalinan komunikasi sebelumnya yang sudah terjalin dengan baik sehingga secara praktis akan memudahkan proses pelaksanaan kegiatan pengabdian pada masyarakat yang dilakukan. Jalinan informasi yang sudah terjaga tersebut terjadi pada ketua Yayasan, kepala sekolah, ketua paguyuban orangtua, dan beberapa orangtua yang menjadi objek dampingan.

C. Kondisi dampingan saat ini

Sebelum mendapatkan gambaran tentang kondisi subjek dampingan pengabdian masyarakat yang akan dilakukan, ada satu hasil penelitian yang dilakukan oleh Swastikawara⁴ dapat menggambarkan kondisi siswa SMA YPTB-B. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa bentuk akun situs jejaring sosial Facebook merupakan bentuk keterbukaan diri anak tunarungu SMALB-B YPTB Malang dalam menyampaikan informasi data diri secara online kepada teman online. Demikian pula dengan interaksi mereka dalam situs jejaring sosial Facebook yang juga merupakan bentuk keterbukaan diri mereka dalam menjalin pertemanan secara online di dalam situs jejaring sosial Facebook.

Selanjutnya, pengetahuan literasi media yang dimiliki oleh anak tunarungu SMALB-B YPTB Malang menjadikan mereka lebih protektif terhadap pengungkapan informasi data diri mereka dalam situs jejaring sosial Facebook. Keterbukaan diri dalam penyampaian informasi data diri serta dalam menjalin hubungan di dunia online pada anak tunarungu SMALB-B YPTB Malang yang dilakukan dengan kontrol menciptakan selektivitas dalam keterbukaan diri dalam situs jejaring sosial Facebook. Selain itu, pemahaman bersama atas literasi media pada anak tunarungu, orang tua dan guru membuat keberadaan situs jejaring sosial Facebook dapat diterima sebagai media komunikasi baru.

Hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa ada masalah yang dihadapi oleh para siswa berkebutuhana khusus. Masalah ini ternyata berdampak juga pada masalah yang dihadapi oleh para orangtuanya, yang ternyata tidak semua orangtua mampu mengerti dan memahami apa yang menjadi masalah pada putrinya, dan hal ini sangat berhubungan dengan sejauhmana tingkat kebermaknaan hidup pada orangtua tersebut.

Selanjutnya penjelasan mengenai Yayasan Pendidikan Tunas Bangsa (YPTB) adalah sebuah yayasan yang beralamat di JL Brigjen Slamet Riyadi, No.

⁴ Penelitian ini dilakukan oleh Swastikawara yang merupakan penelitian tesis dari Universitas Padjajaran yang dilakukan tahun 2014 di YPTB-B tingkat SMA

126, Oro-oro Dowo, Klojen, Malang, 65119. Yayasan ini mengelola pendidikan mulai jenjang Taman Kanak-kanak sampai dengan Sekolah Menengah Atas. Sebagai gambaran umum, pada tahun 2013 penulis pernah melakukan penelitian pada orangtua siswa dengan komposisi subjek sebagai berikut:

No.	Nama Sekolah	Jumlah	
		subjek	Persentasi
1	Taman Kanak-kanak YPTB-B	11	16,67%
2	Sekolah Dasar YPTB-B	32	48,48%
3	Sekolah Menengah Pertama YPTB-B	12	18,18%
4	Sekolah Menengah Atas YPTB-B	11	16,67%
Jumlah		66	100%

Jika dilihat data dari tabel di atas, cukup banyak para orangtua yang dapat dijadikan sebagai subjek dampingan, tapi seperti yang telah disebutkan diatas bahwa yang menjadi subjek dampingan adalah mereka yang memiliki makna hidup yang rendah. Karena itu sebelum dilakukan proses pendampingan terlebih dahulu dilakukan survey untuk menentukan subjek dampingan. Selanjutnya berdasarkan hasil survei dan masukan dari berbagai pihak maka penulis menentukan subjek dampingan pada orangtua anak yang menyekolahkan pada tingkat Taman Kanak-kanak di YPTB.

Berdasarkan data diatas, maka proses dampingan diberikan pada orangtua yang sedang menyekolahkan pada anaknya di tingkat taman kanak-kanak saja. Hal ini berdasarkan pertimbangan dan usulan dari pihak yayasan dan sekolah yang menyatakan bahwa mereka yang paling membutuhkan proses dampingan dalam mengembangkan kebermaknaan dalam hidupnya. Mereka relatif masih baru dalam mendidik anak-anaknya sehingga mungkin saja masih proses penyesuaian yang berakibat pada munculnya masalah dalam kehidupan sehari-hari.



Foto 4
Dr. Esa Nur Wahyuni sedang menyampaikan materi pendampingan

D. Kondisi Dampingan yang diharapkan

Bagi sebagian orang, menjadi orangtua anak yang memiliki kebutuhan khusus dianggap sebagai suatu masalah dalam hidupnya tapi bagi sebagian lain hal tersebut dianggap sebagai suatu amanah yang harus diemban dengan baik dan penuh keikhlasan. Peran orangtua memang menjadi suatu yang amat penting dan strategis bagi perkembangan seorang anak. Tidak saja bagi anak yang memiliki kebutuhan khusus tapi bagi anak normalpun peran orangtua tidak dapat tergantikan dengan yang lain.

Pendampingan yang dilakukan ini berusaha untuk membantu para orangtua agar menemukan dan mengembangkan kehidupan yang lebih bermakna, sehingga mereka dapat menjalankan perannya sebagai orangtua bagi anak yang berkebutuhan khusus. Secara umum pengembangan kehidupan bermakna ini dilakukan dengan proses pelatihan yang dilakukan secara bertahap. Pelatihan pengembangan hidup bermakna ini mempunyai tujuan sebagai berikut: 1) membantu individu untuk mencapai tujuan hidup dengan melakukan hal yang berguna; 2) membantu individu untuk meraih kebermaknaan hidup; 3) membantu individu untuk meningkatkan kualitas hidup yang lebih baik; 4) membantu individu untuk meningkatkan cara berfikir dan bertindak positif; dan 5) membantu individu untuk mengembangkan potensi diri.

Dalam konteks pendampingan yang dilakukan penulis berupa kegiatan pengembangan kehidupan bermakna pada orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Yayasan Pendidikan Tunas Bangsa (YPTB) kota Malang, maka kondisi dampingan yang diharapkan tercapai setelah mereka mengikuti kegiatan ini adalah sebagai berikut:

1. Para orangtua lebih memahami peran sebagai orangtua dan potensinya sebagai seorang pendidik yang akan menyiapkan anak-anaknya yang memiliki kebutuhan khusus dalam menjalani kehidupan selanjutnya.
2. Para orangtua lebih memahami dan berusaha untuk meningkatkan cara berfikir dan bertindak positif dalam kehidupan sehari-hari. Cara yang dapat dilakukan adalah dengan membiasakan diri untuk bersabar dan bersyukur atas apapun yang terjadi dalam kehidupan ini.
3. Para orangtua lebih memahami tentang tujuan dalam hidupnya serta upaya yang dapat dilakukan untuk mencapai tujuan tersebut, salah satunya adalah dengan melakukan hal yang berguna termasuk mendidik anak-anaknya.

E. Kajian Teori Tentang Makna Hidup

Makna hidup merupakan suatu konsep yang dimiliki seseorang mengenai dunia di dalam dan di luar dirinya. Dengan kata lain, makna hidup adalah bagaimana individu menilai diri dan dunia sekitar berdasarkan nilai-nilai dasar yang dimiliknya. Menurut Yalom (Bastaman: 1996) pengertian tentang makna hidup didalamnya terkandung juga tentang tujuan hidup, yakni sesuatu yang berhubungan dengan sesuatu yang harus dicapai dan dipenuhi.

Banyak cara yang dapat digunakan untuk mengembangkan hidup bermakna. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan adalah pendekatan Logoanalisis. Menurut Bastaman (1996) salah satu usaha yang dapat

dilakukan adalah dengan pendalaman nilai-nilai kreatif berupa usaha untuk memberikan sesuatu yang berharga dan berguna bagi kehidupan. Selanjutnya ia memberikan penjelasan tentang karakteristik makna hidup diantaranya adalah:

1. *Bersifat unik dan personal.* Artinya apa yang dianggap berarti oleh seseorang belum tentu berarti bagi orang lain. Bahkan mungkin apa yang dianggap penting dan bermakna pada saat ini oleh seseorang, belum tentu sama bermaknanya bagi orang itu pada saat yang lain. Dalam hal ini makna hidup seseorang dan apa yang bermakna baginya biasanya bersifat khusus, berbeda dengan orang lain, dan mungkin dari waktu ke waktu bentuknya dapat berubah.
 2. *Bersifat spesifik dan kongkrit.* Artinya makna hidup dapat ditemukan dalam pengalaman dan kehidupan nyata sehari-hari dan tidak perlu dikaitkan dengan tujuan-tujuan idealistik, prestasi-prestasi akademis yang tinggi, atau hasil renungan-renungan filosofis yang kreatif.
 3. *Bersifat memberi pedoman dan arah bagi kegiatan-kegiatan yang dilakukan sehingga makna hidup seakan-akan menantang (*challenging*) dan mengundang (*inviting*) seseorang untuk memenuhinya.* Begitu makna dan tujuan hidup ditemukan, maka seakan-akan terpanggil untuk melaksanakan dan memenuhinya sehingga kegiatan-kegiatannya pun menjadi semakin terarah. Untuk mencapai tujuan-tujuan tersebut maka Bastaman⁵ dalam bukunya menjelaskan mengenai formula pengembangan hidup bermakna sebagaimana berikut:
- $$HB = (N+T)X(P+A)X(U+M+S+L)X I.$$

Penjelasan dan uraian tentang formula tersebut adalah sebagai berikut: hidup yang bermakna dapat diraih dengan jalan lebih dulu ada niat kuat untuk berubah (niat) dan merupakan tujuan yang jelas yang ingin dicapai (tujuan) serta berusaha mengaktualisasikan berbagai potensi diri (potensi) dan memahami asas-asas kesuksesan (asas-asas sukses), kemudian melaksanakannya (usaha) dengan menggunakan metode yang efektif (metode) dengan sarana yang tepat (sarana). Proses ini akan lebih berhasil bila mendapat dukungan lingkungan sosial (lingkungan) khususnya kerja sama dengan orang-orang terdekat, lebih-lebih lagi bila selalu disertai doa dan ibadah kepada Tuhan (ibadah).

- **N (Niat).** Setiap perbuatan harus dimulai dengan niat baik. Niat adalah motivasi dan motivasi selalu diawali dengan sesuatu kebutuhan tertentu yang timbul karena sadar atas kekurangan diri atau keterbukaanya pikiran terhadap suatu-suatu tujuan baru. Kebutuhan ini mengandung daya yang seakan-akan menuntut adanya perubahan, dalam hal ini perubahan hidup menjadi lebih bermakna. Hasrat untuk hidup bermakna (*the will to mean*) adalah motivasi utama manusia yang sifatnya instriksik.

⁵ Bastaman, Hanna, 2004, *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada

- **T (Tujuan).** Niat dan motivasi menjelaskan suatu cita-cita yaitu dambaan yang kuat untuk meraih sesuatu yang dianggap penting dan bermakna. Cita-cita yang terukur disebut tujuan atau *goal* yang memberikan arah pada semua kegiatan. Dalam tataran psikologi cita-cita bersifat unik dan pribadi yang umumnya banyak berorientasi pada kepentingan diri sendiri. Citra sebagai pribadi dengan kehidupan yang bermakna sangat penting fungsinya dalam mengarahkan tingkah laku.
- **P (Potensi).** Manusia memiliki berbagai potensi luar biasa, berupa potensi fisik, mental sosial, dan spiritual. Sebagian besar potensi tersebut belum teraktualisasi salah satu potensi yang khas manusiawi adalah akal (kecerdasan), religiusitas, dan kemampuan mengubah diri.
- **A (asas-asas kesuksesan).** Agar pengembangan hidup bermakna berhasil optimal, selain menyadari berbagai potensi positif yang ada pada diri dan lingkungan, juga perlu dipahami berbagai asas kesuksesan yang benar-benar telah teruji keberhasilannya seperti dicontohkan oleh mereka yang berhasil dalam kehidupannya. Pada garis besarnya asas-asas ini diawali dengan upaya “pemurnian dan perbaikan karakter” disertai dengan etos kerja yang efektif. Asas-asas kesuksesan ini akan dijelaskan secara rinci akan dijelaskan kemudian.
- **U (Usaha).** Suatu citacita akan benar-benar menjadi mimpi bila tidak dilanjutkan dengan usaha atau implementasi. Usaha-usaha kerja keras merupakan syarat penting keberhasilan. Disamping kerja keras (*work hard*) adalagi kerja cerdas (*work smart*), yaitu bekerja dengan menggunakan sistem., metode dan sarana yang tepat serta kerjasama (*team work*) dengan orang lain. Kerja cerdas meningkatkan efisien dan efektifitas kerja karena selalu terarah pada sebuah tujuan yang didambakan : citra sebagai pribadi bermakna.
- **M (Metode).** Metode atau sistem kerja sangat diperlukan dalam keberhasilan meraih sebuah tujuan. Tanpa metode dan sistem yang benar, pekerjaan akan menjadi tidak terarah dan tujuan sulit tercapai. Bekerja dengan metode yang tepat adalah tanda bekerja cerdas. Dalam kegiatan pengembangan hidup yang bermakna diaplikasikan pula pendekatan untuk memperluas kesadaran dan merangsang berfikir inovatif.
- **S (Sarana).** Seperti halnya metode, alat atau sarana akan mempermudah pelaksanaan kerja. Tanpa kelengkapan sarana, tujuan akan sulit terpenuhi. Alat atau saranana mencangkup sarana fisik (antara lain tokoh teladan, masuk-masukan positif, buku-buku bermanfaat, kelompok yang positif). Dan sarana mental (antara lain potensi diri, akal, iman, kemampuan mengubah nasib). Sarana-sarana ini khususnya mental, merupakan anugerah khusus dari Tuhan pada manusia yang perlu didayagunakan.
- **L (Lingkungan).** Lingkungan dan dukungan sosial, terutama dukungan dari orang-orang terdekat, *The significant other*, seperti keluarga dan sahabat. Pengembangan pribadi dan proses meraih hidup bermakna tidak mudah sehingga perlu dukungan sekitarnya.
- **I (Ibadah).** Mengembangkan hidup bermakna perlu menyertakan bimbingan Tuhan melalui ibadah kepada-Nya agar lebih terarah pada

tujuan yang baik dan tahan menghadapi berbagai hambatan. Doa dan zikir adalah inti ibadah yang sangat diperlukan dalam upaya meraih hidup bermakna.

F. Waktu dan Tempat Kegiatan

Waktu kegiatan dilaksanakan dalam rentang waktu satu bulan setengah, yang dimulai dari bulan november sampai pertengahan bulan Desember 2015, sedangkan tempat kegiatannya ada dua tempat. Tempat yang pertama dilakukan di Sekolah TKLB-B YPTB yang beralamat di Jalan Brigjen Slamet Riadi 126 Malang 65112 dan tempat kedua dilakukan di salah seorang rumah orangtua yang bersedia dijadikan sebagai tempat pelaksanaan pendampingan.

Bentuk kegiatan pendampingan ini terdiri dari tiga tahapan yaitu tahap pra kegiatan, kegiatan, dan pasca kegiatan. Penjelasan dari masing-masing tahapan tersebut adalah sebagai berikut:

1. Tahap Pra Kegiatan. Pada tahap ini kegiatan dimulai dengan mencari informasi tentang kegiatan yang berhubungan dengan proses pendampingan. Bentuk kegiatannya berupa sharing dan diskusi dengan beberapa pihak yang kompeten, diantaranya adalah dengan Ibu Tri Walmiyatun, S.Pd selaku kepala sekolah TKLB-B YPTB, dan Ibu Agustin, S.Pd selaku ketua paguyuban orangtua anak yang menyekolahkan anaknya di YPTB. Bentuk kegiatan lain pada tahap ini adalah konsolidasi dengan narasumber tentang materi yang harus disampaikan dalam kegiatan pengabdian. Selain itu pada tahap ini juga berupa pengurusan izin pelaksanaan kegiatan dari fakultas psikologi kepada ketua yayasan dan kepala sekolah TKLB-B YPTB. Surat dari fakultas psikologi UIN Malang dikirim tertanggal 6 November 2015 sementara surat izin balasan dari pihaka YPTB tertanggal 28 November 2015.
2. Tahap Kegiatan. Pada tahap ini kegiatan dilakukan berupa pemberian materi dan pelatihan tentang pengembangan hidup bermakna. Kegiatan ini terdiri dari tiga season yang saling berhubungan, Masing-masing tema disampaikan oleh narasumber yang berbeda sesuai dengan keahliannya. Pada season pertama, materi yang disampaikan berupa pengenalan diri. Materi diberikan dengan tujuan agar subjek dampingan lebih memahami diri sebagai orangtua yang mempunyai anak berkebutuhan khusus sekaligus juga sebagai upaya untuk menggali potensi dirinya sebagai seorang pendidik bagi anak-anaknya. Pada season kedua dan ketiga, materi yang disampaikan berupa parenting style dan kehidupan bermakna. Materi ini diberikan dengan tujuan agar subjek dampingan mampu menerima dirinya sebagai orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus, setelah itu mereka pun menjadi faham tentang cara mendidik anak sesuai dengan kebutuhannya. Ketika mereka melakukan perannya dengan baik maka cara itulah yang diharapkan dapat mencapai kehidupan bermakna. Dengan kata lain, ketika para orangtua mampu menjalankan perannya sebagai orangtua

anak berkebutuhan khusus dengan baik, maka makna hidup yang dicaripun akan dapat dicapai.

3. Tahap Pasca Kegiatan. Pada tahap ini merupakan refleksi dan evaluasi terhadap semua proses kegiatan yang telah dilakukan. Evaluasi ini sebagai bahan untuk perbaikan bagi kegiatan-kegiatan yang akan dilanjutkan di masa yang akan datang. Evaluasi ini dilakukan dengan cara focus group discussion dengan beberapa pihak diantaranya adalah tim pelaksana, ketua paguyuban, dan teman sejawat.

G. Pihak yang Terlibat dan Bentuk Keterlibatannya

Kegiatan ini merupakan program fakultas Psikologi UIN Malang tentang kegiatan penelitian dan pengabdian pada masyarakat tahun 2015. Pada tahun ini ada 11 tema pengabdian pada masyarakat yang dilakukan oleh dosen fakultas psikologi. Pelaksana kegiatan pengabdian ini adalah Dr. Rahmat Aziz, M.Si selaku ketua tim pelaksana dan Dr. Retno Mangestuti, M.Si selaku anggota tim pelaksana. Kegiatan ini dilaksanakan oleh Fakultas Psikologi UIN Malang yang bekerjasama dengan Yayasan Pendidikan Tunas Bangsa dan Paguyuban orangtua siswa dibawah naungan YPTB.



Foto 5
Narasumber dan pihak yang terlibat dalam kegiatan

Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dalam pelaksanaannya melibatkan berbagai pihak diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Pengelola Yayasan Pendidikan Tunas Bangsa (YPTB-B). Yayasan ini membawahi empat sekolah yang siswa-siswanya mengalami kebutuhan khusus masalah pendengaran. Jenjang pendidikannya mulai dari Taman Kanak-Kanak (TK), Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), dan Sekolah Menengah Atas (SMA).

2. Bentuk keterlibatannya berupa bantuan sosialisasi dan dorongan motivasi pada orangtua yang akan terlibat dalam kegiatan pengabdian pada masyarakat yang akan dilakukan.
3. Kolega dosen fakultas Psikologi dan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Kependidikan UIN Malang. Ada beberapa orang dosen yang akan terlibat dalam kegiatan pengabdian ini. Bentuk keterlibatannya adalah sebagai narasumber dalam proses pendampingan sekaligus juga sebagai teman diskusi dalam merancang dan melaksanakan kegiatan.
4. Para Mahasiswa. Mahasiswa yang akan dilibatkan dalam penelitian ini adalah mahasiswa fakultas psikologi yang akan bertindak sebagai pembantu di lapangan ketika kegiatan ini berlangsung. Keterlibatan mahasiswa dalam kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pengalaman praktis yang diharapkan bermanfaat untuk pengembangan profesinya kelak ketika mereka telah menyelesaikan studinya.
5. Para orangtua yang menyekolahkan anaknya di sekolah yang berada di bawah yayasan YPTB-B. Untuk memudahkan pelaksanaan di lapangan, penulis akan meminta bantuan pada ibu Sri Agustin, S.Pd yang saat ini berstatus sebagai ketua paguyuban orangtua anak berkbutuhan khusus di sekolah yang berada di bawah yayasan YPTB-B. Bentuk kegiatan para orangtua adalah sebagai subjek yang dijadikan tujuan pengabdian pada masyarakat berupa pengembangan makna hidup mereka, sedangkan ibu Sri Agustin S.Pd bertindak sebagai koordinator yang akan membantu pelaksanaan kegiatan.

H. Hasil dan Rekomendasi

Ada beberapa hasil yang dianggap sebagai akibat dari proses pendampingan pada orangtua yang mempunyai anak berkebutuhan khusus selama kegiatan pengabdian ini berlangsung. Diantara hasil tersebut adalah sebagai berikut:

1. Adanya keberanian diantara beberapa peserta yang bertanya dan mengungkapkan masalah yang dihadapi, walaupun masih belum terlalu banyak. Hal ini dapat dianggap sebagai salah satu indikator awal bagi upaya pengembangan harga diri dan potensi diri mereka pada tahap-tahap selanjutnya.
2. Adanya antusiasme dari para peserta untuk memiliki harapan dan keinginan (cita-cita) yang tinggi untuk menjadi sukses, persis seperti yang ada dalam cerita film sang pemimpi, walaupun diantara peserta masih ada yang terlihat takut dan ragu-ragu untuk mempunyai mimpi yang besar. Hal ini berarti bahwa memang pendampingan psikologis ini masih perlu untuk dilanjutkan kembali.
3. Adanya pendapat dan komentar positif dari pengurus Pondok anak yatim Salman, agar kegiatan pendampingan psikologis seperti ini dapat dilanjutkan kembali pada masa-masa yang akan datang. Menurut pendapat mereka, selama ini pemberian bantuan berupa materi baik berupa uang, beras, dan lain sebagainya selama ini sudah banyak dibantu, namun bantuan yang berupa pengembangan diri dari aspek psikologis

baru sekarang ini dilaksanakan, karena itu memang mereka sangat berharap agar ada tindak lanjut yang lebih mendalam dari kegiatan ini.

Berdasarkan proses dan hasil pelaksanaan dari kegiatan pengabdian pada orangtua anak berkebutuhan khusus di Yayasan Pendidikan Tunas Bangsa, maka disampaikan beberapa saran dan rekomendasi bagi berbagai pihak, diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Saran untuk Fakultas Psikologi UIN Malang. Berdasarkan hasil evaluasi tentang proses dan hasil dari kegiatan dampingan pada orangtua anak berkebutuhan khusus, maka diajukan saran kepada pihak fakultas psikologi Universitas Islam Megeri Malang untuk lebih proaktif untuk membantu dan bekerjasama dengan lembaga-lembaga yang memerlukan jasa psikologi baik dari para dosen maupun dari para mahasiswa. Selain itu, perlu juga dilakukan MoU (Memorandum of Understanding) dengan lembaga-lembaga tersebut sehingga memudahkan dalam melakukan kegiatan bersama.
2. Saran untuk Yayasan dan sekolah di YPTB. Sebaiknya pihak lembaga, baik yayasan maupun sekolah untuk terus melakukan kerjasama dengan pihak-pihak lain yang akan memberikan keuntungan baik secara akademik maupun non-akademik. Yayasan atau sekolah dapat mengajukan program kerja sama dengan Fakultas atau Universitas yang dapat melakukan kegiatan yang menguntungkan bagi kedua belah pihak.
3. Saran untuk orangtua anak berkebutuhan khusus. Para orangtua hendaknya berusaha untuk lebih memahami dan mengenal diri, khususnya dalam peranannya sebagai orangtua dari anak yang memiliki kebutuhan khusus. Pengenalan diri ini sangat penting bagi peningkatan kualitas diri, termasuk dalam meningkatkan kemampuan untuk menjadi orangtua yang baik bagi anak-anaknya. Salah satu usaha yang harus dilakukan para orangtua adalah dengan berusaha untuk terus menerus menjadi lebih baik sehingga pada akhirnya harapan untuk mendapatkan hidup yang lebih bermakna (meningfull in life) dapat tercapai.

Demikian saran dan rekomendasi yang dapat disampaikan, dengan harapan semoga saran-saran tersebut dapat dilaksanakan dalam upaya perbaikan bagi berbagai pihak, baik bagi fakultas psikologi UIN Malang, pengelola yayasan dan sekolah, maupun bagi pengurus paguyuban orangtua. Sebagai penutup, penulis menyadari bahwa laporan ini masih sangat jauh dari sempurna karena masih banyak kekurangan yang harus diperbaiki, namun penulis berharap semoga laporan ini mempunyai manfaat yang besar bagi siapapun yang berkepentingan dengan laporan ini, sehingga menjadikan sarana bagi penulis untuk mendapatkan hidup yang bermakna.