



DESCRIPTION OF SELF-ADJUSTMENT OF INDIVIDUALS WITH DYSLEXIA IN THE ACADEMIC FIELD: NARRATIVE STUDY

GAMBARAN PENYESUAIAN DIRI INDIVIDU DEWASA DENGAN DISLEKSIA PADA BIDANG AKADEMIK: STUDI NARATIF

Yohannes Wijaya¹, Reza Fahlevi²

Program Studi Psikologi, Universitas Paramadina

E-mail: johanwang8989@gmail.com¹, rezaf@fpsi.untar.ac.id²

ARTICLE INFO

Correspondent

Yohannes Wijaya

johanwang8989@gmail.com

Key words:

Dyslexia, Self-adjustment, Adult, Narrative

Website:

<https://idm.or.id/JSER/index.php/JSER>

Page: 478 – 494

ABSTRACT

Dyslexia is a complex neurological condition that affects an individual's ability to read, write, and spell, and is classified as a learning disability. Individuals with dyslexia face difficulties in note-taking, understanding lesson materials, and achieving good academic performance. This can lead to feelings of frustration, low self-esteem, and isolation, as they are unable to compete. Self-adjustment is a fundamental aspect of human behavior, encompassing the ability to adapt and respond effectively to changes in the environment, social dynamics, or personal circumstances. This study uses a qualitative method with a narrative approach to explore the experiences of a young adult (25 years old) diagnosed with Specific Learning Disorder (Dyslexia) and currently pursuing higher education. The study aims to explore and understand the individual's life experiences in facing academic challenges, adaptation strategies, and coping mechanisms for stress. The research finds that individuals with dyslexia encounter challenges in the understanding process and academic adjustment, which impacts their frustration and low self-esteem. The study also identifies adaptation strategies and coping mechanisms, including self-acceptance, focusing on their strengths, discovering effective learning methods such as auditory learning styles, and finding emotional outlets through hobbies when dealing with frustration.

Copyright © 2025 JSER. All rights reserved.

INFO ARTIKEL	ABSTRAK
<p>Koresponden Yohannes Wijaya <i>johanwang8989@gmail.com</i></p> <p>Kata kunci: <i>Disleksia, Penyesuaian Diri, Dewasa, Naratif</i></p> <p>Website: https://idm.or.id/JSER/index.php/JSER</p> <p>Hal: 478 – 494</p>	<p>Dyslexia merupakan kondisi neurologis kompleks yang memengaruhi kemampuan individu dalam membaca, menulis, dan mengeja yang dikenal sebagai gangguan belajar (<i>learning disability</i>). Individu dengan <i>disleksia</i> mengalami kesulitan dalam membuat catatan, memahami materi pelajaran, dan mencapai kinerja baik pada akademik. Hal ini dapat menyebabkan perasaan frustrasi, rendah diri, dan isolasi, karena tidak dapat bersaing. Penyesuaian diri adalah aspek fundamental dari perilaku manusia yang mencakup kemampuan untuk menyesuaikan diri dan merespons secara efektif terhadap perubahan dalam lingkungan, dinamika sosial, atau keadaan pribadi. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan naratif terhadap satu subjek individu dewasa awal (25 tahun) dengan diagnosa <i>Specific Learning Disorder (Disleksia)</i> dan sedang menempuh pendidik tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dan memahami pengalaman hidup individu menghadapi tantangan akademik, strategi adaptasi, dan mekanisme coping terhadap stres. Penelitian ini menemukan bahwa individu dengan disleksia mengalami tantangan di dalam proses pemahaman dan penyesuaian dari segi akademik, hal ini berdampak kepada rasa frustrasi dan harga diri yang rendah. Dalam strategi penyesuaian diri dan coping menghadapi stres ditemukan upaya untuk penerimaan diri dan memfokuskan pada kelebihan yang dimiliki serta upaya menemukan cara belajar efektif seperti gaya belajar auditory dan menemukan media penyaluran emosi ketika mengalami frustrasi melalui hobi.</p> <p style="text-align: right;"><i>Copyright © 2025 JSER. All rights reserved.</i></p>

PENDAHULUAN

Dyslexia adalah kondisi neurologis kompleks yang memengaruhi kemampuan individu dalam membaca, menulis, dan mengeja. Penelitian terbaru memperkirakan prevalensi global disleksia berkisar antara 5% hingga 15%, menjadikannya perhatian penting bagi pendidik dan peneliti. Di Indonesia, prevalensi disleksia diperkirakan sekitar 10% dari populasi (Ooko & Aloka, 2021). Penelitian terkini mengenai disleksia dan otak memberikan wawasan penting tentang penyebab mendasar dan potensi intervensi. Disleksia ditandai dengan defisit dalam mengenali kata tertulis, mengurai, keterampilan membaca, dan mengeja, serta sering digolongkan sebagai gangguan belajar. Menurut *International Dyslexia Association*, disleksia merupakan kesulitan belajar spesifik yang berasal dari neurobiologi (Liu et al., 2023). Individu dengan disleksia umumnya memiliki kecerdasan rata-rata atau di atas rata-rata. Namun, meskipun memiliki kemampuan kognitif, mereka sering kesulitan dengan tugas yang memerlukan pemrosesan bahasa tertulis yang efisien, seperti pemahaman membaca, ekspresi tulisan, dan bahkan aktivitas sederhana seperti mengikuti instruksi tertulis, yang dapat menjadi tantangan signifikan di lingkungan akademik maupun sehari-hari (Liu et al., 2023).

Salah satu bentuk disleksia yang paling umum adalah disleksia fonologis, yang ditandai dengan kesulitan dalam menguraikan dan memanipulasi suara dalam kata-kata

(Tchokote, 2020; Liu et al., 2023). Individu dengan disleksia fonologis sering mengalami kesulitan dalam kesadaran *fonemik*, yaitu kemampuan untuk mengidentifikasi dan memanipulasi suara individu dalam kata-kata yang diucapkan. Subtipe lain adalah disleksia permukaan, di mana individu mengalami kesulitan dalam mengenali bentuk kata secara utuh dan lebih mengandalkan strategi penguraian fonologis. Hal ini dapat menyebabkan masalah dalam pengenalan kata-kata tidak beraturan, kelancaran membaca, serta kesulitan dalam mengeja. Subtipe utama ketiga adalah disleksia defisit ganda, yang melibatkan defisit dalam kesadaran fonologis dan penamaan otomatis cepat (Sarpudin & Zambri, 2014). Orang dengan disleksia defisit ganda sering menghadapi tantangan signifikan dalam kelancaran dan pemahaman membaca, karena mereka kesulitan dalam penguraian dan pengenalan kata-kata. Pada akhirnya, pemahaman tentang berbagai jenis disleksia sangat penting untuk menyesuaikan intervensi dan strategi dukungan yang efektif guna memenuhi kebutuhan unik individu dengan kondisi ini (Moody, 2014; Cheng, 2019).

Saat individu memasuki masa dewasa awal, mereka menghadapi tahap perkembangan penting yang ditandai dengan perubahan sosial dan pribadi yang signifikan. Periode ini sering disebut sebagai "masa perkembangan dewasa" yang merupakan fase unik yang memperpanjang rentang waktu di mana tanda-tanda tradisional kedewasaan dicapai (Ladhani et al., 2018). Selama masa ini, orang dewasa muda harus menavigasi proses kompleks seperti berpisah dari orang tua, membangun kemandirian finansial, serta mengembangkan identitas dan rasa diri yang kuat (Zarrett & Eccles, 2006; Ladhani et al., 2018). Salah satu tugas perkembangan utama pada tahap ini adalah kemampuan untuk beradaptasi secara efektif dengan lingkungan sosial dan membangun hubungan yang bermakna. Orang dewasa muda harus belajar menavigasi lanskap sosial yang terus berubah, mengandalkan teman dan pasangan romantis untuk memenuhi kebutuhan akan keintiman, persahabatan, dan dukungan, dan semakin sedikit bergantung pada anggota keluarga. Kemampuan untuk membentuk dan mempertahankan persahabatan berkualitas tinggi selama periode ini sangat terkait dengan kesejahteraan, kesuksesan akademik, dan penyesuaian emosional yang lebih baik. Sebaliknya, kesulitan dalam pembentukan dan pemeliharaan persahabatan dapat meningkatkan tantangan kesehatan mental dan kesulitan akademik (Khullar et al., 2021). Perubahan sifat hubungan dan kebutuhan untuk membentuk jaringan sosial baru dapat menjadi sumber stres yang signifikan bagi orang dewasa muda, karena mereka berupaya untuk mendefinisikan rasa diri dan tempat mereka dalam dunia sosial yang berubah (Knight & Miller, 2017).

Dalam konteks pendidikan, individu dengan disleksia mungkin kesulitan dalam membuat catatan, memahami materi pelajaran, dan mencapai kinerja baik pada penilaian. Hal ini dapat menyebabkan perasaan frustrasi, rendah diri, dan isolasi, karena mereka merasa tidak dapat bersaing dengan teman sebaya (MacCullagh et al., 2016). Salah satu area penyesuaian yang penting adalah dalam pendidikan tinggi. Penelitian menemukan bahwa mahasiswa dengan disleksia di perguruan tinggi sering menghadapi tantangan untuk memenuhi tuntutan kurikulum, dengan laporan kesulitan dalam keterampilan belajar, mengikuti kuliah, penilaian, serta penggunaan teknologi (MacCullagh et al., 2016). Untuk mengatasi tantangan ini, institusi pendidikan telah menerapkan berbagai akomodasi, seperti menyediakan pencatat, alat perekam suara, pemeriksa ejaan, dan waktu tambahan untuk penilaian serta ujian (Pino & Mortari, 2014). Penyesuaian ini terbukti meningkatkan potensi pembelajaran dan partisipasi mahasiswa dengan disleksia di lingkungan pendidikan tinggi.

Penyesuaian diri adalah aspek fundamental dari perilaku manusia yang mencakup kemampuan untuk menyesuaikan diri dan merespons secara efektif terhadap perubahan dalam lingkungan, dinamika sosial, atau keadaan pribadi. Kapasitas untuk beradaptasi ini memiliki implikasi positif maupun negatif yang layak diperhatikan dengan seksama. Dari sudut pandang positif, kemampuan beradaptasi dapat menjadi aset yang berharga di berbagai bidang, mulai dari pengembangan karier hingga pencapaian akademis. Individu yang menunjukkan tingkat adaptabilitas tinggi umumnya lebih mampu menghadapi lanskap dunia yang kompleks dan terus berubah (Askar et al., 2021). Mereka yang dapat beradaptasi dengan baik cenderung sukses dalam lingkungan yang membutuhkan fleksibilitas, inovasi, dan kemampuan untuk merespons tantangan baru secara efektif (Askar et al., 2021). Lebih lanjut, penyesuaian diri juga memberikan kontribusi positif di bidang akademik. Individu yang menunjukkan tingkat adaptabilitas tinggi lebih mampu menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik yang berubah, mengatasi hambatan, serta mengeksplorasi peluang pembelajaran baru, yang pada akhirnya meningkatkan kesuksesan akademis dan kesejahteraan secara keseluruhan (Johnston, 2016). Namun, penting untuk diakui bahwa adaptabilitas juga memiliki implikasi negatif.

Adaptabilitas yang berlebihan atau tidak terkontrol dapat menyebabkan kurangnya identitas pribadi, nilai-nilai, dan prinsip-prinsip yang jelas, karena individu menjadi terlalu mudah terpengaruh oleh tekanan dan pengaruh eksternal. Dalam beberapa kasus, individu mungkin menyesuaikan diri dengan perilaku yang merugikan atau tidak etis dalam upaya untuk menyesuaikan diri dengan norma sosial, yang dapat berdampak buruk. Sementara kemampuan beradaptasi sangat berharga, kebutuhan yang terus-menerus untuk beradaptasi juga dapat menyebabkan beban psikologis dan emosional, berkontribusi pada peningkatan stres, kecemasan, dan kelelahan jika tidak dikelola dengan baik terutama bagi individu-individu dengan keterbatasan seperti disleksia (Johnston, 2016). Selain itu, tekanan untuk selalu beradaptasi dapat menjadi beban emosional dan mental, yang berpotensi memunculkan perasaan stres, kecemasan, dan berkurangnya rasa kontrol diri.

Individu yang kesulitan beradaptasi mungkin juga menghadapi tantangan dalam karier dan studi mereka, karena mereka dapat dianggap tidak fleksibel atau tidak mau menerima perubahan. Penelitian tentang bagaimana individu dengan disleksia menyesuaikan diri dalam bidang akademik dan mengatasi stres akademik merupakan sesuatu yang penting bagi keluarga dan individu dengan *learning disabilities*. Studi ini penting untuk memberikan wawasan yang lebih komprehensif tentang tantangan spesifik yang dihadapi individu dengan disleksia, terutama dalam lingkungan pendidikan tinggi, serta mengidentifikasi strategi dan intervensi yang efektif untuk membantu individu tersebut mencapai potensi penuh. Dengan memahami mekanisme adaptasi dan *coping* yang digunakan individu dengan disleksia, penelitian ini dapat menjadi dasar untuk mengembangkan pendekatan inklusif yang tidak hanya berfokus pada kompensasi kekurangan, tetapi juga pada penguatan kekuatan dan kemampuan unik mereka.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain *narrative study* yang bertujuan untuk mengeksplorasi dan memahami pengalaman hidup individu dewasa awal dengan *Specific Learning Disorder* (Disleksia). Pendekatan ini sesuai dengan tujuan untuk mengungkap pengalaman subjektif dan makna dari cerita yang disampaikan oleh subjek (Creswell & Poth, 2018). Penelitian ini berfokus pada bagaimana subjek

menghadapi tantangan akademik, strategi adaptasi, dan mekanisme coping terhadap stres yang dialami ketika menjalani proses akademik.

Teknik *Sampling*: Penelitian ini menggunakan *purposive sampling*, yaitu teknik pemilihan subjek secara sengaja berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian (Patton, 2015). *Purposive sampling* digunakan untuk memastikan subjek memiliki karakteristik yang sesuai, yaitu: (1) Individu dewasa awal (18–25 tahun); (2) Memiliki diagnosis resmi *Specific Learning Disorder* (Disleksia) dari profesional medis atau psikologis; (3) Sedang menempuh pendidikan tinggi ; (4) Bersedia untuk berbagi pengalaman secara mendalam dan terbuka.

Subjek: Penelitian ini melibatkan satu subjek laki-laki dengan insial Ee berusia 25 tahun untuk menggali pengalaman hidup secara mendalam sesuai dengan karakteristik *narrative study*, yang biasanya berfokus pada satu individu untuk menghasilkan wawasan kaya dan bermakna tentang konteks tertentu (Riessman, 2008). Peneliti memprioritaskan kedalaman data daripada jumlah subjek, sesuai dengan prinsip *narrative study*. Narasi pengalaman subjek yang dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan cara wawancara semi-terstruktur (Creswell & Poth, 2018) dan data dianalisis menggunakan *narrative analysis* (Riessman, 2008).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Tema Naratif

Coding Tema	Tema	Gambaran Narrative
Tema 1	Latar Belakang Individu	Sejak TK ia mulai bingung memahami pelajaran, sehingga ia terlambat dalam mengikuti pelajaran dibandingkan dengan anak yang lainnya Sejak TK ia mengalami kesulitan dalam mengenali, memahami, dan menuliskan huruf dan angka Keluarga merahasiakan kondisinya ke anggota keluarga yang lain karena orangtuanya merasa malu
Tema 2	Konflik yang dialami oleh individu	Keterlambatan dalam belajar, di mana ada kesulitan dalam pemahaman terhadap tulisan (terlihat terbalik, ataupun tulisan berada pada bagian kiri dan kanan kalimat) Sering membandingkan dirinya dengan teman-temannya ketika di bangku sekolah Subyek mendapatkan bully dan sering dimarahi oleh guru Subyek sering mengalami frustrasi dan menyalahkan diri
Tema 3	Penyesuaian Diri	Subyek mencari cara tersendiri dalam mengatasi dan menyesuaikan diri dengan masalah akademik Subyek mempertahankan dan mengembangkan hal yang menjadi kelebihanannya untuk menyesuaikan diri Subyek mencari media atau penyaluran emosi ketika sedang dalam keadaan frustrasi Subyek mencoba melakukan penerimaan diri akan kondisinya

Pembahasan

a. Tema Konflik yang dialami individu

a. Pemahaman individu tentang disleksia

Kesulitan belajar merupakan suatu hal yang dialami oleh sebagian siswa di sekolah dasar, bahkan dialami oleh siswa yang belajar di pendidikan lebih tinggi. Kesulitan belajar secara operasional dapat dilihat dari kenyataan empirik adanya

siswa yang tinggal kelas, atau siswa yang kurang memperoleh nilai kurang baik dalam beberapa mata pelajaran yang diikutinya. Ketika Ee memasuki usia SD atau SMP, ia sudah mulai menyadari bahwa dirinya memiliki gangguan belajar atau disleksia. Gangguan belajar yang dialami oleh subjek dikenal juga dengan istilah *learning disorder* (LD). Dalam *Education for All Handicapped Children Act of 1977* (PL 94-142), LD didefinisikan sebagai satu atau lebih gangguan dari proses psikologis dasar yang melibatkan pemahaman dan penggunaan bahasa secara lisan atau tertulis. Leather et al. (2011) berpendapat bahwa definisi disleksia sulit untuk dipahami. Beliau berpendapat bahwa disleksia dapat dijelaskan sebagai suatu kondisi di mana individu mulai mengembangkan kemampuan atau strategi untuk mengatasi kelemahannya dalam hal membaca. DSM-IV-TR tidak memiliki definisi umum untuk LD, LD hanya disebut sebagai gangguan belajar; dan memiliki 3 gangguan kriteria diagnostik yaitu: gangguan membaca, gangguan matematika dan gangguan dari ekspresi tertulis. Definisi DSM-IV-TR lebih melihat ke arah prestasi di satu sisi dan IQ, usia, dan tingkatan kelas. NJCD melihat ke arah kesulitan individu dalam memperoleh dan menggunakan keterampilan akademik. DSM-IV-TR juga lebih memperhatikan efek LD pada penyesuaian anak (Kerig, Ludlow, & Weinar, 2012).

Jamaris (2013) menjelaskan bahwa kesulitan belajar atau *learning disabilities* yang biasa juga disebut dengan istilah *learning disorder* atau *learning difficulty* adalah suatu kelainan yang membuat individu bersangkutan sulit untuk melakukan kegiatan belajar secara efektif. Senada dengan pendapat di atas Abdurrahman (2003) menyatakan bahwa kesulitan belajar adalah suatu gangguan dalam satu atau lebih dari proses psikologis dasar yang mencakup pemahaman dan penggunaan bahasa ajaran atau tulisan. Dari beberapa pendapat di atas peneliti menyimpulkan bahwa kesulitan belajar ialah ketidakmampuan siswa dalam mengikuti pembelajaran yang mengakibatkan pada prestasi belajar rendah dan ketertinggalan di sekolah. Individu dengan masalah disleksia mengalami kesulitan dalam otomatisasi proses dalam membaca dan individu berusaha keras untuk melakukan koding pada teks, dimana individu kesulitan dalam memahami fonologi dan ortografik dan biasanya individu kesulitan dalam memahami ucapan kata-kata tulisan (Jamieson, dalam Bjorklund, 2011). Sebuah gangguan belajar ditunjukkan ketika prestasi anak turun atau jatuh dari yang diharapkan dari skor tes kecerdasan. Umumnya, anak-anak dengan LD yang ditemukan memiliki rata-rata rendah untuk kecerdasan superior, hal ini juga yang jelas membedakan mereka dari anak-anak dengan keterbelakangan mental (Kerig, Ludlow, & Weinar, 2012).

Sama halnya dengan pendapat yang dikemukakan oleh ahli, bahwa kesulitan belajar dialami oleh subyek ketika subyek sekolah, dimana subyek membandingkan dirinya dengan temannya, dan menilai bahwa dirinya mengalami keterlambatan dalam belajar sehingga belajar yang dilakukan oleh Ee tidak efektif. Berikut pernyataan Ee yang mendukung.

"Kalau menyadari itu mungkin sudah lama ya...kayaknya masuk sekolah deh...kayak dari tk itu sudah kayak terlambat dibandingkan dengan yang lain..tapi kalau un..untuk mendiagnosa atau mendiagnosis itu sudah waktu umur sekitar (berpikir)...kaya sd, smp, gitulah, sd, smp kalo diagnosis gitu, kalau menyadari sih memang dari pas masuk Sekolah, jadi sudah dari tk itu, itu sudah belajarnya itu sudah agak bingung Dibandingkan yang lain." (Ee, W1, 27/10/2017, 10-16)

“...waktu tk paling susah itu banget sih ini sih, ketika menulis huruf.” (Ee, W1, 27/10/2017, 24-25)

b. Dampak individu yang mengalami disleksia

Menurut Lerner (2000) kemampuan membaca merupakan dasar untuk menguasai bidang studi. Jika anak pada usia sekolah dasar tidak segera mempunyai kemampuan membaca maka ia akan mengalami banyak kesulitan dalam mempelajari bidang studi pada kelas-kelas berikutnya. Oleh karena itu anak harus belajar membaca agar ia dapat membaca untuk belajar. Koswara (2013) mengemukakan bahwa anak yang memiliki kesulitan belajar membaca mempunyai ciri-ciri atau karakteristik sebagai berikut: (a) membaca secara terbalik tulisan yang dibaca, seperti : duku dibaca kudu, d dibaca b, atau p dibaca q, (b) menunjuk setiap kata yang sedang dibaca, (c) menelusuri setiap baris bacaan ke bawah dengan jari, (d) menggerakkan kepala, bukan matanya yang bergerak, (e) menempatkan buku dengan cara yang aneh, (f) menempatkan buku terlalu dekat dengan mata, (g) sering melihat pada gambar, jika ada, (h) mulutnya komat-kamit waktu membaca, (i) membaca kata demi kata, (j) membaca terlalu cepat, (k) membaca tanpa ekspresi, (l) melakukan analisis tetapi tidak mensintesis, (m) adanya nada suara yang aneh atau tegang yang menandakan keputusan. Wawancara dengan subyek juga menjelaskan bahwa ia mengalami kesulitan, antara lain, (1) kesulitan menulis angka, (2) huruf, (3) terbalik dalam menulis huruf, misalnya terbalik menulis, huruf b menjadi p, 5 menjadi s, (4) tidak hafal huruf alfabet, (5) belum bisa membaca, (6) tidak bisa mengeja. Didukung oleh pernyataan subyek.

“e..terus pada saat e..kemudian aku pada saat melihat huruf-huruf itu terbalik-terbalik..pada saat itu diajarkan seperti ini, tetapi..yang saya tulis tu pada awal-awal tu..b Ketukar p, p ketukar b...eh angka itu kok hurufnya kebalik.” (Ee, W1, 27/10/2017, 32-35)

Disleksia dapat juga bermanifestasi sebagai gangguan berkomunikasi ataupun kesulitan dalam matematika. Kali ini kita akan bahas lebih banyak mengenai kesulitan matematika pada anak penyandang disleksia atau yang dikenal sebagai diskalkulia. Anak disleksia dengan diskalkulia dapat mengikuti pelajaran yang hanya memerlukan logika dan hafalan, seperti biologi atau bahasa, dan anak diskalkulia dapat berinteraksi normal seperti biasa hanya dalam pelajaran berhitung akan mengalami kesulitan. Menurut Learner (2000), diskalkulia adalah kesulitan belajar matematika. Diskalkulia adalah ketidak mampuan belajar spesifik yang mempengaruhi kemampuan anak untuk memperoleh keterampilan aritmatika. Ada anak yang belum mengenal dengan baik konsep perkalian tetapi mencoba menghafal perkalian tersebut. Hal ini dapat menimbulkan kekeliruan jika hafalannya salah.

Ee juga mengatakan bahwa selain mengalami kesulitan dalam membaca, ee juga terkendala dalam melakukan hitungan matematika-matematika, dimana subyek kesulitan untuk memahami rumus dan sistematika didalam berhitung, sehingga tidak jarang nilai yang didapatkan Ee dalam matematika kurang begitu baik karena Ee harus mendengar dan menghapalkan cara penyelesaian masalah matematika. Berikut pernyataan Ee terkait kendala yang dialaminya dalam berhitung matematika.

“sampai sekarang ini aku masih bingung sama perkalian silang. Sampai sekarang nih ya, kadang-kadang aku tuh bingung bukan perkalian silangnya tapi aku gak

bisa ngebayangkannya, sama apa namanya ada rumus yang bener-bener aku, kalau dia sedikit aku bisa tapi kalau rumus dia terlalu banyak sampai per-per gitu kayak melayang gitu loh karena aku caranya tuh aku harus denger.” (Ee, W1, 27/10/2017, 331-336).

Matematika itu sendiri pada hakikatnya adalah simbolis (Jhonson & Myklebust, 1967). Oleh karena itu, kesulitan dalam bahasa dapat berpengaruh terhadap kemampuan membaca untuk memecahkannya. Oleh karena itu, anak yang mengalami kesulitan membaca akan mengalami kesulitan pula dalam memecahkan soal matematika yang berbentuk cerita tertulis. MacKenzie (dalam Exley, 2003) dalam pelaporan datanya menunjukkan bahwa institusi disleksia mengindikasikan sebanyak 60% individu dengan disleksia mengalami kesulitan dalam berhitung matematika.

Dari pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa selain subyek mengalami kesulitan dalam membaca, subyek juga mengalami kendala dalam berhitung matematika, sehingga subyek ketika sekolah mengalami kesulitan untuk mengikuti pelajaran disekolahnya. Selain dampak pada bidang akademis, disleksia dapat memberikan dampak pada aspek sosial emosi individu. Menurut Kerig, Ludlow & Wenar (2012) terdapat hubungan antara gangguan belajar dan kurangnya keterampilan sosial secara empiris telah diakui. Dari 152 penelitian selama 15 tahun terakhir, Kavale dan Forness (1996) menemukan bahwa 75 persen dari siswa dengan LD diwujudkan mengalami pengurangan dalam keterampilan sosial. Anak dengan LD dianggap kurang populer dan kurang kooperatif, mereka kurang dipilih sebagai teman dan sering dihindari oleh temannya yang non-LD. Hal ini dapat berakibat negatif, karena anak dapat menyebabkan anak kurang memiliki kompetensi dan dapat mengurangi perilaku empati terhadap orang lain. Hal yang sama juga diungkapkan melalui penelitian yang dilakukan oleh Hughes & Dawson (dalam Undheim, 2003). terdapat 34 individu dengan disleksia yang menunjukkan kegagalan, dipermalukan dan lemahnya pemahaman yang terus berlanjut sejak masa sekolah.

Anak dengan LD juga merasa kurang mampu berkomunikasi dan kurang dapat memecahkan masalah dalam hal sosial. Terdapat dua persepsi yang mendasari perasaan mereka yaitu karena memiliki konsep diri dan harga diri yang rendah. Kedua, locus of control eksternal yang membuat mereka merasa keberhasilan dan kegagalan yang dialami sebagai akibat dari upaya mereka sendiri. Anak dengan LD juga rentan dengan masalah internalisasi termasuk rendah diri, isolasi sosial, kecemasan, depresi, dan banyak yang dapat dikaitkan secara langsung seperti perasaan frustrasi dan pengalaman gagal di sekolah. Hal ini pun dirasakan oleh subyek terkadang memiliki pemikiran negatif terhadap dirinya, subyek sering menyalahkan dirinya, semakin subyek diam dan merenungkan dirinya, semakin subyek memikirkan hal-hal yang tidak penting dan menyalahkan dirinya, subyek terkadang lebih memilih untuk diam dan tidak berkomunikasi dengan teman-teman, karena subyek merasakan cemas dan takut akan dibullying dan dilabelling oleh temannya, sebagai anak yang bodoh.

“Jadinya, kalo diam aku jadinya mikirnya negatif terus. Jadi aku kayak mikirnya tuh kayak menyalahkan diri sendiri terus. Jadi, aku kayak, kok aku gak bisa kayak gini, kok aku gak bisa gini, kok aku gak bisa gini. Nah, jadi semakin aku diam, semakin aku merenungkan sesuatu yang gak penting.” (Ee, W1, 27/10/2017, 814-819).

“waktu, waktu dulu berarti ini ya, berarti konsepnya waktu dulu. Kalo dulu sih aku lebih diam, aku gak terlalu banyak komunikasi sama orang. Gitu sih.” (Ee, W1, 27/10/2017, 821-823).

Glazzard (2010) melakukan penelitian untuk mengetahui dampak yang dirasakan oleh individu dengan disleksia. Glazzard menggunakan sembilan siswa disleksia pada suatu sekolah dengan rentang usia 14-15 tahun. Berdasarkan penelitian tersebut, kesembilan siswa mengungkapkan bahwa terdapat beberapa hal yang mereka rasakan berkaitan dengan disleksia yang mereka alami, antara lain: merasa bodoh, merasa kecewa, dan merasa terisolasi. Beberapa hal yang dirasakan atau yang dialami oleh subjek dipengaruhi oleh beberapa hal, seperti pengaruh guru, pengaruh orang tua, dan pengaruh teman sebaya. Kosmos dan Kidd (dalam Hellendoorn & Ruijssenaars, 2000) menjelaskan perbedaan karakteristik kepribadian individu dengan disleksia dan non-disleksia. Menurut Kosmos dan Kidd, laki-laki dengan disleksia akan cenderung lebih sensitif, sederhana atau rendah hati, dan menyukai pandangan orang lain tentang dirinya sendiri. Individu dengan disleksia juga menyukai hal yang berhubungan dengan kognitif, namun memiliki kepercayaan diri yang rendah dan memiliki pemikiran untuk mengalahkan diri sendiri.

c. Frustrasi individu

Fakta mengenai anak-anak disleksia yang mempunyai tingkat intelegensi normal bahkan di atas rata-rata, tidak sejalan dengan prestasi belajar di sekolah ataupun dalam kehidupan sehari-harinya. Secara kasat mata, sangat membingungkan bahwa anak dengan intelegensi rata-rata bahkan tinggi tidak bisa menghafal nama-nama hari dalam seminggu atau tidak bisa menyebutkan nama-nama bulan secara berurutan maupun diacak. Ketidakmampuan yang tidak lazim ini bisa menjadi sangat memalukan bagi penderita disleksia karena terlihat sangat berbeda dengan lingkungan. Hal ini pun dialami oleh Ee, dimana subyek sering merasa bahwa dirinya berbeda dengan teman-temannya. Subyek ketika di sekolah dasar, pernah menangis karena kesulitan untuk fokus ketika belajar, di mana subyek mencoba untuk mendengarkan dan mengikuti instruksi atau materi yang diberikan oleh gurunya, namun subyek tetap mengalami kesulitan sehingga subyek merasa kecewa dan menangis karena kecewa terhadap dirinya, karena subyek mencoba fokus ketika belajar dan mendengarkan guru ketika menjelaskan sehingga ketika pulang subyek sering kelelahan dan langsung tidur, karena ketika subyek mendengarkan, subyek mendengarkan dengan keras dan sepenuh hati, sehingga tidak sering subyek menyalahkan dirinya, kenapa orang lain bisa sedangkan subyek tidak bisa. Hal inilah yang membuat subyek frustrasi dan menyalahkan dirinya. Pernyataan subyek Ee.

“...denger orang kayak dengar orang ngajar, kalau dia ngomong sesuatu itu kudengarkan dengan sepenuh hati karena dulu itu sempet kayak nangis-nangis karena aku untuk fokus aja itu sulit apalagi kalau sampai dengar orang itu kuikutin mulu itu kuikutin orang itu sampai nangis, itu tapi itu capek bener jadi kayak kalau sudah pulang sekolah itu mau tidur aja rasanya...” (Ee, W1, 27/10/2017, 111-117).

e... karena dulu aku tuh suka menyalahkan diriku sendiri, jadi kalau misalnya itu, Kecewa pada diri sendiri itu kenapa aku ga bisa sedangkan anak lain itu bisa.” (ee, W1, 27/10/2017, 182-184).

Selain itu subyek ketika sekolah menengah atas (SMA) pernah mendapatkan peringkat akhir dikelasnya, dan hal tersebut membuat subyek merasa kecewa dan drop lagi, selain itu ketika di bangku Sekolah Menengah Pertama (SMP) pernah dipukuli ayahnya sampai muka subyek menjadi memar untuk melindungi ibunya, sehingga subyek semakin tidak berani pergi kesekolah karena malu, ditambah lagi nilai subyek yang dinilai kurang baik semakin membuat subyek malu dan membuat subyek semakin malas untuk pergi kesekolah. Berikut pernyataan Ee.

“akhirnya aku mulai..ee..sma itu sudah mulai drop lagi, karena... e... aku rangking terakhir”. (Ee, W1, 27/10/2017, 235-236).

Selain dia tidak mendapatkan pertolongan atas kesulitan akademis yang dialaminya, maka anak ini juga biasanya perlahan namun pasti terpinggirkan dalam pergaulan karena dianggap tidak mampu dan tidak setara dengan teman teman lainnya. Banyak kasus-kasus yang ditemui di masyarakat bahwa anak usia prasekolah yang belum dapat membaca, disebabkan guru-guru di sekolah kurang mengetahui bahwa anak terlambat membaca dikarenakan ada gangguan disleksia. Stereotipe yang berkembang di masyarakat terhadap individu dengan disleksia mencakup anggapan bahwa individu dengan kondisi ini dianggap memiliki keterampilan sosial yang buruk, kemampuan terbatas, dan kecerdasan yang lebih rendah (May & Stone, dikutip dalam Nalavany, Carawan, & Sauber, 2013).

Akibat dari seringnya terlambat diketahui, disleksia banyak memberi dampak pada masalah belajar di sekolah, selain nilainya menurun, tidak jarang penyandang disleksia mengalami tekanan psikologis yaitu menjadi tidak percaya diri atau bahkan menjadi korban *bullying* (kekerasan) dari teman-teman sekolahnya. Bahkan terkadang anak yang sudah bersekolah dan belum mampu membaca dengan lancar dianggap bodoh atau tertinggal. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Martinez dan Semrud-Clikeman (dikutip dalam Parshurami, 2015) mengungkapkan bahwa remaja dengan multiple learning disability (misalnya, kesulitan membaca, menulis, dan menghitung) menunjukkan kemampuan yang rendah dalam hal penyesuaian diri di sekolah, gejala-gejala emosional, dan sikap terhadap kehidupan sekolah, dan depresi yang lebih tinggi dibandingkan dengan teman sebaya yang memiliki *single learning disability* (hanya salah satu saja).

Smart dan Wegner (dikutip dalam Nalavany, Carawan, & Sauber, 2013) mengemukakan bahwa menyimpan/memendam rahasia (dalam hal ini termasuk rahasia tentang mengalami disleksia) yang mengaktifkan serangkaian proses kognitif yang dapat berakibat pada munculnya pikiran mengganggu, yang apabila dikombinasikan dengan proses kognitif lainnya seperti penghindaran dan kecurigaan, dapat mendorong munculnya afek negatif, termasuk kecemasan, depresi, permusuhan, rasa bersalah, rasa malu, dan keberhargaan diri yang rendah. Hal ini pun dirasakan oleh subyek terkadang memiliki pemikiran negatif terhadap dirinya, subyek sering menyalahkan dirinya, semakin subyek diam dan merenungkan dirinya, semakin subyek memikirkan hal-hal yang tidak penting dan menyalahkan dirinya, subyek terkadang lebih memilih untuk diam dan tidak berkomunikasi dengan teman-teman, karena subyek merasakan cemas dan takut akan di-bully dan diberi label oleh temannya, sebagai anak yang bodoh.

“Jadinya, kalo diam aku jadinya mikirnya negatif terus. Jadi aku kayak mikirnya tuh kayak menyalahkan diri sendiri terus. Jadi, aku kayak, kok aku gak bisa kayak gini, kok aku gak bisa gini, kok aku gak bisa gini. Nah, jadi semakin aku diam, semakin aku merenungkan sesuatu yang gak penting.” (Ee, W1, 27/10/2017, 814-819).

“waktu, waktu dulu berarti ini ya, berarti konsepnya waktu dulu. Kalo dulu sih aku lebih diam, aku gak terlalu banyak komunikasi sama orang. Gitu sih.” (Ee, W1, 27/10/2017, 821-823).

Anak akan terbiasa gagal dalam setiap aspek kehidupannya sehingga menjadi individu dengan kepercayaan diri yang teramat rendah, minder, dan tidak sedikit kasus yang memilih untuk menarik diri dari kehidupan sosial. karena anak dengan disleksia biasanya memiliki asumsi yang buruk terhadap dirinya, dan stigma negatif terhadap diri mereka jika mereka mengungkapkan bahwa mereka memiliki gangguan belajar disleksia (Bjorklund, 2017). Adapun dampak buruk dari disleksia pada anak, yaitu: frustrasi ketika belajar membaca, kegagalan belajar di sekolah, enggan atau rasa malas ke sekolah, depresi, motivasi yang rendah, menarik diri dari teman sepermainan, kecemasan, dan yang lebih buruk yaitu menimbulkan *self-esteem* yang rendah.

d. Tuntutan keluarga dan lingkungan

Sesuai tahapan perkembangan anak, kemampuan membaca sudah muncul sejak anak menginjak usia enam atau tujuh tahun (Piaget, 1983). Hal ini tidak terjadi pada anak penderita disleksia karena sampai usia 12 tahun, anak tersebut masih belum dapat membaca dan menulis dengan lancar. Bahkan, sampai usia dewasa sekalipun mereka masih mengalami kesulitan pada kedua aspek tersebut. Namun, hingga saat ini masih banyak orangtua yang tidak menyadari ciri-ciri disleksia sehingga pencegahan dini maupun penanganan disleksia tidak bisa segera dilakukan. Kesulitan membaca yang dialami anak sering dianggap sebagai kelemahan dalam intelegensi, padahal, bisa jadi kesulitan membaca tersebut dialami oleh anak dengan disleksia.

Keluhan utama pada anak disleksia di usia sekolah biasanya berhubungan dengan prestasi sekolah, dan biasanya orang tua tidak dapat menerima jika guru melaporkan bahwa penyebab kemunduran prestasinya adalah kesulitan membaca. Kesulitan yang dikeluhkan meliputi kesulitan dalam berbicara dan kesulitan dalam membaca.

Subyek mengatakan di dalam keluarga, khusus pada anak laki-laki, ayah subyek menuntut bahwa anak laki-laki harus pintar, terutama pada subyek yang merupakan anak laki-laki pertama di dalam keluarganya, sehingga subyek memegang tuntutan untuk meneruskan keluarga, selain itu karena ayah subyek menilai bahwa anak laki-lakinya kurang begitu diharapkan, ayah subyek meminta untuk menikah lagi karena ayah subyek ingin anak laki-laki yang pintar, karena ayah subyek menilai bahwa subyek merupakan anak yang bodoh sehingga subyek menjadi belajar dengan keras untuk menunjukkan kepada ayahnya, bahwa subyek bisa seperti anak-anak lain. Hal ini didukung dengan pernyataan Casey et al (dalam Undheim, 2003), perbedaan antara ekspektasi orang tua dan pencapaian dalam bidang akademis merupakan salah satu faktor resiko dalam masalah emosi pada siswa dengan kesulitan belajar yang ringan. Taylor et al (dalam Bjorklund, 2011) melaporkan bahwa anak yang mengalami gangguan disleksia, sering memiliki level kecemasan yang tinggi dan memiliki konsep akademik yang

rendah jika dibandingkan dengan teman-temannya yang tidak mengalami disleksia.

“kalau dari keluarga aku..ayahku tuh..jadi ayahku tuh...menuntut kalau misalnya tuh kalau anaknya itu..harus pintar, terutama untuk aku kan anak laki-laki pertama (menghela napas)...” (Ee, W1, 27/10/2017, 65-68).

“...kalau ayahku tuh ternyata meminta..meminta untuk nikah lagi, sama eh..sama istri keduanya tuh, dia menganggap aku tuh tidak pintar dan dia pengen anak yang pintar .” (Ee, W1, 27/10/2017, 77-79).

“terutama ayahku semakin nganggap aku bodoh dan tidak mau menerima aku kan Jadi akhirnya aku belajar mati-matian tu..semenjak itu aku belajar mati-matian, akhirnya aku mulai.. ee..sma itu.” (Ee, W1, 27/10/2017, 233-235).

2. Tema Penyesuaian diri

Menurut McLoughlin et al. (dalam Leather et al., 2011) menyatakan bahwa individu dengan disleksia membutuhkan waktu yang lebih lama dan lebih berusaha untuk mencapai tujuan atau level yang sama dengan individu non disleksia. Akan tetapi, disleksia yang dikenali dini dan mendapatkan intervensi dini yang tepat akan menumbuhkan kemampuan anak mencari strategi belajar yang paling tepat bagi dirinya. Performanya menjadi lebih baik dan anak siap untuk menghadapi berbagai tantangan di setiap level kehidupannya. Ketidakmampuannya di masa anak kemudian terlihat seperti menghilang atau berkurang di masa dewasa bukanlah karena disleksianya telah sembuh namun karena individu tersebut berhasil menemukan solusi untuk mengatasi kesulitan yang diakibatkan oleh disleksianya tersebut.

Setelah mengalami berbagai konflik yang ada, Ee memiliki cara-caranya tersendiri dalam mengatasi dan menyesuaikan diri dengan masalah atau konflik yang dimiliki. Akan tetapi, kesadaran Ee untuk menyesuaikan diri dengan masalah dan konflik yang ia miliki muncul setelah Ee memasuki usia Sekolah Dasar (SD). Ee mencoba mencari caranya sendiri agar bisa belajar dan mendapatkan nilai yang bagus. Karena Ee tidak bisa mencerna materi yang diberikan oleh guru. Ee memang sudah mengetahui bahwa dirinya tidak bisa belajar melalui tulisan. Ee lebih memilih belajar dengan cara mendengar (*auditory*). Penyesuaian diri merupakan suatu proses yang mencakup suatu respon-respon mental dan perilaku yang diperjuangkan individu agar dapat berhasil menghadapi kebutuhan-kebutuhan internal, ketegangan, frustrasi, konflik, serta untuk menghasilkan kualitas keselarasan antara tuntutan dari dalam diri individu dengan tuntutan dari dunia luar atau lingkungan tempat individu berada (Schneider, 1964). Menurutny, ia harus lebih berfokus pada kelebihan yang ia miliki, belajar dengan cara mendengar, dibandingkan kelemahannya, belajar melalui tulisan. Ee selalu berusaha semaksimal mungkin ketika mendengar materi yang disampaikan oleh guru. Sembari Ee mendengar yang disampaikan oleh guru, ia juga membayangkan sehingga mendapatkan gambaran materi yang disampaikan. Menurut Exley (2003) bahwa individu dengan disleksia memerlukan gambaran yang kuat terhadap *image* gambar, jadi memerlukan bentuk yang besar dan berwarna untuk digabungkan dengan gaya kinestetik, atau individu membayangkan gambaran terhadap kata-kata. Hal ini sesuai dengan yang disampaikan oleh Ee dalam wawancara:

Jadi kalau misalnya aku mendengar, aku usahakan kalau misalnya, denger orang kayak dengar orang ngajar, kalau dia ngomong sesuatu itu kudengarkan dengan sepenuh hati (Ee, W1, 27/10/2017, 111-113)

...nah terus aku denger, terus kadang-kadang kubayangkan, yang ini yang aku agak lumayan dapat mengerti dulu, untuk letaknya saya kayak ada konversi sendiri hadi ada huruf-huruf saya yang kurang. (Ee, W1, 27/10/2017, 117-119)

Ee juga mencoba untuk menambahkan atau memindahkan posisi huruf tertentu ketika guru menjelaskan mengenai materi tertentu.

Jadi tiga itu kurang, tambahin, nah kalau untuk letak kalau aku dari kemarenya tu diletakin kalau misalnya ada bahasa kayak "saya", saya itu letaknya itu "S" dulu kemudian baru di kanannya itu "a" kemudian di "y" baru "a". (Ee, W1, 27/10/2017, 130-133).

Dengan keterbatasan yang dimiliki Ee, akhirnya Ee memilih untuk belajar sendiri dibandingkan. Hal ini juga dikarenakan Ee tidak ingin merepotkan orang lain dengan keterbatasan yang dimilikinya. Hal ini sesuai dengan pendapat Schneiders (1964) yang mengungkapkan dalam mekanisme penyesuaian diri bahwa individu melakukan pertimbangan rasional dan kemampuan mengarahkan diri di mana individu memiliki kemampuan berpikir dan melakukan pertimbangan terhadap masalah atau konflik dan kemampuan mengorganisasikan pikiran, tingkah laku, dan perasaan untuk memecahkan masalah, dalam kondisi sulit sekalipun akan menunjukkan penyesuaian diri yang baik apabila seseorang dikuasai oleh emosi yang berlebihan ketika berhadapan dengan situasi yang menimbulkan konflik.

Demikian halnya dengan penyesuaian diri dari SD hingga SMP subyek melakukan penyesuaian berdasarkan pada pengalaman. Ee mempertahankan cara belajar secara auditory saat jenjang SMP. Ee dapat memahami materi yang disampaikan dengan cara mendengar sehingga memudahkan untuk Ee membayangkan dan menuangkannya ke dalam bentuk tulisan. Apabila Ee paham dengan materi yang disampaikan, Ee juga akan dengan mudah mengingat. Penelitian mengenai cara belajar oleh Bjorklund (2011) bahwa cara pembelajaran dengan menggunakan pendengaran, dan teknologi pendukung dapat membantu individu disleksia merasa lebih terkendali dalam belajar. Memasuki jenjang SMA, Ee semakin mempertahankan dan mengembangkan hal yang menjadi kelebihanannya untuk menyesuaikan diri dengan masalah yang dimiliki. Hal ini diperkuat ketika Ee sering remedial karena nilainya yang jelek. Ee tetap semangat dan mencoba memperbaiki nilai tersebut dengan mendengar dengan lebih maksimal lagi, kemudian membayangkan dan menuangkannya ke dalam bentuk tulisan. Khusus untuk rumus, Ee cenderung menghafal dibandingkan membaca rumus-rumus tersebut.

Selama kuliah, Ee masih mempertahankan cara belajar yang sama ketika berada di jenjang sebelumnya, yaitu dengan cara mendengar, kemudian membayangkan, dan menuangkannya ke dalam bentuk tulisan. Selain dengan belajar melalui auditory, Ee juga selalu bertanya kepada dosen mengenai materi yang kurang dipahami. Menurutnya bertanya kepada dosen cukup membantu Ee dalam belajar. Ketika Ee bertanya dan dosen mencoba untuk menjelaskan Ee sehingga Ee dapat memahami materi yang disampaikan. Ee juga menjelaskan lebih lanjut mengenai cara belajar Ee semasa kuliah. Ee mencoba mengulang yang diungkapkan oleh dosen sampai pada nada ketika dosen menjelaskan. Terkadang Ee juga menyanyikan materi atau hal yang disampaikan oleh dosen. Sama halnya penelitian oleh Exley (2003) yang menjelaskan bahwa aspek dalam gaya belajar yang biasa pada individu dengan disleksia adalah cara belajar dengan visual, auditori, dan kinestetik, dalam penelitian tersebut menjelaskan bahwa lima dari ketujuh partisipan cenderung memiliki cara belajar yang visual atau gabungan antara visual dan kinestetik.

....Tapi, aku kayak, kalo aku bisa mengulang dia ngomong apa, di nada seperti apa, itu aku tuh bisa. Jadi, sekarang aku, rata-rata belajarnya kayak gitu, tek tek tek tek, denger gitu. (Ee, W1, 27/10/2017, 778-781)

....aku juga merasa kalau misalnya mungkin karena pendengar, ya. Karena aku sering mendengar, jadi, kalau aku mengcopy apa diomong, apa dinyanyiin gitu, aku bisa. Meskipun aku gatau nada apa itu. Seperti itu sih. (Ee, W1, 27/10/2017, 784-787).

Menurut (Schneider, 1964) kemampuan untuk belajar dan memanfaatkan pengalaman masa lalu mendukung dalam penyesuaian diri yang ditunjukkan oleh individu melalui proses belajar berkesinambungan dari perkembangan individu sebagai hasil dari kemampuannya mengatasi situasi konflik dan stres. Cara belajar yang dipilih oleh Ee cukup efektif hingga lulus tepat waktu. Meskipun nilai yang ia peroleh tidak terlalu memuaskan, tetapi Ee ingin menunjukkan kepada orang tua bahwa ia mampu. Ee pun berhasil membuktikannya dengan menjadi lulusan terbaik saat program sarjana dengan IPK 3.63. Dengan keterbatasan yang ia miliki, membuat Ee selalu berusaha semaksimal mungkin untuk mengerjakan segala hal seorang diri. Selain itu sikap yang realistis, optimis dan objektif yang dimiliki oleh subyek semakin mendukung dalam penyesuaian diri yang dilakukan oleh subyek. Sikap yang realistis dan objektif bersumber pada pemikiran yang rasional, kemampuan menilai situasi, masalah, dan keterbatasan individu sesuai dengan kenyataan menjadi sumber dalam menentukan penyesuaian diri (Schneider, 1964). Leather et al., (2011) juga menambahkan bahwa pemahaman yang lebih mendalam mengenai konsekuensi (diluar kesulitan belajar) dan penyebab disleksia dapat membuat individu lebih sadar dan mendukung individu dengan disleksia ada pada aspek pendidikan maupun sosialnya.

Menurut West (dalam Leather et al., 2011) beberapa individu dengan disleksia terbukti mencapai kesuksesan di kemudian hari meskipun dengan keterbatasan yang dimilikinya. Leather et al (2011) juga menambahkan bahwa faktor yang mempengaruhi kesuksesan individu adalah kesadaran diri, ketekunan, proaktif, dan memiliki penetapan tujuan. Hal ini sesuai dengan yang dialami oleh Ee, Ee merupakan salah satu individu dengan disleksia yang bisa dikatakan sukses. Individu saat ini sudah memiliki gelar sarjana dan sedang mengambil program master. Individu juga berhasil lulus sebagai lulusan terbaik saat program sarjana.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan Ee, penulis menarik kesimpulan mengenai penyesuaian diri Ee sejak TK hingga kuliah. Saat TK, Ee masih belum memiliki pemikiran atau kesadaran mengenai cara untuk menyesuaikan diri. Ee mencoba mencari caranya sendiri agar bisa belajar dan mendapatkan nilai yang bagus. Karena Ee tidak bisa mencerna materi yang diberikan oleh guru. Ee memang sudah mengetahui bahwa dirinya tidak bisa belajar melalui tulisan. Ee lebih memilih belajar dengan cara mendengar (auditory). Menurutnya, ia harus lebih berfokus pada kelebihan yang ia miliki, belajar dengan cara mendengar, dibandingkan kelemahannya, belajar melalui tulisan. Demikian pula saat Ee memasuki usia SMP, Ee tetap mempertahankan cara belajar dengan cara mendengar (auditory). Namun, ketika Ee memasuki jenjang SMA, Ee mengembangkan cara belajarnya. Hal ini dikarenakan pengalaman remedial yang dialaminya. Ee tidak hanya mendengar penjelasan guru, tetapi juga mencoba memahami dengan cara membayangkan, kemudian menuangkannya ke dalam bentuk tulisan. Ee mengalami perkembangan ketika memasuki jenjang kuliah. Ee tidak hanya mendengar, membayangkan, dan menulis, tetapi juga bertanya kepada dosen. Ketika

Ee bertanya dan dosen mencoba untuk menjelaskan Ee sehingga Ee dapat memahami materi yang disampaikan. Ee juga menjelaskan lebih lanjut mengenai cara belajar Ee semasa kuliah. Ee mencoba mengulang yang diungkapkan oleh dosen sampai pada nada ketika dosen menjelaskan. Terkadang Ee juga menyanyikan materi atau hal yang disampaikan oleh dosen. Jika dilihat dari penjabaran di atas, penulis menilai bahwa Ee mengalami perkembangan dalam hal penyesuaian diri dalam aspek akademik. Cara belajar Ee saat kuliah dapat dikatakan efektif, karena Ee dapat lulus dengan nilai yang memuaskan dan menjadi lulusan terbaik.

Ee juga menceritakan mengenai penyesuaian dirinya yang berkaitan dengan sosial emosi. Ee pernah mengalami bullying dan kekerasan yang dilakukan oleh ayahnya saat SD dan SMP, Ee sudah mencoba memahami perlakuan teman-temannya tersebut. Karena menurut Ee, teman-temannya tersebut masih kecil dan sulit melihat perbedaan, disleksia yang dimiliki Ee. Ketika Ee memasuki jenjang SMP, Ee cenderung diam dan memendam emosi negatif yang dimiliki. Berbeda ketika memasuki jenjang SMA, Ee sudah mulai memiliki cara untuk menyalurkan emosi negatif yang dimiliki. Ee memilih untuk berteriak atau berkaraoke dengan teman-temannya. Menurut Ee, dengan karaoke ia dapat bernyanyi dengan keras sehingga dapat menyalurkan emosi negatif yang dimiliki. Demikian halnya ketika Ee memasuki jenjang kuliah, ia melakukan hal yang sama untuk menyalurkan emosi negatif. Menurut penulis, Ee juga memiliki perkembangan sejak TK hingga kuliah.

Dari wawancara yang dilakukan, Ee juga menunjukkan bahwa ia sudah bisa menerima diri dan menyesuaikan diri dengan disleksia yang dimilikinya. Saat memasuki kuliah program sarjana, Ee sudah mulai bisa menerima bahwa dirinya memiliki disleksia. Hal ini ditunjukkan dari keberaniannya untuk menceritakan kepada orang lain mengenai dirinya sendiri. Ee juga menjelaskan dengan ia menceritakan pengalaman kepada orang lain merupakan salah satu proses healing atau proses terapi Ee sendiri. Karena dengan Ee menceritakan pengalamannya kepada orang lain berarti ia sudah menerima kekurangan atau pengalaman kurang menyenangkan yang dialaminya. Dengan ia menerima kekurangan atau pengalaman kurang menyenangkan, ia semakin bisa memahami dirinya dan membuatnya semakin kuat. Karena sudah menerima dirinya sendiri. Ee juga mulai merenungkan hal yang menjadi kelebihannya. Dengan memahami kelebihan akan memudahkan Ee untuk berkembang menjadi lebih baik lagi. Menurut kelompok, Ee sudah menunjukkan kemajuan yang cukup baik dalam hal penyesuaian diri. Selain dengan cara menceritakan pengalaman yang dimiliki, pola berpikir Ee yang berkaitan dengan disleksia juga sudah mulai berkembang.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman, M. (2003). Pendidikan Bagi Anak Kesulitan Belajar. Jakarta: Rineka Cipta.
- Askar, R., Bragança, L., & Gervásio, H. (2021). Adaptability of Buildings: A Critical Review on the Concept Evolution. *Multidisciplinary Digital Publishing Institute*, 11(10), 4483-4483. <https://doi.org/10.3390/app11104483>
- Bjorklund, M. (2011). Dyslexic students: Success factors for Support in a Learning Environment. *Journal of Academic Librarianship*, 37(5), 423-429. <https://doi.org/10.1016/j.acalib.2011.06.006>
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2016). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches*. Sage publications.

- Exley, S. (2003). The effectiveness of teaching strategies for students with dyslexia based on their preferred learning styles. *British Journal of Special Education*, 30(4), 213-219. <http://dx.doi.org/10.1111/j.0952-3383.2003.00313.x>
- Glazzard, J. (2010). The impact of dyslexia on pupils' self-esteem. *Support for learning*, 25(2), 63-69. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9604.2010.01442.x>
- Hellendoorn, J., & Ruijssenaars, W. (2000). Personal experiences and adjustment of Dutch adults with dyslexia. *Remedial and special education*, 21(4), 227-239. <https://doi.org/10.1177/074193250002100405>
- Jamaris, M. (2013). *Kesulitan belajar*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Jhonson & Myklebust. (1967). *Psikologi pendidikan*. Bandung: RemajaJohnston, C S.
- (2016). A Systematic Review of the Career Adaptability Literature and Future Outlook. *SAGE Publishing*, 26(1), 3-30. <https://doi.org/10.1177/1069072716679921>
- Kavale, K., & Forness, S. (1995). Social skill deficits and training: A meta-analysis of the research in learning disabilities. *Advances in Learning and Behavioral Disabilities*, 9, 119-160.
- Kerig, P. K., Ludlow, A., & Wenar, C. (2012). *Developmental psychopathology: From infancy through adolescence* (6th ed.). New York, NY: McGraw-Hill.
- Koswara, Deden. (2013). *Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus Berkesulitan Belajar Spesifik*. Jakarta: Luxima.
- Knight, R L., & Miller, J M. (2017, March 24). *Emerging Adulthood: A Developmental Phase*. Taylor & Francis, 70(1), 5-7. <https://doi.org/10.1080/00797308.2017.1277117>
- Khullar, T H., Kirmayer, M H., & Dirks, M A. (2021). Relationship dissolution in the friendships of emerging adults: How, when, and why?. *SAGE Publishing*, 38(11), 3243-3264. <https://doi.org/10.1177/02654075211026015>
- Ladhani, S., Cullen, O., Dawes, N., & Dimitropoulos, G. (2018). Transitioning to adulthood: A glance at the education system. *Elsevier BV*, 96, 100-107. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2018.11.024>
- Leather, C., Hogh, H., Seiss, E., & Everatt, J. (2011). Cognitive Functioning and Work Success in Adults with Dyslexia. *DYSLEXIA*, 17: 327-338. <https://doi.org/10.1002/dys.441>
- Lerner, J.W. (2000). *Learning Disabilities*. Boston : Houghton Mifflin Company
- Liu, T., De Costa, F., & Yasin, M. A. I. (2023). The impact of dyslexia on the effectiveness of online learning: a systematic literature review. *Studies in Media and Communication*, 11(6), 101-114. <http://dx.doi.org/10.11114/smc.v11i6.5960>
- MacCullagh, L., Bosanquet, A., & Badcock, N A. (2016). University Students with Dyslexia: A Qualitative Exploratory Study of Learning Practices, Challenges and Strategies. *Wiley*, 23(1), 3-23. <https://doi.org/10.1002/dys.1544>
- Nalavany, B. A., Carawan, L. W., & Sauber, S. (2013). Adults with dyslexia, an invisible disability: The mediational role of concealment on perceived family support and self-esteem. *British Journal of Social Work*, pp. 1-19. <https://doi.org/10.1093/bjsw/bct152>

- Ooko, P A., & Aloka, P J O. (2021, January 29). Using selected behaviour modification practices to enhance reinforcement of reading abilities among dyslexic learners in Kenya. *AOSIS*, 10. <https://doi.org/10.4102/ajod.v10i0.707>
- Patton, M. Q. (2014). *Qualitative research & evaluation methods: Integrating theory and practice*. Sage publications.
- Parshurami, A. (2015). A study on self-esteem and adjustment in children with learning disability. *Indian Journal of Mental Health*, 2(3), 306-311. <http://dx.doi.org/10.30877/IJMH.3.3.2015.306-310>
- Pino, M., & Mortari, L. (2014, October 8). The Inclusion of Students with Dyslexia in Higher Education: A Systematic Review Using Narrative Synthesis. *Wiley*, 20(4), 346-369. <https://doi.org/10.1002/dys.1484>
- Riessman, C. K. (2008). *Narrative methods for the human sciences*. Sage.
- Sarpudin, S N S., & Zambri, S. (2014). Web readability for students with Dyslexia: Malaysian case study. <https://doi.org/10.1109/iuser.2014.7002701>
- Tchokote, É C. (2020, January 1). Specific Learning Disorder in School: Clinical View of Parental Support on Student Reading Disabilities. *Science Publishing Group*, 9(6), 160-160. <https://doi.org/10.11648/j.ajap.20200906.13>
- Undheim, A. M. (2003). Dyslexia and psychosocial factors. A follow-up study of young Norwegian adults with a history of dyslexia in childhood. *Nordic journal of psychiatry*, 57(3), 221-226. <https://doi.org/10.1080/08039480310001391>
- Zarrett, N., & Eccles, J S. (2006). The passage to adulthood: Challenges of late adolescence. *Wiley*, 2006(111), 13-28. <https://doi.org/10.1002/yd.179>