

**MENAVIGASI ALAM TAK TERLIHAT: MEMAHAMI
PENGALAMAN HIDUP DAN FAKTOR PENYEBAB
PENYESUAIAN DIRI INDIGO *SIBLINGS***



SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Oleh:

Indah Rizqiani

NIM. 2017101221

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN KONSELING DAN PENGEMBANGAN MASYARAKAT
FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI
PURWOKERTO**

2024

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Indah Rizqiani
NIM : 2017101221
Jenjang : S-1
Fakultas : Dakwah
Jurusan : Konseling dan Pengembangan Masyarakat
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul Skripsi : Menavigasi Alam Tak Terlihat: Memahami Pengalaman Hidup dan Faktor Penyebab Penyesuaian Diri Indigo *Siblings*

Menyatakan bahwa semua naskah skripsi yang berjudul “**Menavigasi Alam Tak Terlihat: Memahami Pengalaman Hidup dan Faktor Penyebab Penyesuaian Diri Indigo *Siblings***” secara keseluruhan merupakan hasil penelitian atau karya saya sendiri terkecuali pada bagian yang dikutip dan bukan karya saya dalam penelitian ini diberi tanda sitasi serta ditunjukkan dalam daftar Pustaka.

Apabila dikemudian hari terbukti pernyataan saya ini tidak benar, maka saya bersedia untuk menerima sanksi akademik.

Purwokerto, 10 Juni 2024

Saya yang menyatakan,



Indah Rizqiani

NIM. 2017101221



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO
FAKULTAS DAKWAH

Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553, www.unsaizu.ac.id

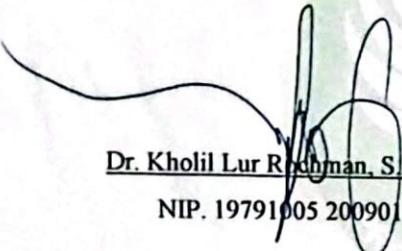
PENGESAHAN
Skripsi Berjudul

MENAVIGASI ALAM TAK TERLIHAT: MEMAHAMI PENGALAMAN HIDUP
DAN FAKTOR PENYEBAB PENYESUAIAN DIRI INDIGO *SIBLINGS*

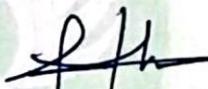
Yang disusun oleh Indah Rizqiani, NIM. 2017101221 Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat, Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, telah diujikan pada hari Senin, tanggal 24 Juni 2024 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar *Sarjana Sosial (S.Sos)* dalam Bimbingan dan Konseling oleh Sidang Dewan Penguji Skripsi.

Ketua Sidang/Pembimbing

Sekretaris Sidang/Penguji II

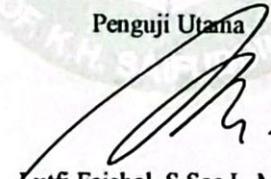

Dr. Kholil Lur Rahman, S.Ag., M.S.I.

NIP. 19791005 200901 1 013


M. Hikamudin Suyuti, S.S., M.S.I.

NIP. 19830121 202321 1 010

Penguji Utama


Lutfi Faishol, S.Sos.I., M.Pd.

NIP. 19921028 201903 1 013

Mengesahkan,
Purwokerto, 09 Juli 2024.....
Dekan,




Dr. Muskinul Fuad, M.Ag.
NIP. 19741226 200003 1 001

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Dakwah

UIN. Prof K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto

Di Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah melakukan bimbingan, telaah, arahan, dan koreksi terhadap penulisan skripsi dari:

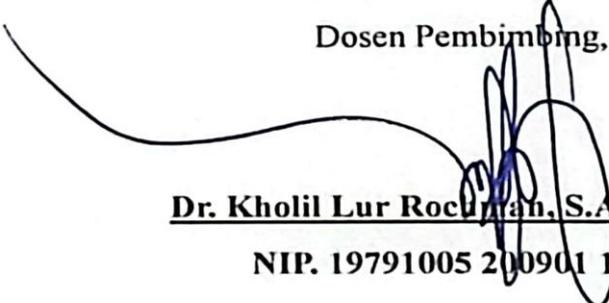
Nama : Indah Rizqiani
NIM : 2017101221
Jenjang : S-1
Fakultas : Dakwah
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul Skripsi : **Menavigasi Alam Tak Terlihat: Memahami Pengalaman Hidup dan Faktor Penyebab Penyesuaian Diri Indigo Siblings**

Saya berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk diajukan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos). Demikian atas perhatiannya, kami sampaikan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Purwokerto, 10 Juni 2024

Dosen Pembimbing,


Dr. Kholil Lur Rochman, S.Ag., M.S.I.

NIP. 19791005 200901 1 013

MOTTO

“Gunakan setiap pengalaman hidup, baik yang positif maupun negatif, sebagai kesempatan untuk belajar dan bertumbuh.”



**MENAVIGASI ALAM TAK TERLIHAT: MEMAHAMI PENGALAMAN
HIDUP DAN FAKTOR PENYEBAB PENYESUAIAN DIRI INDIGO
SIBLINGS**

Indah Rizqiani

NIM.2017101221

Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam
Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
E-mail: indaaahrizqi152@gmail.com

ABSTRAK

Indigo adalah individu yang terlahir dengan kemampuan spiritual yang luar biasa yang tidak dimiliki oleh manusia biasa. Kemampuan ini dapat berupa kemampuan spiritual, psikis, atau intelektual yang tinggi. Kemampuan ini memungkinkan mereka untuk melakukan hal-hal yang tidak dapat dilakukan oleh orang lain, seperti melihat makhluk halus, berkomunikasi dengan alam semesta, dan mengetahui apa yang terjadi di tempat lain. Individu indigo memiliki kemampuan luar biasa, namun seringkali menghadapi berbagai tantangan dalam kehidupan mereka. Persepsi negatif dari masyarakat, seperti menganggap mereka aneh dan memiliki masalah kejiwaan, menjadi hambatan bagi mereka dalam bersosialisasi dan beradaptasi. Memahami pengalaman hidup dan faktor penyebab penyesuaian diri mereka menjadi penting untuk membantu mereka hidup bahagia dan sejahtera.

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap dan mendeskripsikan pengalaman hidup indigo *siblings* serta mengidentifikasi dan memahami faktor penyebab penyesuaian diri yang dihadapi indigo *siblings*. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan indigo *siblings* (kakak dan adik) dan informan pendukung (ibu).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek indigo sudah mampu memahami konsep indigo dengan mendeskripsikan dirinya dan pengetahuannya tentang indigo lewat pengalamannya. Faktor penyebab indigo kedua subjek didapatkan dari faktor keturunan. Subjek DL memiliki tipe indigo konseptual, sedangkan SPR memiliki tipe indigo artis. Beberapa faktor yang memengaruhi penyesuaian diri mereka antara lain Faktor penyesuaian diri pribadi dan sosial, faktor kondisi fisik, tingkat perkembangan dan kematangan, kondisi psikologis, dan kondisi lingkungan. Indigo *siblings* memiliki perbedaan dalam pengalaman hidup dan penyesuaian dirinya. DL menunjukkan penyesuaian diri yang lebih baik dibandingkan SPR. DL memiliki pengalaman hidup yang lebih kompleks dan lebih siap dalam menghadapi berbagai rintangan dan stigma dibandingkan SPR.

Kata Kunci: Indigo, Pengalaman Hidup, Penyesuaian Diri.

**NAVIGING THE INVISIBLE REALM: UNDERSTANDING LIFE
EXPERIENCES AND THE CAUSING FACTORS OF SELF-ADJUSTMENT
INDIGO SIBLINGS**

Indah Rizqiani

NIM.2017101221

Islamic Guidance and Counseling Study Program
State Islamic University Prof. KH Saifuddin Zuhri Purwokerto
E-mail: indaaahrizqi152@gmail.com

ABSTRACT

Indigos are individuals who are born with extraordinary spiritual abilities that ordinary humans do not have. This ability can be in the form of high spiritual, psychic or intellectual abilities. This ability allows them to do things that other people cannot do, such as seeing spirits, communicating with the universe, and knowing what is happening in other places. Indigo individuals have extraordinary abilities, but often face various challenges in their lives. Negative perceptions from society, such as considering them strange and having mental problems, become obstacles for them in socializing and adapting. Understanding their life experiences and the factors that cause their adjustment is important to help them live happy and prosperous lives.

This research aims to reveal and describe the life experiences of indigo siblings as well as identify and understand the factors that cause adjustment faced by indigo siblings. This research uses a qualitative method with a phenomenological approach. Data was collected through in-depth interviews with indigo siblings (older sister and younger sister) and supporting informants (mothers).

The research results showed that the indigo subjects were able to understand the concept of indigo by describing themselves and their knowledge about indigo through their experiences. The factor that causes indigo in both subjects is heredity. Subject DL has a conceptual indigo type, while SPR has an artist indigo type. Several factors that influence their adjustment include personal and social adjustment factors, physical condition factors, level of development and maturity, psychological conditions, and environmental conditions. Indigo siblings have differences in life experiences and adjustments. DL shows better adjustment than SPR. DL has more complex life experiences and is better prepared to face various obstacles and stigma than SPR.

Keywords: Indigo, Life Experience, Adjustment.

PERSEMBAHAN

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar. Skripsi ini penulis persembahkan dengan penuh rasa cinta dan hormat kepada:

1. Almamater tercinta UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, khususnya Fakultas Dakwah, terimakasih atas ilmu dan pengetahuan yang telah diberikan, serta kesempatan untuk belajar dan berkembang di dalamnya.
2. Bapak Rudi Hartono dan Ibu Nursodah, terimakasih atas kasih sayang, bimbingan, dan dukungan yang tak henti-hentinya dalam membesarkan dan mendidik saya.
3. Adik-adikku Naufal dan Inayah, terima kasih atas dukungan dan semangat yang selalu kalian berikan kepada saya. Saya harap kalian dapat terus belajar dan meraih cita-cita kalian masing-masing.
4. Teman-teman terbaikku, terimakasih atas persahabatan, dukungan, dan semangat yang selalu mewarnai perjalanan studiku.
5. Semua orang yang seringkali menanyakan tentang kelulusan saya. Terima kasih, setiap pertanyaan dari kalian telah memberi saya motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.
6. Terakhir, untuk Indah Rizqiani. Ya! Diri saya sendiri. Terima kasih atas keberanian untuk memulai oerjalanan ini dan bertanggung jawab untuk menyelesaikan apa yang dimulai, meskipun seringkali putus asa atas apa yang sedang diusahakan. Terima kasih telah percaya pada diri sendiri ketika orang lain meragukan dirimu, dan telah bekerja keras meskipun hasilnya terkadang tidak seperti yang diharapkan. Setiap halaman skripsi ini adalah bukti nyata dari perjuangan dan pengorbanan dirimu. Semoga keberhasilan ini menjadi awal dari banyak pencapaian besar lainnya.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT, Tuhan Semesta Alam, atas limpahan rahmat dan karunia-Nya yang tak terhingga, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Menavigasi Alam Tak Terlihat: Memahami Pengalaman Hidup dan Faktor Penyebab Penyesuaian Diri Indigo Siblings”** dengan lancar. Sholawat serta salam senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, pembawa risalah kasih sayang bagi seluruh alam, beserta keluarga, sahabat, dan pengikutnya hingga akhir zaman.

Penyusunan skripsi ini merupakan salah satu bentuk pertanggung jawaban secara tertulis sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos), juga untuk memberikan gambaran secara lengkap mengenai penelitian yang telah penulis laksanakan. Penulisan skripsi ini merupakan sebuah perjalanan panjang yang penuh dengan lika-liku dan tantangan. Namun, berkat dukungan dan doa dari berbagai pihak, penulis akhirnya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

Oleh karena itu, dalam kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. H. Ridwan, M.Ag. Rektor Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto.
2. Dr. Muskinul Fuad, M.Ag., Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto sekaligus Dosen Penasehat Akademik.
3. Nur Azizah, M.Si., selaku Ketua Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto.
4. Luthfi Faisol, M. Pd, sebagai koordinator program studi Bimbingan dan Konseling Islam.
5. Dr. Kholil Lur Rochman, M.S.I. Dosen Pembimbing skripsi, yang telah membimbing, mengarahkan, mengoreksi serta telah memberikan

dukungan kepada penulis dengan penuh keikhlasan selama penyusunan skripsi.

6. Seluruh dosen dan civitas akademika di UIN Prof.K.H.Saifuddin Zuhri Purwokerto, terkhusus dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah.
7. Bapak Rudi Hartono dan Ibu Nursodah, orang tua tercinta yang selalu menjadi sumber kekuatan dan inspirasi bagi penulis. Terima kasih atas kasih sayang yang tak terhingga, bimbingan yang tiada henti, dan dukungan yang selalu melimpah ruah. Terima kasih telah bekerja keras dan mengorbankan banyak hal demi mewujudkan mimpi penulis untuk menempuh pendidikan tinggi.
8. Adik-adik tercinta, Naufal dan Inayah. Terima kasih karena selalu menjadi sumber keceriaan dan kebahagiaan bagi penulis. Teruslah belajar dengan tekun, raihlah cita-cita kalian setinggi langit, dan jangan pernah ragu untuk mengejar mimpi kalian.
9. Keluarga besar H. Daryono, terima kasih atas dukungan dan doa dalam setiap langkah yang penulis ambil.
10. Mas Z, yang senantiasa mendengarkan keluh kesah penulis, memberi perhatian, dukungan, pengingat, dan menemani penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
11. Subjek penelitian, yang telah dengan sukarela dan antusias terlibat dalam penelitian ini. Terima kasih juga atas kesediaan Ibu subjek dalam memberikan informasi dan data yang berharga.
12. Pondok Pesantren Mambaul Husna, khususnya Ibu Reni Fitriani dan Bapak Abdul Basit selaku pengasuh, serta teman-teman santri, terkhusus teman-teman kamar Fatimah.
13. Teman-teman tercinta di perantauan, Herliana, Fani, Jidan, Amanda, Novita, dan Afifah. Terima kasih atas dukungan, semangat, dan kebersamaan yang selalu mewarnai perjalanan studi di Purwokerto.
14. Teman-teman KKN kelompok 74 dan teman-teman PPL. Terima kasih telah kebersamai, berjuang, dan membuat kisah bersama.

15. Teman-teman seperjuangan kelas BKI-E angkatan 2020, yang telah kebersamai penulis selama di bangku perkuliahan.
16. Semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan penelitian ini, yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu.

Semoga amal baik dari semua pihak yang terlibat dapat tercatat sebagai amal ibadah dan mendapatkan pahala dari Allah SWT. Selain itu, penulis juga menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan banyak sekali kekurangan. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari para pembaca agar kekurangan yang ada dapat diperbaiki kedepannya. Semoga karya ini bisa memberikan manfaat bagi penulis dan pembaca pada umumnya.



DAFTAR ISI

MENAVIGASI ALAM TAK TERLIHAT: MEMAHAMI PENGALAMAN HIDUP DAN FAKTOR PENYEBAB PENYESUAIAN DIRI INDIGO <i>SIBLINGS</i>	i
PERNYATAAN KEASLIAN	ii
PENGESAHAN	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iv
MOTTO	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Penegasan Istilah	6
C. Rumusan Masalah	8
D. Tujuan Penelitian	8
E. Manfaat Penelitian	8
F. Kajian Pustaka	9
G. Sistematika Pembahasan	12
BAB II	14
DESKRIPSI TENTANG INDIGO <i>SIBLINGS</i>: PENGALAMAN HIDUP DAN PENYESUAIAN DIRI	14
A. Deskripsi Tentang Indigo <i>Siblings</i>	14
1. Definisi Indigo Siblings	14
2. Karakteristik Indigo	16
3. Tipe-Tipe Indigo	19
4. Faktor Penyebab Indigo	20
B. Deskripsi Tentang Pengalaman Hidup Indigo <i>Siblings</i>	21
1. Definisi Pengalaman Hidup Indigo <i>Siblings</i>	21

2. Gambaran Pengalaman Hidup Indigo dari Berbagai Sumber	22
C. Deskripsi Tentang Penyesuaian Diri Indigo <i>Siblings</i>	25
1. Definisi Penyesuaian Diri Indigo <i>Siblings</i>	25
2. Gambaran Penyesuaian Diri Indigo dari Berbagai Sumber	26
BAB III.....	33
METODE PENELITIAN	33
A. Jenis Data dan Pendekatan Penelitian	33
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	34
C. Subjek dan Objek Penelitian	34
D. Sumber Data.....	35
E. Metode Pengumpulan Data.....	36
F. Metode Analisis Data	37
BAB IV.....	39
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	39
A. Deskripsi objek profil A dan B.....	39
B. Pengalaman Hidup Subjek.....	43
C. Penyesuaian Diri Subjek	47
D. Analisis Pembahasan	59
BAB V	77
KESIMPULAN DAN SARAN	77
A. Kesimpulan.....	77
B. Saran	78
DAFTAR PUSTAKA	80
LAMPIRAN-LAMPIRAN	84
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	90

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Karakteristik Indigo Subjek.....	59
---	-----------



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Fenomena indigo telah menarik perhatian publik dalam beberapa tahun terakhir.¹ Hal ini dipicu oleh kemunculan individu-individu indigo yang menunjukkan kemampuan luar biasa, seperti meramalkan kejadian di masa mendatang dan melihat sesuatu yang tak kasat mata.²

Anak indigo ialah anak-anak yang memiliki kepekaan spiritual yang tinggi, yang dimanifestasikan dalam aura berwarna nila, tetapi secara fisik mereka tampak seperti anak-anak pada umumnya.³ Menurut Carrol dan Tober pada tahun 1999, menjelaskan bahwa anak indigo adalah generasi baru dengan kemampuan psikologis yang unik dan luar biasa, dan memperlihatkan perilaku yang tidak biasa dan belum pernah diamati sebelumnya.⁴

Istilah Indigo diungkap untuk pertama kalinya pada tahun 1970 oleh Nancy Ann Tappe.⁵ Ia menuangkan temuannya pada tahun 1982 dalam buku “*Understanding Your Life Through Color*”.⁶ Dalam karya tulisnya tersebut, ia menyebutkan bahwa sejak tahun 1960-an, Tappe mengamati kelahiran banyak anak yang memancarkan aura “indigo”. Tappe juga menyampaikan dalam penerbitan lain sesungguhnya warna indigo ini bersumber dari “warna kehidupan” anak yang dia peroleh dari

¹ Hafidzah Rahmah A.S.P dan Riza Novia Khoirunnisa, “Penyesuaian Diri Dewasa Indigo”, *Character : Jurnal Penelitian Psikologi*, Vol. 10, No. 01 (2023), hlm. 484.

² Maria Dini Prasetyo, “Konsep Diri pada Indigo Dewasa Awal”, *Experientia : Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 7, No. 2 (2020), hlm. 34 <https://doi.org/10.33508/EXP.V7I2.2729>.

³ Nuraini, “Strategi Pembelajaran Bagi Anak Berkebutuhan Khusus”, *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Kearifan Lokal*, Vol. 2, No. 6 (2022), hlm. 318.

⁴ Lee Carrol & Jan Tober, *The Indigo Children: The New Kids Have Arrived*, (USA: Hay House, 1999), hlm. 1.

⁵ Nurafifa Rachmanulia dan Imam Setyawan, “Pengalaman Hidup Terhadap Yang Tak Terlihat”: Interpretative Phenomenological Analysis Pada Individu Indigo Dewasa Awal” *Prosiding Seminar Nasional Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro*, hlm. 466.

⁶ Baktyar Ersat Sukoco, “Pola Komunikasi Indigo dengan Lingkungan Sekitar”, *Jurnal Insani*, Vol. 2, No. 1 (2015), hlm. 12.

sintesia. Jadi seseorang dapat dikatakan indigo karena aura yang mereka miliki berupa warna nila atau indigo.⁷

Aura diyakini oleh banyak orang sebagai cahaya yang dipancarkan oleh makhluk hidup. Para ahli mendefinisikan aura sebagai energi yang terpancar dari dalam diri makhluk hidup, berbentuk seperti cahaya yang lembut dan mengelilingi tubuh makhluk hidup. Aura dapat terlihat dalam berbagai warna yang masing-masing memiliki maknanya sendiri, baik positif maupun negatif. Secara umum, aura mempunyai rangkaian warna yang dimulai dari mulai warna merah hingga warna ungu, sama seperti rangkaian warna-warna pelangi.⁸

Jika dibandingkan dengan anak lainnya, seseorang dengan kemampuan indigo dapat dibedakan dari sikapnya yang lebih dewasa dari usianya, kecerdasan yang tinggi, kepekaan spiritual yang kuat, kesensitifan tubuh dan fisik yang tinggi, dan kesulitan dengan disiplin yang otoriter⁹. Anak indigo memiliki kepekaan spiritual yang tinggi, sehingga memungkinkan mereka mampu mengamati dan merasakan sesuatu yang tidak dapat orang lain rasakan, baik itu peristiwa masa depan, masa lalu, makhluk halus, atau benda-benda halus lainnya.¹⁰

Meskipun individu indigo memiliki kemampuan yang luar biasa, namun mereka seringkali menghadapi berbagai tantangan dalam kehidupan mereka. Keberadaan individu indigo menimbulkan berbagai respon dari masyarakat. Beberapa orang berasumsi bahwa mereka terlalu berlebihan, ada pula yang menganggap mereka aneh dan memiliki masalah kejiwaan. Persepsi ini didasari oleh anggapan bahwa indigo memiliki kemampuan luar biasa seperti meramal masa depan, melihat makhluk tak kasat mata, dan yang sebagian beranggapan bahwa individu ini berasal

⁷ Gregorius Fendi A., dkk., "Komunikasi Verbal pada Anggota Keluarga yang Memiliki Anak Indigo", *Jurnal Manajemen Komunikasi*, Vol. 1, No. 1 (2016), hlm. 43.

⁸ Sitiatava Rizema P., *Rahasia Energi Aura Manusia*, (Jogjakarta: FlashBooks, 2011).

⁹ Wendy Chapman, *Indigo Child: Cakra Mata Ketiga Pembawa Harapan Baru*, (Yogyakarta: Jaka Pring, 2005).

¹⁰ Nuraini, "Strategi Pembelajaran Bagi Anak Berkebutuhan Khusus", *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Kearifan Lokal*, Vol. 2, No. 6 (2022), hlm. 318.

dari dimensi yang berbeda.¹¹ Beberapa orang juga beranggapan bahwa anak indigo tidak berbeda dengan anak autisme, karena mereka tampak sibuk dengan hal-hal yang tidak dapat dipahami dan dilihat oleh banyak orang.¹²

Karena kemampuan indigo yang hanya dimiliki oleh individu tertentu atau minoritas di kalangan masyarakat, dapat menjadi hambatan bagi mereka dalam bersosialisasi dan beradaptasi dengan lingkungan sekitar. Stereotip yang masih melekat di masyarakat mencap orang indigo sebagai individu yang aneh, tidak logis, dan bahkan dianggap berpura-pura tentang kemampuannya.¹³

Memahami pengalaman hidup individu indigo merupakan langkah awal yang penting dalam membantu mereka untuk hidup bahagia dan sejahtera. Namun, pemahaman ini perlu diiringi dengan upaya untuk membantu mereka dalam beradaptasi dengan lingkungan sosial.

Penyesuaian diri bagi individu indigo dapat menjadi sebuah tantangan yang unik. Perbedaan karakteristik dan kemampuan mereka dengan orang lain sering kali membuat mereka merasa terasing dan sulit untuk mengembangkan hubungan interpersonal. Bila individu dapat berkembang dengan baik di setiap aspeknya, mereka akan menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang tinggi, kemampuan untuk mengelola emosi mereka dengan stabil, kepribadian yang baik dan menyenangkan, serta kecakapan dalam menjalin hubungan sosial yang positif. Di sisi lain, hambatan dalam perkembangan individu dapat menyebabkan rasa rendah diri, kecenderungan untuk menarik diri dari interaksi sosial, dan ketidakstabilan emosi. Oleh karena itu, proses penyesuaian diri menjadi penting bagi setiap individu.¹⁴

¹¹ Isrida Yul Arifiana, "Penerimaan Diri pada Individu Indigo", *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 5, No. 03 (2016), hlm. 195.

¹² Hiro Armando Kamaetoe, "Pengalaman Komunikasi dan Konsep Diri Seorang Indigo di Kota Pekanbaru", *Jom Fisip*, Vol. 3, No. 2 (2016), hlm. 3

¹³ Muhammad Razan A. & Anisa Diniati, "Proses Pembentukan Konsep Diri Remaja Akhir Indigo", *Kalibisiana: Jurnal Mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Kalbis*, Vol. 8, No. 1 (2022), hlm. 162.

¹⁴ Hafidzah Rahmah A.S.P dan Riza Novia Khoirunnisa, "Penyesuaian Diri Dewasa Indigo", *Character : Jurnal Penelitian Psikologi*, Vol. 10, No. 01 (2023), hlm. 485.

Proses penyesuaian diri individu bertujuan agar individu mampu mencapai keharmonisan diri dalam menghadapi tuntutan dan penyesuaian diri terhadap lingkungannya.¹⁵ Munculnya berbagai hambatan selama proses penyesuaian diri indigo dikarenakan oleh beberapa faktor, diantaranya adalah pandangan dan tanggapan orang lain terhadap diri seorang individu yang mengatakan bahwa diri mereka aneh, tidak normal, dan sebagainya yang mengakibatkan ia mengalami kesulitan dan tidak yakin dengan diri sendiri dalam beradaptasi dengan lingkungannya.

Melihat adanya kasus dan fenomena yang terjadi pada satu keluarga indigo yang didalamnya terdapat 4 anggota keluarga yaitu Ibu (Non Indigo), Anak Pertama (Indigo), Anak Kedua (Non Indigo), dan Anak Ketiga (Indigo). Dari adanya informasi tentang kemampuan yang dimiliki oleh sebagian anggota keluarga tersebut yaitu anak pertama dan anak ketiga, membuat peneliti ingin mengetahui pengalaman hidup dan penyesuaian diri individu indigo.

Kemampuan yang dimiliki oleh subjek dibenarkan langsung oleh subjek dan orangtuannya, kemampuannya dikatakan mereka dapatkan karena adanya faktor keturunan dari mendiang Ayahnya dan anggota keluarga yang terdahulu. Kemampuan yang dimiliki oleh kedua subjek juga diketahui oleh keluarganya.¹⁶

Penelitian ini dilakukan di Desa Kabunan, Kecamatan Dukuhwaru, Kabupaten Tegal, Provinsi Jawa Tengah, Indonesia.

Wawancara yang telah dilakukan kepada kedua subjek berjenis kelamin perempuan berinisial DL(30) dan SPR(14). Keduanya mengatakan bahwa ada saja masyarakat yang masih menganggap dirinya aneh, wawancara kepada DL(30) yang mungkin riwayat kemampuannya jauh lebih lama dibandingkan SPR(14) ia mengatakan bahwa dirinya dulu seringkali dianggap aneh oleh teman-teman dan orang di sekitarnya, ia kesulitan untuk menyesuaikan dirinya dengan lingkungan karena terlalu

¹⁵ Muchamad Choirudin, "Penyesuaian Diri: Sebagai Upaya Mencapai Kesejahteraan Jiwa", *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, Vol. 12, No. 1 (2016), hlm. 2.

¹⁶ Hasil observasi pendahuluan pada hari Selasa, 26 September 2023.

sibuk memperhatikan dan berkomunikasi dengan makhluk-makhluk lain yang tak kasat mata yang tidak mampu dilihat oleh orang lain. S(14) mengatakan bahwa teman-temannya belum banyak yang tahu tentang kemampuannya, namun dirinya seringkali terganggu dan tidak nyaman dengan kemampuannya.¹⁷ Individu indigo merasa sulit untuk mempercayai orang lain terutama orang terdekatnya dan lingkungan sekitar mereka. Hal tersebut menyebabkan mereka merasa cemas ketika berinteraksi dengan lingkungan baru. Kehadiran kemampuan mereka yang unik ini dapat menciptakan perasaan ketidaknyamanan atau kecemasan, terutama karena mungkin sulit bagi mereka untuk sepenuhnya memahami atau disertai dengan perubahan yang terjadi di sekitar mereka. Selain itu, rasa takut untuk dijauhkan dari lingkungan sosial mereka juga mungkin timbul, karena adanya perbedaan dalam pemahaman dan persepsi mereka terhadap dunia. Oleh karena itu, dukungan dan pemahaman ekstra terhadap kebutuhan khusus individu indigo dalam berinteraksi dengan lingkungan dapat menjadi kunci penting untuk membantu mereka mengatasi cemas dan menjalani kehidupan sosial yang seimbang.

Penelitian ini bertujuan untuk memahami pengalaman hidup dan penyesuaian diri pada kedua subjek indigo. Melalui analisis terperinci, penelitian ini berusaha untuk memberikan pemahaman mengenai pengalaman pribadi dan interaksi mereka dengan lingkungan sosial. Dengan demikian, diharapkan bahwa temuan dari penelitian ini mampu menambah pengetahuan yang lebih komprehensif tentang dinamika penyesuaian diri pada individu indigo, membuka peluang untuk pengembangan pendekatan yang lebih efektif dalam mendukung perkembangan mereka dalam berinteraksi dengan dunia sekitar.

Melihat pada saudara kandung indigo tersebut, peneliti merasa tertarik untuk mendalami dan mengeksplorasi pengalaman hidup dan faktor penyebab penyesuaian diri individu indigo. Penelitian ini akan menggali bagaimana pengalaman hidup mereka sebagai individu indigo

¹⁷ Hasil observasi pendahuluan pada hari Selasa, 26 September 2023.

serta apa saja faktor-faktor yang memengaruhi penyesuaian diri mereka. Diharapkan, hasil penelitian ini akan memberikan kontribusi baru terhadap pemahaman tentang individu indigo dan memberikan dukungan kepada mereka dalam mencapai kehidupan yang lebih berkualitas. Selain itu penelitian tentang pengalaman hidup dan faktor penyebab penyesuaian diri indigo *siblings* ini masih jarang yang membahas dan mengkaji hal tersebut. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi serta dapat menambah wawasan serta dapat menjadi kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan.

Berdasarkan hasil pemaparan latar belakang masalah, peneliti merasa tertarik dengan pengalaman hidup dan tantangan individu indigo dalam melakukan penyesuaian diri. Oleh sebab itu, penulis mengkaji permasalahan tersebut dengan melakukan penelitian kualitatif yang berjudul

“Menavigasi Alam Tak Terlihat: Memahami Pengalaman Hidup dan Faktor Penyebab Penyesuaian Diri Indigo *Siblings*”.

B. Penegasan Istilah

1. Pengalaman Hidup Indigo *Siblings*

Menurut Sudarminta pada tahun 2003, Pengalaman merupakan akumulasi dari semua peristiwa yang dijumpai dan segala sesuatu yang dirasakan oleh manusia dalam hubungannya dengan alam, diri sendiri, masyarakat, dan realitas secara keseluruhan.¹⁸ Indigo merupakan individu istimewa yang dianugerahi kemampuan luar biasa sejak lahir yang tidak dimiliki oleh individu lain.¹⁹ *Sibling* atau saudara kandung

¹⁸ Eka Fitriyah R., *Pengalaman Keluarga Merawat Lansia Pasca Stroke dalam Pemenuhan Kebutuhan Hidup Sehari-hari di Wilayah Puskesmas Dukun Kabupaten Gresik*, (Skripsi: Universitas Airlangga, 2018), hlm. 10.

¹⁹ Dinie Ratri Desiningrum, *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*, (Yogyakarta: Psikoasasin, 2016), hlm. 8.

adalah dua individu atau lebih yang memiliki hubungan darah karena memiliki orangtua yang sama dan saling mendukung pertumbuhan.²⁰

Dalam penelitian ini, istilah pengalaman hidup indigo siblings mengacu pada berbagai macam hal yang dialami oleh dua orang atau lebih anak dalam keluarga yang sama yang memiliki kemampuan indigo.

2. Penyesuaian Diri Indigo *Siblings*

Penyesuaian diri adalah usaha yang dilakukan oleh individu dalam mencapai keharmonisan antara diri sendiri dengan lingkungannya. Penyesuaian diri yang sempurna adalah kondisi di mana individu dapat mencapai keselarasan antara kebutuhan pribadinya dengan tuntutan lingkungan. Namun, kondisi ini tidak pernah tercapai sepenuhnya karena lingkungan selalu berubah.²¹ Indigo adalah individu yang dilahirkan dengan bakat istimewa yang tidak dimiliki oleh individu lainnya.²² *Sibling* atau saudara kandung yaitu kondisi dimana dua individu atau lebih yang memiliki hubungan darah karena memiliki orangtua kandung yang sama.²³

Dalam penelitian ini, istilah penyesuaian diri indigo *siblings* adalah proses dimana indigo *sibling* belajar untuk memahami dan menerima kemampuan mereka, serta belajar untuk hidup dengan kemampuan tersebut dalam masyarakat yang tidak selalu memahami mereka.

²⁰ Nur Hasanah dan Susi Fitri, "Pengaruh Sibling Relationship Terhadap Kesejahteraan Psikologis Peserta Didik SMA Negeri di Jakarta Barat", *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 9 No. 2 (2020), hlm. 171.

²¹ Vevy Liansari, *Buku Ajar Perkembangan Peserta Didik*, (Sidoarjo: Umsida Press, 2023), hlm. 76.

²² Dinie Ratri Desiningrum, *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*, (Yogyakarta: Psikoasasin, 2016), hlm. 8.

²³ Nur Hidayanti, *Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Family Resilience pada Keluarga yang Merawat Anak Berkebutuhan Khusus, Perspektif Saudara Kandung di Wilayah Gresik*, (Skripsi: Universitas Airlangga, 2018), hlm. 23.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, berikut adalah rumusan masalah yang akan dikaji dalam penelitian ini:

1. Bagaimana pengalaman hidup subjek sebagai seorang indigo?
2. Bagaimana faktor penyebab penyesuaian diri yang dihadapi indigo *siblings* dalam kehidupan sehari-hari?

D. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mencapai beberapa hal yang didasarkan pada rumusan masalah, yaitu:

1. Mengungkap dan mendeskripsikan pengalaman hidup indigo *siblings*.
2. Mengidentifikasi dan memahami faktor penyebab penyesuaian diri yang dihadapi indigo *siblings*.

E. Manfaat Penelitian

Dengan penelitian ini, penulis berharap agar mampu memberikan manfaat atau kontribusi, setidaknya dalam beberapa hal berikut:

1. Secara Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini mampu menjadi bahan rujukan sebagai penambah ilmu pengetahuan dan pemahaman tentang pengalaman hidup dan faktor penyebab penyesuaian diri pada individu indigo.

2. Secara Praktis

- a. Bagi subjek penelitian, penelitian ini dapat meningkatkan pemahaman diri tentang potensi dan tantangan yang dihadapi, mengembangkan strategi untuk memaksimalkan potensi dan mengatasi tantangan, meningkatkan rasa percaya diri dan *self acceptance*.
- b. Bagi orangtua, penelitian ini dapat meningkatkan pemahaman tentang anak indigo, mengembangkan strategi untuk mendukung dan membantu anak indigo, dan membangun hubungan yang lebih kuat dengan anak indigo.

- c. Bagi guru, penelitian ini dapat memberikan informasi dan dukungan kepada guru untuk mengatasi tantangan dan pembelajaran pada anak indigo.
- d. Bagi masyarakat, diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam kepada masyarakat mengenai karakteristik dan kebutuhan anak indigo. Hal ini dapat mengurangi stigma dan diskriminasi terhadap indigo.
- e. Bagi penulis, penelitian ini merupakan kesempatan bagi penulis untuk mempelajari lebih lanjut dan memahami indigo dengan lebih baik, memperkaya karya tulis dengan informasi dan wawasan baru tentang indigo.
- f. Bagi peneliti selanjutnya, peneliti berharap agar penelitian ini mampu memberikan manfaat salah satunya sebagai bahan referensi atau sebagai sumber untuk penelitian selanjutnya yang lebih efektif serta komprehensif.

F. Kajian Pustaka

Kajian pustaka dalam penelitian ini adalah sumber utama yang digunakan penulis untuk mendapatkan informasi. Selain itu, penulis juga menambahkan beberapa judul penelitian terdahulu yang ada kaitannya dalam menunjang penelitian ini. Penelitian yang dimaksud yaitu:

Pertama, pada penelitian Nurafifa Rachmanulia dan Imam Setyawan yang berjudul "*Pengalaman Hidup Terhadap Yang Tak Terlihat: Interpretative Phenomenological Analysis Pada Individu Indigo Dewasa Awal*". Penelitian ini di latar belakang oleh rasa ingin tahu peneliti tentang pengalaman individu indigo sebagai orang dewasa yang beradaptasi dengan dinamika masa dewasa awal. Penelitian ini memilih metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Peneliti memilih partisipan dengan teknik purposive sampling. Karakteristik partisipan adalah individu indigo yang telah melalui pemeriksaan dan evaluasi komprehensif oleh psikiater atau psikolog, telah dinyatakan sebagai indigo selama minimal empat tahun, berusia antara 18-40 tahun, dan bertempat tinggal di

pulau Jawa. Jumlah partisipan dalam penelitian ini sebanyak tiga orang. Hasil penelitian menemukan sepuluh tema superordinate yaitu, (1) identifikasi diri sebagai indigo, (2) proses pengungkapan diri, (3) Kesamaan kelebihan kemampuan dengan keluarga, (4) dampak psikologis yang muncul, (5) dampak fisik yang dirasakan, (6) penerimaan terhadap kelebihan yang dimiliki, (7) meningkatkan ketakwaan kepada Tuhan, (8) pengendalian diri terhadap kelebihan yang dimiliki, (9) keinginan dapat bermanfaat dengan kelebihan yang dimiliki, dan (10) kepedulian terhadap orang lain.²⁴

Kesamaan penulis dengan penelitian tersebut adalah menggunakan metode penelitian kualitatif fenomenologi, dan membahas tentang pengalaman hidup indigo. Perbedaannya terdapat pada jumlah informan, lokasi penelitian

Kedua, pada penelitian Hiro Armando Kamaetoe (2016) yang berjudul “*Pengalaman Komunikasi dan Konsep Diri Seorang Indigo di Kota Pekanbaru*”. Penelitian ini di latar belakang oleh ketertarikan penulis terhadap fenomena indigo untuk mengkaji pengalaman komunikasi dan konsep diri mereka. Penelitian ini menerapkan metodologi kualitatif dan menggunakan pendekatan fenomenologi. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 6 orang. Penelitian ini menemukan bahwa konsep diri seorang indigo terbentuk oleh pengaruh dan interaksi mereka dengan keluarga. Kemampuan seorang indigo untuk mengenali dirinya dengan baik akan berpengaruh terhadap pengembangan konsep diri yang positif.²⁵

Kesamaan antara penulis dan penelitian tersebut terletak pada penggunaan metode dan jenis penelitian. Perbedaannya ialah jumlah subjek penelitian dan fokus pembahasan, penelitian tersebut lebih fokus pada

²⁴ Nurafifa Rachmanulia dan Imam Setyawan, ““Pengalaman Hidup Terhadap Yang Tak Terlihat”: Interpretative Phenomenological Analysis Pada Individu Indigo Dewasa Awal” *Prosiding Seminar Nasional Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro*.

²⁵ Hiro Armando Kamaetoe, “Pengalaman Komunikasi dan Konsep Diri Seorang Indigo di Kota Pekanbaru”, *Jom Fisip*, Vol. 3, No. 2 (2016)

konsep diri indigo, sedangkan penulis juga fokus pada pengalaman hidup dan penyesuaian diri indigo.

Ketiga, pada penelitian Hafidzah Rahmah Adi S.P dan Riza Noviana Khoirunnisa (2023) yang berjudul “*Penyesuaian Diri Dewasa Indigo*”. Latar belakang penelitian ini adalah fenomena dewasa indigo yang seringkali mengalami berbagai tantangan hidup sebagai dampak dari karakteristik unik mereka. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Jumlah partisipan dalam penelitian ini adalah tiga orang yang mencapai usia dewasa madya. Hasil penelitian ini menyatakan ketiga partisipan tersebut memiliki pemahaman tentang proses penyesuaian diri yang tidak sama antara satu sama lain. Dua dari partisipan tersebut mampu untuk meraih penyesuaian dirinya karena mereka dapat menguasai proses penerimaan diri dan satu partisipan lainnya sulit untuk meraih penyesuaian dirinya karena tidak mampu menguasai proses penerimaan diri dengan baik, merasa terusik dan tidak nyaman dengan potensi yang dimilikinya, serta tidak mampu mengendalikan emosinya²⁶.

Kesamaan antara penulis dan penelitian tersebut terletak pada penggunaan metode kualitatif sebagai pendekatan penelitian. Baik penulis maupun penelitian tersebut menilai fenomena atau objek penelitian tentang penyesuaian diri individu indigo. Perbedaannya ialah jumlah subjek penelitian dan fokus pembahasan, penulis juga membahas tentang pengalaman hidup subjek.

Keempat, pada penelitian skripsi Ardiansyah (2020) dengan judul skripsi “*Upaya Penyesuaian Diri Anak Indigo di Kelurahan Dermayu Kecamatan Air Periukan Kabupaten Seluma*”. Latar belakang penelitian ini yaitu banyaknya pandangan masyarakat terhadap anak indigo, yang mendorong penelitian ini tentang bagaimana mereka beradaptasi dengan identitas dan stigma yang melekat. Metode penelitian yang diterapkan dalam penelitian tersebut yaitu kualitatif dengan jenis pendekatan studi

²⁶ Hafidzah Rahmah A.S.P dan Riza Novia Khoirunnisa, “Penyesuaian Diri Dewasa Indigo”, *Character : Jurnal Penelitian Psikologi*, Vol. 10, No. 01 (2023).

kasus. Metode pemilihan sumber data yang dipilih adalah purposive sampling. Sebanyak empat peserta, dua laki-laki dan dua perempuan, dipilih untuk mengambil bagian dalam penelitian ini. Rentang usia 9 hingga 10 tahun turut diperhitungkan dalam proses pemilihan informan, anak indigo yang menjadi informan mampu membaca pikiran dan perasaan. Selain itu, kesukarelaan mereka merupakan faktor penting dalam pemilihan mereka sebagai sumber informasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Upaya penyesuaian diri anak indigo yang berada di Desa Dermayu, Kecamatan Air Periukan, Kabupaten Seluma, dapat digolongkan menjadi dua domain utama: Upaya penyesuaian pribadi berupa penerimaan diri, dan Upaya penyesuaian sosial anak indigo. Dalam proses penyesuaian pribadi, dua anak indigo mengalami kesulitan dan dua anak lainnya mampu menyesuaikan diri dengan baik. Sedangkan dalam penyesuaian diri sosial dalam penelitian ini ada lima aspek.²⁷

Kesamaan penulis dengan penelitian tersebut adalah menggunakan metode kualitatif, dan membahas terkait penyesuaian diri indigo. Perbedaannya yaitu pada penulis juga membahas tentang pengalaman hidup yang dimiliki oleh individu indigo, perbedaan jumlah subjek, dan perbedaan lokasi penelitian.

G. Sistematika Pembahasan

Untuk memperjelas dan menyampaikan pengetahuan yang lebih mendalam dan rinci serta menjadikan penelitian ini lebih mudah dipahami oleh pembaca, untuk itu penulis menyajikan penelitian ini yang terbagi menjadi 5 bab, yaitu sebagai berikut:

BAB I : Pendahuluan. Bab ini terdiri dari: latar belakang masalah, penegasan istilah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian pustaka, dan sistematika pembahasan.

BAB II : Kajian Teori. Bagian ini menjelaskan mengenai landasan teori yang relevan dengan pembahasan skripsi. Tema-tema seperti *Indigo Siblings*,

²⁷ Ardiansyah, *Upaya Penyesuaian Diri Anak Indigo di Kelurahan Dermayu Kecamatan Air Periukan Kabupaten Seluma*, (Skripsi: IAIN Bengkulu, 2020).

Pengalaman Hidup *Indigo Siblings*, dan Penyesuaian Diri *Indigo Siblings* disertakan.

BAB III : Metode Penelitian. Bab ini meliputi pendekatan dan jenis penelitian, waktu dan tempat penelitian, subjek dan objek penelitian, sumber data, metode pengumpulan data, serta metode analisis data.

BAB IV : Penyajian Data dan Pembahasan. Bab ini terdiri dari deskripsi tentang pengalaman hidup dan faktor penyebab penyesuaian diri *indigo siblings*.

BAB V : Penutup. Bab ini berisikan tentang kesimpulan, saran, dan kata penutup.



BAB II

DESKRIPSI TENTANG INDIGO *SIBLINGS*: PENGALAMAN HIDUP DAN PENYESUAIAN DIRI

A. Deskripsi Tentang Indigo *Siblings*

1. Definisi Indigo *Siblings*

Istilah Indigo pertama kali diperkenalkan oleh Nancy Ann Tappe pada tahun 1970-an.²⁸ Ia menuangkan temuannya pada buku “*Understanding Your Life Through Color*” pada tahun 1982.²⁹ Dalam bukunya, ia menjelaskan bahwa sejak tahun 1960-an, Tappe mengamati kelahiran banyak anak dengan aura “indigo”. Tappe juga menjelaskan dalam publikasi lain bahwa warna indigo ini berasal dari “warna kehidupan” anak yang dia dapatkan dari sintesia. Jadi seorang anak disebut indigo dikarenakan oleh aura yang dimiliki oleh anak tersebut memiliki warna nila atau indigo.³⁰

"Indigo" adalah istilah bahasa Indonesia yang berarti warna biru tua yang diperoleh dari tanaman tarum atau nila.³¹ Indigo adalah individu yang diberkahi dengan kemampuan luar biasa yang tidak sering terlihat pada manusia pada umumnya.³² Carroll dan Tober berpendapat bahwa anak-anak ini menunjukkan karakteristik psikologis dan perilaku berbeda yang tidak terlihat pada teman sebayanya.³³

Menurut Madyawati, indigo adalah makhluk unik yang memiliki kemampuan spiritual luar biasa sehingga mereka mampu melakukan

²⁸ Nurafifa Rachmanulia dan Imam Setyawan, “ “Pengalaman Hidup Terhadap Yang Tak Terlihat”: Interpretative Phenomenological Analysis Pada Individu Indigo Dewasa Awal” *Prosiding Seminar Nasional Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro*, hlm. 466.

²⁹ Baktyar Ersat Sukoco, “Pola Komunikasi Indigo dengan Lingkungan Sekitar”, *Jurnal Insani*, Vol. 2, No. 1 (2015), hlm. 12.

³⁰ Gregorius Fendi A., dkk., “Komunikasi Verbal pada Anggota Keluarga yang Memiliki Anak Indigo”, *Jurnal Manajemen Komunikasi*, Vol. 1, No. 1 (2016), hlm. 43.

³¹ Omah Puguh, *Buku Terlengkap Tentang Anak Indigo*, (Jogjakarta: FlashBooks, 2012), hlm. 64.

³² Dinie Ratri Desiningrum, *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*, (Yogyakarta: Psikoasasin, 2016), hlm. 8.

³³ Dinie Ratri Desiningrum, *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*, (Yogyakarta: Psikoasasin, 2016), hlm. 74.

hal-hal luar biasa yang tidak dapat dicapai oleh manusia pada umumnya, seperti melihat makhluk halus, berkomunikasi dengan alam semesta, dan mengetahui apa yang terjadi di tempat lain.³⁴

Generasi indigo merupakan generasi spiritual yang terlahir dengan kemampuan spiritual sejak lahir. Mereka menjalani hidup berdasarkan kebenaran mendalam yang dipahami secara intuitif, tanpa perlu diajarkan terlebih dahulu.³⁵

Sibling atau saudara kandung adalah dua individu atau lebih yang memiliki hubungan darah karena memiliki orangtua yang sama dan saling mendukung pertumbuhan.³⁶ Menurut Furman dan Buhrmester, Hubungan saudara kandung memiliki dua unsur utama yaitu ikatan biologis dan emosional dengan orangtua. Ikatan ini melahirkan hubungan yang terbilang unik dan lama. Dibandingkan hubungan individu dengan orangtua, anak, maupun pasangan, hubungan saudara kandung umumnya berlangsung paling lama dalam hidup seseorang.³⁷ *Sibling relationship* menurut Bonauli, merupakan keseluruhan interaksi baik secara fisik maupun verbal yang terjadi di antara mereka dan dapat saling memengaruhi satu sama lain. Hubungan ini dapat memiliki sisi positif, seperti kehangatan, keterkaitan, saling menyayangi, dan saling memberikan dukungan. Di sisi lain, hubungan ini juga dapat memiliki sisi negatif, seperti perselisihan, konflik, agresi, dan penolakan.³⁸

Berdasarkan pemaparan yang telah diuraikan dapat diambil kesimpulan, indigo *siblings* adalah saudara kandung yang diyakini

³⁴ Hafidzah Rahmah A.S.P dan Riza Novia Khoirunnisa, "Penyesuaian Diri Dewasa Indigo", *Character : Jurnal Penelitian Psikologi*, Vol. 10, No. 01 (2023), hlm. 484.

³⁵ Lilis Madyawati, "Generasi Indigo", *Jurnal Penelitian & Artikel Pendidikan*, (2013), hlm.141.

³⁶ Nur Hasanah dan Susi Fitri, "Pengaruh Sibling Relationship Terhadap Kesejahteraan Psikologis Peserta Didik SMA Negeri di Jakarta Barat", *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 9 No. 2 (2020), hlm. 171.

³⁷ Nathasa P.S., & Titik K., "Hubungan antara Kualitas Relasi dengan Saudara Kandung dan Kepuasan Hidup pada Dewasa Awal", *Jurnal Psikologi Universitas Sanata Dharma*, Vol. 2 No.1 (2021), hlm. 8.

³⁸ Irinne Marriska Agustin, *Hubungan Sibling Relationships dengan Motivasi Berprestasi Siswa SMA N 3 Kota Solok*, (Skripsi: Universitas Putra Indonesia, 2022), hlm. 13.

memiliki karakteristik indigo, yakni individu dengan kemampuan luar biasa seperti kepekaan spiritual, kemampuan psikis, atau kecerdasan tingkat tinggi.

2. Karakteristik Indigo

Individu indigo merupakan individu yang tergolong normal, dalam artian mereka memiliki fungsi dan kemampuan fisik yang sama seperti manusia pada umumnya. Namun, di balik kesamaan ini, indigo memiliki beberapa karakteristik unik yang membedakan mereka dari individu lain.³⁹ Berikut ini beberapa karakteristik individu indigo:

Carrol dan Tober mengidentifikasi 10 karakteristik yang paling umum pada anak-anak Indigo, diantaranya:⁴⁰

- 1) Anak-anak yang datang ke dunia dengan perasaan istimewa dan berbeda dari yang lain, seringkali bertindak sesuai dengan perasaan tersebut.
- 2) Memiliki perasaan "layak untuk berada di sini" memiliki rasa berharga yang tinggi. Mereka percaya bahwa mereka memiliki pengaruh besar dan pantas untuk dicintai dan dihargai. Orang-orang ini sering kali terkejut ketika orang lain tidak menyadari rasa berharga mereka. Mereka mungkin merasa seperti orang lain tidak melihat kebaikan mereka atau tidak peduli tentang mereka.
- 3) Memiliki perasaan diri berharga yang tinggi mereka tidak merasa harus mendapatkan pengakuan dari orang lain, termasuk orang tua mereka. Mereka tahu siapa diri mereka dan mereka percaya pada diri mereka sendiri.
- 4) Mengalami permasalahan dengan otoritas absolut (otoritas atau kuasa yang tidak dapat dijelaskan di pilih-pilih).
- 5) Tidak menyukai atau tidak suka melakukan hal-hal tertentu, seperti mengantri.

³⁹ Sar Weni Pratiwi, *Identifikasi Permasalahan Indigo pada Masa Dewasa Awal di Yogyakarta*, (Skripsi: Universitas Negeri Yogyakarta, 2017), hlm. 33.

⁴⁰ Lee Carrol & Jan Tober, *The Indigo Children: The New Kids Have Arrived*, (USA: Hay House, 1999), hlm. 1-2.

- 6) Merasa tidak puas dengan sistem yang hanya mengandalkan kebiasaan dan tidak memberikan ruang bagi pemikiran inovatif.
- 7) Memiliki kemampuan untuk melihat cara-cara baru dan lebih efisien untuk melakukan sesuatu. Mereka merasa bahwa cara-cara yang sudah ada tidak cukup baik dan selalu mencari cara untuk memperbaikinya.
- 8) Memiliki kecenderungan untuk menghindari interaksi sosial, kecuali dengan orang-orang yang memiliki kesamaan dengannya.
- 9) Tidak akan menanggapi disiplin yang bersifat ancaman atau hukuman. Mereka lebih cenderung mengabaikan atau bahkan menentang disiplin tersebut.
- 10) Tidak ragu untuk mengungkapkan kebutuhan mereka.⁴¹

Virtue mengidentifikasi beberapa karakteristik yang dimiliki indigo, antara lain⁴²:

- 1) Tekun dan pantang menyerah
- 2) Keras kepala
- 3) Memiliki jiwa seni yang tinggi, berbakat dalam berbagai bidang seni, seperti musik, membuat perhiasan, dan penulisan puisi.
- 4) Rentan terhadap kecanduan
- 5) Memiliki pemikiran yang lebih matang dan dewasa dibanding usianya
- 6) Bertindak berdasarkan intuisi atau kesadaran spiritual
- 7) Introvert (tertutup)
- 8) Mandiri
- 9) Memiliki dedikasi yang tinggi untuk memberikan kontribusi positif bagi dunia
- 10) Terombang-ambing antara rasa rendah diri dan rasa superioritas

⁴¹ Dinie Ratri Desiningrum, *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*, (Yogyakarta: Psikoasasin, 2016), hlm. 74.

⁴² Sar Weni Pratiwi, *Identifikasi Permasalahan Indigo pada Masa Dewasa Awal di Yogyakarta*, (Skripsi: Universitas Negeri Yogyakarta, 2017), hlm. 33-34.

- 11) Mudah merasa bosan
- 12) Ada kemungkinan pernah menerima diagnosis ADD dan ADHD
- 13) Cenderung mengalami kesulitan tidur
- 14) Memiliki pengalaman dengan depresi
- 15) Mencari persahabatan yang murni, penuh arti, dan abadi
- 16) Mudah beradaptasi dan merasa nyaman di sekitar tanaman atau hewan.

Kemudian karakteristik indigo menurut Tubagus Erwin Kusuma SpKj, yaitu:⁴³

- 1) Mempunyai kemampuan spiritual
- 2) Memiliki kecerdasan yang tinggi
- 3) Memiliki kemampuan untuk memahami informasi baru dengan cepat dan mudah, bahkan tanpa intruksi atau pelatihan sebelumnya
- 4) Memiliki kepekaan tinggi terhadap alam dan manusia
- 5) Peka terhadap perasaan atau bahkan bisa membaca pikiran orang lain, dan mampu merasakan keberadaan makhluk halus
- 6) Memiliki pemikiran yang logis dan bisa dimanfaatkan untuk hal-hal positif.⁴⁴

Berdasarkan pendapat beberapa ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa individu indigo memiliki karakteristik yang unik dan kompleks. Mereka memiliki rasa percaya diri tinggi dan merasa memiliki peran penting di dunia. Di balik rasa percaya diri tersebut, mereka juga memiliki kepekaan yang tinggi terhadap pikiran dan perasaan orang lain, serta kemampuan untuk memahami informasi dengan cepat dan mudah. Namun, rasa percaya diri dan kepekaan ini terkadang berbenturan dengan keinginan mereka untuk selalu mencari cara baru

⁴³ Isrida Yul Arifiana, "Penerimaan Diri pada Individu Indigo", *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 5, No. 03 (2016), hlm. 195.

⁴⁴ Ardiansyah, *Upaya Penyesuaian Diri Anak Indigo di Kelurahan Dermayu Kecamatan Air Periukan Kabupaten Seluma*, (Skripsi: IAIN Bengkulu, 2020), hlm. 14-15.

dan lebih baik untuk melakukan sesuatu. Hal ini membuat mereka cenderung memberontak terhadap aturan yang kaku dan tidak logis.

Meskipun memiliki beberapa tantangan, individu indigo juga memiliki potensi luar biasa, kecerdasan tinggi, bakat dalam berbagai bidang, dan potensi kepemimpinan mereka dapat menjadikannya pembawa perubahan positif di masa depan. Penting bagi orang tua dan orang dewasa di sekitar anak indigo untuk memahami dan mendukung mereka. Dengan pengasuhan yang tepat, anak indigo dapat berkembang menjadi individu yang sukses dan berkontribusi positif bagi dunia.

3. Tipe-Tipe Indigo

Tipe-tipe indigo dapat dibagi menjadi beberapa kategori, yaitu:

1) Indigo Tipe Humanis

Indigo tipe ini ialah orang-orang yang mudah bergaul dan memiliki empati yang tinggi. Mereka cenderung memilih pekerjaan yang berorientasi pada pelayanan, seperti dokter, kuasa hukum, pengajar, pembisnis, politikus, atau pramuniaga. Saat ini, mereka sering menunjukkan perilaku yang aktif dan tidak sabaran, sehingga perhatiannya mudah terpecah. Mereka juga memiliki rasa sosial yang tinggi, ramah, dan mempunyai pendirian yang kuat.⁴⁵

2) Indigo Tipe Konseptual

Indigo tipe konseptual lebih suka berkarya secara mandiri dan mengerjakan konsep-konsep yang mereka rancang sendiri. Mereka cocok berkarier sebagai arsitek, perancang, pilot, astronot, atau prajurit militer. Mereka juga sering menunjukkan perilaku yang suka mengatur orang lain.⁴⁶

⁴⁵ Omah Puguh, *Buku Terlengkap Tentang Anak Indigo*, (Jogjakarta: FlashBooks, 2012), hlm. 77.

⁴⁶ Lilis Madyawati, "Generasi Indigo", *Jurnal Penelitian & Artikel Pendidikan*, (2013), hlm.141.

3) Indigo Tipe Artis

Indigo tipe artis memiliki kepekaan yang lebih tinggi dan cenderung bertubuh mungil, meskipun tidak selalu demikian. Mereka memiliki minat dan bakat seni yang kuat, dan kelak akan menjadi pengajar atau seniman yang handal. Di usia 4 hingga 10 tahun, mereka mampu mempelajari 15 jenis seni dan kreativitas yang berbeda, namun dalam melakukannya hanya bertahan selama lima menit sebelum beralih ke yang lain. Oleh karena itu orang tua dari anak tipe ini lebih baik menyewa alat musik daripada membelinya secara langsung. Ketika dewasa mereka akan fokus pada satu bidang seni tertentu dan menjadi ahli di bidangnya.⁴⁷

4) Indigo Tipe Interdimensional

Indigo tipe ini diyakini memiliki bakat dalam bidang fisafat atau agama. Mereka sering menunjukkan perilaku yang suka bertanya dan ingin tahu tentang dunia. Orang tua sering merasa tidak perlu untuk mengajarkan apapun kepada anak-anak indigo tipe ini, karena mereka sudah mengetahui banyak hal.⁴⁸

4. Faktor Penyebab Indigo

Beberapa faktor yang dapat menjadikan seseorang memiliki kemampuan indigo, yaitu sebagai berikut:

a. Faktor keturunan

Indigo adalah kemampuan yang dapat diwariskan generasi ke generasi. Jika satu atau kedua orang tua memiliki kemampuan indigo, maka anak mereka lebih besar peluangnya untuk memiliki kemampuan yang sama. Hal ini karena kemampuan indigo adalah sifat genetik yang dapat diwariskan.

⁴⁷ Dinie Ratri Desiningrum, *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*, (Yogyakarta: Psikoasasin, 2016), hlm. 75.

⁴⁸ Omah Puguh, *Buku Terlengkap Tentang Anak Indigo*, (Jogjakarta: FlashBooks, 2012), hlm. 78.

b. Faktor usia

Kemampuan indigo adalah potensi yang dimiliki oleh semua orang, kemampuan tersebut terpengaruh oleh sejumlah faktor, dan satu diantaranya yaitu usia. Umumnya, kemampuan yang dimiliki anak indigo cenderung lebih berkembang daripada orang dewasa.⁴⁹

B. Deskripsi Tentang Pengalaman Hidup Indigo *Siblings*

1. Definisi Pengalaman Hidup Indigo *Siblings*

Menurut Siagian pada tahun 2002, Pengalaman adalah kumpulan pengetahuan dan pelajaran yang didapatkan seseorang dari berbagai peristiwa dan tindakan yang dilakukannya selama hidup.⁵⁰ Dewey mendefinisikan pengalaman sebagai segala sesuatu yang pernah dialami, dijalani, dirasa, dan ditanggung oleh seseorang. Pengalaman ini tidak hanya terbatas pada peristiwa yang sedang berlangsung dalam kehidupan batin atau dunia inderawi, tetapi juga mencakup segala aspek kehidupan secara menyeluruh.⁵¹

Indigo *siblings* adalah saudara kandung yang diyakini memiliki karakteristik indigo, yakni individu dengan kemampuan luar biasa seperti kepekaan spiritual, kemampuan psikis, atau kecerdasan tingkat tinggi.

Berdasarkan pemaparan yang telah diuraikan, dapat diambil kesimpulan, Pengalaman hidup indigo *siblings* mengacu pada kumpulan pengetahuan dan pelajaran yang diperoleh saudara kandung dengan karakteristik indigo dari berbagai peristiwa dan tindakan yang mereka lakukan selama hidup.

Pengalaman ini tidak terbatas pada peristiwa yang sedang berlangsung dalam kehidupan batin atau dunia inderawi, tetapi juga

⁴⁹ Ardiansyah, *Upaya Penyesuaian Diri Anak Indigo di Kelurahan Dermayu Kecamatan Air Periukan Kabupaten Seluma*, (Skripsi: IAIN Bengkulu, 2020). hlm. 18.

⁵⁰ Yudisa Diaz L.S., *Pengalaman Hidup Orang dengan Kusta Studi Fenomenologi*, (Tesis: Universitas Airlangga, 2018), hlm. 26.

⁵¹ Doni Ali G.H., *Pengalaman Keluarga dalam Merawat Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Batunaduakota Padangsidempuan: Studi Fenomenologi*, (Skripsi: Universitas Aufo Rohyan Di Kota Padangsidempuan, 2021), hlm. 10.

mencakup segala aspek kehidupan secara menyeluruh, termasuk kemampuan spiritual, psikis, dan intelektual mereka yang luar biasa.

2. Gambaran Pengalaman Hidup Indigo dari Berbagai Sumber

a. Kemampuan melihat makhluk halus

Bagi sebagian besar individu indigo, kemampuan ini merupakan salah satu ciri khas yang paling menonjol, contohnya pada beberapa individu indigo berikut:

- 1) BN, Sejak kecil ia menunjukkan kecenderungan untuk bermain sendiri dan asik dengan dunianya sendiri. Keanekan muncul ketika ia melihat sosok perempuan berwajah rusak dan makhluk halus lainnya saat ia sedang bermain atau berwisata dengan teman-temannya.⁵²
- 2) AS, Sejak kecil ia memiliki kemampuan istimewa yang tidak dimiliki oleh anak-anak lainnya, AS mampu melihat dan merasakan keberadaan makhluk tak kasat mata. Pengalaman ini sering dialami saat bermain bersama teman-temannya. AS juga menceritakan saat dirinya sedang bermain di sungai bersama teman-temannya, ia ditinggalkan sendirian dan ia merasa ada yang menemaninya. Ketika ia menoleh, ia melihat sosok perempuan berbaju putih yang membuatnya ketakutan dan segera berlari lalu menceritakannya kepada orang tuanya.⁵³
- 3) DF, merupakan anak indigo berusia 9 tahun. DF memiliki kemampuan indigo, yaitu mampu melihat hantu dan makhluk halus lainnya. Hal ini membuatnya merasa takut dan sering diganggu, sehingga membuatnya sering menangis. DF sering

⁵² Nabilah, *Penerimaan Diri pada Indigo Dewasa Awal*, (Skripsi: UIN Maulana Malik Ibrahim, 2020), hlm. 38.

⁵³ Nurafifa Rachmanulia dan Imam Setyawan, ““Pengalaman Hidup Terhadap Yang Tak Terlihat”: Interpretative Phenomenological Analysis Pada Individu Indigo Dewasa Awal” *Prosiding Seminar Nasional Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro*, hlm. 470.

sakit ketika ia melihat hantu, terutama pocong, yang menyebabkan ia mual-mual dan sakit kepala.⁵⁴

4) DA, memiliki kemampuan indigo yaitu melihat hantu dan mampu berbicara dengan mereka. Ia menganggap hantu seperti teman manusia. DA terkadang merasa takut dengan beberapa hantu seperti kuntilanak, pocong, dan hantu orang yang mati berdarah.⁵⁵

b. Memiliki teman tak kasat mata

1) Risa Saraswati, memiliki pengalaman unik dalam menjalin pertemanan dengan tiga makhluk tak kasat mata. Pengalamannya ini bermula saat Risa ulang tahun yang ke-8. Ketiga temannya itu bernama Peter, William, dan Jansen. Pengalamannya ini diceritakan dalam film *Danur*.⁵⁶

2) Frissly Herlind, salah satu pengalaman unik Frissly adalah memiliki teman tak kasat mata bernama Marsya. Marsya adalah sosok yang selalu menemaninya sejak kecil, bahkan Frissly merasa Marsya adalah sahabatnya yang paling setia. Frissly menceritakan bahwa Marsya sering membantunya dalam berbagai hal.⁵⁷

c. Kemampuan memprediksi suatu kejadian

1) BN, ia memiliki kemampuan untuk melihat kejadian yang belum terjadi dan akan terjadi melalui mimpinya, hingga beberapa hari mimpinya itu menjadi kenyataan. BN seringkali merasa bersalah dan cemas karena ia merasa mampu untuk mengetahui sebuah kejadian yang akan dialami orang lain lebih

⁵⁴ Ardiansyah, *Upaya Penyesuaian Diri Anak Indigo di Kelurahan Dermayu Kecamatan Air Periukan Kabupaten Seluma*, (Skripsi: IAIN Bengkulu, 2020), hlm. 48-50.

⁵⁵ Ardiansyah, *Upaya Penyesuaian Diri Anak Indigo di Kelurahan Dermayu Kecamatan Air Periukan Kabupaten Seluma*, (Skripsi: IAIN Bengkulu, 2020), hlm. 48-50.

⁵⁶ Danur: *I Can See Ghost*. Sutradara: Awi Suryadi. Produser: Dian Sasmita Faisal. Produksi: MD Pictures. Tahun Rilis: 2017. (ditonton kembali pada Rabu, 15 Mei 2024).

⁵⁷ Frissly Herlind, *Cerita Marsya: Hantu Yang Menemani Aku Dari Kecil [Indi.GO.Traveller]*. Upload: 2018. https://youtu.be/daWm_ZURYsk?si=tsku5AIXKZdfQE5N. (diakses pada Jumat, 24 Mei 2024).

dulu, tetapi BN tidak tahu dengan cara apa BN harus menyampaikan hal itu kepada orang yang bersangkutan.

- 2) GS, ia mampu memprediksi suatu kejadian lewat gambaran-gambaran yang muncul dalam mimpi dan pikirannya. Kelebihan yang dimiliki olehnya ini juga memunculkan perasaan tidak nyaman karena ia dapat mengetahui masa lalu serta karakter orang lain yang sebenarnya tidak ingin ia ketahui.⁵⁸
 - 3) TA, ia mampu memprediksi suatu kejadian melalui intuisi yang tiba-tiba muncul dalam pikirannya. Seperti saat ia duduk dibangku SMP, TA merasa bingung dengan pikiran yang tiba-tiba muncul dan menjadi kenyataan. Ia menceritakan bahwa dlu ketika ia sedang duduk di jendela rumah, tiba-tib muncul pikiran bahwa akan ada kecelakaan di depan rumahnya, kurang dar hitungan jam saat itu benar saja terjadi kecelakaan di depan rumahnya seperti yang muncul dalam pikirannya.⁵⁹
- d. Keinginan dapat bermanfaat dengan kelebihan yang dimiliki
- 1) BN, menggunakan kelebihannya sebagai individu indigo untuk memahami masalah apa yang sedang dirasakan oleh orang sekitarnya dan berusaha untuk membantu menyelesaikan permasalahan tersebut.
 - 2) TA, menggunakan kelebihan yang dimilikinya untuk menolong orang lain, seperti meringankan rasa sakit yang dirasakan oleh orang lain. Hal ini didasarkan kepercayaan TA dapat memberikan energi positif dan melalui izin dari sang pencipta.

⁵⁸ Nurafifa Rachmanulia dan Imam Setyawan, “ “Pengalaman Hidup Terhadap Yang Tak Terlihat”: Interpretative Phenomenological Analysis Pada Individu Indigo Dewasa Awal” *Prosiding Seminar Nasional Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro*, hlm. 471.

⁵⁹ Nurafifa Rachmanulia dan Imam Setyawan, “ “Pengalaman Hidup Terhadap Yang Tak Terlihat”: Interpretative Phenomenological Analysis Pada Individu Indigo Dewasa Awal” *Prosiding Seminar Nasional Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro*, hlm. 470-471.

- 3) GS, memanfaatkan dengan baik kelebihan yang ia miliki untuk membantu memahami orang pada saat observasi.⁶⁰

C. Deskripsi Tentang Penyesuaian Diri Indigo *Siblings*

1. Definisi Penyesuaian Diri Indigo *Siblings*

Penyesuaian diri adalah keterampilan yang dimiliki seseorang sebagai bentuk adaptasi dengan lingkungan dan orang lain, sehingga individu mampu menghadapi masalah-masalah yang dihadapinya dengan baik.⁶¹ Menurut Desmita, penyesuaian diri merupakan proses interaksi individu dengan lingkungannya dan dirinya sendiri. Penyesuaian ini dapat terjadi di mana saja dan kapan saja, mengikuti perubahan situasi dan kondisi yang dihadapi individu.⁶²

Menurut Calhoun, penyesuaian diri adalah suatu proses yang dinamis dan berkelanjutan di mana individu terus menerus berinteraksi dengan berbagai aspek kehidupannya, termasuk diri sendiri, orang lain, dan lingkungannya.⁶³ Menurut beberapa ahli psikologi, penyesuaian diri adalah proses di mana individu mengubah atau menyesuaikan diri dengan lingkungannya, terutama melalui interaksi dengan lingkungan dan orang-orang di dalamnya.⁶⁴

Berbeda dengan persepsi umum, Schneiders memandang penyesuaian diri bukan hanya dalam bentuk fisik. Penyesuaian diri baginya adalah proses yang lebih kompleks, karena melibatkan keunikan dan perbedaan cara individu dalam berinteraksi dengan

⁶⁰ Nurafifa Rachmanulia dan Imam Setyawan, “ “Pengalaman Hidup Terhadap Yang Tak Terlihat”: Interpretative Phenomenological Analysis Pada Individu Indigo Dewasa Awal” *Prosiding Seminar Nasional Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro*, hlm. 475.

⁶¹ Yusup Adi Saputro & Rini Sugiarti, “Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Konsep Diri terhadap Penyesuaian Diri pada Siswa SMA Kelas X”, *Philanthropy Journal of Psychology*, Vol.5, No. 1 (2021) ,hlm. 62.

⁶² Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2019), hlm 191-192.

⁶³ Hariadi Ahmad, dkk., “Hubungan antara Pola Asuh Orang Tua dengan Penyesuaian Diri Siswa”, *Jurnal Realita*, Vol. 5, No. 1 (2020), hlm. 955.

⁶⁴ Rifa Hidayah, “Students’ Self-Adjustment, Self-Control, and Morality”, *Journal of Social Studies Education Research*, Vol. 12, No. 1 (2021), hlm. 177.

lingkungannya.⁶⁵ Dalam konteks psikologi, Schneiders mendefinisikan penyesuaian diri sebagai proses yang melibatkan reaksi mental dan tingkah laku individu untuk mengatasi kebutuhan, ketegangan, konflik, dan frustrasi dalam dirinya. Melalui proses ini, individu berusaha mencapai keselarasan antara kebutuhan diri dengan tuntutan lingkungan⁶⁶

Indigo *siblings* adalah saudara kandung yang diyakini memiliki karakteristik indigo, yakni individu dengan kemampuan luar biasa seperti kepekaan spiritual, kemampuan psikis, atau kecerdasan tingkat tinggi.

Penyesuaian diri indigo *siblings* mengacu pada proses adaptasi mereka terhadap lingkungan dan tuntutan hidup yang unik bagi mereka. Proses ini melibatkan berbagai aspek kehidupan mereka, seperti penyesuaian sosial, emosional, akademik, dan spiritualnya.

2. Gambaran Penyesuaian Diri Indigo dari Berbagai Sumber

a. Menurut Ardiansyah, terdapat dua faktor yang memengaruhi penyesuaian diri indigo, yaitu penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial.⁶⁷

1) Penyesuaian pribadi

- a) TS, mampu menerima dirinya sebagai individu indigo dan tidak menyesali kemampuannya. Ia senang dan sudah mampu terbiasa dengan kemampuan yang ia miliki.
- b) DF, tidak suka akan kemampuan yang ia miliki, karena ia merasa kemampuannya itu seringkali membuatnya diganggu oleh makhluk tak kasat mata.

⁶⁵ Putra Fajar & Yolivia I.A., "Hubungan *Self-Efficacy* dengan Penyesuaian Diri: Sebuah Studi Literatur", *Jurnal Pendidikan Tambusai*, Vol. 6, No. 1 (2022), hlm. 2186.

⁶⁶ Yudi Suharsono & Zainul Anwar, "Analisis Stres dan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa", *Jurnal Online Psikologi*, Vol. 8, No. 1 (2020), hlm. 5-6.

⁶⁷ Ardiansyah, *Upaya Penyesuaian Diri Anak Indigo di Kelurahan Dermayu Kecamatan Air Periukan Kabupaten Seluma*, (Skripsi: IAIN Bengkulu, 2020).

- c) PR, menganggap kemampuannya biasa saja dan ia tidak menginginkannya karena ia merasa berbeda dengan anak lain.
 - d) DA, menyukai kemampuannya dan merasa bahwa ia tidak sendiri karena memiliki teman tak kasat mata.
- 2) Penyesuaian sosial
- Penyesuaian sosial ini terbagi lagi menjadi lima aspek, yaitu:
- a) Hubungan dengan orang tua
 - (1) TS, ibu kandung TS telah meninggal, dan kini ia tinggal bersama ibu tiri dan ayahnya. Hubungan TS dengan ibu tirinya baik dan ayah TS terlihat cuek namun ayahnya sangat menyayangi TS, ibu tirinya menyayangi, merawat, dan menganggap TS seperti anak kandungnya sendiri, ibu tiri TS selalu menyiapkan baju dan bekal sekolah untuknya.
 - (2) DF, hubungan DF dengan orang tua serta nenek dan kakeknya baik. Ibunya sangat menyayangi dan selalu berusaha untuk memenuhi keinginannya.
 - (3) PR, Hubungan PR dengan ibu, nenek, dan kakek baik. Ayahnya telah meninggal. Ibunya selalu menyayanginya.
 - (4) DA, Hubungan DA dengan orang tuanya baik. Ayah dan ibunya sayang kepadanya.
 - b) Tanggapan masyarakat
 - (1) TS, tanggapan masyarakat kepada TS ada yang percaya dan ada juga yang tidak percaya dengan kemampuan TS, bahkan ada juga yang sampai menghina TS. Namun, TS tidak mempedulikan tanggapan negatif dan hanya mersepon tanggapan tersebut dengan positif. Melihat tanggapan dari masyarakat yang seperti itu,

ibunya merasa kasihan dan selalu memberikan semangat kepadanya.

- (2) DF, Masyarakat tidak percaya dengan kemampuan DF dan menganggapnya sering menonton TV. DF memilih untuk diam saat menghadapi tanggapan negatif tersebut.
- (3) PR, PR tidak pernah cerita kepada siapapun tentang kemampuannya karena ibunya melarang. Hanya keluarga dan kerabat yang tahu dan mendukungnya untuk mempelajari kemampuan tersebut.
- (4) DA, DA pernah bercerita kepada teman, kerabat, dan masyarakat tentang keindigoannya. Tanggapan mereka beragam, ada yang suka, tidak suka, dan bahkan menghina. Ketika dihina, DA biasanya diam saja.

c) Pergaulan di sekolah

- (1) TS, TS berteman dengan orang yang mampu menarik perhatiannya dan lebih akrab dengan orang yang lebih tua darinya. Temannya, mengatakan bahwa TS adalah orang yang baik, namun ia jarang bercanda dan lebih suka menyendiri.
- (2) DF, tidak banyak memiliki teman karena banyak orang yang menjauhinya dan menganggapnya berbeda.
- (3) PR, selalu ditemani oleh ibunya di sekolah karena ia pernah diganggu makhluk halus dan kejang-kejang. Hal ini juga membuatnya takut bermain dengan teman-teman.
- (4) DA, senang berada di sekolah karena banyak teman, namun ia malu saat bertemu orang yang tidak dia kenal. Menurut teman-temannya, DA memiliki banyak teman di sekolah, namun ia sering menyendiri.

d) Hubungan dengan anggota keluarga

- (1) TS, hubungan TS dengan anggota keluarganya baik. Salah satu saudara ayahnya juga ada yang memiliki kemampuan serupa dengannya.
- (2) DF, DF tidak mau ikut berkumpul dengan keluarga besar karena sering dipermalukan. Hubungannya dengan anggota keluarga lain tidak terlalu baik.
- (3) PR, Hubungan PR dengan keluarga lain baik.
- (4) DA, Hubungan DA dengan anggota keluarga lain baik, namun ada beberapa yang tidak suka dengannya karena ia sering lupa hal-hal di sekitarnya saat bermain dengan makhluk halus. Orang tuanya dapat memahami hal ini.

e) Penyesuaian diri di masyarakat

- (1) TS, TS tidak terlalu memedulikan pandangan buruk orang lain dan tidak peduli orang lain percaya atau tidak dengan keindigoannya.
- (2) DF, tidak ingin orang lain mengetahui bahwa dia anak indigo. Ia menyembunyikan kemampuannya dan menahan diri untuk tidak bercerita kepada orang lain saat melihat makhluk halus di tempat umum.
- (3) PR, menyesuaikan diri di masyarakat dengan bermain dengan teman sebayanya di dalam rumah karena ibunya melarang dia bermain di luar.
- (4) DA, menyesuaikan diri di masyarakat dengan bermain bersama teman-teman. Ia adalah sosok yang pemalu dan tidak suka berada di tempat keramaian.

- b. Hafidzah & Riza mengidentifikasi empat faktor utama yang memengaruhi penyesuaian diri indigo, yaitu kondisi fisik, tingkat

perkembangan dan kematangan, kondisi psikologis, dan kondisi lingkungan.⁶⁸

1) Kondisi fisik

Kondisi fisik yang optimal berperan penting dalam menunjang kemampuan individu untuk beradaptasi dengan perubahan dan tantangan.

- a) LS, kemampuan indigo LS tidak memengaruhi kesehatannya, sehingga dia mampu menyesuaikan dirinya dengan baik.
- b) SI, ia memiliki kondisi fisik yang sehat, namun dia rentan mengalami sakit fisik jika melupakan meditasi untuk menetralkan energi negatif dari orang lain yang dibantunya.
- c) KD, ia merasa bahwa dirinya memiliki kondisi kesehatan yang baik, namun ia seringkali merasakan pusing, mual, dan lemas ketika menghadapi suatu masalah yang membuatnya stress dan tertekan.

2) Tingkat perkembangan dan kematangan

Faktor ini dapat dipengaruhi oleh berbagai aspek, seperti keyakinan agama, kondisi emosional, moralitas, intelektualitas, dan status sosialnya.

- a) LS, menurut LS, orang yang kuat adalah mereka yang memiliki semangat pantang menyerah, yakin pada diri sendiri, suka menolong orang lain, selalu berdoa, dan tidak pernah meninggalkan sholat lima waktu. Pandangan ini menunjukkan optimisme LS dan usahanya untuk meningkatkan keimanan melalui ibadah.
- b) SI, ia meyakini bahwa kekuatan, kesehatan, dan kesabaran dapat diraih melalui doa yang dipanjatkan.

⁶⁸ Hafidzah Rahmah A.S.P dan Riza Novia Khoirunnisa, "Penyesuaian Diri Dewasa Indigo", *Character : Jurnal Penelitian Psikologi*, Vol. 10, No. 01 (2023).

- c) KD, ia berkomitmen untuk memperbaiki diri dengan beradaptasi terhadap kondisinya, memperdalam keimanan, dan memberikan manfaat bagi sesama.

3) Kondisi psikologis

Kondisi psikologis yang optimal, termasuk kemampuan belajar, menghadapi konflik dan beradaptasi, pengalaman hidup, dan tekad diri, merupakan faktor penting dalam mencapai penyesuaian diri yang baik.

- a) LS, ia tidak merasa terbebani secara psikologis dengan kemampuan indigo yang dimilikinya. LS justru merasa bersyukur dan menikmati kehidupannya sebagai indigo.
- b) SI, tidak merasa tertekan dengan statusnya sebagai indigo. Sebaliknya, SI merasa bahwa kondisinya saat ini justru membantunya dalam menjalani hidup.
- c) KD, terkadang KD masih merasa terbebani dengan konsekuensi yang ditimbulkan oleh kemampuan indigonya. Ia belum mampu berdamai dengan kondisinya dan menjadikan pengalaman traumatik (menyulitkannya). Ia terkadang berusaha menghindari kondisi-kondisi yang memungkinkan dia akan mengalami kejadian di masalah dan bersikap tertutup.

4) Kondisi lingkungan

Individu yang dikelilingi oleh lingkungan yang positif dan suportif lebih mudah untuk mencapai penyesuaian diri yang optimal. Dukungan ini dapat berasal dari berbagai sumber, seperti keluarga, teman, saudara, atau komunitas.

- a) LS, ia mendapatkan dukungan yang besar dari teman-teman komunitasnya. Hal ini membantunya untuk merasa diterima dan dihargai.
- b) SI, ia merasa diberikan dukungan yang besar dari teman-teman komunitasnya, sehingga mampu menunjukkan

proses penyesuaian diri yang lebih baik dari kondisi sebelumnya.

- c) KD, ia mendapatkan dukungan dari keluarga dan teman-teman komunitasnya. Hal ini membantu proses penyesuaian dirinya.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Data dan Pendekatan Penelitian

1. Pendekatan Penelitian

Dalam penelitian ini, digunakan pendekatan kualitatif. Pendekatan kualitatif ini memiliki tujuan untuk memahami fenomena sosial secara intensif dan menyeluruh dari perspektif orang-orang yang ada dalam fenomena tersebut.

Bogdan dan Taylor menyatakan, penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang bertujuan untuk menguraikan makna dari suatu fenomena dengan melihat latar dan individu secara menyeluruh. Data penelitian ini terdiri dari informasi lisan dan tertulis yang diperoleh dari orang-orang yang terlibat dalam penelitian.⁶⁹

Dalam penelitian ini, fenomena yang diteliti adalah pengalaman hidup dan faktor penyebab penyesuaian diri indigo *siblings*. Untuk memahami fenomena ini secara mendalam, perlu untuk memahami sudut pandang indigo *siblings* tentang pengalaman hidup dan penyesuaian diri mereka.

2. Jenis Penelitian

Peneliti menerapkan metode fenomenologi dalam penelitiannya. Dimana jenis penelitian fenomenologi adalah metode penelitian kualitatif yang digunakan untuk memahami pengalaman hidup sekelompok individu dengan mengidentifikasi dan menganalisis kesamaan makna yang terkandung dalam konsep atau fenomena yang mereka alami.⁷⁰

⁶⁹ Zuchri Abdussamad, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Makassar: Syakir Media Press, 2021), hlm. 30.

⁷⁰ Eko Murdiyanto, *Metode Penelitian Kualitatif: Teori dan Aplikasi disertai Contoh Proposal*, (Yogyakarta: Lembaga Penelitian dan Pengabdian pada Masyarakat UPN "Veteran" Yogyakarta Press, 2020), hlm. 32.

Dengan demikian, penelitian ini memilih pendekatan fenomenologi karena konsep-konsepnya relevan dengan tujuan penelitian untuk memahami pengalaman hidup subjek indigo.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di rumah subjek yaitu di Desa Kabunan Kecamatan Dukuhwaru Kabupaten Tegal, penelitian berlangsung selama bulan September 2023 sampai dengan Juni 2024.

C. Subjek dan Objek Penelitian

1. Subjek Penelitian

Menurut Meolong, Subjek penelitian ialah orang yang memiliki pengetahuan atau pengalaman dan dapat memberikan gambaran atau informasi tentang konteks penelitian.⁷¹

Subjek dalam penelitian ini melibatkan 2 individu indigo berjenis kelamin perempuan di Desa Kabunan Kecamatan Dukuhwaru Kabupaten Tegal, yang dimana kedua subjek penelitian merupakan *sibling* (saudara kandung) atau kakak beradik untuk diteliti. Subjek penelitiannya adalah sebagai berikut:

a. Subjek 1 (DL/ Kakak)

DL merupakan anak sulung dan memiliki 2 saudara kandung, berjenis kelamin perempuan, berusia 30 tahun. Peneliti berharap mendapatkan informasi tentang latar belakang subjek, riwayat perjalanan hidup subjek, riwayat indigo subjek, dan proses penyesuaian diri subjek.

b. Subjek 2 (SPR/ Adik)

SPR merupakan anak terakhir dari 3 bersaudara, berjenis kelamin perempuan, berusia 14 tahun dan masih berada di tingkat kelas 8 SMP. Peneliti berharap mendapatkan informasi tentang

⁷¹ Farida Nugrahani, *Metode Penelitian Kualitatif: dalam Penelitian Pendidikan Bahasa*, (Solo: Cakra Books, 2014), hlm. 61-62.

latar belakang subjek, riwayat perjalanan hidup subjek, riwayat indigo subjek, dan proses penyesuaian diri subjek.

2. Objek Penelitian

Objek dalam penelitian ini yaitu Pengalaman Hidup dan Faktor Penyebab Penyesuaian Diri Indigo Siblings. Peneliti diarahkan untuk mengetahui bagaimana pengalaman hidup dan penyesuaian diri subjek.

D. Sumber Data

1. Sumber Data Primer

Data primer merupakan informasi yang dikumpulkan langsung oleh peneliti dari subjek penelitian melalui interaksi tatap muka. Interaksi ini dapat dilakukan melalui berbagai cara, seperti wawancara, survei kepada individu atau kelompok, dan observasi terhadap objek, kejadian, atau hasil pengujian.⁷²

Sumber data primer dalam penelitian ini yaitu individu yang memiliki kemampuan indigo. Data primer ini diperoleh dari 2 orang subjek yang juga merupakan *sibling* atau saudara kandung (kakak dan adik).

2. Sumber Data Sekunder

Data sekunder adalah informasi yang didapatkan melalui sumber yang telah tersedia dan diolah sebelumnya. Peneliti tidak mengumpulkan data ini secara langsung melainkan mendapatkannya dari pihak lain yang telah melakukan penelitian atau pengumpulan data sebelumnya. Data sekunder dapat diperoleh dari sumber yang telah dipublikasikan maupun yang tidak dipublikasikan.⁷³

Data sekunder yang diterapkan dalam penelitian ini mencakup informasi yang diambil dari referensi pustaka, seperti skripsi, buku, dan jurnal. Selain itu, sumber data sekunder dari penelitian ini juga diambil dari Ibu subjek.

⁷² Iman Supriandi, *Metode Riset Akuntansi*, (Yogyakarta: Deepublish, 2020), hlm. 163.

⁷³ Iman Supriandi, *Metode Riset Akuntansi*, (Yogyakarta: Deepublish, 2020), hlm. 164.

E. Metode Pengumpulan Data

Tiga metode digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini, yaitu:

1. Observasi

Observasi adalah teknik pengumpulan data kualitatif dengan cara melakukan peninjauan secara langsung terhadap perilaku, interaksi, dan lingkungan subjek penelitian. Observasi dapat dilakukan secara langsung di tempat kejadian atau tempat berlangsungnya peristiwa, maupun secara tidak langsung melalui media elektronik atau dokumen.⁷⁴

Observasi dalam penelitian ini akan mencakup pengamatan terhadap perilaku subjek selama wawancara, kondisi keluarga dan lingkungan subjek, serta bagaimana subjek memandang dirinya sendiri dan bagaimana masyarakat memandang dirinya.

2. Wawancara

Wawancara merupakan teknik pengumpulan data kualitatif yang dilakukan dengan cara berdialog langsung antara pewawancara dan narasumber. Dialog tersebut digunakan untuk memperoleh informasi dan opini dari informan, sehingga dapat dibuat suatu makna dan pokok bahasan tertentu.⁷⁵

Wawancara dalam penelitian ini dilaksanakan guna memperoleh informasi mengenai pengalaman hidup dan penyesuaian diri kedua subjek indigo. Wawancara ini akan menggunakan pertanyaan terbuka dan memungkinkan informan untuk mengungkapkan pendapat dan pengalaman mereka secara bebas.

3. Dokumentasi

Dokumentasi adalah cara untuk mendapatkan rincian dan penjelasan yang disajikan dalam dokumen, arsip, atau materi tertulis

⁷⁴ Hardani, dkk., *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*, (Yogyakarta: Cv. Pustaka Ilmu, 2020), hlm. 125.

⁷⁵ Zuchri Abdussamad, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Makassar: Syakir Media Press, 2021), hlm. 145.

terkait fokus penelitian. Dokumen tersebut dapat berbentuk buku, artikel, surat, laporan, foto, atau media lainnya.⁷⁶

Dalam penelitian ini, dokumentasi terdiri dari gambar-gambar yang diambil peneliti selama observasi dan wawancara yang dilakukan kepada subjek. Dokumentasi dilakukan untuk mendapatkan data primer dari tempat penelitian.

F. Metode Analisis Data

Analisis data merupakan tahapan krusial dalam proses penelitian yang melibatkan pengumpulan dan penyusunan data secara terstruktur melalui berbagai sumber, seperti wawancara, kuesioner, observasi, dan dokumentasi, baik disajikan sebagai bentuk teks, rekaman audio, maupun visual.⁷⁷

1. Reduksi Data

Reduksi data yaitu memulai analisis data kualitatif dengan memilih, memfokuskan, menyederhanakan, mengabstraksi, dan mengubah data yang dikumpulkan dari lapangan. Reduksi data dimulai sejak awal penelitian, bahkan sebelum data belum terkumpul.⁷⁸

Tahap selanjutnya dalam penelitian ini adalah peneliti akan menyeleksi data yang dihasilkan dari proses wawancara. Proses seleksi ini melibatkan pemilihan dan pemurnian data sehingga data yang tidak relevan atau tidak mendukung hasil penelitian tidak digunakan oleh peneliti.

2. Penyajian Data

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif untuk mengolah dan menyajikan datanya. Penelitian ini tidak menyajikan

⁷⁶ Ardiansyah, dkk., "Teknik Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian Ilmiah Pendidikan pada Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif", *Ihsan: Jurnal Pendidikan Islam*, Vol.1, No. 2 (2023), hlm. 4 <https://doi.org/10.61104/ihsan.v1i2.57>.

⁷⁷ Feny Rita Fiantika, dkk., *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Padang: PT. Global Eksekutif Teknologi, 2022), hlm. 38.

⁷⁸ Ahmad Rijali, "Analisis Data Kualitatif", *Jurnal Alhadharah*, Vol. 17, No. 33 (2018), hlm. 91.

data dalam bentuk angka, melainkan dijelaskan dalam bentuk teks naratif.⁷⁹

Penyajian data dalam penelitian ini memiliki tujuan untuk menjelaskan secara detail tentang pengalaman hidup dan faktor penyebab penyesuaian diri indigo *siblings*.

3. Penarikan Kesimpulan

Penarikan kesimpulan merupakan tahap pengumpulan data yang dilaksanakan secara menerus sepanjang proses penelitian berlangsung. Setelah data yang diperoleh cukup, dilakukan analisis untuk menghasilkan kesimpulan sementara. Setelah data lengkap, kesimpulan tersebut dianalisis kembali untuk menghasilkan kesimpulan akhir.⁸⁰

Penarikan kesimpulan dalam penelitian ini dapat menjadi panduan bagi peneliti untuk membantu menemukan makna dan signifikansi dari data yang telah terkumpul. Makna dan signifikansi hasil penelitian menjadi kunci penting dalam memperdalam pemahaman bagi peneliti dan pembaca terhadap fenomena yang menjadi fokus penelitian.

⁷⁹ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), hlm. 211.

⁸⁰ Fitri Nur Mahmudah, *Analisis Data Penelitian Kualitatif Manajemen Pendidikan Berbantuan Software Atlas.TI 8*, (Yogyakarta: UAD Press, 2021), hlm. 11.

BAB IV
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi objek profil A dan B

1. Identitas Subjek A

- a. Nama : DL
- b. Jenis Kelamin : Perempuan
- c. Tempat / Tanggal Lahir : Tegal, 13 Mei 1994
- d. Suku Bangsa : Jawa
- e. Agama : Islam
- f. Pendidikan : SMK (pendidikan terakhir)
- g. Pekerjaan : Pedagang
- h. Status Perkawinan : Belum Kawin
- i. Alamat : Desa Kabunan, Kecamatan
Dukuhwaru, Kabupaten Tegal
- j. Anak Ke- : 1 dari 3 bersaudara
- k. Hobi / Kegemaran : Membaca Novel

2. Identitas Subjek B

- a. Nama : SPR
- b. Jenis Kelamin : Perempuan
- c. Tempat / Tanggal Lahir : Tegal, 11 September 2009
- d. Suku Bangsa : Jawa
- e. Agama : Islam
- f. Pendidikan : SMP (dalam proses)
- g. Pekerjaan : Pelajar
- h. Status Perkawinan : Belum Kawin
- i. Alamat : Desa Kabunan, Kecamatan
Dukuhwaru, Kabupaten Tegal
- j. Anak Ke- : 3 dari 3 bersaudara
- k. Hobi / Kegemaran : Bermain Musik dan Mendengarkan
Musik

3. Identitas informan pendukung

- a. Nama : N
- b. Jenis Kelamin : Perempuan
- c. Tempat / Tanggal Lahir : Tegal, 18 Mei 1972
- d. Suku Bangsa : Jawa
- e. Agama : Islam
- f. Pekerjaan : Pedagang
- g. Alamat : Desa Kabunan, Kecamatan Dukuhwaru, Kabupaten Tegal
- h. Status dalam keluarga : Ibu kandung

4. Mengenali Diri Subjek dan Riwayat Indigo Subjek

Dalam upaya pemahaman subjek tentang dirinya dan riwayat keindigoan subjek, peneliti melakukan pendekatan yang penuh empati dan membangun rasa nyaman bagi subjek sehingga subjek dapat memberikan informasi secara terbuka kepada peneliti. Setelah membangun rasa nyaman dan *rapport* dengan subjek, peneliti mulai menggali pemahaman subjek tentang indigo.

Subjek “DL” mengatakan:

“Indigo kalo menurutku itu sebuah kemampuan pemberian Tuhan yang istimewa dan gak semua orang punya kemampuan itu, contoh umumnya kaya bisa ngeliat atau berkomunikasi dengan makhluk halus, ya kalo ini sih ga harus indigo ya, tapi kebanyakan orang indigo sih bisa, terus bisa tau kejadian yang bahkan belum terjadi, tapi setauku kemampuan orang indigo itu beda-beda sih, bahkan ada yang bisa nyembuhin orang gitu dan levelnya juga beda-beda yaa”⁸¹

Subjek “SPR” mengatakan:

“Indigo itu seseorang yang bisa ngerasain sesuatu yang orang lain gabisa, kaya bisa liat hantu dan lain-lain”⁸²

⁸¹ Wawancara dengan “DL” pada Minggu, 2 Juni 2024 pukul 10.00 di rumah subjek

⁸² Wawancara dengan “SPR” pada Sabtu, 1 Juni 2024 pukul 08.00 di rumah subjek

Setelah memahami pengertian indigo menurut subjek, peneliti kemudian menanyakan tentang karakteristik yang dimiliki subjek.

Subjek “DL” mengatakan:

“Dari kecil aku emang udah ngerasa beda sama anak-anak lain, aku udah bisa merasakan, melihat, dan bahkan berkomunikasi dengan makhluk halus. Kemampuan ini juga bikin aku jadi orang yang sangat sensitif dan peka sama hal-hal tertentu. Aku juga sering punya firasat tentang kejadian-kejadian yang akan terjadi, kaya yang kejadian sama tetanggaku, itu beneran akurat banget sih. Terus aku juga bisa ngerti orang itu gimana, maksudnya dia baik atau engga gitu. Dan jujur saja, aku emang lebih suka menyendiri karena aku susah buat berkomunikasi sama orang lain, kecuali sama yang sefrekuensi sama aku. Jadi aku emang terbiasa buat mandiri apa-apa sendiri, soalnya aku juga ga suka diatur atau diperintah karena kalo misal gitu aku tuh ngerasa energi dalam diri aku tuh kaya memberontak sama aturan-aturan itu.”⁸³

“Kalo buat ambil keputusan gitu aku lebih dominan pakai pikiran aku, selalu berusaha untuk berpikir logis dan rasional sebelum ngelakuin sesuatu. Aku juga sering banget susah tidur, mungkin karena pikiranku yang selalu aktif dan banyak hal yang dipikirin sih”⁸⁴

Subjek “SPR” mengatakan:

“aku bisa liat hantu, mbak. Sebenarnya aku sering ketakutan tapi sekarang yaudah aku anggap biasa karena aku juga sempet dicoba buat ditutup kemampuannya tapi gabisa. Tapi, kadang juga ada beberapa hal yang bikin aku suka punya kemampuan ini jadi kadang aku suka kadang juga engga, terus aku juga sensitif atau peka sama sesuatu kaya aku bisa ngerti perasaan orang lain, malah kadang aku bisa baca pikiran orang”⁸⁵

“aku suka banget sama musik mbak, aku juga punya beberapa alat musik dirumah yang aku suka mainin. Aku juga suka eksperimen, aku suka coba-coba hal baru deh pokoknya, soalnya aku bosanan orangnya dan gasuka kalo ngerjain sesuatu tuh caranya cuma gitu-gitu doang. Aku anak terakhir, tapi aku lebih mandiri daripada kakak-kakak aku. Kalo disekolah aku cepet sih buat paham sama pelajaran, kadang juga temen-temen nanyanya

⁸³ Wawancara dengan “DL” pada Minggu, 2 Juni 2024 pukul 10.00 di rumah subjek

⁸⁴ Wawancara dengan “DL” pada Minggu, 2 Juni 2024 pukul 10.00 di rumah subjek

⁸⁵ Wawancara dengan “SPR” pada Sabtu, 1 Juni 2024 pukul 08.00 di rumah subjek

ke aku kalo mereka ga paham. Aku ga banyak temen sih, temen beberapa aja tapi yang penting saling ngerti aja. Soalnya kadang aku juga suka *insecure* mbak, karena aku ngerasa beda aja sama mereka hehe.”⁸⁶

Setelah mengetahui karakteristik yang dimiliki oleh subjek, peneliti mencoba untuk menanyakan terkait riwayat keindigoan subjek. Menurut subjek, kemampuan yang dimilikinya merupakan faktor keturunan.

Subjek “DL” mengatakan:

“ada sih, kalo kata almarhum Bapak, aku sama adikku itu punya kemampuan ini emang dari keturunan, jadi emang mbah aku yang dari bapak juga punya kemampuan indigo juga”⁸⁷

Subjek “SPR” mengatakan:

“Setauku faktor keturunan sih, mbak. Dari keluarga Bapak, tapi bapak mah ga indigo cuma kakek iyaa”⁸⁸

Untuk menambah informasi terkait kebenaran subjek, peneliti juga mewawancarai ibu subjek sebagai pemberi informasi tambahan.

“N”, Ibu subjek mengungkapkan:

“Kalau bisa kaya gitu emang ada keturunannya, mbak. Jadi Mbah kakungnya mereka yang dari suami saya itu memang punya kemampuan indigo gitu juga dan emang mempelajari hal-hal gitu deh mbak, saya juga kurang paham. Nah, nurunnya ke anak-anak saya ini yang mbarep sama bontot, yang anak kedua sih biasa aja ga punya kemampuan indigo itu”⁸⁹

⁸⁶ Wawancara dengan “SPR” pada Sabtu, 1 Juni 2024 pukul 08.00 di rumah subjek

⁸⁷ Wawancara dengan “DL” pada Minggu, 2 Juni 2024 pukul 10.00 di rumah subjek

⁸⁸ Wawancara dengan “SPR” pada Sabtu, 1 Juni 2024 pukul 08.00 di rumah subjek

⁸⁹ Wawancara dengan “N” pada Minggu, 2 Juni 2024 pukul 11.00 di rumah subjek

Setelah menggali informasi tentang pemahaman diri dan riwayat indigo subjek, peneliti kemudian mewawancarai subjek dalam tema khusus pembahasan terkait pengalaman hidup dan penyesuaian dirinya.

B. Pengalaman Hidup Subjek

1. Kemampuan melihat makhluk halus

Individu indigo diyakini memiliki kemampuan ekstrasensor, salah satunya adalah kemampuan melihat makhluk halus. Kemampuan ini memungkinkan mereka untuk mempersepsikan keberadaan entitas non-fisik yang tidak dapat dilihat oleh orang lain. Berdasarkan wawancara peneliti kepada subjek mengenai pengalamannya, subjek mengatakan:

Subjek “DL”:

“Kalo ngeliat makhluk halus sih sering, cuma yang pertama aku liat dan inget banget tuh waktu dulu aku kecil. Dulu pas sekitar aku umur 5 tahun gitu, aku lagi main sama temen-temen aku di ujung rumah situ, itu kan dulu masih kaya lahan kosong gitu dekat juga kan sama kuburan, nah aku main petak umpet dan aku sembunyinya tuh di pohon yang samping kuburan, itu aku mainnya pas sore-sore. Nah pas ngumpet aku sendirian tuh aku liat ada perempuan rambut panjang berdiri di pohon yang ga jauh dari pohon yang buat aku ngumpet, aku ga perhatiin lagi kan aku cuek aja karena masih kecil juga yaa masih belum ngerti banget. Terus aku kan gini masih ngumpet-ngumpet, pas aku nengok lagi mau liat perempuan itu tiba-tiba dia ada dibelakangku persis banget. Aku kaget, aku nangis sejadi-jadinya karena mukanya bener-bener serem banget yang pucet gitu, sampe temen-temen aku bingung kan aku nangis kenapa dan panggil orangtuaku dan aku diajak pulang terus abis itu aku sakit ada sampe seminggu sih”⁹⁰

Subjek “SPR”:

“Sering mbak, yaallah sebenarnya aku tuh takut banget kalo ngeliatnya yang serem-serem gitu hahaha, aku paling takut sama pocong dan kuntilanak, karena itu yang sering aku liat. Kalo

⁹⁰ Wawancara dengan “DL” pada Minggu, 2 Juni 2024 pukul 10.00 di rumah subjek

yang berdarah-darah gitu aku juga kadang liat tapi jarang. Biasanya aku sering banget di tenangin Bapak, tapi setelah Bapak gaada gatau kenapa malah makin sering banget aku ngeliatnya yang serem gitu mbak. aku udah sering banget minta ditutup pengelihatan aku yang kaya gini dan udah beberapa kali juga ditutup mbak tapi gabisa, kebuka terus. Udah ditutup kebuka lagi”⁹¹

2. Memiliki teman tak kasat mata

Bagi individu indigo, memiliki teman tak kasat mata merupakan pengalaman yang unik dan istimewa. Meskipun hubungan ini mungkin tampak aneh bagi orang lain, namun bagi individu indigo, teman tak kasat mata mereka merupakan bagian penting dari kehidupan mereka. Kehadiran mereka memberikan rasa cinta, dukungan, dan persahabatan yang tak ternilai harganya. Berdasarkan wawancara peneliti kepada subjek, subjek mengatakan:

Subjek “DL”:

“Nah, dulu pas awal aku masuk sekolah SD ya aku punya temen perempuan cantik yang aku kira murid disitu juga, itu pas awal SD aku udah ditinggal sama ibuku maksudnya ga ditungguin layaknya anak yang baru masuk SD gitu, soalnya aku punya adik jadi ibuku harus ngejaga adikku juga. Nah aku pas jam istirahat duduk di depan kelas sendirian, aku masih belum punya banyak temen waktu itu. Aku duduk sendirian dan ada anak seumuranku waktu itu ngajak aku kenalan, namanya caca. Aku ganyadar kalo ternyata dia itu bukan manusia, sampe akhirnya beberapa minggu setelah aku temenan sama dia, aku ajak dia main kerumahku. Pas dia dateng rumah sepi. Bapakku kerja dan ibuku sama adikku ke tetangga pas itu, sampe akhirnya ibukku pulang kerumah dan nanya, ‘kamu ngomong sama siapa?’ Terus aku jawab ‘ini caca temen sekolah aku kelas 2’. Aku bilang gitu ke ibukku. Nah dari situ lah aku sadar kalo dia bukan manusia. Pertemanan aku sama dia cukup lama sih, sampe SMP kelas 7 mau ke 8 dia bener-bener baik banget sama aku. Tapi aku gatau lagi dia kemana sekarang, mungkin udah tenang soalnya semenjak aku coba buat tutup kemampuanku ini malah dia yang

⁹¹ Wawancara dengan “SPR” pada Sabtu, 1 Juni 2024 pukul 08.00 di rumah subjek

hilang, kemampuanku yang masih ada. Gabisa sih kayaknya gabisa lepas ini mah, haha”⁹²

Subjek “SPR”:

“Kalo temen yang temenan sama aku sih engga punya, mbak. tapi kata ibuku dulu waktu aku kecil umur 6 tahunan gitu ibuku bilang aku kaya main sendiri gitu, padahal aku lagi main sama seseorang. Maksudnya ada yang lagi aku ajak main, ga sendirian”⁹³

“N” mengatakan:

“Kalo DL mah dulu iyaa oh, dia punya temen yang bukan orang sampe SMPan kalo ga salah. Dia bareng terus dari kecil sama temennya itu, kalo dikamar juga kaya lagi ngomong sama orang padahal ya sendirian, saya sampe kadang takut sendiri. Nah, kebiasaannya itu juga yang pernah jadi omongan orang-orang, sampe akhirnya saya minta ke Mbahnya dia buat nutup itu mata batinnya, tapi udah ketutup tuh kayaknya tapi balik lagi kebuka, sebenarnya ini dia nih susah mbak. suka sakit-sakitan malah semenjak itu, dan temennya itu juga kayaknya udah gaada lagi”⁹⁴

“SPR ya, dia gapunya sih temen yang kayak DL punya temen itu. Cuma iya, saya pernah liat dia waktu kecil kaya lagi main sama orang tapi dia sendiran mbak, main sendiri itu di depan rumah gaada siapa-siapa koh yang saya lihat. Tapi kata dia juga iya, dia ada kok temen mainnya, ga sendirian”⁹⁵

3. Kemampuan memprediksi suatu kejadian

Individu indigo, dikenal dengan keunikan dan potensi luar biasa, sering dikaitkan dengan kemampuan memprediksi suatu kejadian. Kemampuan ini, meskipun tidak selalu pasti, dapat memmanifestasikan dalam berbagai bentuk, seperti firasat, mimpi, atau visi yang jelas. Berdasarkan wawancara peneliti kepada subjek, subjek mengatakan:

Subjek “DL”:

“Iyaa bisa sih, kaya beberapa kali aku dimimpiin orang yang mau meninggal gitu dan kayak nyampein pesan, itu bener

⁹² Wawancara dengan “DL” pada Minggu, 2 Juni 2024 pukul 10.00 di rumah subjek

⁹³ Wawancara dengan “SPR” pada Sabtu, 1 Juni 2024 pukul 08.00 di rumah subjek

⁹⁴ Wawancara dengan “N” pada Minggu, 2 Juni 2024 pukul 11.00 di rumah subjek

⁹⁵ Wawancara dengan “N” pada Minggu, 2 Juni 2024 pukul 11.00 di rumah subjek

banget sih akurat dia nyampein pesan meninggalnya dimana dan bener itu persis banget seminggu setelah mimpi itu dia meninggal di rumah sakit itu, terus pas almarhum anaknya pak rt kecelakaan juga aku dimimpiin malamnya sebelum kejadian itu, terus pas tetanggaku lagi di yasin di rumahnya tapi pas itu aku lagi halangan jadi ga ikut yasinan, disitu mulutku ngomong kalo meninggalnya tuh bukan hari ini, kalo ga besok ya 2 hari lagi gitu dan bener 2 harinya beneran baru meninggal, itu tuh aku ga sengaja ngomong itu tiba-tiba ngomong aja tanpa aku sadari. Terus ada juga tetanggaku Ibu “K” paham ya? Nah itu pas sakit kan juga di yasinin di rumahnya, pas aku kesana jengukin tu firasatku bilang engga ini masih dikasih umur kok masih beberapa bulan lagi, dan satu bulan kemudian meninggal. Tapi aku sering dapet firasat begitu bisa ngerti waktunya orang-orang tapi pas orang tua sendiri mah gabisa, cuma kaya 2 mingguan itu ngerasa kalo bapak kok beda yah, cuma emang kata temen aku yang sama-sama bisa punya kemampuan kaya aku tuh emang kalo ke keluarga sendiri kita tuh gabisa ngerti gitu.”⁹⁶

Subjek “SPR”:

“Engga mbak, aku gabisa prediksi kejadian di masa depan. Kalo aku paling bisanya memahami pikiran dan perasaan orang lain”⁹⁷

“kayak ibaratnya gini mbak, perasaan sama pikiran orang itu kayak sinyal radio, nah aku punya antena yang bisa nangkap sinyal itu. Jadi, aku bisa denger apa yang mereka pikirin dan rasain, kayak dengerin radio gitu deh. Nah, sinyal yang aku tangkep itu ga langsung bisa aku ngerti. Aku harus ngolah dulu di kepala aku, kayak mengartikan gitu. Dan, kadang-kadang aku juga perlu nanya-nanya dulu ke orangnya biar lebih jelas. Aku emang bisa tau apa yang orang lain pikirin, tapi gak selalu mbak. kadang-kadang ya aku juga bingung sih, kayaknya sinyalnya ga terlalu jelas.”⁹⁸

4. Keinginan dapat bermanfaat dengan kelebihan yang dimiliki

Individu indigo dikaruniai dengan berbagai kelebihan yang unik, seperti memiliki intuisi yang tajam, kreativitas tinggi, dan kecerdasan yang luar biasa. kemampuan-kemampuan ini bukan hanya untuk kepentingan diri sendiri, tetapi juga untuk memberikan manfaat bagi orang lain dan dunia. Kedua subjek mengatakan bahwa dirinya ingin

⁹⁶ Wawancara dengan “DL” pada Minggu, 2 Juni 2024 pukul 10.00 di rumah subjek

⁹⁷ Wawancara dengan “SPR” pada Sabtu, 1 Juni 2024 pukul 08.00 di rumah subjek

⁹⁸ Wawancara dengan “SPR” pada Sabtu, 1 Juni 2024 pukul 08.00 di rumah subjek

bisa bermanfaat dengan menggunakan kemampuannya ke hal-hal yang positif. Berdasarkan wawancara peneliti kepada subjek, subjek mengatakan:

Subjek “DL”:

“ya pastinya ada ya, lebihhanku ini kan pemberian dari Tuhan juga dan ga semua orang itu bisa ngerasain apa yang aku rasain, jadi ya aku pengen buat memanfaatkan kemampuanku ini ke hal-hal yang positif. Sering juga temen minta bantuan atau saran dari aku kalo misal mereka ada masalah, ya sebisa mungkin aku bantu. Dulu juga kan pas aku dicoba buat ditutup kemampuannya di Cilacap, dan emang kan sebelumnya juga selalu gagal kan kebuka lagi kebuka lagi gitu. Nah pas disana aku diomongin, yaudah di asah aja biar nanti kalo dewasa bisa ngebantu orang lain”⁹⁹

Subjek “SPR”:

“iyaa pengen mbak, aku selalu ingin menggunakan kemampuanku buat bantu orang lain. Aku pengen jadi orang yang bisa ngasih solusi dan hal yang positif ke orang yang membutuhkan.”¹⁰⁰

“kan aku bisa juga ya mbak buat memahami pikiran sama perasaan orang lain, nah aku bisa bantu mereka yang lagi kesulitan, contohnya kayak lagi merasa sedih, atau kebingungan, aku bisa nyoba buat bantu mereka. Aku masih belajar tapi aku ingin jadi orang yang bisa mendengarkan, ngasih nasihat, dan bantu rang lain”¹⁰¹

C. Penyesuaian Diri Subjek

1. Faktor penyesuaian diri pribadi dan sosial

a. Penyesuaian pribadi

Individu indigo, dengan keunikan dan sensitivitas mereka, seringkali menghadapi tantangan dalam penyesuaian diri. Kemampuan yang berbeda, sensitivitas tinggi, dan kebutuhan unik mereka dapat memicu perasaan terasing dan sulit dipahami. Penyesuaian diri pribadi merupakan kunci penting bagi mereka

⁹⁹ Wawancara dengan “DL” pada Minggu, 2 Juni 2024 pukul 10.00 di rumah subjek

¹⁰⁰ Wawancara dengan “SPR” pada Sabtu, 1 Juni 2024 pukul 08.00 di rumah subjek

¹⁰¹ Wawancara dengan “SPR” pada Sabtu, 1 Juni 2024 pukul 08.00 di rumah subjek

untuk menjalani hidup yang bahagia dan bermakna. Berdasarkan wawancara peneliti kepada subjek, subjek mengatakan:

Subjek “DL”:

“Dulu pas kecil, aku ngerasa kalo aku beda sama anak-anak lain. Kayak aku tuh bisa ngerasain energi dan perasaan orang lain, dan kadang suka bingung juga kenapa bisa gitu. Jadinya aku sering ngerasa kayak sendiri gitu dan susah buat bergaul, ditambah aku juga dalam tanda kutip kan punya temen dulu, jadi ya udah kaya nutup diri juga. Tapi lama-lama, aku belajar buat nerima dan ngertiin diri aku sendiri. Aku mulai nyari-nyari pengalaman dan teman yang ngerti dan bisa nerima aku apa adanya, dulu waktu aku kerja di Malaysia juga kebetulan ada temen aku yang punya kemampuan sama kayak aku, tapi dia bukan orang Tegal, orang Jawa Timuran. Jadi, dari dia juga aku belajar banyak.”¹⁰²

“Kalo sekarang ya alhamdulillah udah bisa lebih nyaman sama diriku sendiri dan lebih bisa beradaptasi sama lingkungan sekitarku. Kalo kayak tantangan gitu sih masih ada, tapi aku udah belajar buat ngatasinnya dengan lebih positif.”¹⁰³

Subjek “SPR”:

“penyesuaian diri aku sih lumayan susah mbak. kayak tadi yang udah aku bilang kan, aku bisa nangkap hal-hal yang gak bisa dilihat orang lain. Kadang emang seru sih, kayak bisa ngerti pikiran atau perasaan orang gitu ya atau bisa ngerasain energi di sekitar aku. Tapi, di sisi lain, aku juga sering ngerasa beda dan bingung gimana cara ngomong sama orang lain tentang hal ini. Aku sering bertanya-tanya ke diri aku sendiri, kenapa aku beda, terus aku harus gimana. Aku juga sering ngerasa kayak sendirian, soalnya nggak banyak orang yang ngerti apa yang aku alami.”¹⁰⁴

“ya nerima gak nerima mbak, aku masih belum bisa nyaman sama kemampuanku ini sebenarnya. Apalagi kalo kaya lihat atau digangguin sama itu, ngerti ya mbak maksudnya?, nah aku gasuka dan itu bener-bener ganggu banget, terus kadang juga kayak sering *overthinking* gitu

¹⁰² Wawancara dengan “DL” pada Minggu, 2 Juni 2024 pukul 10.00 di rumah subjek

¹⁰³ Wawancara dengan “DL” pada Minggu, 2 Juni 2024 pukul 10.00 di rumah subjek

¹⁰⁴ Wawancara dengan “SPR” pada Sabtu, 1 Juni 2024 pukul 08.00 di rumah subjek

mbak jadinya kalo misal tiba-tiba bisa ngerti pikiran orang gitu. Aku juga sering minta ke ibu pengen ditutup aja.”¹⁰⁵

b. Penyesuaian sosial

Penyesuaian diri sosial individu indigo dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk:

1) Hubungan dengan orang tua

Dukungan dan pengertian dari orang tua menjadi faktor kunci bagi individu indigo untuk menerima diri mereka sendiri dan beradaptasi dengan lingkungan sosial. Orang tua yang terbuka dan suportif dapat membantu anak indigo mengembangkan rasa percaya diri dan harga diri yang positif. Berdasarkan wawancara peneliti kepada subjek, yaitu:

Subjek “DL”

“Baik, alhamdulillah aku punya orang tua yang suportif dan selalu terbuka buat dengerin ceritaku dan hal-hal yang aku alami. Dukungan dari orang tua jadi faktor penting aku buat menerima diri sendiri dan belajar bagaimana berinteraksi dengan orang lain. Orang tuaku juga selalu berusaha buat memahami dan menerima perbedaanku. Orang tuaku gak pernah maksa aku buat jadi kaya anak-anak lain pada umumnya, dan mereka berarti banget buatku, dan mungkin tanpa mereka, aku akan lebih susah dalam segala hal termasuk adapasi dengan lingkungan. Tapi semenjak Bapak udah gaada, ya jadi kerasa berat juga kehilangan satu *support system* dalam hidupku”¹⁰⁶

Subjek “SPR”:

“Hubunganku sama Ibu baik, mbak. Ibu selalu jadi tempat aku buat curhat dan Ibu juga yang selalu dukung aku dalam segala hal. Ibu selalu ngertiin aku dan nerima aku dengan

¹⁰⁵ Wawancara dengan “SPR” pada Sabtu, 1 Juni 2024 pukul 08.00 di rumah subjek

¹⁰⁶ Wawancara dengan “DL” pada Minggu, 2 Juni 2024 pukul 10.00 di rumah subjek

kemampuanku. Kalau Bapak udah gak ada, dulu aku juga deket banget sama Bapak, Bapak baik. Aku sampai saat ini masih ada penyesalan karena dulu waktu Bapak sakit sebelum meninggal, Bapak minta aku buat mijitin, tapi aku waktu itu nolak gamau. Dan ya, sampai sekarang kadang suka keinget dan nangisin kejadian itu”¹⁰⁷

2) Tanggapan masyarakat

Individu indigo dikenal dengan keunikan dan sensitivitas mereka, seringkali menghadapi tantangan dalam penyesuaian diri sosial. Faktor tanggapan masyarakat yang beragam, dari rasa kagum hingga penolakan, dapat memengaruhi proses penyesuaian diri ini. Menurut hasil wawancara peneliti, subjek mengungkapkan:

Subjek “DL”:

“Tanggapan masyarakat itu beragam sih. Ada yang kagum, ada yang penasaran, ada juga yang takut. Kadang-kadang, ada yang nganggap kemampuanku itu cuma sulap atau bahkan penipuan. Tapi, ada juga yang percaya dan bahkan minta bantuan aku buat nyelesain masalah mereka. Pernah ya, pas aku lagi sama temen aku ngobrol-ngobrol gitu, tiba-tiba ada orang yang bilang ‘Wah, jangan-jangan kamu dukun ya?’ malah ada juga yang terang-terangan bilang kalo aku tuh aneh dan gak normal, dulu waktu aku kecil pas aku punya temen Caca itu, kan otomatis orang liatnya aku kayak ngomong sendiri lah, main sendiri, dan lain-lain. Itu kayak geger sih orang dari mulut ke mulut mungkin ya bilang kalo aku tuh gak waras, gak normal gitu. Rasanya sedih sih, tapi lama-lama aku belajar buat gak terlalu ambil pusing. Tapi ada juga yang tanggapannya positif, ada yang bilang kalo aku tuh berbakat, ada juga yang berterima kasih gitu karena aku udah bantu mereka. Kalo itu ya rasanya senang banget, mereka liat aku bukan sebagai orang yang aneh dan gak normal, tapi

¹⁰⁷ Wawancara dengan “SPR” pada Sabtu, 1 Juni 2024 pukul 08.00 di rumah subjek

sebagai orang yang bisa bantu mereka, jadi kan aku juga ngerasa oh yaa berarti aku ada gunanya juga yaa”¹⁰⁸

Subjek “SPR”:

“Tanggapannya macam-macam, mbak. Ada yang percaya, ada juga yang engga dan bahkan takut. Kadang ada juga yang kayak ngejauhin aku karena nganggap aku aneh, ada juga ibunya temen aku yang nyuruh jangan main sama aku karena takut ngebahayain anaknya, padahal kan aku ga jahat atau gimana-gimana ya, mbak. Sedih banget sih sebenarnya, kesel juga sama mereka yang begitu. Aku masih nyoba buat terbiasa sama hal itu, aku belum bisa yang gimana-gimana gitu, aku pernah ngejelasin kalo aku tuh bener aku ga gini, aku ga gitu. Tapi tetep aja, yaudah lah paling aku diemin aja. Tapi gak semua orang itu negatif ke aku, ada juga yang baik, ngerti, paham, dan ngedukung aku.”¹⁰⁹

3) Pergaulan di sekolah

Di sekolah, anak-anak indigo seringkali merasa berbeda dan terisolasi dari teman-teman mereka. Mereka mungkin memiliki minat dan bakat yang tidak biasa, dan mereka mungkin kesulitan untuk bergaul dengan anak-anak lain yang tidak memahami mereka. Hal ini dapat menyebabkan perasaan kesepian, frustrasi, dan bahkan depresi. Namun, anak-anak indigo juga memiliki banyak kekuatan dan potensi. Mereka seringkali kreatif, intuitif, dan berwawasan luas. Karena subjek “DL” sudah menamatkan pendidikannya, maka pertanyaan peneliti terkhusus subjek “DL” adalah, bagaimana pengalaman sekolah “DL” memengaruhi kehidupan saat ini?. Berdasarkan wawancara peneliti, subjek mengungkapkan:

¹⁰⁸ Wawancara dengan “DL” pada Minggu, 2 Juni 2024 pukul 10.00 di rumah subjek

¹⁰⁹ Wawancara dengan “SPR” pada Sabtu, 1 Juni 2024 pukul 08.00 di rumah subjek

Subjek “DL”:

“Masa-masa sekolahku itu emang banyak lika-likunya sih. Aku juga kan orangnya introvert, jadi gak banyak bergaul, ada sih temen yang biasa bareng, tapi ya ga banyak. Nah, kalo misal temen yang biasa bareng aku lagi bareng temen yang lainnya tuh ya aku sering ngerasa kesepian, soalnya aku ga bisa ngeduluin komunikasi sama orang gitu. Pengalaman masa sekolahku kayak ngasih pelajaran untuk jadi orang yang mandiri. Aku juga belajar buat nyelesain masalah dengan caraku sendiri. Jadi itu berdampak dan sangat membantu dalam kegiatanku sekarang. Dulu aku juga pernah kerja di Malaysia, jauh dari keluarga itu berat banget buat aku yang masih apa-apa bergantung ke orang tua. Nah, tapi buat aku yang dari dulu juga udah belajar buat apa-apa sendiri ya alhamdulillah bisa sih ngejalaninnya. Kalo sekarang aku bantu ibu jualan kan, jadi aku belajar banyak juga tentang gimana ngejalanin bisnis walaupun kecil-kecilan ya, mengelola keuangan, dan melayani pelanggan. Walaupun masa sekolah aku gak selalu mudah, tapi ya aku bersyukur sama semua yang udah aku pelajari dan aku alami.”¹¹⁰

Subjek “SPR”:

“Hm, gimana ya. Aku ngerasa aku tuh beda dari teman-temanku, dan kadang juga susah buat bergaul sama mereka. Aku punya kesukaan yang beda sama mereka maksudnya kayak minat bakatku gitu, dan kadang mereka itu ga bisa paham gitu, mbak. Aku pernah ngerasa kesepian terus kayak ga punya teman gitu deh, tapi lama-lama, aku juga nemuin beberapa teman yang bisa nerima dan ngedukung aku. Ga banyak sih, cuma yang sefrekuensi aja yang penting saling ngerti. Mereka itu orang-orang yang apa-apa terbuka dan mau dengerin cerita aku.”¹¹¹

¹¹⁰ Wawancara dengan “DL” pada Minggu, 2 Juni 2024 pukul 10.00 di rumah subjek

¹¹¹ Wawancara dengan “SPR” pada Sabtu, 1 Juni 2024 pukul 08.00 di rumah subjek

4) Hubungan dengan anggota keluarga

Individu indigo membawa keunikan dan sensitivitas yang dapat memicu kebingungan dalam keluarga. Tantangan seperti kesulitan beradaptasi dan miskomunikasi sering muncul. Namun, hubungan ini juga menyimpan potensi positif. Kemampuan empati dan intuisi mereka dapat menjadi sumber kekuatan dan keharmonisan. Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan, subjek mengatakan:

Subjek “DL”:

“Kalo anggota keluarga inti kan berarti sekarang cuma ada ibu, aku, sama adikku dua ya. Kalo hubunganku dengan adik-adikku cukup baik sih. Adik pertamaku yang gak indigo, itu anaknya baik dan penurut, perempuan juga, tapi dia sekarang merantau jadi gak dirumah. Alhamdulillah dia bisa ngertiin aku dan adikku yang terakhir, ya nalar lah anaknya. Kalo apa-apa sering banget nanya ke aku buat minta pendapat dan arahan gitu. Kalo adikku yang terakhir si ‘S’ dia juga kan indigo, dia anak yang kreatif banget. Dia sering punya ide-ide baru dan cara pandangnya tuh unik dan luas, cerdas sih dia anaknya. Aku seneng bisa mendukung dia dan support kemampuan dia juga, kalo dia masih belum bisa terima kemampuannya, jadi ya aku sering ngasih motivasi aja sama ya aku kasih saran kalo ada masalah atau apa gitu. Ya walaupun kadang sering juga ada perbedaan pendapat dan persaingan gitu, tapi aku bersyukur sama hubunganku dengan adik-adikku.”¹¹²

Subjek “SPR”:

“Hubungan aku sama kakak-kakak aku baik sih. Kalo mbak ‘D’ kakakku yang pertama itu juga indigo, jadi mbak ‘D’ itu bisa ngertiin aku,

¹¹² Wawancara dengan “DL” pada Minggu, 2 Juni 2024 pukul 10.00 di rumah subjek

pokonya mbak 'D' itu teman terbaik aku sih. Kita saling memahami dan mendukung satu sama lain, kita sering cerita-cerita pengalaman apa aja gitu, mbak 'D' juga sering bantu aku kalo aku lagi ga nyaman sama kemampuan aku. Tapi kalo kakakku yang kedua, ya baik juga sih. Tapi, aku ga terlalu deket sama mbak 'M' apalagi sekarang mbak 'M' kerja, jadi jarang di rumah.”¹¹³

5) Penyesuaian diri di masyarakat

Individu indigo, dikenal dengan keunikan, sensitivitas, dan potensi luar biasa mereka, seringkali menghadapi tantangan dalam penyesuaian diri di tengah masyarakat. Perbedaan cara pandang, dan kemampuan mereka dapat memicu kesalahpahaman dan kesulitan dalam berinteraksi dengan orang lain. Berdasarkan wawancara peneliti, subjek mengatakan:

Subjek “DL”:

“Dulu, penyesuaian diriku di masyarakat itu berat. Waktu usia remaja, aku ngerasa kaya asing gitu terus dijauhin sama orang-orang. Kepercayaan aku sama energi orang lain juga kuat, jadi kalo di keramaian gitu bisa buat aku lemes banget dan sakit kepala. Pernah juga aku dikira pembohong atau halusinasi karena sering ngerasa atau ngeliat hal-hal yang orang lain gabisa lihat. Tapi, semenjak aku berani buat keluar dari zona nyamanku, aku berani kerja ke luar negeri contohnya, itu bener-bener bisa ngebantu aku buat buka pemikiran aku sih, disana juga aku punya temen-temen yang kayak aku, maksudnya punya kemampuan gini. Jadi, bisa *sharing* pengalaman, cara buat ngendaliin diri, dan lain-lain. Setelah aku balik dari Malaysia itu, disini ya aku mulai bisa membuka diri dengan masyarakat sekitar, dan aku juga belajar buat menyeimbangkan semua kemampuanku. Cuma

¹¹³ Wawancara dengan “SPR” pada Sabtu, 1 Juni 2024 pukul 08.00 di rumah subjek

kalo misal masih ada aja orang beranggapan apa tentang aku, yaudah diemin aja”¹¹⁴

Subjek “SPR”:

“Kalo dirumah aku malah jarang main, mbak. Aku lebih sering dirumah main alat-alat musik atau coba bikin-bikin kerajinan atau lainnya deh. Kalo aku main sama temen-temen aku, aku sering ga nyambung sama mereka. Mereka suka ngomongin hal-hal yang menurut aku ngebosenin. Sebenarnya aku ga terbuka soal kemampuanku ke temen-temen aku, cuma waktu pernah ada yang nanya, terus aku jawab malah aku dibilang aneh, tapi ya ga semua sih. Alhamdulillah masih ada yang bisa ngerti aku.”¹¹⁵

“Kalo ada yang bilang macam-macam tentang aku ya aku diem aja mending”¹¹⁶

2. Faktor kondisi fisik, tingkat perkembangan dan kematangan, kondisi psikologis, dan kondisi lingkungan
 - a. Kondisi fisik

Kondisi fisik individu indigo dapat menjadi faktor yang signifikan dalam penyesuaian diri mereka. Kondisi fisik DL tidak terlalu baik, sedangkan kondisi fisik SPR prima dan baik. Seperti wawancara yang telah dilakukan, subjek mengatakan:

Subjek “DL”:

“Sebenarnya, kondisi fisik aku ga terlalu baik. Aku sering sakit-sakitan, dan kalo misal aku mau ngeliat makhluk halus gitu tuh aku sering badannya tuh dingin, terus pusing, lemes, dan sebagainya. Hal itu sering buat aku kecapean dan harus dirawat di rumah sakit. Ditambah lagi, aku juga punya masalah sama lambung yang memperparah kondisiku. Aku juga punya masalah insomnia, jadi makin ga karuan deh. Terus kalo misal di keramaian, aku juga sering ngerasa pusing dan lemes

¹¹⁴ Wawancara dengan “DL” pada Minggu, 2 Juni 2024 pukul 10.00 di rumah subjek

¹¹⁵ Wawancara dengan “SPR” pada Sabtu, 1 Juni 2024 pukul 08.00 di rumah subjek

¹¹⁶ Wawancara dengan “SPR” pada Sabtu, 1 Juni 2024 pukul 08.00 di rumah subjek

banget. Tapi, aku berusaha buat jaga kesehatan fisik aku dengan makan teratur, olahraga, sama istirahat yang cukup.”¹¹⁷

Subjek “SPR”:

“Alhamdulillah, kondisi fisik aku baik-baik aja. Aku jarang sakit juga, paling kalo misal abis liat hantu aku suka ketakutan. Tapi aku sering coba buat ngalihin fokusku ke hal-hal lain. Aku juga sering cerita sama ibu tentang hal-hal yang aku alami, terus juga sama mbak ‘DL’, mereka selalu nenangin aku kalo lagi disituasi itu, terus mereka juga selalu ngasih dukungan sama nasehat yang baik-baik ke aku”¹¹⁸

b. Tingkat perkembangan dan kematangan

Tingkat perkembangan dan kematangan individu indigo memainkan peran penting dalam kemampuan mereka untuk beradaptasi dengan lingkungan dan diri mereka sendiri. Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan, subjek mengatakan:

Subjek “DL”:

“Kepercayaan agamaku Islam, keyakinanku dalam beragama ini jadi panduan dan kekuatan buat menghadapi segala kesulitan dalam hidupku. Aku yakin kalau Allah punya rencana yang terbaik buatku, dan aku berusaha buat selalu ngejalanin hidupku sesuai dengan ajaran agama. Kalau buat emosionalku, memang, kadang aku masih suka ragu dan bingung juga sama diri sendiri. Tapi, aku coba terus belajar buat ngendaliin emosiku dengan baik dan ga ngebiarin emosiku nguasain diri aku.”¹¹⁹

Subjek “SPR”:

“Agama aku Islam. Ya, yang penting kuat iman aja sih, mbak. yang ngasih aku kemampuan ini kan juga Allah ya, jadi aku kalau ada apa-apa ya baliknya ke Allah. Lewat sholat dan doa-doa aja itu udah ngasih ketenangan juga buat aku dalah ngejalanin hidup”

¹¹⁷ Wawancara dengan “DL” pada Minggu, 2 Juni 2024 pukul 10.00 di rumah subjek

¹¹⁸ Wawancara dengan “SPR” pada Sabtu, 1 Juni 2024 pukul 08.00 di rumah subjek

¹¹⁹ Wawancara dengan “DL” pada Minggu, 2 Juni 2024 pukul 10.00 di rumah subjek

“Emosiku masih suka ga tentu, mbak. Aku kadang gampang banget marah, cemas, dan kadang juga stress gitu, aku juga sering ngerasa cape sih. Tapi, aku masih belajar buat ngendaliin emosi aku dengan cara yang baik.”¹²⁰

c. Kondisi psikologis

Individu indigo, kerap kali mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan sekitar. Hal ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah kondisi psikologis. Kondisi psikologis yang optimal menjadi kunci bagi individu indigo untuk dapat menjalani proses penyesuaian diri dengan lebih baik. Mereka dapat belajar untuk mengelola emosi mereka, membangun hubungan yang sehat, dan mencapai potensi mereka sepenuhnya. Berdasarkan wawancara peneliti, kedua subjek memiliki kondisi psikologi yang berbeda. Subjek mengungkapkan:

Subjek “DL”:

“Kalo buat sekarang, Alhamdulillah. Walaupun mungkin kondisi fisik aku ga sebaik itu. Tapi, kalo masalah psikologis aku udah jauh lebih baik dari yang dulu-dulu, ya karena mungkin udah terbiasa dan bisa menerima diri sendiri dengan kemampuan ini ya, dan sekarang lebih ngebanyakin rasa bersyukur aja sama apa yang udah dikasih sama Allah, aku pengen banget menggunakan kemampuan aku ini buat hal-hal yang positif kayak menolong orang dan lainnya.”¹²¹

Subjek “SPR”:

“Aku masih suka ngerasa takut dan belum bisa nerima kenyataan kalo aku itu indigo. Aku sering ngerasa kalo aku itu beda sama teman-teman dan ngerasa kalo aku tu ga diterima sama mereka, ya aku gatau sih, cuma aku sering banget punya pikiran gitu dan bikin aku ga

¹²⁰ Wawancara dengan “SPR” pada Sabtu, 1 Juni 2024 pukul 08.00 di rumah subjek

¹²¹ Wawancara dengan “DL” pada Minggu, 2 Juni 2024 pukul 10.00 di rumah subjek

banyak bergaul sama orang . Aku pengen hidup normal aja kayak anak-anak lainnya, tenang.”¹²²

d. Kondisi lingkungan

Kondisi lingkungan merupakan salah satu faktor penting yang dapat memengaruhi penyesuaian diri individu indigo. Lingkungan yang suportif dan penuh kasih sayang dapat membantu inigo berkembang dan mencapai potensi penuh mereka. Sebaliknya, lingkungan yang tidak ramah dan penuh tekanan dapat menghambat perkembangan mereka dan menyebabkan berbagai masalah, seperti kecemasan, depresi, dan bahkan perilaku antisosial. Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti, subjek mengatakan:

Subjek “DL”:

“Iyaa kalo lingkungan keluarga sih, alhamdulillah. Baik, mereka yang jadi *support system* aku selama ini, kebetulan ini disebelah, rumah tetangga kanan kiri depan juga masih saudara jadi ya enak lah, bisa ngerti dan menerima, ngedukung juga. Terus aku juga punya beberapa temen yang kayak aku sama, jadi ya itu bisa *sharing* dan saling *support*.”¹²³

Subjek “SPR”:

“Bagus sih, ibu sama kakak-kakakku yang selalu nguatin aku dan nenangin aku dalam segala hal. Pokoknya mereka bener-bener tempat pulang aku kalo aku lagi cape atau ngerasa ga baik sama duniaku.”¹²⁴

¹²² Wawancara dengan “SPR” pada Sabtu, 1 Juni 2024 pukul 08.00 di rumah subjek

¹²³ Wawancara dengan “DL” pada Minggu, 2 Juni 2024 pukul 10.00 di rumah subjek

¹²⁴ Wawancara dengan “SPR” pada Sabtu, 1 Juni 2024 pukul 08.00 di rumah subjek

D. Analisis Pembahasan

1. Mengenali diri subjek dan riwayat indigo subjek

a. Pemahaman indigo

Kedua subjek memiliki pemahaman yang sejalan tentang Indigo sebagai individu dengan kemampuan unik yang melampaui persepsi dan pengalaman manusia biasa. DL menekankan kemampuan yang dimilikinya merupakan pemberian dan anugerah dari Tuhan. DL mencontohkan kemampuan umum indigo seperti melihat atau berkomunikasi dengan makhluk halus dan mengetahui kejadian yang belum terjadi. DL juga menyebutkan bahwa level kemampuan Indigo berbeda-beda. Sedangkan SPR, fokus pada kemampuan perseptif Indigo, seperti melihat hantu. Dia tidak membahas asal usul kemampuan Indigo atau variasi kemampuannya.

Meskipun kedua subjek memiliki pemahaman yang sejalan tentang Indigo, mereka memberikan fokus yang berbeda pada aspek-aspek tertentu dari konsep tersebut. Definisi yang diberikan oleh subjek mengenai indigo sejalan dengan definisi yang diungkapkan oleh Madyawati.¹²⁵

b. Karakteristik indigo

DL dan SPR menunjukkan kombinasi karakteristik indigo yang berbeda, meskipun memiliki beberapa perbedaan, DL dan SPR sama-sama menunjukkan karakteristik indigo yang kuat. Karakteristik indigo dari DL dan SPR menunjukkan beberapa kesamaan dengan karakteristik indigo yang diidentifikasi oleh para ahli, seperti:

Tabel 1 Karakteristik Indigo Subjek

DL	Carrol & Tobber	<ul style="list-style-type: none"> • Merasa berbeda: Sesuai dengan karakteristik nomor 1, DL merasa
-----------	----------------------------	--

¹²⁵ Lilis Madyawati, "Generasi Indigo", *Jurnal Penelitian & Artikel Pendidikan*, (2013), hlm.141.

		<p>berbeda dari anak-anak lain sejak kecil.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kecenderungan untuk menghindari interaksi sosial: Sesuai dengan karakteristik nomor 8, DL lebih suka menyendiri dan kesulitan menjalin komunikasi dengan orang lain yang tidak sefrekuensi dengannya. • Ketidapatuhan terhadap disiplin: Sesuai dengan karakteristik nomor 9, DL tidak suka diatur dan merasa memberontak ketika dipaksa untuk mengikuti aturan.¹²⁶
	Virtue	<ul style="list-style-type: none"> • Keras kepala: Sesuai dengan karakteristik nomor 2, DL terkesan keras kepala karena sulit diatur. • <i>Introvert</i> (tertutup): Sesuai dengan karakteristik nomor 7, DL lebih suka menyendiri dan melakukan sesuatu sendiri. • Mandiri: Sesuai dengan karakteristik nomor 8, DL lebih suka melakukan sesuatu sendiri dan mandiri. • Kesulitan tidur: Sesuai dengan karakteristik nomor 13, DL sering mengalami kesulitan tidur karena pikirannya selalu aktif dan banyak hal yang dipikirkan.¹²⁷

¹²⁶ Dinie Ratri Desiningrum, *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*, (Yogyakarta: Psikoasasin, 2016), hlm. 74.

¹²⁷ Sar Weni Pratiwi, *Identifikasi Permasalahan Indigo pada Masa Dewasa Awal di Yogyakarta*, (Skripsi: Universitas Negeri Yogyakarta, 2017), hlm. 33-34.

	Tubagus E.K, SpKj	<ul style="list-style-type: none"> • Kemampuan spiritual: Sesuai dengan karakteristik nomor 1, DL memiliki kemampuan spiritual yaitu memiliki kemampuan untuk melihat, merasakan, dan berkomunikasi dengan makhluk halus. • Memiliki kepekaan tinggi: Sesuai dengan karakteristik nomor 4, DL memiliki kesensitifan dan kepekaan terhadap suatu hal, seperti dapat mengetahui suatu kejadian, dan dapat memahami orang lain. • Pemikiran logis: Sesuai dengan karakteristik nomor 6, DL memiliki pemikiran logis dan selalu berusaha berpikir rasional sebelum mengambil keputusan.¹²⁸
SPR	Carrol & Tobber	<ul style="list-style-type: none"> • Merasa berbeda: Sesuai dengan karakteristik nomor 1, SPR sering merasa <i>insecure</i> karena ia merasa berbeda dari orang lain. • Ketidakpuasan dengan sistem yang kaku dan memiliki cara baru untuk melakukan sesuatu: Sesuai dengan karakteristik nomor 6 dan 7, SPR tidak suka dengan cara-cara yang sudah ada dan selalu mencari cara untuk memperbaikinya: • Kecenderungan untuk menghindari interaksi sosial: Sesuai dengan karakteristik nomor 8, SPR lebih suka bergaul dengan orang-orang yang bisa saling mengerti dengannya.¹²⁹
	Virtue	<ul style="list-style-type: none"> • Jiwa seni yang tinggi: Sesuai dengan karakteristik nomor 3, SPR menyukai musik dan memiliki bakat dalam bidang seni. • Pemikiran yang matang dan mandiri: Sesuai dengan karakteristik nomor 5

¹²⁸ Ardiansyah, *Upaya Penyesuaian Diri Anak Indigo di Kelurahan Dermayu Kecamatan Air Periukan Kabupaten Seluma*, (Skripsi: IAIN Bengkulu, 2020), hlm. 14-15.

¹²⁹ Dinie Ratri Desiningrum, *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*, (Yogyakarta: Psikoasasin, 2016), hlm. 74.

		<p>dan 8, SPR lebih mandiri dan dewasa dibandingkan dengan usianya.</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Introvert</i> (tertutup): Sesuai dengan karakteristik nomor 7, SPR cenderung tertutup karena tidak terlalu banyak teman. • Terombang-ambing antara tasa rendah diri dan rasa superioritas: Sesuai dengan karakteristik nomor 10, SPR terkadang senang dengan kemampuannya dan terkadang juga tidak. • Mudah merasa bosan: Sesuai dengan karakteristik nomor 11, SPR mudah bosan dengan rutinitas dan selalu mencari hal-hal baru untuk dilakukan. • Mencari persahabatan yang murni: Sesuai dengan karakteristik nomor 15, SPR lebih memilih untuk berteman dengan tidak banyak orang dan yang terpenting bisa saling mengerti.¹³⁰
	<p>Tubagus E.K, SpKj</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Kemampuan spiritual: Sesuai dengan karakteristik nomor 1, SPR memiliki kemampuan spiritual untuk melihat makhluk halus. • Kecerdasan yang tinggi dan mudah memahami informasi: Sesuai dengan karakteristik nomor 2 dan 3, SPR mudah memahami pelajaran di sekolah dan bahkan bisa membantu teman-temannya yang kesulitan. • Kepekaan tinggi terhadap alam dan manusia: Sesuai dengan karakteristik nomor 4, SPR memiliki kesensitifan terhadap perasaan orang lain dan bahkan bisa membaca pikiran mereka.¹³¹

¹³⁰ Sar Weni Pratiwi, *Identifikasi Permasalahan Indigo pada Masa Dewasa Awal di Yogyakarta*, (Skripsi: Universitas Negeri Yogyakarta, 2017), hlm. 33-34.

¹³¹ Ardiansyah, *Upaya Penyesuaian Diri Anak Indigo di Kelurahan Dermayu Kecamatan Air Periukan Kabupaten Seluma*, (Skripsi: IAIN Bengkulu, 2020), hlm. 14-15.

Pemahaman mereka mengenai karakteristik dirinya dapat membantu mereka untuk mengoptimalkan potensi dan menjalani kehidupan yang lebih bermakna.

c. Tipe indigo

Untuk mengetahui tipe indigo DL dan SPR, peneliti menganalisis karakteristik yang mereka tunjukkan berdasarkan kutipan wawancara dan pendapat para ahli tentang karakteristik indigo.

Subjek DL termasuk ke dalam tipe indigo konseptual. Hal ini diperkuat dengan beberapa karakteristik yang ditunjukkan DL, yaitu lebih senang melakukan sesuatu secara mandiri tanpa bergantung kepada orang lain, indigo tipe ini lebih suka berkarya secara mandiri dan mengerjakan konsep-konsep yang mereka rancang sendiri.¹³² Sedangkan, subjek SPR termasuk ke dalam indigo artis. Hal ini diperkuat dengan beberapa karakteristik yang ditunjukkan SPR, seperti memiliki kepekaan yang tinggi, kemampuan untuk bermain alat musik, suka bereksperimen dengan hal-hal baru, memiliki jiwa seni yang tinggi, dan kemampuan untuk mengekspresikan diri secara kreatif.¹³³

Kesimpulan ini didasari pada analisis yang komprehensif dan mempertimbangkan berbagai sumber informasi. Pemahaman tentang tipe indigo dapat membantu DL dan SPR untuk mengembangkan potensi mereka dan menjalani kehidupan yang lebih bermakna.

d. Faktor penyebab indigo

Berdasarkan temuan di lapangan, subjek DL dan SPR memiliki kemampuan indigo yaitu karena faktor keturunan.¹³⁴

¹³² Omah Puguh, *Buku Terlengkap Tentang Anak Indigo*, (Jogjakarta: FlashBooks, 2012), hlm. 77.

¹³³ Lilis Madyawati, "Generasi Indigo", *Jurnal Penelitian & Artikel Pendidikan*, (2013), hlm.141.

¹³⁴ Ardiansyah, *Upaya Penyesuaian Diri Anak Indigo di Kelurahan Dermayu Kecamatan Air Periukan Kabupaten Seluma*, (Skripsi: IAIN Bengkulu, 2020). hlm. 18.

Pengakuan ini juga diperkuat dari wawancara yang telah peneliti lakukan kepada ibu subjek, yaitu N. Beliau juga mengungkapkan bahwa kemampuan indigo yang dimiliki oleh kedua anaknya merupakan faktor keturunan dari kakek mereka.

2. Pengalaman hidup subjek

a. Kemampuan melihat makhluk halus

Pengalaman DL melihat makhluk halus saat bermain petak umpet di usia 5 tahun merupakan momen awal yang membuka kemampuan indigo dalam dirinya. Kejadian ini terjadi di sore hari, di sebuah lahan kosong dekat kuburan. Saat bersembunyi di balik pohon, DL melihat sosok perempuan berambut panjang berdiri di pohon tak jauh darinya. Awalnya, DL mengabaikannya karena masih kecil dan belum mengerti. Namun, saat ia menengok lagi, perempuan itu tiba-tiba ada di belakangnya dengan wajah pucat dan seram. Ketakutan melanda DL, membuatnya menangis sejadi-jadinya. Teman-temannya yang kebingungan kemudian memanggil orang tuanya. Kejadian ini berdampak pada kesehatan DL, membuatnya sakit selama seminggu.

SPR mengungkapkan bahwa dirinya sering melihat makhluk halus, terutama yang seram seperti pocong dan kuntilanak. Hal ini membuatnya merasa takut dan tidak nyaman. SPR menjelaskan bahwa dia sering meminta bantuan ayahnya untuk menutup penglihatannya, namun setelah ayahnya meninggal, kemampuannya justru semakin sering muncul. Pengalaman SPR melihat makhluk halus dapat menjadi pengalaman yang traumatis baginya. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan indigo tidak selalu menyenangkan dan dapat memiliki dampak negatif pada kehidupan anak indigo.

Berdasarkan temuan di lapangan, DL dan SPR memiliki kemampuan indigo yang sama, yaitu mampu melihat makhluk halus. Kemampuan ini telah mereka rasakan sejak usia dini hingga

sekarang dan memiliki pengaruh yang signifikan dalam kehidupan mereka. Meskipun memiliki kemampuan yang sama, pengalaman mereka dalam melihat makhluk halus menunjukkan beberapa perbedaan. Kemampuan kedua subjek memiliki kesamaan dengan semua pengalaman subjek yang dibahas dalam kajian bab 2 yaitu sama-sama memiliki kemampuan dapat melihat makhluk halus.

b. Memiliki teman tak kasat mata

DL, di awal masa SD, memiliki teman perempuan bernama Caca. Awalnya, DL mengira Caca murid di sekolahnya. Namun, seiring waktu, ia menyadari Caca bukan manusia biasa. Caca selalu menemani DL di sekolah dan rumah, sampai akhirnya DL sadar Caca tak kasat mata. Persahabatan mereka erat dan berlangsung lama, hingga DL berusaha menutup kemampuan indigo-nya. Caca pun mulai menghilang, meninggalkan jejak mendalam bagi DL. Pengakuan dari subjek DL juga diperkuat oleh ibunya. Menurut Ibu DL, anaknya memiliki teman tak kasat mata sejak kecil hingga SMP. Teman ini selalu menemani DL dan berbicara dengannya, meskipun ia sendiri tidak melihatnya. Perilaku ini terkadang membuat orang lain salah paham, sehingga Ibu DL meminta Mbahnya untuk menutup mata batin DL. Namun, upaya tersebut tidak berhasil dan mata batin DL kembali terbuka. Hal ini justru membuat DL sering sakit-sakitan dan temannya tak kasat mata pun menghilang.

Berbeda dengan DL yang memiliki teman tak kasat mata, SPR tidak memiliki teman yang serupa. SPR hanya pernah bermain dengan teman sebaya yang tak kasat mata. Namun, pertemannya tidak berlanjut seperti kisah DL. Pengakuan ini juga diperkuat oleh ibunya yang mengungkapkan bahwa SPR sering terlihat seperti berbicara dan bermain dengan seseorang padahal dia sedang sendirian.

Sesuai dengan hasil penelitian lapangan, cerita DL memiliki kesamaan dengan Frissly yang ada pada kajian bab 2,¹³⁵ yaitu sama-sama memiliki teman kecil perempuan, namun pertemanan DL hanya berlangsung beberapa tahun saja. Sedangkan SPR tidak memiliki kesamaan dengan kajian yang ada pada bab 2, karena SPR hanya sekedar bermain bersama saja dengan teman tak kasat matanya.

c. Kemampuan memprediksi suatu kejadian

DL memiliki kemampuan unik untuk memprediksi suatu kejadian, terutama terkait dengan kematian orang-orang di sekitarnya. Kemampuan ini sering kali muncul dalam bentuk mimpi, di mana dia melihat orang yang akan meninggal dan menerima pesan tentang cara dan waktu kematian mereka. Dalam beberapa kasus, prediksi DL terbukti akurat. Kemampuan DL untuk memprediksi kejadian juga termanifestasi dalam firasat. Dia pernah merasakan firasat bahwa tetangganya akan meninggal dalam waktu dua hari, dan firasat itu terbukti benar. Kemampuan DL untuk memprediksi kejadian terbatas pada orang-orang di sekitarnya, dan dia tidak dapat memprediksi kematian orang tuanya sendiri. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan indigo memiliki batasan.

SPR tidak memiliki kemampuan untuk memprediksi kejadian di masa depan, namun SPR memiliki kemampuan untuk memahami perasaan dan mengerti pikiran orang lain.

Berdasarkan temuan di lapangan, pengalaman dapat memprediksi kejadian memiliki kesamaan dengan cerita BN dan TA yang dibahas dalam bab 2. Baik DL dan BN sama-sama dapat memprediksi kejadian lewat mimpinya, dan kesamaan DL dengan

¹³⁵ Frissly Herlind, *Cerita Marsya: Hantu Yang Menemani Aku Dari Kecil [Indi.GO.Traveller]*. Upload: 2018. https://youtu.be/daWm_ZURYsk?si=tsku5AIXKZdfQE5N. (diakses pada Jumat, 24 Mei 2024).

TA yaitu dapat memprediksi kejadian lewat intuisi atau firasatnya.¹³⁶

Sedangkan temuan pada subjek SPR, SPR tidak memiliki kesamaan dengan cerita beberapa orang yang dibahas dalam bab 2. Kemampuan SPR lebih terfokus pada dapat memahami perasaan dan mengerti pikiran orang lain, namun tidak dapat memprediksi suatu kejadian.

d. Keinginan dapat bermanfaat dengan kelebihan yang dimiliki

DL ingin menggunakan kemampuannya ke hal-hal yang positif, DL juga seringkali membantu untuk menyelesaikan permasalahan teman-temannya yang memiliki masalah dan meminta bantuannya. Begitu juga SPR, kemampuannya dapat memahami perasaan dan mengerti pikiran orang lain membuatnya ingin menggunakan kemampuannya untuk membantu sesama, seperti mendengarkan permasalahan orang dan memberikannya nasihat.

Berdasarkan temuan di lapangan, baik DL maupun SPR memiliki keinginan yang sama dalam memanfaatkan kemampuannya untuk membantu permasalahan yang dihadapi oleh orang lain dan membantunya untuk menyelesaikan permasalahan tersebut. Keinginan DL dan SPR sejalan dengan konsep keinginan dapat bermanfaat dengan kelebihan yang dimiliki oleh BN yang dibahas dalam bab 2.¹³⁷

3. Faktor penyesuaian diri subjek

a. Faktor pribadi dan sosial¹³⁸

1) Pribadi

¹³⁶ Nurafifa Rachmanulia dan Imam Setyawan, ““Pengalaman Hidup Terhadap Yang Tak Terlihat”: Interpretative Phenomenological Analysis Pada Individu Indigo Dewasa Awal” *Prosiding Seminar Nasional Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro*, hlm. 470-471.

¹³⁷ Nurafifa Rachmanulia dan Imam Setyawan, ““Pengalaman Hidup Terhadap Yang Tak Terlihat”: Interpretative Phenomenological Analysis Pada Individu Indigo Dewasa Awal” *Prosiding Seminar Nasional Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro*, hlm. 475.

¹³⁸ Ardiansyah, *Upaya Penyesuaian Diri Anak Indigo di Kelurahan Dermayu Kecamatan Air Periukan Kabupaten Seluma*, (Skripsi: IAIN Bengkulu, 2020).

DL menunjukkan contoh yang baik tentang bagaimana ia dapat menyesuaikan diri dengan perbedaannya. Dia mengalami banyak kesulitan dalam masa kecilnya karena perbedaannya dengan orang lain. Namun, dia akhirnya belajar untuk menerima dan memahami dirinya sendiri. Hal ini membantunya untuk lebih nyaman dengan diri sendiri dan lebih bisa beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya. Sedangkan SPR, terkadang masih merasa tidak nyaman atas kemampuan yang dimilikinya karena ia sering merasa takut, bingung, bahkan terisolasi.

Berdasarkan temuan di lapangan, penyesuaian pribadi DL memiliki kesamaan dengan penyesuaian diri TS yang ada dalam kajian bab 2, baik DL maupun TS sama-sama mampu menerima dirinya sebagai indigo dan sudah mampu terbiasa dengan kemampuan yang dimilikinya. Sedangkan SPR memiliki kesamaan penyesuaian diri pribadi dengan DF, yaitu sama-sama merasa tidak nyaman dengan kemampuan yang dimiliki.

2) Sosial

a) Hubungan dengan orang tua

Hubungan DL dengan orang tuanya baik, dukungan orang tua DL membantunya untuk menerima diri sendiri, belajar bagaimana berinteraksi yang baik dengan orang lain, dan menjalani hidup yang lebih baik. Kehilangan ayah menjadi tantangan baru bagi DL dalam proses penyesuaian diri sosialnya. Begitu juga dengan SPR, hubungan dengan ibunya baik. Ibunya selalu mendukung dan menjadi tepatnya bercerita, ia juga terkadang masih sering menanggapi kepergian ayahnya karena memiliki penyesalan sebelum ayahnya pergi.

Berdasarkan temuan di lapangan, hubungan dengan orang tua DL dan SPR memiliki kesamaan dengan PR dalam kajian bab 2, yaitu memiliki hubungan yang baik dengan ibu, sedangkan ayahnya sudah tiada. Namun juga memiliki sedikit perbedaan yaitu kedua subjek hanya menceritakan hubungan dengan orang tuanya saja, sedangkan PR dalam bab 2 juga menceritakan hubungan dengan kakek dan neneknya.

b) Tanggapan masyarakat

Tanggapan masyarakat kepada DL beragam, ada yang penasaran, dan takut, bahkan menganggapnya sebagai sulap atau penipuan. Di sisi lain, ada juga yang kagum, percaya, dan meminta bantuannya untuk menyelesaikan masalah. DL pernah mengalami kesedihan karena di cap sebagai anak yang aneh dan tidak normal. Namun, dia belajar untuk tidak terlalu ambil pusing dengan tanggapan negatif dari masyarakat dan merasa senang ketika orang lain melihatnya sebagai orang yang berbakat dan bermanfaat.

Sedangkan SPR, tanggapan masyarakat terhadap kemampuannya beragam. Ada yang percaya dan ada yang tidak. Ada juga yang menjauhinya karena menganggapnya aneh. SPR merasa sedih dan kesal dengan orang-orang yang menjauhinya dan tidak memahami kemampuannya. Dia pernah mencoba menjelaskan kepada mereka, namun tetap saja tidak diterima. Namun, tidak semua orang bersikap negatif terhadap SPR. Ada juga yang baik, mengerti, dan mendukungnya. Hal ini memberikannya sedikit rasa lega dan harapan.

Berdasarkan temuan di lapangan tanggapan masyarakat kepada DL dan SPR itu sama dengan TS yang ada pada kajian bab 2 yaitu, masih sering menghadapi

penolakan dan stigma sosial, namun ada juga yang menerimanya. Subjek tidak menanggapi respon negatif dan hanya menanggapi yang positif saja.

c) Pergaulan di sekolah

DL sudah tidak menempuh pendidikan namun ia menceritakan pengalamannya di masa sekolah yang memberikan dampak positif dalam kehidupannya saat ini. Masa sekolahnya yang penuh dengan kesepian dan penolakan membuatnya menjadi pribadi yang mandiri dan tangguh. Pengalamannya bekerja di Malaysia dan membantu orang tuanya berjualan memberinya kemampuan beradaptasi, keterampilan bisnis, dan rasa syukur.

SPR merasa berbeda dari teman-temannya di sekolah. Hal ini membuatnya sulit untuk bergaul dan menjalin pertemanan dengan mereka. Minat dan bakatnya yang berbeda dengan teman-temannya seringkali tidak dipahami, sehingga dia merasa kesepian dan tidak memiliki teman. Namun, seiring waktu, SPR menemukan beberapa teman yang dapat menerima dan mendukungnya. Meskipun jumlahnya tidak banyak, mereka memiliki frekuensi yang sama dan saling memahami. Teman-teman ini selalu terbuka dan mau mendengarkan cerita SPR.

Berdasarkan temuan di lapangan dan analisis data dari wawancara dengan DL dan SPR, ditemukan persamaan dan perbedaan dengan kajian dalam bab 2. Persamaannya dengan penyesuaian diri TS, yaitu memiliki kecenderungan untuk memilih teman yang mereka rasa dapat memahami dan menghargai mereka, serta penting bagi mereka untuk terus mencari teman yang tepat dan dapat mendukung mereka. Dan perbedaannya yaitu kedua subjek tidak

menyebutkan kalau mereka lebih tertarik bergaul dengan orang yang usianya lebih tua dari mereka.

d) Hubungan dengan anggota keluarga

DL memiliki hubungan yang baik dengan anggota keluarga intinya, yaitu ibu dan dua adiknya. Dia memiliki hubungan yang erat dengan adik perempuan pertamanya yang tidak indigo, meskipun dia merantau dan tidak tinggal di rumah. Adik perempuannya ini dapat memahami dan mendukung DL. SPR, adik terakhir DL, yang juga indigo, memiliki hubungan yang lebih kompleks dengan DL. Adiknya ini adalah anak yang kreatif dan cerdas, namun terkadang belum bisa menerima kemampuan indigo-nya. DL sering memberikan motivasi dan saran kepada adiknya untuk membantu dia menerima dan mengembangkan kemampuannya. Meskipun terkadang ada perbedaan pendapat dan persaingan antar saudara, DL bersyukur atas hubungannya dengan kedua adiknya. Dia merasa senang dapat mendukung dan membantu mereka dalam hidup.

SPR memiliki hubungan yang baik dengan dua kakaknya. Kakak perempuan pertamanya, DL, yang juga indigo, merupakan sahabat terbaiknya. Mereka saling memahami dan mendukung satu sama lain, serta sering berbagi cerita dan pengalaman. DL juga sering membantu SPR saat dia merasa tidak nyaman dengan kemampuan indigonya. Kakak keduanya juga baik, namun SPR tidak terlalu dekat dengannya karena kesibukan bekerja dan jarang di rumah.

Berdasarkan temuan di lapangan dan analisis data dari wawancara dengan DL dan SPR, serta kajian Bab 2 tentang PR, ditemukan perbedaan dan persamaan dalam hubungan mereka dengan anggota keluarga. Persamaan

hubungan dengan anggota keluarga kedua subjek dengan PR yaitu sama-sama mempunyai hubungan yang baik. Namun, bedanya kedua subjek lebih detail menceritakan hubungannya dengan keluarga intinya.

e) Penyesuaian diri di masyarakat

DL mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri di masyarakat saat remaja. Dia merasa asing dan dijauhi orang lain karena merasa beda dengan kemampuannya yang tidak dimiliki orang lain. DL juga tidak suka keramaian karena dapat membuatnya merasa lemas dan sakit kepala. DL juga sering disalahpahami sebagai pembohong atau halusinasi. Namun, DL berani keluar dari zona nyamannya dan bekerja di luar negeri. Pengalaman ini membantunya membuka pemikiran dan bertemu teman-teman indigo yang bisa berbagi pengalaman dan cara mengendalikan diri. Setelah kembali dari Malaysia, DL mulai bisa membuka diri dengan masyarakat sekitar dan belajar menyeimbangkan kemampuannya. Meskipun masih ada orang yang beranggapan negatif tentang dirinya, dia memilih untuk tidak memedulikannya.

SPR lebih sering menghabiskan waktu di rumah daripada bermain dengan teman-teman. Dia lebih suka bermain alat musik, membuat kerajinan tangan, atau melakukan aktivitas lain secara mandiri. Saat bermain dengan teman-temannya, SPR merasa tidak nyambung dengan mereka karena mereka sering membahas hal-hal yang membosankan baginya. SPR tidak terlalu terbuka tentang kemampuan indigonya kepada teman-temannya. Pernah sekali dia mencoba terbuka, namun malah dibilang aneh. Meskipun demikian, masih ada beberapa teman yang bisa memahaminya. Saat ada yang berkata negatif tentang

dirinya, SPR memilih untuk diam dan tidak mempedulikannya.

Berdasarkan temuan di lapangan, penyesuaian diri di masyarakat pada kedua subjek memiliki kesamaan dengan penyesuaian TS dalam kajian bab 2, yaitu tidak memedulikan pandangan buruk orang lain dan tidak peduli dengan perkataannya. SPR juga memiliki kesamaan dengan penyesuaian DF pada bab 2, yaitu tidak terbuka dengan orang lain tentang kemampuannya.

- b. Faktor kondisi fisik, tingkat perkembangan dan kematangan, kondisi psikologis, dan kondisi lingkungan¹³⁹

1) Kondisi Fisik

DL mengalami kondisi fisik yang tidak terlalu baik, sering sakit-sakitan, dan mudah lelah. Hal ini diperparah dengan sensitivitasnya terhadap energi halus yang membuatnya sering pusing, lemas, dan kecapekan. Kondisi ini juga menyebabkan dia harus dirawat di rumah sakit dan mengalami masalah lambung dan insomnia. Meskipun memiliki kondisi fisik yang lemah, DL berusaha untuk menjaga kesehatannya dengan makan teratur, berolahraga, dan istirahat yang cukup. Upaya ini menunjukkan kegigihan DL dalam menghadapi keterbatasan fisiknya dan berusaha untuk hidup normal.

SPR bersyukur atas kondisi fisiknya yang baik-baik saja dan jarang sakit. Meskipun terkadang merasa ketakutan setelah melihat hantu, dia berusaha untuk mengalihkan fokusnya ke hal lain. SPR juga sering menceritakan pengalamannya kepada ibu dan kakaknya, DL, yang selalu menenangkan dan memberinya dukungan serta nasihat yang baik.

¹³⁹ Hafidzah Rahmah A.S.P dan Riza Novia Khoirunnisa, "Penyesuaian Diri Dewasa Indigo", *Character : Jurnal Penelitian Psikologi*, Vol. 10, No. 01 (2023).

Berdasarkan temuan di lapangan, kondisi fisik DL memiliki kesamaan dengan SI dalam kajian bab 2, yaitu sama-sama rentan mengalami sakit fisik akibat kelelahan energi dari kemampuannya, namun DL juga memiliki penyakit bawaan yang berasal dari lambung. Sedangkan SPR memiliki kondisi fisik yang prima, sama seperti kondisi fisik LS yang ada pada kajian bab 2.

2) Tingkat perkembangan dan kematangan

DL memiliki tingkat perkembangan dan kematangan yang baik dalam hal keyakinan agama. Dia menjadikan Islam sebagai panduan dan kekuatan untuk menghadapi segala kesulitan dalam hidup. Dia yakin bahwa Allah memiliki rencana terbaik untuknya dan berusaha menjalani hidup sesuai dengan ajaran agama. Meskipun terkadang masih ragu dan bingung dengan dirinya sendiri, DL terus belajar untuk mengendalikan emosinya dengan baik dan tidak membiarkannya menguasai dirinya. Hal ini menunjukkan kegigihan DL dalam mengembangkan diri dan menjadi pribadi yang lebih dewasa.

SPR memiliki tingkat perkembangan dan kematangan yang baik dalam hal keyakinan agama. Dia menjadikan Islam sebagai sumber kekuatan dan imannya yang kuat membantunya menghadapi berbagai kesulitan hidup. Saat ada masalah, SPR selalu berlindung kepada Allah melalui salat dan doa, yang memberikannya ketenangan dan kekuatan. Meskipun terkadang masih mengalami emosi yang tidak stabil, seperti mudah marah, cemas, dan stres, SPR terus belajar untuk mengendalikan emosinya dengan cara yang baik.

Berdasarkan temuan di lapangan, tingkat perkembangan dan kematangan subjek DL dan SPR sama-sama baik. Keduanya memiliki keyakinan beragama yang kuat dan

berusaha untuk menjalani hidup sesuai dengan ajaran agama. Namun, dalam hal emosi, terdapat perbedaan antara DL dan SPR. DL terkadang masih ragu dan bingung dengan dirinya sendiri, tetapi dia berusaha untuk mengendalikan emosinya agar tidak menguasai dirinya. Sedangkan SPR lebih mudah marah, cemas, dan stres, namun dia juga terus belajar untuk mengendalikan emosinya dengan cara yang baik. Kedua subjek ini memiliki perbedaan dalam tingkat perkembangan dan kematangannya dengan subjek dalam Bab 2.

3) Kondisi psikologis

DL bersyukur atas kondisi psikologisnya yang jauh lebih baik dibandingkan sebelumnya. Dia sudah terbiasa dan mampu menerima diri sendiri dengan kemampuan indigo yang dimilikinya. Saat ini, dia fokus untuk bersyukur atas apa yang telah diberikan Allah dan berkeinginan untuk menggunakan kemampuannya untuk hal-hal positif yang bermanfaat bagi orang lain.

SPR masih mengalami kesulitan dalam menerima kenyataan bahwa dirinya adalah seorang indigo. Dia merasa berbeda dari teman-temannya dan merasa tidak diterima oleh mereka. Hal ini membuatnya sering merasa takut dan enggan untuk bersosialisasi. Dia menginginkan kehidupan yang normal dan tenang seperti anak-anak lainnya.

Berdasarkan temuan di lapangan, DL memiliki kesamaan dengan subjek LS dalam kajian bab 2, yaitu sudah tidak terbebani dengan kemampuannya dan mensyukurinya. Sedangkan SPR memiliki kesamaan dengan subjek KD dalam kajian bab 2, yaitu sama-sama merasa terbebani dengan kemampuannya.

4) Kondisi lingkungan

DL memiliki lingkungan keluarga dan pertemanan yang suportif dan menerima dirinya sebagai individu indigo. SPR memiliki lingkungan keluarga yang suportif dan menjadi tempatnya untuk berlindung saat merasa lelah atau tidak nyaman dengan dunia.

Berdasarkan temuan di lapangan, kondisi lingkungan DL dan SPR baik. DL memiliki dukungan yang sama dengan ketiga subjek dalam bab 2, yaitu dari keluarga dan teman-temannya. Sedangkan SPR hanya menyebutkan kalau dukungannya berasal dari keluarganya saja.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang pengalaman hidup dan penyesuaian diri indigo siblings, maka dapat disimpulkan bahwa indigo siblings memiliki perbedaan dalam pengalaman hidup dan penyesuaian dirinya.

1. Dalam pengalaman hidupnya, kedua subjek memiliki beberapa persamaan dan perbedaan pada kemampuan yang dimilikinya, yaitu: (a) Subjek DL dan SPR memiliki kemampuan melihat makhluk halus. (b) DL memiliki teman dekat kasat mata, sedangkan SPR tidak. (c) DL dapat memprediksi kejadian melalui mimpi dan firasat, sedangkan SPR tidak, namun kemampuan SPR lebih terfokus dalam membaca pikiran dan memahami perasaan orang lain. (d) DL dan SPR ingin menggunakan kemampuannya untuk hal positif, seperti membantu orang lain. DL, dengan usianya yang lebih tua, telah melalui berbagai pengalaman hidup yang kompleks dan lebih banyak dibandingkan SPR. Hal ini membuatnya lebih siap dalam menghadapi berbagai rintangan dan stigma sebagai individu indigo.
2. Beberapa faktor yang memengaruhi penyesuaian diri mereka antara lain faktor penyesuaian diri pribadi dan sosial, faktor kondisi fisik, tingkat perkembangan dan kematangan, kondisi psikologis, dan kondisi lingkungan. Kedua subjek memiliki penyesuaian diri yang berbeda, DL menunjukkan penyesuaian diri yang baik dalam berbagai aspek. SPR, di sisi lain, masih dalam proses penyesuaian diri dengan kemampuan indigonya. Kurangnya pemahaman dan pengalaman dalam mengelola kemampuannya, serta pengaruh stigma dan diskriminasi dari lingkungan sekitarnya, membuatnya masih merasa tidak nyaman dan belum sepenuhnya menerima

kemampuannya. Penyesuaian dirinya masih belum baik dalam beberapa aspek.

DL memiliki pengalaman hidup yang lebih kompleks dan lebih siap dalam menghadapi berbagai rintangan dan stigma dibandingkan SPR. Hal ini memungkinkan DL untuk menunjukkan penyesuaian diri yang lebih baik.

B. Saran

Berdasarkan beberapa temuan penelitian yang tercantum dalam kesimpulan tersebut, peneliti ingin memberikan saran sebagai berikut:

1. Untuk subjek
 - a. Teruslah mengembangkan kemampuan indigo untuk hal-hal positif. Subjek dapat memanfaatkan kemampuan ini untuk membantu diri sendiri, orang lain, dan dunia.
 - b. Bergabung dengan komunitas indigo. Komunitas indigo dapat menjadi tempat yang aman dan suportif untuk belajar, berbagi pengalaman, dan mendapatkan dukungan dari orang lain yang mengerti.
 - c. Mencari bantuan profesional jika diperlukan. Jika Kakak atau Adik mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan kemampuan indigo atau menghadapi stigma dan diskriminasi, mereka dapat mencari bantuan profesional dari psikolog, konselor, atau terapis.
2. Untuk masyarakat
 - a. Meningkatkan pemahaman tentang indigo. Meningkatkan pemahaman masyarakat tentang indigo melalui edukasi dan sosialisasi, sehingga dapat mengurangi stigma dan diskriminasi terhadap individu indigo.
 - b. Memberikan dukungan sosial. Memberikan dukungan sosial yang tepat bagi individu indigo dapat membantu mereka dalam

menyesuaikan diri dengan kemampuan mereka dan menjalani hidup yang sehat dan bahagia.



DAFTAR PUSTAKA

- Abdurahman, M. R. & Anisa Diniati. (2022). "Proses Pembentukan Konsep Diri Remaja Akhir Indigo". *Kalbisia: Jurnal Mahasiswa Institut Teknoogi dan Bisnis Kalbis*, 8(1), 610-621.
- Abdussamad, Zuhri. (2021). *Metode Penelitian Kualitatif*. Makassar: Syakir Media Press.
- Agustin, Irinne M. (2022). "Hubungan Sibling Relationships dengan Motivasi Berprestasi Siswa SMA N 3 Kota Solok" Skripsi: Universitas Putra Indonesia.
- Ahmad, Hariadi, dkk. (2020). "Hubungan antara Pola Asuh Orang Tua dengan Penyesuaian Diri Siswa". *Jurnal Realita*, 5(1), 950-966.
- Ardiansyah, dkk. (2023). "Teknik Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian Ilmiah Pendidikan pada Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif". *Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 1-9.
- Ardiansyah. (2020). "Upaya Penyesuaian Diri Anak Indigo di Kelurahan Dermayu Kecamatan Air Periukan Kabupaten Seluma". Skripsi: IAIN Bengkulu.
- Arifiana, Isrida Yul. (2016). "Penerimaan Diri pada Individu Indigo". *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(03), 194-203.
- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arkandito, Gregorius Fendi, dkk. (2016). "Komunikasi Verbal pada Anggota Keluarga yang Memiliki Anak Indigo". *Jurnal Manajemen Komunikasi*, 1(1), 42-56.
- Carrol, Lee & Jan Tober. (1999). *The Indigo Children: The New Kids Have Arrived*. USA: Hay House.
- Chapman, Wendy. (2005). *Indigo Child: Cakra Mata Ketiga Pembawa Harapan Baru*. Yogyakarta: Jaka Pring.
- Choirudin, Muchamad. (2016). "Penyesuaian Diri: Sebagai Upaya Mencapai Kesejahteraan Jiwa". *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 12(1), 1-20.
- Danur: I Can See Ghost. Sutradara: Awi Suryadi. Produser: Dian Sasmita. Produksi: MD Pictures. Tahun Rilis 2017.

- Desiningrum, D. R. (2016). *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*. Yogyakarta: Psikoasasin.
- Desmita. (2019). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Dewi, Putri B.T. & Satiningsih. (2023). “Gambaran Sibling Relationship pada Remaja dengan Saudara Kandung Penyandang *Autism Spectrum Disorder*”. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(03), 547-556.
- Fajar, Putra & Yolivia I.A. (2022). “Hubungan *Self-Efficacy* dengan Penyesuaian Diri: Sebuah Studi Literatur”. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(1), 2186-2194.
- Fiantika, Feny R., dkk. (2022). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Padang: PT. Global Eksekutif Teknologi.
- Hardani, dkk. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*. Yogyakarta: Pustaka Ilmu.
- Hasanah, Nur & Susi Fitri. (2020). “Pengaruh Sibling Relationship Terhadap Kesejahteraan Psikologis Peserta Didik SMA Negeri di Jakarta Barat”. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(2), 166-178.
- Hasibuan, Doni A.G. (2021). “Pengalaman Keluarga dalam Merawat Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Batunaduaikota Padangsidimpuan: Studi Fenomenologi”. Skripsi: Universitas Aafa Rohyan di Kota Padangsidimpuan.
- Herlind, F. (2018). *Cerita Marsya: Hantu Yang Menemani Aku Dari Kecil* [Indi.GO.Traveller].
https://youtu.be/daWm_ZURYsk?si=tsku5AIXKZdfQE5N. (diakses pada Jumat, 24 Mei 2024).
- Hidayah, Rifa. (2021). “Students’ Self-Adjustment, Self-Control, and Morality”. *Journal of Social Studies Education Research*, 12(1), 174-193.
- Hidayanti, Nur. (2018). “Analisis Faktor yang berhubungan dengan Family Resilience pada Keluarga yang Merawat Anak Berkebutuhan Khusus, Perspektif Saudara Kandung di Wilayah Gresik”, Skripsi: Universitas Airlangga.
- Inneke, Nice Luis. (2022). “Komunikasi Transendental Indigo (Studi pada Komunitas Indigo di Kota Semarang)”. Skripsi: Universitas Katolik Soegijapranata.

- Kamaetoe, Hiro Armando. (2016). "Pengalaman Komunikasi dan Konsep Diri Seorang Indigo di Kota Pekanbaru". *Jom Fisip*, 3(2), 1-13.
- Liansari, Vevy. (2023). *Buku Ajar Perkembangan Peserta Didik*. Sidoarjo: Umsida Press.
- Madyawati, Lilis. (2013). "Generasi Indigo". *Jurnal Penelitian & Artikel Pendidikan*, 140-145.
- Mahmudah, Fitri Nur. (2021). *Analisis Data Penelitian Kualitatif Pendidikan Berbantuan Software Atlas. TI 8*. Yogyakarta: UAD Press.
- Murdiyanto, Eko. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif: Teori dan Aplikasi disertai Contoh Proposal*. Yogyakarta: Lembaga Penelitian dan Pengabdian pada Masyarakat UPN "Veteran" Yogyakarta Press.
- Nabilah. (2020). "Penerimaan Diri pada Indigo Dewasa Awal". Skripsi: UIN Maulana Malik Ibrahim.
- Nugrahani, Farida. (2014). *Metode Penelitian Kualitatif: dalam Penelitian Pendidikan Bahasa*. Solo: Cakra Books.
- Nuraini. (2022). "Strategi Pembelajaran Bagi Anak Berkebutuhan Khusus". *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Kearifan Lokal*, 2(6), 304-320.
- Prasetio, M. D. (2020). "Konsep Diri pada Indigo Dewasa Awal". *EXPERIENTIA: Jurnal Psikologi Indonesia*, 7(2), 33-44.
- Pratiwi, Sar Weni. (2017). "Identifikasi Permasalahan Indigo pada Masa Dewasa Awal di Yogyakarta" Skripsi: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Puguh, Omah. (2012). *Buku Lengkap Tentang Anak Indigo*. Jogjakarta: FlashBooks.
- Putra, Sitiatava Rizema. (2011). *Rahasia Energi Aura Manusia*. Jogjakarta: FlashBooks.
- Putri, Hafidzah R. A. S., Riza Noviana K. (2023). "Penyesuaian Diri Dewasa Indigo". *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(01), 483-504.
- Rachmanulia, Nurafifa & Imam S. (2022). " "Pengalaman Hidup Terhadap Yang Tak Terlihat": Interpretative Phenomenological Analysis Pada Individu Indigo Dewasa Awal" *Prosiding Seminar Nasional Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro*, 465-479.
- Rijali, Ahmad. (2018). "Analisis Data Kualitatif". *Jurnal Alhadharah*, 17(33), 81-95.

- Rohmah, Eka Fitriyah. (2018). "Pengalaman Keluarga Merawat Lansia Pasca Stroke dalam Pemenuhan Kebutuhan Hidup Sehari-hari di Wilayah Puskesmas Dukun Kabupaten Gresik". Skripsi: Universitas Airlangga Surabaya.
- Sandi, Yudisa D.L. (2018). "Pengalaman Hidup Orang dengan Kusta Studi Fenomenologi". Tesis: Universitas Airlangga Surabaya.
- Saputro, Yusup A., Rini Sugiarti. (2021). "Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Konsep Diri terhadap Penyesuaian Diri pada Siswa SMA Kelas X". *Philanthropy Journal of Psychology*, 5(1), 59-72.
- Sari, Linda, dkk. (2023). "Sosialisasi dan Penyesuaian Diri di Sekolah (Studi Kasus di SMP IT Khairunnas)". *Al Ittihadu Jurnal Pendidikan*, 2(2), 161-170.
- Sugianto, Natasha P. & Titik K. (2021). "Hubungan antara Kualitas Relasi dengan Saudara Kandung dan Kepuasan Hidup pada Dewasa Awal". *Jurnal Psikologi Universitas Sanata Dharma*, 2(1), 61-76.
- Suharsono, Yudi & Zainul Anwar. (2020). "Analisis Stres dan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa". *Jurnal Online Psikologi*, 8(1), 1-12.
- Sukoco, Baktyar Ersat. (2015). "Pola Komunikasi Indigo dengan Lingkungan Sekitar". *Jurnal Insani*, 2(1), 11-25.
- Supriandi, Iman. (2020). *Metode Riset Akuntansi*. Yogyakarta: Deepublish.



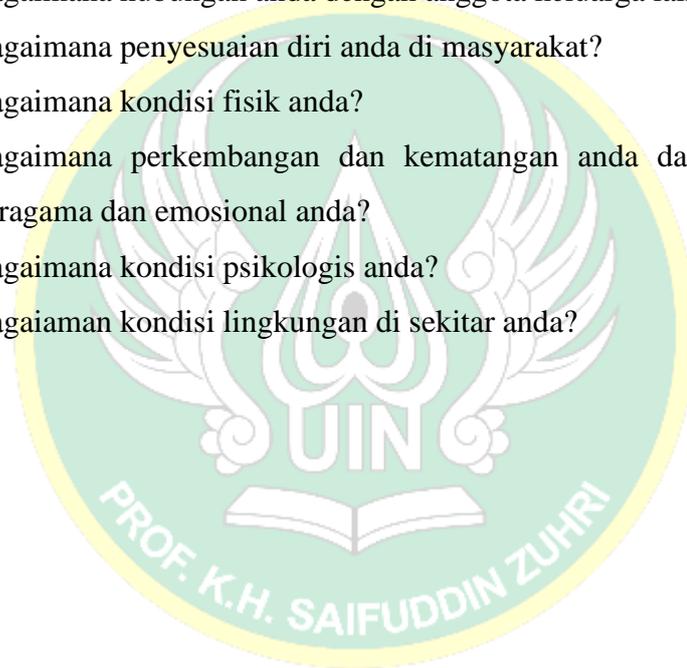
LAMPIRAN-LAMPIRAN

LAMPIRAN 1

PEDOMAN WAWANCARA

1. **Tujuan Wawancara:** untuk meningkatkan pemahaman tentang pengalaman hidup indigo siblings dan mengidentifikasi dan memahami faktor penyebab penyesuaian diri yang dihadapi indigo *siblings*.
2. **Pelaksanaan:**
 - a. Hari : Sabtu-Minggu
 - b. Tanggal : 1-2 Juni 2024
3. **Building rapport dan penjelasan sesi wawancara:**
 - a. Peneliti memperkenalkan diri
 - b. Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan penelitian serta membangun kepercayaan kepada subjek
 - c. Peneliti memberikan sesi pertanyaan kepada subjek.
4. **Pertanyaan wawancara tentang pemahaman diri dan riwayat indigo subjek:**
 - a. Bisakah anda jelaskan apa yang anda pahami tentang indigo?
 - b. Bagaimana anda dalam melihat diri anda atau kebiasaan yang sering anda alami?
 - c. Apa faktor yang menyebabkan diri anda memiliki kemampuan indigo?
5. **Pertanyaan wawancara tentang pengalaman hidup indigo:**
 - a. Apakah anda memiliki kemampuan dalam hal melihat makhluk halus atau sejenisnya?
 - b. Apakah anda pernah atau mempunyai teman tak kasat mata?
 - c. Apakah anda memiliki kemampuan untuk memprediksi suatu kejadian?
 - d. Apakah anda memiliki keinginan untuk dapat bermanfaat dengan kemampuan yang anda miliki?
6. **Pertanyaan wawancara tentang faktor penyebab penyesuaian diri indigo:**

- a. Bagaimana penyesuaian diri pribadi anda sendiri, bisakah anda menceritakannya?
- b. Dalam penyesuaian diri sosial, bagaimana hubungan anda dengan orang tua anda?
- c. Bagaimana tanggapan masyarakat terhadap anda sebagai individu indigo?
- d. Bagaimana pergaulan anda di sekolah?/ bagaimana pengalaman pergaulan anda di sekolah dan apa pengaruhnya pada kehidupan anda sekarang?
- e. Bagaimana hubungan anda dengan anggota keluarga lain?
- f. Bagaimana penyesuaian diri anda di masyarakat?
- g. Bagaimana kondisi fisik anda?
- h. Bagaimana perkembangan dan kematangan anda dalam keyakinan beragama dan emosional anda?
- i. Bagaimana kondisi psikologis anda?
- j. Bagaimana kondisi lingkungan di sekitar anda?



LAMPIRAN 2
DOKUMENTASI FOTO



Wawancara dengan DL



Wawancara dengan SPR



Wawancara dengan Ibu Subjek

SURAT PERSETUJUAN
(INFORMED CONSENT)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : DL

Umur : 29 Tahun

Jenis Kelamin : Perempuan

Menyatakan bersedia untuk menjadi subjek penelitian dari:

Nama : Indah Rizqiani

Nim : 2017101221

Fakultas : Dakwah

Saya bersedia menjadi narasumber penelitian yang berjudul **“Menavigasi Alam Tak Terlihat: Memahami Pengalaman Hidup dan Faktor Penyebab Penyesuaian Diri Indigo Siblings”** dengan seluruh informasi yang diberikan terjamin kerahasiaannya.

Tegal, 26 September 2023



Narasumber 1 (DL)

SURAT PERSETUJUAN
(INFORMED CONSENT)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : SPR

Umur : 14 Tahun

Jenis Kelamin : Perempuan

Menyatakan bersedia untuk menjadi subjek penelitian dari:

Nama : Indah Rizqiani

Nim : 2017101221

Fakultas : Dakwah

Saya bersedia menjadi narasumber penelitian yang berjudul **“Menavigasi Alam Tak Terlihat: Memahami Pengalaman Hidup dan Faktor Penyebab Penyesuaian Diri Indigo Siblings”** dengan seluruh informasi yang diberikan terjamin kerahasiaannya.

Tegal, 26 September 2023



Narasumber 2 (SPR)

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Indah Rizqiani
Tempat Tanggal Lahir : Tegal, 15 Februari 2002
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Alamat : Desa Kabunan, Kec. Dukuhwaru, Kab. Tegal
Email : indaaahrizqi152@gmail.com
No. Handphone : 085726067384

Riwayat Pendidikan

1. TK Al-Qomariyah Ciledug
2. SD Negeri Kabunan 01
3. SMP Negeri 1 Dukuhwaru
4. MA Negeri 1 Tegal
5. UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

