

Penerapan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri pada Penyandang Disabilitas Fisik

Luthfiah Alin¹, Neni Noviza²

^{1,2} Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, Indonesia

Corresponding Author:  luthfiahalin015@gmail.com

ABSTRACT

ARTICLE INFO

Article history:

Received
July 10, 2025
Revised
November 02,
2025
Accepted
December 11,
2025

This study aims to explore the self-adjustment of individuals with physical disabilities at Sentra Budi Perkasa Palembang and to examine how group counseling can be applied to improve their self-adjustment. A qualitative field-research approach was employed, with data collected through observation, group counseling sessions, in-depth interviews with a social worker and individuals with physical disabilities, and documentation review. The research subjects consisted of one social worker and five individuals with physical disabilities. Data were analyzed using data reduction, data display, and conclusion drawing/verification. The findings indicate that the subjects showed low levels of self-adjustment on the personal dimension, characterized by limited self-acceptance, difficulty in emotional regulation, and the absence of clear life goals, as well as on the social dimension, marked by limited interaction, low empathy, and minimal group participation. Group counseling was implemented through four stages—forming, transition, working, and termination—and proved effective in improving both the personal and social self-adjustment of individuals with physical disabilities. These findings support the growing body of evidence that structured, group-based psychosocial interventions are a viable strategy for supporting adjustment among individuals with disabilities.

Keywords: *Group Counseling, Physical Disabilities, Self-Adjustment.*

How to cite

Alin, L., & Noviza, N. (2025). Penerapan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri pada Penyandang Disabilitas Fisik. *Journal of Society Counseling*, 3(3). DOI: <https://doi.org/10.59388/josc.v3i3.741>

Journal Homepage

<https://journal.scidacplus.com/index.php/josc>

This is an open-access article under the CC BY-SA license

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

Published by

ScidacPlus

PENDAHULUAN

Setiap manusia mendambakan kondisi fisik yang sempurna, namun pada kenyataannya tidak semua individu terlahir atau menjalani kehidupan dengan kondisi tersebut. World Health Organization mendefinisikan disabilitas sebagai keterbatasan dalam melakukan aktivitas sehari-hari akibat gangguan psikologis, fisiologis, maupun anatomis, sedangkan penyandang disabilitas dipahami sebagai individu dengan keterbatasan jangka panjang yang menghambat partisipasi penuh dan setara dalam kehidupan bermasyarakat. Isu ini menjadi perhatian global, terlihat dari masih tingginya kebutuhan rehabilitasi yang belum terpenuhi pada individu dengan gangguan fisik maupun neurologis di berbagai negara (Andelic et al., 2021).

Kementerian Sosial RI (2005) mencatat bahwa penyebab disabilitas fisik dapat dikelompokkan ke dalam tiga faktor utama, yaitu kecelakaan (peperangan, kerusakan, kerja, maupun lalu lintas), kondisi bawaan sejak lahir, termasuk faktor genetik, dan penyakit seperti polio, kusta, maupun diabetes (Prezelia, Suryati, & Noviza, 2023). Terlepas dari penyebabnya, penyandang disabilitas fisik dihadapkan pada tugas psikologis yang tidak ringan, yaitu menerima kondisi diri secara utuh. Lintasan psikologis dalam proses penyesuaian terhadap disabilitas bersifat heterogen; sebagian individu menunjukkan resiliensi, sementara sebagian lain rentan mengalami depresi maupun distress berkepanjangan pascacedera atau amputasi (McGiffin, 2020). Rosales (2017) turut menegaskan bahwa dampak psikologis dan sosial dari penyakit maupun disabilitas dapat memengaruhi identitas diri, relasi sosial, hingga kualitas hidup secara menyeluruh apabila tidak disertai dukungan yang memadai.

Menurut pendapat Sheerer, aspek penerimaan diri mencakup keyakinan terhadap kemampuan diri, merasa sejajar dengan individu lain, memiliki prinsip, bertanggung jawab, berpikir terbuka, mampu menerima pujian maupun kritik, serta menyadari keterbatasan yang ada. Dengan demikian, meski memiliki kekurangan, individu tetap dapat menjalani hidup secara lebih bermakna dan bermanfaat. Setiap individu memiliki potensi, hak, dan kewajiban yang sama, meskipun diciptakan dengan kelebihan dan kekurangan masing-masing. Perspektif Islam turut menegaskan hal ini sebagai bagian dari kesempurnaan penciptaan Allah SWT, sebagaimana termaktub dalam Surah Al-Fath ayat 17.

لَيْسَ عَلَى الْأَعْمَى حَرْجٌ وَلَا عَلَى الْأَعْرَجِ حَرْجٌ وَلَا عَلَى الْمَرِيضِ حَرْجٌ وَمَنْ يُطِيعِ اللَّهَ وَرَسُولَهُ
يُدْخِلْهُ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ وَمَنْ يَتَوَلَّ يُعَذِّبْهُ عَذَابًا أَلِيمًا ﴿١٧﴾

Artinya: “Tidak ada dosa atas orang-orang yang buta, orang-orang yang pincang, dan orang-orang yang sakit (apabila tidak ikut berperang). Siapa yang taat kepada Allah dan Rasul-Nya, Allah akan memasukkannya ke dalam surga yang mengalir di bawahnya sungai-sungai. Namun, siapa yang berpaling, Allah akan mengazabnya dengan azab yang pedih” (QS. Al-Fath [48]: 17).

Bagi penyandang disabilitas fisik, tantangan yang dihadapi bersifat multidimensional, meliputi aspek fisik, psikologis, dan sosial sekaligus. Ketidakmampuan melakukan aktivitas secara mandiri kerap memunculkan perasaan rendah diri, ketergantungan, serta hambatan dalam membangun relasi sosial (Conner et al., 2023). Kondisi ini sejalan dengan temuan bahwa dukungan psikoterapi yang afirmatif dan sensitif terhadap pengalaman disabilitas sangat dibutuhkan agar individu mampu menjalani proses adaptasi secara sehat. Penyesuaian diri, menurut Kartono, merupakan upaya individu meraih kedamaian dan kesejahteraan, baik pada diri sendiri maupun pada lingkungannya, sehingga individu mampu berperilaku secara adaptif terhadap tuntutan lingkungan, termasuk lingkungan sosial di sekitarnya.

Berbagai upaya intervensi psikososial telah dikembangkan untuk membantu penyandang disabilitas melewati proses penyesuaian diri tersebut. Konseling kelompok merupakan salah satu bentuk intervensi psikososial yang terbukti membantu individu mengeksplorasi permasalahan, membangun keterampilan interpersonal, serta memperoleh dukungan sosial dari sesama anggota kelompok yang memiliki pengalaman serupa (Habsy, Zain, Masruroh, & Mukti, 2024). Pendekatan berbasis kelompok dinilai relevan bagi penyandang disabilitas fisik karena mampu menciptakan ruang aman untuk berbagi pengalaman, mengurangi rasa terisolasi, dan memperkuat rasa keterhubungan antaranggota (Livneh, Wilson, & Pullo, 2017). Tinjauan cakupan (scoping review) terhadap berbagai intervensi terapi kelompok psikososial bagi pasien dengan disabilitas

fisik juga menegaskan bahwa efektivitas program semacam ini sangat dipengaruhi oleh kualitas implementasi, termasuk kesiapan fasilitator dan keberlanjutan sesi (Steinberg et al., 2023).

Dukungan empiris lain memperkuat urgensi tema ini. Terapi kelompok berbasis kognitif-perilaku terbukti efektif menurunkan gejala depresi dan gangguan penyesuaian pada pasien dengan kondisi fisik kronis yang sedang menunggu terapi individual (Ruesch, Helmes, & Bengel, 2017). Pada populasi lain, intervensi psikologis berbasis rumah (home-based) terbukti meningkatkan resiliensi komunitas pada individu dengan disabilitas fisik (Hussain & Khalily, 2024), sementara konseling suportif berbasis teknologi turut menunjukkan hasil positif dalam menurunkan kecemasan terhadap kesehatan dan meningkatkan penerimaan kondisi pada pasien dengan penyakit kronis (Pasyara, Sam, Rivaz, & Nazarinia, 2023). Temuan-temuan ini menegaskan bahwa intervensi psikososial, termasuk konseling kelompok, memiliki peran penting dalam mendukung proses adaptasi psikologis penyandang disabilitas maupun individu dengan kondisi kesehatan kronis lainnya (Coyne et al., 2023; G, S, P, & Das, 2024).

Meskipun demikian, akses terhadap layanan konseling yang berorientasi pada disabilitas masih terbatas, sementara kompetensi konselor dalam menangani isu-isu spesifik disabilitas juga belum merata (Öksüz & Brubaker, 2025; Bishop et al., 2024). Tinjauan sistematis terhadap intervensi konseling rehabilitasi turut menunjukkan bahwa meskipun berbagai model intervensi telah dikembangkan, bukti mengenai efektivitasnya pada populasi disabilitas fisik—khususnya di negara berkembang—masih relatif terbatas (Matthews, McLennan, Jessup, Pebdani, & Bloom, 2025). Kesenjangan inilah yang mendasari pentingnya penelitian lapangan mengenai penerapan konseling kelompok pada penyandang disabilitas fisik di Indonesia, khususnya dalam konteks lembaga rehabilitasi sosial seperti Sentra Budi Perkasa Palembang.

Berdasarkan hasil observasi awal peneliti di Sentra Budi Perkasa Palembang, ditemukan bahwa sebagian besar penyandang disabilitas fisik mengalami kesulitan menyesuaikan diri, baik secara pribadi maupun sosial, ditandai dengan rendahnya penerimaan diri, hambatan adaptasi dengan lingkungan sosial, serta ketergantungan pada orang lain. Kondisi ini menunjukkan bahwa penyandang disabilitas fisik membutuhkan dukungan yang tepat untuk mengembangkan kemampuan penyesuaian diri mereka. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi penerapan konseling kelompok sebagai upaya meningkatkan penyesuaian diri—baik pada aspek pribadi maupun sosial—pada penyandang disabilitas fisik di Sentra Budi Perkasa Palembang, sekaligus memberikan kontribusi empiris bagi pengembangan model intervensi psikososial berbasis kelompok di lembaga rehabilitasi sosial di Indonesia.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian lapangan (*field research*). Pendekatan kualitatif dipilih karena menghasilkan data naratif berupa kata-kata tertulis dan deskripsi perilaku subjek penelitian, serta memungkinkan peneliti memahami fenomena penyesuaian diri penyandang disabilitas fisik dalam konteks alamiahnya secara mendalam.

Penelitian dilaksanakan di Sentra Budi Perkasa Palembang, yang beralamat di Jalan Sosial No. 441 Km 5, Suka Bangun, Kecamatan Sukarami, Kota Palembang, Sumatera Selatan, pada periode 5 Mei–5 Juni 2025. Subjek penelitian terdiri atas satu orang pekerja sosial dan lima orang penyandang disabilitas fisik yang menjadi peserta program konseling kelompok.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui tiga cara, yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi. Observasi dilakukan secara sistematis terhadap perilaku penyesuaian diri subjek selama proses konseling berlangsung. Wawancara dilakukan secara mendalam dengan pekerja sosial pendamping dan subjek penyandang disabilitas fisik untuk menggali informasi terkait

proses dan hasil konseling kelompok. Dokumentasi digunakan untuk melengkapi data observasi dan wawancara, meliputi catatan sesi, dokumen kelembagaan, serta foto kegiatan.

Analisis data dilakukan melalui tiga tahap, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan/verifikasi. Reduksi data dilakukan dengan memilah informasi yang relevan dengan fokus penelitian; penyajian data dilakukan secara naratif per tahapan konseling kelompok; dan penarikan kesimpulan dilakukan dengan mengaitkan temuan lapangan dengan kajian teoretis dan penelitian terdahulu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil identifikasi masalah dalam penggalian informasi mengenai peningkatan penyesuaian diri pada penyandang disabilitas fisik di Sentra Budi Perkasa Palembang, dapat disimpulkan bahwa subjek menghadapi berbagai hambatan dalam proses penyesuaian diri, baik dari aspek psikologis, sosial, maupun lingkungan. Beberapa permasalahan utama yang teridentifikasi meliputi kurangnya rasa percaya diri, keterbatasan dalam interaksi sosial, stigma dari masyarakat, serta minimnya dukungan psikososial yang berkelanjutan. Keterbatasan fasilitas pendukung dan kurang optimalnya program pemberdayaan turut menjadi faktor yang menghambat proses penyesuaian diri. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang relevan dan berkelanjutan melalui bimbingan, pelatihan keterampilan, serta penguatan dukungan sosial dan lingkungan yang inklusif, agar penyandang disabilitas fisik dapat mengembangkan potensi diri dan mencapai kesejahteraan yang optimal.

Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi terhadap satu orang pekerja sosial dan lima penyandang disabilitas fisik. Proses konseling kelompok dilaksanakan dalam empat tahap, yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran, yang diuraikan pada empat pertemuan berikut.

Pertemuan Pertama

Pertemuan pertama konseling kelompok dimulai dengan suasana hangat dan penuh rasa penasaran. Konselor membuka sesi dengan salam dan doa, kemudian memperkenalkan diri sehingga suasana menjadi lebih terbuka. Anggota kelompok saling memperkenalkan diri; meski sebagian masih tampak malu-malu, sapaan hangat dan sikap saling mendengarkan menumbuhkan rasa keterhubungan awal antaranggota. Konselor menjelaskan tujuan sesi, yaitu meningkatkan penyesuaian diri, dan bersama anggota menyepakati aturan kelompok, seperti tata cara berbicara, menghargai pendapat orang lain, menjaga kerahasiaan, dan bersikap terbuka.

Pada tahap peralihan, konselor mengajak anggota melakukan kegiatan *ice breaking* sehingga suasana menjadi lebih santai; rasa canggung mulai berkurang dan digantikan oleh interaksi yang lebih aktif. Memasuki tahap kegiatan, konselor memandu diskusi dan memberikan ruang aman bagi anggota untuk mengungkapkan perasaan serta masalah penyesuaian diri yang dialami. Ekspresi empati mulai muncul antaranggota ketika salah satu anggota berbagi pengalaman, dan diskusi bergeser ke arah identifikasi pikiran negatif serta cara membangun kepercayaan diri. Pada tahap penutup, konselor merangkum hasil diskusi, menegaskan pentingnya penyesuaian diri dalam kehidupan sehari-hari, memberikan motivasi, dan menyusun rencana bersama untuk sesi berikutnya.

Pertemuan Kedua

Pertemuan kedua diawali dengan sapaan hangat dan refleksi singkat mengenai hal-hal positif yang telah dialami anggota sejak pertemuan sebelumnya, dilanjutkan dengan doa

pembuka. Pada tahap kegiatan, diskusi difokuskan pada aspek penyesuaian pribadi, meliputi indikator penerimaan diri, kemampuan menerima kenyataan, kontrol diri, dan pengarahan diri ke arah yang positif. Melalui pertanyaan reflektif dari konselor, anggota mulai membuka diri dan berbagi pengalaman terkait kesulitan menerima kondisi diri akibat tekanan lingkungan, ekspektasi yang tinggi, maupun kegagalan di masa lalu.

Konselor menegaskan bahwa menerima diri bukan berarti menyerah pada keadaan, melainkan menjadi sadar dan jujur terhadap diri sendiri agar mampu tumbuh secara realistis dan sehat. Sejalan dengan prinsip bahwa penerimaan diri merupakan fondasi penting dalam proses adaptasi psikologis pascadisabilitas (McGiffin, 2020). Melalui diskusi interaktif dan simulasi peran, anggota diajak mengenali bentuk kontrol diri yang sehat, seperti mengelola impuls dan memilih respons yang tepat dalam situasi sulit. Pada bagian akhir sesi, anggota diajak menuliskan tujuan kecil sebagai langkah awal untuk mengarahkan diri secara sadar. Pertemuan ditutup dengan refleksi bersama dan doa penutup.

Pertemuan Ketiga

Pertemuan ketiga membahas aspek penyesuaian sosial, mencakup indikator menjalin hubungan baik, memiliki simpati, mengapresiasi individu lain, serta aktif dan mampu berinteraksi dengan baik. Perhatian khusus diberikan pada salah satu anggota yang diketahui mengalami kesulitan berinteraksi secara sosial. Dengan pendekatan empatik dan suasana yang menjaga rasa aman, anggota tersebut secara bertahap mampu menyampaikan perasaannya, termasuk pengalaman merasa terisolasi akibat rendahnya rasa percaya diri dan kekhawatiran akan penolakan.

Respons suportif dari anggota lain memperlihatkan berkembangnya indikator hubungan interpersonal dan simpati kelompok, meskipun masih pada tahap awal. Selanjutnya, konselor mengarahkan sesi pada partisipasi kelompok dengan mengajak setiap anggota merencanakan satu kegiatan bersama untuk minggu berikutnya. Sebuah latihan yang menunjukkan peningkatan keikutsertaan dan kepercayaan diri untuk bersuara. Pola dukungan antaranggota semacam ini sejalan dengan temuan bahwa konseling kelompok efektif dalam membangun relasi interpersonal dan mengurangi rasa terisolasi pada individu dengan disabilitas fisik (Livneh, Wilson, & Pullo, 2017). Pertemuan ditutup dengan refleksi bersama dan doa penutup.

Pertemuan Keempat

Pertemuan keempat difokuskan pada pendalaman penerapan penyesuaian diri, dimulai dari penyesuaian pribadi. Anggota diajak merefleksikan nilai-nilai diri, menuliskan hal yang disukai dari diri sendiri, kesalahan yang ingin dimaafkan, serta harapan ke depan. Beberapa anggota dengan keterbatasan fisik menyatakan bahwa aktivitas ini merupakan pertama kalinya mereka benar-benar menyadari bahwa diri mereka pantas untuk diterima, meskipun masih memiliki kekurangan.

Sesi dilanjutkan dengan latihan menjalin hubungan interpersonal melalui simulasi peran (*roleplay*) dan umpan balik positif antaranggota. Anggota yang sebelumnya cenderung pendiam maupun ragu tampil mulai berani menyampaikan pikirannya dan berpartisipasi aktif dalam simulasi. Pada tahap penutup, konselor mengajak seluruh anggota melakukan refleksi bersama dan menegaskan bahwa penyesuaian diri, baik pribadi maupun sosial, merupakan proses berkelanjutan yang membutuhkan kesabaran, kesadaran, dan dukungan lingkungan.

Pembahasan

Secara umum, hasil penelitian menunjukkan bahwa gambaran penyesuaian diri pada penyandang disabilitas fisik di Sentra Budi Perkasa Palembang, baik pada aspek pribadi maupun sosial, masih berada pada tingkat yang rendah sebelum intervensi dilakukan. Pada aspek penyesuaian pribadi, subjek menunjukkan kesulitan menerima kondisi fisik, rendahnya kemampuan mengontrol emosi seperti kemarahan, frustrasi, dan keputusan, serta belum jelasnya arah tujuan hidup. Temuan ini konsisten dengan tinjauan literatur yang menunjukkan bahwa lintasan psikologis pascadisabilitas bersifat heterogen dan sebagian individu memerlukan dukungan intervensi terstruktur agar dapat bergerak ke arah penerimaan dan resiliensi, bukan sebaliknya mengarah pada depresi berkepanjangan (McGiffin, 2020; Rosales, 2017).

Pada aspek penyesuaian sosial, kemampuan subjek dalam membangun hubungan interpersonal masih beragam; sebagian mampu membangun relasi yang positif, sementara sebagian lain mengalami hambatan berinteraksi, tingkat simpati yang masih rendah, dan partisipasi kelompok yang belum maksimal pada awal sesi. Kondisi ini sejalan dengan pengalaman psikoterapi pada penyandang disabilitas fisik secara umum, yang kerap diwarnai oleh kekhawatiran akan penolakan sosial dan kebutuhan akan pendekatan konseling yang afirmatif terhadap pengalaman disabilitas (Conner et al., 2023).

Penerapan konseling kelompok melalui empat tahap: pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran. Terbukti memberikan dampak positif terhadap peningkatan penyesuaian diri subjek. Pada tahap pembentukan, muncul keraguan, kekhawatiran, sekaligus harapan awal; ketika konselor mampu memfasilitasi proses ini, kelompok bergerak ke tahap peralihan yang berorientasi pada pembangunan hubungan dan kepercayaan untuk mengatasi rasa takut. Pada tahap kegiatan, anggota mulai menggali masalah secara mendalam dan mengambil tindakan yang lebih efektif, sedangkan tahap pengakhiran ditandai dengan mulai munculnya perubahan perilaku secara bertahap. Pola tahapan ini memperkuat temuan bahwa efektivitas terapi kelompok psikososial pada populasi disabilitas fisik sangat ditentukan oleh kualitas fasilitasi dan konsistensi pelaksanaan sesi (Steinberg et al., 2023).

Hasil ini juga sejalan dengan penelitian Amalia (2017) yang menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan Adlerian efektif meningkatkan penyesuaian diri siswa di SMAN 1 Sooko Mojokerto, serta temuan mengenai faktor pendukung konseling kelompok berupa persepsi positif peserta terhadap manfaat konseling dalam memberikan wawasan, keakraban, dan penyelesaian masalah penyesuaian diri. Dukungan lebih luas terhadap efektivitas intervensi kelompok psikososial juga tampak pada konteks populasi klinis lain, misalnya terapi kelompok kognitif-perilaku yang efektif menurunkan gejala depresi dan gangguan penyesuaian pada pasien dengan kondisi fisik kronis (Ruesch, Helmes, & Bengel, 2017), serta konseling kelompok bagi orang tua dari anak dengan disabilitas berat yang terbukti menurunkan tekanan psikologis pengasuh (Karduz & Özbey, 2022). Kesamaan pola ini menunjukkan bahwa pendekatan berbasis kelompok memiliki generalisabilitas lintas populasi dan konteks budaya, sepanjang prinsip dasar dinamika kelompok—rasa aman, empati, dan dukungan antaranggota—dijaga secara konsisten (Habsy et al., 2024; Hull & Steen, 2025).

Meskipun demikian, penelitian ini juga menegaskan tantangan yang lebih luas, yaitu masih terbatasnya akses layanan konseling yang secara spesifik dirancang untuk penyandang disabilitas serta belum meratanya kompetensi konselor dalam menangani isu-isu terkait disabilitas (Öksüz & Brubaker, 2025; Bishop et al., 2024). Kondisi ini memperkuat urgensi pengembangan program rehabilitasi psikososial yang berkelanjutan, mengingat kebutuhan rehabilitasi pada populasi dengan keterbatasan fisik maupun neurologis secara global masih banyak yang belum terpenuhi

(Andelic et al., 2021), dan bahwa keberhasilan program semacam ini sangat bergantung pada dukungan lintas sektor, termasuk keluarga dan lingkungan sosial (Dunne & Ryan, 2024; G, S, P, & Das, 2024).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai penerapan konseling kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri pada penyandang disabilitas fisik di Sentra Budi Perkasa Palembang, dapat disimpulkan bahwa kelima subjek penelitian pada awalnya memiliki tingkat penyesuaian diri yang rendah, baik pada aspek pribadi maupun sosial. Pada aspek pribadi, subjek belum sepenuhnya menerima kondisi fisik secara ikhlas, mengalami kesulitan mengendalikan emosi seperti kemarahan, frustrasi, dan keputusasaan, serta belum memiliki tujuan hidup yang jelas. Pada aspek sosial, kemampuan membangun hubungan interpersonal masih beragam, tingkat simpati dan empati terhadap orang lain masih rendah, dan partisipasi dalam kegiatan kelompok belum maksimal.

Penerapan konseling kelompok melalui tahap pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran terbukti menjadi pendekatan yang strategis dan efektif dalam meningkatkan penyesuaian diri penyandang disabilitas fisik. Melalui dukungan kelompok, subjek menunjukkan peningkatan dalam keterbukaan diri, kepercayaan diri, kemampuan mengelola emosi, serta kemampuan berinteraksi sosial, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap penguatan psikologis dan perbaikan kualitas hidup mereka secara lebih optimal.

Penelitian ini memiliki keterbatasan pada jumlah subjek yang relatif sedikit (lima orang) dan desain penelitian kualitatif deskriptif tanpa kelompok pembandingan, sehingga hasil penelitian tidak dapat digeneralisasikan secara luas pada populasi penyandang disabilitas fisik lainnya. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain penelitian campuran (*mixed-methods*) atau kuasi-eksperimen dengan kelompok kontrol serta pengukuran pra- dan pascaintervensi yang lebih terstandarisasi, guna menguji efektivitas konseling kelompok secara lebih ketat (Matthews et al., 2025). Bagi lembaga rehabilitasi sosial, disarankan untuk mengintegrasikan program konseling kelompok secara berkelanjutan disertai peningkatan kompetensi konselor dalam menangani isu-isu spesifik disabilitas (Öksüz & Brubaker, 2025), serta melibatkan dukungan keluarga dan lingkungan sosial secara lebih aktif dalam proses rehabilitasi psikososial (Dunne & Ryan, 2024).

REFERENSI

- Abdi, S., & Mafirja, S. (2019). Pelaksanaan konseling kelompok menggunakan teknik cognitive restructuring untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa SMA Dayah Inshafudin Banda Aceh. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 1(2), 46–52. <https://doi.org/10.51214/bocp.v1i2.15>
- Aliyani, R. (2023). *Pengaruh penyesuaian diri, motivasi berprestasi dan resiliensi akademik terhadap prestasi belajar peserta didik (Survey pada peserta didik dalam mata pelajaran ekonomi kelas X SMA Negeri 1 Singaparna tahun ajaran 2022/2023)* (Disertasi doctoral, Universitas Siliwangi). [Google Scholar](#)
- Amalia, R. A. R. W. (2017). *Penerapan konseling kelompok pendekatan Adlerian untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa di lingkungan sekolah kelas X MIPA 2 di SMAN 1 Sooko Mojokerto* (Disertasi doctoral, State University of Surabaya). [Google Scholar](#)

- Andelic, N., Røe, C., Tenovu, O., Azouvi, P., Dawes, H., Majdan, M., Ranta, J., Howe, E., Wieggers, E., Tverdal, C., Borgen, I., Forslund, M. V., Kleffellgaard, I., Dahl, H. M., Jacob, L., Cogné, M., Lu, J., Von Steinbuechel, N., & Zeldovich, M. (2021). Unmet rehabilitation needs after traumatic brain injury across Europe: Results from the CENTER-TBI study. *Journal of Clinical Medicine*, 10, 1035. <https://doi.org/10.3390/jcm10051035>
- Ariastuti, R., & Herawati, V. D. (2016). Optimalisasi peran sekolah inklusi. *Jurnal Pengabdian pada Masyarakat*, 1(1), 38–47. <https://doi.org/10.30653/002.201611.7>
- Auralia, F. A., Hasibuan, U. M., & Ismayani, I. (2024). Pengaruh layanan konseling kelompok terhadap penyesuaian diri siswa. *Edukatif*, 2(1), 80–84. <https://doi.org/10.65311/je.v2i1.459>
- Barlatti, S., Nibbio, G., & Vita, A. (2024). Evidence-based psychosocial interventions in schizophrenia: A critical review. *Current Opinion in Psychiatry*, 37, 131–139. <https://doi.org/10.1097/ycp.0000000000000925>
- Bishop, M., Zhou, K., Fry, H. E., Richard, C., Park, S., Wiegmann, S., Blackstone, G., & Kim, J. (2024). Disability adjustment counseling: Experiences and perspectives of certified rehabilitation counselors. *Rehabilitation Counselors and Educators Journal*. <https://doi.org/10.52017/001c.92320>
- Budi Prayitno. (2022). *Buku profil pelayanan rehabilitasi sosial Sentra Budi Perkasa Palembang*. Palembang: Seksi Pekerja Sosial Sentra Budi Perkasa Palembang. [Google Scholar](#)
- Conner, K. J., Acosta, V. M., Nouri, R., Von Wrangel, M. T., Gramillo, E., & Conner, A. (2023). Psychotherapy experiences of U.S. adults with physical disabilities: Recommendations for affirmative practice. *The Counseling Psychologist*, 51, 970–1004. <https://doi.org/10.1177/00110000231186824>
- Coyne, E., Briggs, J., Loud, F., Bristow, P., Young, H., Castle, E., Lightfoot, C., Graham-Brown, M., Eyre, M., Ormandy, P., Sachar, A., Bevin, A., Burton, J., Wilkinson, T., Koufaki, P., Macdonald, J., Ashman, N., & Greenwood, S. (2023). Achieving consensus on psychosocial and physical rehabilitation management for people living with kidney disease. *Clinical Kidney Journal*, 16, 2185–2193. <https://doi.org/10.1093/ckj/sfad116>
- Darma, I. P., & Rusyidi, B. (2015). Pelaksanaan sekolah inklusi di Indonesia. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(2), 223–227. [Google Scholar](#)
- Daryani, D. (2017). Motivasi anak berkebutuhan khusus dalam mengikuti kegiatan belajar di Yayasan Pembina Putra Sejahtera SLB BC YPPS Boyolali. [Google Scholar](#)
- Dunne, A., & Ryan, C. (2024). Being a parent with a physical disability: A systematic review. *Rehabilitation Psychology*. <https://doi.org/10.1037/rep0000590>
- G, C. C., L, S. C., R, P. P., C, B. W., & Das, A. (2024). The role of psychosocial rehabilitation within the biopsychosocial model. *Open Access Journal of Gerontology & Geriatric Medicine*. <https://doi.org/10.19080/oajggm.2024.08.555734>
- Habsy, B., Zain, H. H. H., Masrurroh, H., & Mukti, F. A. (2024). Basic concepts of group counseling: An intervention services. *QUANTA: Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan*. <https://doi.org/10.22460/quanta.v8i1.4268>

- Hull, K. B., & Steen, S. (2025). Self-development in group therapy with neurodivergent youth. *International Journal of Group Psychotherapy*, 76, 129–162. <https://doi.org/10.1080/00207284.2025.2484176>
- Hussain, B., & Khalily, M. T. (2024). Enhancing community resilience: An integrated home-based psychological intervention for individuals living with physical disabilities. *Journal of Professional & Applied Psychology*. <https://doi.org/10.52053/jpap.v5i1.256>
- Karduz, F. F. A., & Özbey, A. (2022). Effectiveness of the group psychological counseling program applied to mothers of moderate-severe mentally and physically handicapped children. *e-International Journal of Educational Research*. <https://doi.org/10.19160/e-ijer.1185879>
- Kementerian Sosial Republik Indonesia. (2005). *Data dan klasifikasi penyandang disabilitas*. Jakarta: Kementerian Sosial RI. [Google Scholar](#)
- Livneh, H., Wilson, L., & Pullo, R. (2017). Group counseling for people with physical disabilities. *Focus on Exceptional Children*, 36(6), 1–14. <https://doi.org/10.17161/foec.v36i6.6804>
- Matthews, L. R., McLennan, V., Jessup, G., Pebdani, R., & Bloom, J. (2025). Effectiveness of interventions provided by rehabilitation counselors: A systematic review of intervention studies published between 2000 and 2022. *Rehabilitation Counseling Bulletin*, 69, 56–72. <https://doi.org/10.1177/00343552251320949>
- McGiffin, J. N. (2020). *Psychological adjustment to disability: Heterogeneous trajectories of resilience and depression following physical impairment or amputation*. <https://doi.org/10.7916/d8-24by-d053>
- Öksüz, E. E., & Brubaker, M. D. (2025). Disability counseling competencies: The influence of training and inter-group contact. *Asia Pacific Education Review*. <https://doi.org/10.1007/s12564-025-10056-z>
- Pasyara, N., Sam, A., Rivaz, M., & Nazarinia, M. (2023). A smartphone-based supportive counseling on health anxiety and acceptance of disability in Systemic Lupus Erythematosus patients: A randomized clinical trial. *Patient Education and Counseling*, 110, 107676. <https://doi.org/10.1016/j.pec.2023.107676>
- Prezelia, P., Suryati, S., & Noviza, N. (2023). Penerapan Acceptance and Commitment Therapy (ACT) untuk meningkatkan keberfungsian penyandang disabilitas fisik di Sentra Budi Perkasa Palembang. *Social Science and Contemporary Issues Journal*, 1(2), 348–359. <https://doi.org/10.59388/sscij.v1i2.186>
- Purnomosidi, A. (2017). *Konsep perlindungan hak konstitusional penyandang disabilitas di Indonesia*. Surakarta: Fakultas Hukum Universitas Surakarta. <https://doi.org/10.24246/jrh.2017.v1.i2.p161-174>
- Rosales, A. (2017). The psychological and social impact of illness and disability. *Journal of Rehabilitation*, 86, 65. <https://doi.org/10.1891/9780826161628>
- Ruesch, M., Helmes, A., & Bengel, J. (2017). Cognitive behavioral group therapy for patients with physical diseases and comorbid depressive or adjustment disorders on a waiting list for individual therapy: Results from a randomized controlled trial. *BMC Psychiatry*, 17. <https://doi.org/10.1186/s12888-017-1494-9>

- Steinberg, R., Posa, S., Pattni, N., Wasilewski, M., Robinson, L., Jankey, S., Simpson, R., Mayo, A., MacKay, C., Dilkas, S., & Hitzig, S. (2023). Psychosocial group therapy interventions for patients with physical disabilities: A scoping review of implementation considerations. *Rehabilitation Psychology*. <https://doi.org/10.1037/rep0000491>
- Wade, D. (2020). What is rehabilitation? An empirical investigation leading to an evidence-based description. *Clinical Rehabilitation*, 34, 571–583. <https://doi.org/10.1177/0269215520905112>

Sumber Data Wawancara

- A., PM. Penyandang Disabilitas Fisik Sentra Budi Perkasa Palembang. Wawancara pada tanggal 9 Mei 2025.
- Arokiun. Pekerja Sosial Sentra Budi Perkasa Palembang. Wawancara pada tanggal 6 Mei 2025.

Copyright Holder :

© Alin, L., & Noviza, N. (2025).

First Publication Right :

© Journal of Society Counseling

This article is under:

