



Peran Psikolog dalam Pemberian Terapi Psikologi Terhadap Problem Remaja Tuna Daksa

Nurul Aulyah¹, Nurus Sa'adah²

¹ Bimbingan dan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta, Indonesia

² Bimbingan dan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta, Indonesia

*Corresponding Author: 21200012068@student.uin-suka.ac.id

Abstract

Physical impairment is a condition of someone who is physically imperfect like humans in general. The lack of limbs experienced by disabled teenagers will cause them to think negatively about themselves, feel embarrassed and lack self-confidence, thus limiting interactions and withdrawing from their environment, even to the point of having serious effects in the form of depression and negative psychological impacts for people with disabilities. Based on data from BAPPEDA Yogyakarta regarding problems with social welfare and social facilities, the number of physically disabled people from 2020, 2021, to 2022 continues to increase, in 2020 there were 6,488 people, in 2021 the number was 7,630 and in 2022 it reached 8,121 people. Due to the complexity of the problems faced by disabled people, psychological guidance is one of the therapies that can be provided to help disabled teenagers in the recovery process to live in balance with their friends and environment by providing enthusiasm to hone their potential, and assisting in formation of self-concept. As time goes by, providing guidance to people with disabilities produces results in feeling comfortable, enthusiastic about accepting shortcomings and developing the potential of each individual.

Keywords: Psychological Therapy, Disabled People, Problems with Disabled People

Abstrak

Tuna daksa merupakan kondisi seseorang yang memiliki fisik yang tidak sempurna seperti manusia pada umumnya. kekurangan anggota tubuh yang dialami oleh remaja tuna daksa akan berpikir negatif terhadap dirinya merasa malu dan kurang percaya diri sehingga membatasi interaksi dan menarik dari lingkungannya bahkan sampai memberikan efek yang serius berupa depresi dan dampak negatif secara psikologis bagi penyandang disabilitas. Berdasarkan data dari BAPPEDA Yogyakarta mengenai masalah penyandang kesejahteraan sosial dan sarana sosial, jumlah penyandang tuna daksa dari tahun 2020, 2021, hingga 2022 terus mengalami peningkatan data di tahun 2020 sebanyak 6.488 orang, tahun 2021 jumlahnya 7.630 dan pada tahun 2022 mencapai 8.121 orang. Maka dari itu Kompleksnya permasalahan yang dihadapi oleh penyandang disabilitas tuna daksa, bimbingan psikologis menjadi salah satu terapi yang dapat di berikan dalam membantu remaja tuna daksa dalam proses pemulihan untuk hidup seimbang dengan teman dan lingkungannya dengan memberikan semangat untuk mengasah potensi yang dimiliki, dan membantu dalam pembentukan konsep diri. Dengan berjalaninya waktu pemberian bimbingan pada penyandang disabilitas memberikan hasil dengan merasa kenyamanan, semangat dapat menerima kekurangan dan mengembangkan potensi yang dimiliki setiap individu.

Kata Kunci: Terapi Psikologi, Tuna Daksa, Problem Tuna Daksa

DOI:

10.35719/ijdr.vxix.xxxx

PENDAHULUAN

Tuna daksa merupakan suatu keadaan dimana seseorang mengalami keadaan terganggu atau mengalami kerusakan sebagian akibat gangguan bentuk dari hambatan otot, sendi, serta tulang dalam keadaan fungsi normalnya. Tingkat gangguan dari tuna daksa itu juga dikelompokkan menjadi tiga jenis yaitu ada yang ringan, sedang dan berat, dimana seseorang yang mengalami kecacatan sejak lahir itu sangat memengaruhi kondisi psikologis dari penyandang tuna daksa itu sendiri dengan menarik



diri dari lingkungan sekitarnya karena malu dengan teman-teman sebayanya yang bisa dikatakan fisiknya sempurna (Rilla Sovitriana dkk, 2022).

Berdasarkan data dari BAPPEDA Yogyakarta mengenai masalah penyandang kesejahteraan sosial dan sarana sosial, diketahui jumlah penyandang tuna daksa dari tahun 2020, 2021, hingga 2022 mengalami peningkatan. Peningkatan tersebut dapat dilihat dari data di tahun 2020 sebanyak 6.488 orang penyandang tuna daksa, pada tahun 2021 jumlahnya mencapai 7.630 orang. Serta di tahun 2022 mencapai 8.121 orang.

Masa remaja sebagai masa dimana proses pencarian jati dirinya, remaja akan merasa malu bahkan sampai depresi karena mereka gagal memiliki tubuh seperti orang normal pada umumnya serta mereka berfikir bahwa hidup ini tidak adil bagi mereka maka dari itu pentingnya bimbingan psikologis untuk membantu remaja tersebut agar mereka menganggap bahwa apa yang diberikan merupakan suatu bentuk kesyukuran bahkan menjadikan semangat hidup dengan mengasah potensi yang dimiliki dengan segala keterbatasan yang mereka miliki.

Penelitian dari Femita Adelina dkk pada tahun 2018, mengatakan bahwasanya dengan menjadi tuna daksa akan memberikan dampak negatif secara psikologis bagi para penyandang disabilitas maka dari itu penyandang tuna daksa itu sering merasa lebih rendah dibanding orang normal pada umumnya, karena mereka merasa kondisi yang dialami akan membuat tidak bahagia serta menghambat jalan bagi sesama tuna daksa untuk mencapai kesejahteraan dalam hidupnya (Femita Adelina dkk, 2018). Kemudian pada penelitian Rilla Sovitriana dkk, pada tahun 2021, mengatakan bahwa orang yang mengalami tuna daksa akan membuat si penderita menjadi rendah kepercayaan dirinya sehingga munculah sifat malu, kebingungan, gugup, serta akan menghambat pergaulan sosial mereka di lingkungan masyarakat mereka tinggal karena dengan merasa rendah diri secara berlebihan akan mendatangkan kesulitan pada diri individu sehingga mereka akan menarik diri dari lingkungan sosialnya dengan gangguan psikologis yang mereka alami akan membuat merasa sensitif, gangguan emosi bahkan banyak problem yang mereka rasakan.

Selanjutnya pada penelitian Ira Febriani di tahun 2018, mengatakan bahwa masa remaja sebagai masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa pada periode ini akan menjadikan perubahan-perubahan besar mengenai kematangan serta fungsi-fungsi dari ruhaniah, jasmaniah bahkan fungsi seksualnya, remaja yang mengalami tuna daksa akan mengalami kesulitan untuk menerima keadaan fisiknya karena kondisi fisik yang mereka miliki jauh dari kata normal, mereka akan membuat dirinya mundur bahkan sulit menerima dengan konsep diri yang bersifat negatif, menarik diri dari lingkungan, cemas, rendah diri, serta agresif (Ira Febriani, 2018).

Pentingnya peran psikolog dalam pemberian bantuan terapi psikologis terhadap remaja tuna daksa agar apa yang menjadi problem yang mereka alami dengan berbagai proses-proses yang mereka harus lalui agar apa yang mereka alami saat ini akan mengubah menjadi sesuatu yang positif dimana yang akan datang dengan belajar untuk mau menerima dirinya sendiri, karena dengan mampu menerima dan mengenal dirinya sendiri akan menjadi kebiasaan untuk mampu mengendalikan emosi, mampu menikmati segala sesatu yang pernah terjadi pada dirinya dengan bimbingan psikologis para tuna daksa diajarkan untuk selalu berpikir positif, tidak terbebani dengan kecemasan, rasa malu, bahkan mereka diajarkan untuk berusaha untuk mau menerima kelebihan dan kekurangan yang mereka miliki.

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk mengkaji tentang bagaimana peran psikolog dalam memberikan terapi psikologis terhadap remaja penyandang tuna daksa di Balai penyandang disabilitas di Yogyakarta.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode *systematic literature review* (SLR). Dimana dengan menggunakan metode ini peneliti dapat melakukan dengan *review* terkait mengenai jurnal-jurnal terdahulu yang membahas tentang menjadi pokok penelitian yang ingin dikembangkan. Data- data yang dikumpulkan oleh peneliti jurnal yaitu membahas tentang bentuk pengembangan sistem informasi yang terbaru.

Penelitian menggunakan systematic literatur review (SLR) sebagai istilah yang sering digunakan untuk merujuk pada metodologi penelitian atau riset tertentu dan bentuk pengembangannya juga dilakukan dengan mengumpulkan serta mengevaluasi penelitian yang terkait dengan fokus yang akan dibahas (E. Triandin dkk, 2019).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini berfokus pada kondisi psikologis remaja tuna daksa.

a. Problem Psikologis Remaja Tuna Daksa

1. Merasa Malu

Remaja tuna daksa akan merasa malu dengan kondisi tubuh yang mereka miliki dengan kondisi fisik yang tidak sempurna serta merasa minder dan bingung harus berbuat apa agar orang lain dapat menerima kehadiran dirinya karena sering beranggapan mereka akan mendapatkan bulian dari teman-teman hal ini akan membuat psikologis dari penderita lebih banyak berdiam diri di rumah agar mereka aman dari hinaan serta bahan tertawaan dari teman-teman (Nur Edilatul Umma, 2021). Kesulitan yang dialami oleh remaja tuna daksa ini muncul karena pengaruh perkembangan yang negatif sehingga remaja yang mengalami tuna daksa akan mengalami hambatan dalam berhubungan sosial.

2. Menarik diri dari lingkungan sekitar

Seseorang yang mengalami tuna daksa/ cacat fisik merasa dirinya terasingkaan dari lingkungan sosialnya karena mereka beranggapan bahwa mereka beda dengan yang lain sehingga menarik diri dari lingkungan sosialnya karena takut direndahkan, dikucilkan, bahkan diasingkan. Serta tuna daksa itu sendiri merasa bahwa tidak mampu dan menjadi lemah yang mengakibatkan mereka sulit untuk menyesuaikan dirinya, kepercayaan dirinya hilang, mudah marah, serta mengalami frustasi berat (Jumriati Laora, 2016). Keterbatasan yang dimiliki oleh remaja tuna daksa menyebabkan menarik diri dari lingkungan, sosialnya karena masalah sosial yang dialami pada saat ini yaitu sulit untuk mencapai tujuan hidup (goal). Perasaan rendah diri, menyatakan bahwa perasaan seringkali mereka rasakan hingga sekarang. Perasaan rendah diri yang dimiliki ini kemudian membuat mereka mengalami kecemasan sosial yang membuat beberapa orang menarik diri dari lingkungan, dari pergaulan, hingga kesulitan dalam melakukan adaptasi dengan lingkungan sekitarnya.

3. Mengalami depresi

Penyandang tuna daksa akan mengalami keadaan depresi karena penyakit yang dideritanya dimana mereka tidak mau menerima bentuk tubuh yang tidak sempurna sehingga mereka seringkali menghina dirinya sendiri, memandang kehidupan tidak adil untuk dirinya sendiri, sering melakukan sesuatu yang yang menyebabkan orang lain rendah kepadanya. Penyandang yang mengalami depresi akan meningkatkan kecemburuan pada dirinya, serta selalu merasa tertekan aka napa yang dimiliki oleh orang lain dan pada gejala ini membuat penderita merasa berfikir negatif tentang dirinya sendiri (Endah Fajri Arianti dan Partini, 2017). Remaja tuna netra kesulitan untuk mengungkapkan perasaan emosi yang sedang mereka rasakan se-

hingga hal tersebut yang membuat psikologis mereka menjadi terganggu dan merupakan sesuatu yang negatif untuk dirinya sendiri jika terus menerus memikirkan keadaan yang mereka rasakan. Masa remaja sebagai masa transisi dari kanak-kanak menuju dewasa. Perkembangan emosi yang dimiliki mereka akan sering menunjukkan emosi yang sensitive, labil, bahkan temperamental. Ditahap seperti ini yang membuat mereka kesulitan untuk menerima keadaan hidupnya sehingga hal ini dapat memicu terjadinya depresi, dimana depresi itu sendiri bagian dari penyakit yang sangat serius, dampak dari depresi itu sendiri perlu penangan yang lebih serius karena akan berdampak negatif serta terganggunya penyesuaian diri.

1. Terapi Psikologi Pada Remaja Tuna Daksa

a. Pelatihan Pendekatan Pengalaman

Pelatihan yang diberikan kepada remaja tuna daksa ini berupa pengalaman untuk membangkitkan tindakan dari pengalaman hidup dari individu serta dimodifikasi secara terus menerus untuk meningkatkan keefektifan tersebut. Bentuk terapi ini sebagai proses penerimaan diri dengan bertujuan agar remaja tersebut dapat mengetahui bentuk dari dirinya sendiri, kelebihan, keleahan, bahkan potensi yang mereka miliki (Khabibah Solikhah dkk, 2014).

Metode yang digunakan dalam pelatihan ini psikolog memberikan pengarahan kepada remaja agar remaja tersebut tidak larut masalah yang mereka miliki. Dimana remaja tersebut belajar menerima keadaan dirinya dan menganggap bahwa mereka sama dengan manusia normal pada umumnya, metode yang diberikannya itu berupa metode ceramah, *role mode*, simulasi permainan, bahkan pemutaran video mengapa dilakukan hal demikian agar remaja tersebut tidak merasa sendiri dan selalu berfikir positif bahwa banyak orang diluar sana seperti mereka maka dari itu mereka juga harus menjadi pribadi yang lebih baik lagi kedepannya tanpa perlu mengkhawatirkan kondisi fisik yang mereka miliki.

b. Terapi *Husnuzan*

Terapi yang digunakan psikolog juga menggunakan terapi mengenai kebermaknaan yang baik terhadapi diri sendiri dimana dalam ayat Allah dijelaskan bahwa melarang makhluknya ragu-ragu ataupun berfikiran negatif. Pada terapi ini bentuk pengobatannya menggunakan panutan agama. Pengobatan dalam terapi psikis ini dengan cara mengubah cara berfikir dari setiap individu yang dapat menghilangkan prasangka serta emosi yang ada dalam diri, dan pada konsep terapi ini dapat mengurangi rasa minder, kurang percaya diri, menutup diri dari lingkungan sosial dan psikolog juga berupaya untuk selalu menguatkan keyakinan pada remaja bahwa pertolongan Allah pasti selalu ada dimana yang kita harus lakukan yaitu dengan ikhtiar, doa, pasrah, serta mengambil hikmah permasalahan yang sedang mereka alami (Nur Fadilatul Umma, 2021).

Terapi husnuzan ini bentuk terapi dalam anjuran Islam mereka senantiasa berusaha ajarkan untuk selalu dekat dan taat pada sang pencipta agar hati, pikiran menjadi tenang, walaupun mereka memiliki permasalahan psikologis mengenai kondisi fisik yang dimiliki selalu menjadikan pelajaran bahwa apa yang menimpa mereka hanyalah sementara dan selalu berfikir positif bahwa sang pencipta tidak pernah menguji hambanya diluar batas dari kemampuan yang mereka miliki.

c. Terapi Pembinaan Demokratis

Pola pembinaan terapi yang diberikan psikolog dapat membuat remaja menjadi leluasa untuk menyampaikan segala sesuatu yang menjadi problem mereka selama ini tanpa mengalami rasa takut, serta suatu bentuk keleluasaan yang diberikan oleh orang tua terhadap

remaja agar terapi ini tetap ada control dan pembatasan norma yang ada (Rosi Maria Ulfah, Tontowi Jaubari, Dkk, 2020).

Pola demokratis yang semakin meningkat dapat membuat para penyandang lebih meningkatkan kepercayaan dirinya lagi, sudah sepenuhnya menerima kondisi mereka, meski pada umumnya mereka harus terus menerus diberikan arahan, dorongan, serta motivasi agar mendapatkan semangat yang tinggi serta kemauan untuk menjadi lebih baik lagi dengan mudah bergaul, percaya diri, serta dapat bersosialisasi di lingkungan mereka tinggal. Remaja penyandang juga mampu untuk bertindak mandiri, mengambil keputusan dengan benar, dan dapat mengontrol segala sesuatu yang buruk pada dirinya.

Maka dari itu dengan terapi-terapi yang diterapkan oleh psikolog terhadap penyandang disabilitas bentuk keberhasilan yang mereka alami sangat memerlukan bantuan dari dukungan keluarga para penyandang, serta pola asuh dan pengalaman dalam melakukan interaksi di lingkungan.

b. Pembahasan

Tuna Daksa

Tuna daksa sebagai gangguan ataupun kerusakan pada otot, tulang dan persendirian yang dapat mengakibatkan gangguan koordinasi, komunikasi, adaptasi, dan mobilisasi. Seseorang yang mengalami keterbatasan motorik fisik dapat memengaruhi gambaran diri dari seseorang. Serta tuna daksa juga sebagai kecacatan kondisi fisik dimana hal tersebut merupakan bawaan dari lahir (Ayu Anita Andriati Putri, 2018)

Remaja penyandang tuna daksa kerap memperoleh tekanan sehingga mereka sering berpikir negative terhadap dirinya kedepan. Maka dari itu mereka perlu afirmasi positif dari psikolog agar mereka mampu untuk menumbuhkan Kembali rasa percaya diri, rasa aman, serta mampu untuk beradaptasi dalam diri maupun diluar lingkungannya. Bentuk permasalahan psikologis yang sering dihadapi oleh remaja penyandang tuna daksa karena mereka kesulitan untuk menjalani berbagai aktivitas.

KESIMPULAN

1. Remaja penyandang tuna daksa akan merasa menarik diri dari lingkungan sekitar karena bentuk fisik yang tidak sempurna hal tersebut yang membuat kondisi psikisnya menjadi terganggu karena sering berpikir negative terhadap dirinya sendiri dan menganggap bahwa mereka tidak dapat melakukan apa-apa tanpa bantuan dari orang lain serta sering berpikiran bahwa mereka hidup di dunia itu pasti akan merepotkan lingkungannya
2. Terapi yang diberikan psikolog terhadap kondisi psikologis yang dialami oleh remaja tuna daksa sangat membantu dalam proses problem yang sedang dialami dengan berjalannya waktu remaja penyandang tersebut sudah merasa nyaman akan kondisi fisiknya dan mereka lebih bersemangat karena yang menjadi problemnya selama ini dapat diatasi secara perlahan seperti sudah mau menerima bentuk keberadaan dirinya dan mampu bergaul dengan lingkungan sekitarnya, para psikolog di balai penyandang disabilitas terus melakukan terapi secara menyeluruh karena peran psikolog ini sangat dibutuhkan dalam proses pemulihan para psikolog harus memiliki konsep diri yang ramah, menyenangkan, nyaman, suka menolong, dan sabar menghadapi para kliennya

DAFTAR PUSTAKA

Adelina Femita, Dkk (2018) “Bagaimana Agar Penyandang Tuna Daksa Mampu Menjadi Pribadi Yang Bahagia?” *Jurnal Sains Psikologi*, 7.2.

Anita Andriati Ayu Putri, (2018) Pengaruh Resilesnsi Terhadap *Self Estem* Pada Remaja Penyandang Tuna Daksa Perolehan. *Skripsi*. h.9.

Fadilatul Nur Umma, *Bimbingan Konseling Islam Dengan Terapi Husnuzan Untuk Memodifikasi Perilaku Emosi Negatif Seorang Anak Tunadaksa Di Desa Wedoro Waru Sidoardjo*, Skripsi.,h. 41

Febriani Ira, (2018) “Penerimaan Diri Pada Remaja Penyandang Tuna Daksa” *Jurnal Psikoborneo* 6.1

Laora Jumriati, (2016) Konsep Diri Penyandang Tuna Daksa Di Kota Pekan Baru, *JOM FISIP* 3.2

Maria Rosi Ulfah, Tontowi Jaubari, Dkk. (2020) Pola Pembinaan Kepercayaan Diri Penyandang Disabilitas Daksa. *Jurnal Bina Al-Ummah* 5.1.

Partini Endah Fajri Arianti, (2017), Tingkat Depresi Ditinjau Dari Latar Belakang Penyebab Kecacatan Pada Penyandang Tuna Daksa, *Jurnal Ilmiah Psikologi* 2.2.

Salmah Lilik Khabibah Solikhah, ,Dkk. (2014) Pengaruh Pelatihan Diri Terhadap Peningkatan Kebermaknaan Remaja Tunadaksa Karena Kecelakaan, *Jurnal Candra Jiwa* 3.1.

Sovitriana Rilla, Dkk (2021) “Terapi Realitas Teknik WEDP Untuk Meningkatkan Kepercayaan Warga Binaan Sosial Penyandang Tuna Daksa Jakarta” *Jurnal Psikologi Inovatif* 1.1.

Triandini E., S.Jayanatha,Dkk, 2019 Metode Systematic Literatur Review Untuk Identifikasi Platform dan Metode Pengembangan Sistem Informasi di Indonesia. *Indonesian Journal Of Information Systems (IJIS)*1.2.