

SOSIALISASI KEPERCAYAAN DIRI PADA PENYANDANG DISABILITAS FISIK DI SENTRA BUDI PERKASA PALEMBANG

Mutia Mawardah¹, Kemala Putri Anugerah^{2*}

^{1,2} Program Studi Psikologi, Universitas Bina Darma. Jalan Jenderal Ahmad Yani No.3, 9/10 Ulu, Kecamatan Seberang Ulu I, Kota Palembang, Sumatera Selatan 30111, Indonesia.

* Corresponding Author. E-mail: Kemalafery@gmail.com

Received: 10 Juni 2025

Accepted: 18 Agustus 2025

Published: 31 Agustus 2025

Abstrak

Penyandang disabilitas fisik menghadapi tantangan multidimensional fisik, sosial, dan psikologis. Metode pengabdian masyarakat berupa sosialisasi dilakukan untuk meningkatkan kepercayaan diri remaja penyandang disabilitas fisik di Balai Sentra Budi Perkasa Palembang dengan 25 partisipan. Data dikumpulkan melalui wawancara setelah kegiatan. Hasil menunjukkan bahwa kepercayaan diri dipengaruhi oleh faktor internal (konsep diri, harga diri, penampilan, pengalaman hidup) dan eksternal (pendidikan, dukungan sosial, kondisi keluarga). Salah satu subjek, AJ, mengalami kepercayaan diri rendah dan keputusan akibat keterbatasan fisik, tekanan sosial, dan kondisi ekonomi keluarga, yang mencerminkan hilangnya harapan dan pandangan negatif terhadap masa depan.

Kata Kunci: Disabilitas Fisik, Kepercayaan Diri, Sentra Budi Perkasa Palembang

PENDAHULUAN

Kementerian Sosial Republik Indonesia (Kemensos), yang sebelumnya dikenal sebagai Departemen Sosial (Depsos), merupakan lembaga pemerintahan yang memiliki mandat untuk mengelola dan melaksanakan urusan dalam negeri di bidang kesejahteraan sosial. Kementerian ini berperan dalam membantu presiden dalam menjalankan fungsi pemerintahan terkait isu-isu sosial. (Kemensos, 2024)

Sentra Budi Perkasa Palembang merupakan salah satu lembaga yang berperan penting dalam penyelenggaraan rehabilitasi sosial bagi individu penyandang disabilitas fisik, serta menyediakan konteks yang signifikan untuk mempelajari dinamika psikologis yang dialami oleh kelompok tersebut. Di lingkungan ini, tersedia berbagai program pengembangan diri, pelatihan keterampilan, dan intervensi psikososial yang dirancang untuk meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup para penerima manfaat. Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi aspek kepercayaan diri dan keputusan pada penyandang disabilitas fisik di Sentra Budi Perkasa Palembang. Dengan pendekatan psikologis, studi ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kondisi psikologis mereka serta menjadi dasar

bagi penerapan intervensi yang lebih efektif dan berkelanjutan.

Penyandang disabilitas fisik merupakan kelompok masyarakat yang sering menghadapi tantangan multidimensional, baik secara fisik, sosial, maupun psikologis. Keberadaan keterbatasan fisik tidak jarang memengaruhi cara individu memandang dirinya, merespons lingkungan, serta membangun relasi sosial. Kepercayaan diri menjadi landasan penting bagi penyandang disabilitas fisik dalam menyesuaikan diri dengan kondisi mereka dan mengupayakan kehidupan yang produktif. Sebaliknya, keputusan dapat menjadi hambatan pada perasaan tidak berdaya, pesimis, hingga penurunan motivasi untuk berkembang (Amaliah, 2022)

Kepercayaan diri (*self-confidence*) adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuan, penilaian, dan potensi dirinya dalam menghadapi berbagai situasi hidup (Santrock, 2019). Kepercayaan diri menjadi modal dasar yang penting bagi individu untuk mengembangkan dan mengaktualisasikan seluruh potensi yang dimilikinya. Kurangnya rasa percaya diri dapat menimbulkan berbagai masalah dalam kehidupan seseorang (Lauster, 2019). Individu dengan kepercayaan diri tinggi cenderung mampu mengenal dan memahami dirinya dengan baik. Pada penyandang disabilitas fisik, kepercayaan diri sering kali dipengaruhi oleh pengalaman diskriminasi, keterbatasan mobilitas, serta kurangnya penerimaan sosial. Keputusan



merupakan kondisi psikologis yang ditandai oleh hilangnya harapan, rasa tidak berdaya, dan keyakinan bahwa tidak ada jalan keluar dari masalah yang dihadapi (Franklin, 2017).

Penyandang disabilitas fisik adalah individu yang mengalami gangguan atau keterbatasan pada fungsi tubuh tertentu yang menghambat aktivitas fisik sehari-hari (Allo, 2022). Menurut undang-undang Nomor 8 Tahun 2016 tentang Penyandang Disabilitas, mereka berhak memperoleh kesempatan yang sama dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk rehabilitasi, pendidikan, dan pekerjaan. Pemenuhan hak-hak ini sangat mempengaruhi kondisi psikologis mereka, khususnya dalam membangun kepercayaan diri dan mencegah keputusasaan. Rendahnya kepercayaan diri berkorelasi dengan meningkatnya tingkat keputusasaan. Individu yang memiliki kepercayaan diri tinggi cenderung memiliki harapan dan semangat hidup yang lebih besar, sementara individu dengan kepercayaan diri rendah lebih mudah mengalami frustrasi dan putus asa saat menghadapi tantangan

Berdasarkan pengamatan selama kegiatan praktik, ditemukan bahwa sebagian besar PPKS (Pemerlu Pelayanan Kesejahteraan Sosial) di Sentra Budi Perkasa Palembang memiliki kepercayaan diri yang rendah, rasa minder, hingga keputusasaan terhadap masa depan. Kondisi ini umumnya disebabkan oleh pengalaman masa lalu atau penolakan sosial, keterbatasan kesempatan kerja, serta kurangnya lingkungan yang suportif. Masalah psikologis tersebut berdampak langsung pada proses pemulihan dan kemandirian penyandang disabilitas fisik.

Berdasarkan uraian di atas, penulis mengangkat tema sosialisasi Kepercayaan Diri pada Remaja Penyandang Disabilitas Fisik dengan tujuan menggali permasalahan psikologis yang dialami oleh salah satu penyandang disabilitas fisik, khususnya terkait rendahnya kepercayaan diri dan munculnya perasaan putus asa akibat stigma sosial serta keterbatasan fisik. Judul ini dipilih untuk memahami secara mendalam faktor-faktor yang memengaruhi kondisi psikologis tersebut

METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah sosialisasi yang bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri remaja penyandang disabilitas fisik. Kegiatan ini

dilaksanakan di Balai Sentra Budi Perkasa Palembang dengan jumlah partisipan sebanyak 25 orang, dan didukung oleh pengumpulan data melalui wawancara dengan partisipan penyandang disabilitas setelah kegiatan sosialisasi.

HASIL KEGIATAN

Sosialisasi meningkatkan kepercayaan diri pada penyandang disabilitas fisik di Balai Sentra Budi Perkasa Palembang. Sosialisasi dilakukan secara tatap muka dengan satu kali pertemuan. Kegiatan ini diawali dengan koordinasi dengan pihak Sentra Budi Perkasa Palembang pada tanggal 11 Maret 2025 terkait permohonan ijin melakukan sosialisasi. Hasil koordinasi adalah diperolehnya ijin untuk melakukan penyuluhan terkait edukasi pemahaman kepercayaan diri pada remaja penyandang disabilitas fisik. Kegiatan sosialisasi dilakukan pada hari Selasa bertempat di Sentra Budi Perkasa Palembang pukul 07.30 sampai dengan 09.00 WIB



Gambar 1. Kegiatan Sosialisasi

Pada kegiatan sosialisasi ini penulis menjelaskan mengenai apa itu Kepercayaan Diri dan bagaimana meningkatkan kepercayaan diri melalui *slide power point* yang telah dibuat. Penulis menjelaskan apa saja itu Kepercayaan Diri. Remaja penyandang disabilitas fisik mendengarkan materi yang penulis berikan. Setelah pemberian materi selesai, penulis memberikan beberapa pertanyaan kepada remaja penyandang disabilitas fisik mengenai apa yang sudah dipahami selama kegiatan dilakukan.

Setelah melakukan sosialisasi Penulis melakukan evaluasi kegiatan melalui wawancara terhadap salah satu remaja penyandang disabilitas fisik di Kementrian Sosial Sentra Budi Perkasa Palembang yaitu AJ seorang remaja



penyandang disabilitas fisik akibat kecelakaan yang diamputasi kedua kaki dibawah lutut sejak tahun 2021. Wawancara dilakukan pada 3 waktu berbeda di tanggal 13 Maret 2025, Wawancara dilakukan penulis bertujuan untuk mengetahui perkembangan setelah mengikuti sosialisasi dan penulis juga ingin mengetahui faktor-faktor yang melatar belakngani kondisi fisik penyandang disabilitas serta mengidentifikasi dampak psikologis bagi penyandang disabilitas fisik



Gambar 2. Wawancara bersama subjek AJ

Berdasarkan hasil wawancara terhadap subjek AJ didapatkan informasi bahwa AJ adalah salah satu Penerima Manfaat (PM) di bawah naungan Kementerian Sosial melalui Sentra Budi Perkasa Palembang. Pada saat wawancara dilakukan, AJ berusia 19 tahun dan menunjukkan gejala psikologis berupa rendahnya tingkat kepercayaan diri serta perasaan putus asa. Latar belakang sosial AJ cukup kompleks, termasuk pengalaman sebagai bagian dari komunitas anak punk serta kondisi ekonomi keluarga yang memprihatinkan.

AJ juga mengalami disabilitas fisik berupa amputasi pada kedua kakinya bagian bawah lutut kanan dan kiri yang disebabkan oleh kecelakaan. Insiden tersebut terjadi saat AJ berusia 15 tahun, setelah ia memutuskan untuk meninggalkan rumah akibat tekanan ekonomi dan relasi yang represif dengan orang tua. Selama satu tahun hidup di jalanan, AJ bergabung dengan kelompok anak punk, sebuah komunitas yang seringkali mencari jati diri, kebebasan, serta penerimaan sosial meskipun kerap dianggap menyimpang dari norma masyarakat.

Pada tahun 2021, AJ mengalami kecelakaan ketika berusaha menghadang kendaraan di jalan. Dalam kondisi tubuh yang sangat lemah dan tidak berdaya, AJ kemudian dilarikan ke rumah sakit. Setelah dilakukan evaluasi medis, keluarga dimintai persetujuan untuk tindakan amputasi sebagai upaya penyelamatan jiwa. Hasil wawancara dan

observasi terhadap AJ menunjukkan dampak psikologis yang signifikan, terutama dalam bentuk penurunan kepercayaan diri dan munculnya rasa putus asa.

Tingkat kepercayaan diri AJ yang rendah tampak jelas dari cara ia memandang dirinya sendiri, menilai kapasitas pribadinya, serta dalam interaksi sosial yang dijalinnya. Selama sesi wawancara, AJ secara konsisten merepresentasikan dirinya sebagai individu yang tidak kompeten, merasa tidak layak, dan menginternalisasi kegagalan sebagai bagian yang melekat dalam setiap usahanya.

Pada individu penyandang disabilitas, perubahan fisik yang terjadi secara tiba-tiba dan signifikan dapat mengganggu struktur kognitif yang telah terbentuk sebelumnya, sehingga memicu konflik internal yang berujung pada perasaan putus asa. Namun demikian, kepercayaan diri yang kuat dapat berperan sebagai faktor protektif terhadap kondisi psikologis tersebut. Penyandang disabilitas fisik umumnya rentan mengalami perasaan rendah diri, yang tercermin dalam pola pikir negatif terhadap diri sendiri serta hambatan dalam menjalin interaksi sosial..

Tekanan dari lingkungan keluarga serta kondisi ekonomi yang tidak stabil turut memperburuk situasi, menjadikan individu merasa tidak berdaya dan kehilangan harapan.

Berdasarkan perspektif psikologi kognitif yang dikembangkan oleh Aaron Beck (2019), distorsi kognitif merupakan salah satu faktor utama yang melatarbelakangi timbulnya keputusan. Remaja penyandang disabilitas fisik cenderung menunjukkan pola berpikir overgeneralisasi dan *all-or-nothing thinking*, yaitu kecenderungan membuat kesimpulan menyeluruh hanya berdasarkan satu pengalaman negatif, serta memandang dunia dalam dikotomi ekstrem antara keberhasilan mutlak atau kegagalan total. Menurut Martin Seligman (2018) melalui konsep *learned helplessness*, individu yang mengalami kegagalan berulang kali tanpa merasa dapat mengendalikan situasi akan merasa tidak berdaya. Hal ini tercermin pada remaja penyandang disabilitas fisik yang merasa bahwa segala usaha yang dilakukan akan gagal dan tidak berarti

Merujuk pada teori *self-efficacy* yang dikemukakan oleh Albert Bandura, AJ (2020) menunjukkan tingkat keyakinan diri yang sangat



rendah terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas maupun menghadapi tantangan hidup. Rendahnya persepsi akan kemampuan diri ini berdampak pada kecenderungan remaja penyandang disabilitas fisik untuk menghindari upaya, karena diliputi oleh ketakutan akan kegagalan. Faktor sosial dan ekonomi yang tidak mendukung berkontribusi sebagai risiko yang memperburuk kondisi psikologisnya. Minimnya dukungan emosional dan finansial, ditambah dengan pengalaman hidup yang penuh tekanan, semakin memperkuat persepsi remaja penyandang disabilitas fisik bahwa ia tidak memiliki kendali atas arah hidupnya.

Setelah melakukan sosialisasi dan evaluasi untuk membantu meningkatkan kepercayaan diri pada remaja penyandang disabilitas fisik, dilakukan berbagai bentuk intervensi yang bersifat partisipatif dan terapeutik di lingkungan Sentra Budi Perkasa Palembang. remaja penyandang disabilitas fisik secara aktif dilibatkan dalam berbagai kegiatan yang dirancang untuk menumbuhkan rasa percaya diri dan memperluas kemampuan sosial. Salah satu pendekatan yang diterapkan adalah mengikutsertakan remaja penyandang disabilitas fisik dalam sesi konseling serta kegiatan berbagi pengalaman bersama sesama Penerima Manfaat, sehingga tercipta ruang aman untuk mengekspresikan perasaan dan memperkuat solidaritas sosial.

Kegiatan *icebreaking* juga diterapkan sebagai strategi awal untuk membangun interaksi sosial dan mengurangi hambatan psikologis dalam berkomunikasi. Selain itu, metode *roleplay* atau bermain peran dengan karakter fiktif diterapkan dalam sesi bimbingan mental (*bimtal*), yang bertujuan untuk mengasah kreativitas, imajinasi, dan keberanian remaja penyandang disabilitas fisik dalam mengekspresikan dirinya.

Gambar 3. Kegiatan *icebreaking* menggunakan metode *roleplay*



Penguatan positif, berupa dukungan verbal dan pujian atas upaya yang dilakukan remaja penyandang disabilitas fisik, diberikan secara konsisten sebagai bentuk validasi dan motivasi. remaja penyandang disabilitas fisik juga mendapatkan edukasi mengenai pentingnya kepercayaan diri dalam kehidupan sehari-hari, baik secara intrapersonal maupun dalam relasi sosial.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa dukungan positif secara konsisten mampu meningkatkan kepercayaan diri serta motivasi pada penyandang disabilitas (Smith & Jones, 2020). Selain itu, edukasi mengenai pentingnya kepercayaan diri dalam kehidupan sehari-hari baik secara intrapersonal maupun dalam relasi sosial berperan penting dalam membantu remaja penyandang disabilitas fisik mengembangkan sikap positif terhadap diri sendiri dan lingkungan sosialnya (Kusuma, 2018).

Tak kalah penting, remaja penyandang disabilitas fisik dilibatkan dalam kegiatan reflektif seperti bermain musik dan bernyanyi bersama. Kegiatan ini tidak hanya berfungsi sebagai sarana relaksasi, tetapi juga menjadi medium untuk mengembangkan ekspresi diri serta memperkuat rasa keterhubungan dengan lingkungan sosialnya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dapat disimpulkan bahwa Hasil kegiatan Sosialisasi di Kementerian Sosial Sentra Budi Perkasa Palembang menunjukkan bahwa kepercayaan diri Remaja penyandang disabilitas fisik dipengaruhi oleh faktor internal (seperti konsep diri, harga diri, penampilan, dan pengalaman hidup) dan faktor eksternal (seperti pendidikan, dukungan sosial, dan kondisi keluarga). Subjek AJ mengalami kepercayaan diri yang rendah dan perasaan putus asa akibat kombinasi dari keterbatasan fisik, tekanan sosial, dan kondisi ekonomi keluarga. Perasaan putus asa ini mencerminkan kondisi psikologis yang mendalam, ditandai dengan hilangnya harapan serta ketidakmampuan melihat masa depan secara positif.

DAFTAR PUSTAKA

- Allo, E. A. T. (2022). Penyandang disabilitas di Indonesia. *NUSANTARA: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 9(3), 807-812.
- Amaliah, N. (2022). Peningkatan kepercayaan diri penyandang disabilitas melalui



- pelatihan berbasis psikologi positif. *Amaliah: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 45–52.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. International Universities Press.
- Franklin, J. C., Ribeiro, J. D., & Nock, M. K. (2017). Risk factors for suicidal thoughts and behaviors. *Annual Review of Clinical Psychology*, 13, 338–358.
- Ghufron, M. N., & dkk. (2010). *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media
- Januaripin, M. (2024). Kepercayaan Diri Sebagai Prediktor Prestasi Akademik Siswa. *KAMALIYAH: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 2(1), 114-128.
- Kementerian Sosial Republik Indonesia. (2024). *Profil dan tugas Kementerian Sosial Republik Indonesia*. Kementerian Sosial RI. <https://www.kemensos.go.id/profil>
- Kusuma, R. (2018). Building self-confidence through social support and education in physically disabled youth. *Indonesian Journal of Rehabilitation Psychology*, 10(1), 45–58.
- Lauster, P. (2019). *Psikologi Kepribadian*. PT Bumi Aksara.
- Livneh, H., & Antonak, R. F. (2005). Psychosocial adaptation to chronic illness and disability: A primer for counselors. *Journal of Counseling & Development*, 83(1), 12-20.
- Permana, A., Putra, A. R., & Prasetyo, M. B. (2021). Sifat Mudah Putus asa Sifat Mudah Putus Asa Pada Mahasiswa Salah Tujuan. *Jurnal Psikologi Islam*, 8(1).
- Rosalina, T. A., & Apsari, N. C. (2020). Dukungan sosial bagi orang dengan disabilitas netra dalam pencapaian prestasi di sekolah luar biasa. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(2), 414.
- Santrock, J. W. (2019). *Life-span development* (11th ed.). McGraw-Hill.
- Seligman, M. E. P. (1975). *Helplessness: On depression, development, and death*. W. H. Freeman.
- Smith, A., & Jones, B. (2020). The impact of positive reinforcement on self-confidence among adolescents with physical disabilities. *Journal of Disability Studies*, 15(3), 112–125.
- Sudarwati, E. (2016, 24 November). *Kebijakan penanganan penyandang disabilitas personel Kemhan dan TNI*. Pusat Rehabilitasi, Kementerian Pertahanan Republik Indonesia. Diakses dari <https://www.kemhan.go.id/pusrehab/2016/11/24/artikel-kebijakan-penyandang-disabilitas.html>
- Widinarsih, D. (2019). Penyandang disabilitas di indonesia: perkembangan istilah dan definisi. *Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial*, 20(2), 127-142.

