

Penerapan *Acceptance And Commitment Therapy (ACT)* Untuk Meningkatkan Keberfungsian Penyandang Disabilitas Fisik Di Sentra Budi Perkasa Palembang

ct

Putri Prezelia¹, Suryati², Neni Noviza³ 

Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, Indonesia

 Putriprezelia123@gmail.com

Submitted: 2023-06-11

Revised: 2023-06-13

Accepted: 2023-06-15

ABSTRACT:

The purpose of this study was to determine the functioning of persons with physical disabilities in the Budi Perkasa Center in Palembang and to determine the application of Acceptance and Commitment Therapy (ACT) to improve the functioning of persons with physical disabilities in the Budi Perkasa Center in Palembang. This research is a descriptive research, the data collection tools used are: interviews, observation, and documentation. The subjects of this study were two beneficiaries (PM). The data analysis technique used is data reduction, data presentation, and drawing conclusions. The results of this study are: 1) the functioning of persons with physical disabilities in the Budi Perkasa Sentra Palembang is still at a low level where several aspects make beneficiaries (PM) unable to carry out their social functions. The aspect of functioning consists of individuals being able to carry out their roles well, individuals having responsibility towards others and individuals obtaining self-satisfaction. 2) implementation of Acceptance and Commitment Therapy (ACT) to improve the functioning of persons with physical disabilities at the Budi Perkasa Palembang Center through 3 stages namely the initial stage, the middle stage and the final stage. The result of applying Acceptance and Commitment Therapy (ACT) to the two beneficiaries (PM) is that they are able to improve their social functioning by accepting current conditions and building a commitment to find, train, maintain and develop new behaviors.

KEYWORDS: *functioning of persons with physical disabilities, Acceptance and Commitment Therapy (ACT)*

Copyright holder:

© Prezelia, P., Suryati & Noviza, N. (2023)

Published by:

Scidacplus

Journal website:<https://journal.scidacplus.com/index.php/sscij/>**E-ISSN:**

2656-1050

This article is under:

**How to cite:**Prezelia, P., Suryati & 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).**PENDAHULUAN**

Manusia sebagai makhluk sosial yang membutuhkan interaksi terhadap manusia lainnya karena pada dasarnya manusia tercipta sebagai makhluk sosial, dimana kita selalu membutuhkan orang lain dan kita tidak dapat hidup sendiri, sebagai salah satu cara untuk memenuhi kebutuhan biologis seperti makan dan minum. Sesuai dengan Zulhelmi yang mengatakan manusia terdiri dari dua dimensional, yaitu secara biologis itu memiliki

anggota tubuh yang lengkap dan sempurna, kelengkapan dan kesempurnaan anggota tubuh menjadikan fisik manusia tegap, serasi dan seimbang, secara spritual manusia memiliki ruh atau jiwa yang ditiupkan Allah, dengan hal tersebut menjadikan manusia makhluk yang misterius dan unik.

Manusia diciptakan Allah SWT sebaik-baiknya sebagai makhluk ciptaan-Nya yang paling sempurna, sebagaimana tertulis dalam Al-Quran surat A-Tin ayat 4 :

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَن تَقْوِيمٍ ۝

Artinya : "Sesungguhnya kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya".(Q.S At-Tin: 4)

Reza yang menyatakan manusia merupakan makhluk yang berbeda dengan makhluk lainnya didunia ini karena manusia memiliki kemampuan yang lebih dibandingkan dengan makhluk lain ciptaan Tuhan. Reza juga mengatakan bahwa manusia merupakan makhluk yang memiliki kemampuan lebih dibanding makhluk lainnya, berupa akal pikiran, fisik, psikis, sosial dan spritual.

Tentunya setiap manusia memiliki keinginan untuk lahir dengan kondisi fisik yang normal dan sempurna, tetapi pada kenyataannya ada manusia yang tidak mendapatkan kesempurnaan yang diinginkan. Namun, kesempurnaan hanya milik Allah SWT dan masih terdapat beberapa orang yang memiliki keterbatasan fisik yang tidak dapat dihindari seperti kekurangan fisik atau mengalami disabilitas fisik diantaranya karena terjadi sebelum kelahiran, saat kelahiran, ataupun setelah proses kelahiran (Somantri).

Penyandang disabilitas yaitu orang yang memiliki keterbatasan fisik, mental, intelektual, atau sensorik dalam jangka waktu yang lama, dimana ketika mereka berhadapan dengan berbagai hambatan, hal ini dapat menyulitkannya untuk berpartisipasi dan efektif dalam masyarakat berdasarkan kesamaan hak. Menurut *International Labour Organization* (2014), penyandang disabilitas adalah seseorang yang dapat memengaruhi kemampuan orang tersebut dalam menjalani kegiatan sehari-harinya. Menurut *The United States Department of Justice* (2016), disabilitas adalah kecacatan substansial baik dalam bentuk fisik maupun mental yang membatasi aktivitas hidup suatu individu, memiliki riwayat kecacatan, atau dianggap memiliki kecacatan. Menurut Chhabra (2016) difabel / *difabble* (*differently abled*) adalah seseorang yang mengalami kecacatan yang menyebabkan fungsional, batasan dalam melakukan aktivitas, atau kecacatan sosial. Berdasarkan definisi

yang diterbitkan oleh Kementrian Sosial Tahun 2005, penyebab disabilitas dibedakan menjadi 3 (tiga) yaitu disabilitas akibat kecelakaan (korban peperangan, kerusuhan, kecelakaan kerja/industri, kecelakaan lalu lintas serta kecelakaan lainnya), disabilitas sejak lahir atau ketika dalam kandungan, termasuk yang mengidap disabilitas akibat penyakit keturunan, dan disabilitas yang disebabkan oleh penyakit (penyakit polio, penyakit kelamin, penyakit TBC, penyakit kista, diabetes dll).

Salah satu peristiwa yang bisa mendatangkan suatu penderitaan pada seseorang atau individu adalah kecatatan fisik yang diakibatkan oleh kecelakaan. Menurut Suhartono (dalam Satyaningsih & Abdullah) cacat atau disabilitas yang dikarenakan mengalami suatu kecelakaan baik kecelakaan lalu lintas atau kecelakaan kerja mampu mengakibatkan kelumpuhan sistem otot atau amputasi anggota tubuh. Penyandang cacat tubuh atau fisik merupakan individu yang mengalami suatu kelainan pada tulang, sendi anggota gerak dan tubuh, kelayuan anggota tubuh dan serta tulang, dan juga tidak lengkapnya anggota tubuh bagian atas maupun bagian bawah sehingga menimbulkan suatu gangguan atau menjadikan lambatnya individu tersebut melakukan aktivitas kesehariannya secara wajar (Widjopranoto & Sumarno dalam Satyaningsih & Abdullah).

Penyandang disabilitas yang dikarenakan penyakit ataupun kecelakaan dapat menyebabkan reaksi psikologis yang berbeda-beda terhadap kondisinya. Somantri mengatakan bahwa seorang penyandang disabilitas fisik yang baru saja mengalami kecacatan, atau dikarenakan oleh kecelakaan akan lebih banyak mengalami gangguan emosi yang sering ditunjukkan dengan perilaku menolak, dimana hal ini sangat mempengaruhi motivasinya berprestasi (Ramadhani, Machmuroch & Karyanta).

Penyandang disabilitas fisik yang dikarenakan kecelakaan mengalami perubahan tubuh dan fungsinya akibat dari kecelakaan yang dialami. Dal ini pasti berbeda dengan kondisi fisik sebelumnya. Dengan kondisi fisiknya yang normal menjadi keterbatasan pasti individu atau seseorang tersebut harus bisa terbiasa dan berlatih kembali mulai dari awak untuk dapat terbiasa dan menyesuaikan diri dengan kondisi fisik yang dimiliki. Kecacatan pada anggota tubuh telah menyebabkan seorang penyandang disabilitas fisik mengalami keterbatasan atau mengalami suatu gangguan terkait keberfungsian sosialnya.

Keberfungsian sosial sangat erat kaitannya dengan pekerja sosial yang menunjukkan seseorang mampu untuk berperan sosial di dalam masyarakat, itu artinya bahwa seseorang mampu menghadapi dan menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Hidup sesuai dengan

pengharapan seseorang, lingkungan sosial dan masyarakat luas. Pengharapan atau fungsi ini meliputi pemenuhan kebutuhan dasar seseorang dan kebutuhan tanggungan seseorang, serta membuat kontribusi positif bagi masyarakat. Kebutuhan dasar meliputi aspek fisik (makanan, tempat tinggal, keamanan, kesehatan, perlindungan), pemenuhan pribadi (pendidikan, rekreasi, estetika, nilai, agama, presentasi), kebutuhan emosi (rasa memiliki, saling peduli, kebersamaan), dan konsep diri yang memadai (kepercayaan diri, harga diri, dan identitas) (Robert Barker). Penjelasan umum Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2019 Tentang Pekerja Sosial menjelaskan bahwa keberfungsiaan sosial adalah suatu kondisi yang memungkinkan individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat mampu memenuhi kebutuhan dan hak dasarnya, melaksanakan tugas dan peranan sosialnya, serta mengatasi masalah dalam kehidupannya.

Situasi permasalahan ini ternyata terdapat di Sentra Budi Perkasa Palembang, yang dimana peneliti sudah melakukan observasi dan wawancara. Hasil wawancara dan observasi penyandang disabilitas yang memiliki kekurangan dengan latar belakang yang berbeda-beda dan tentunya mereka memiliki cara yang berbeda dalam mengatasi masalah yang ada.

Setiap manusia memiliki cara yang berbeda dalam mengatasi masalah kehidupan yang dialami. Salah satunya yang dialami penerima manfaat di Sentra Budi Perkasa Palembang. Menurut hasil observasi awal peneliti menemukan fakta bahwa salah satu penerima manfaat memiliki tubuh normal seperti orang lain, hingga suatu kemalangan yang menimpa mereka sehingga membuat mereka merasa dititik terendah dalam kehidupan dan akhirnya ketahap sekarang yang mampu bangkit dan menyesuaikan kondisinya. Salah satu dari penerima manfaat yaitu "MI" mengalami kecacatan fisik yang menyebabkan tubuhnya menjadi bungkuk. Menurut hasil observasi awal peneliti menemukan fakta bahwa "MI" setelah terjadi musibah yang menimpanya tidak hanya membuat kecacatan fisik bagi "MI" saja tetapi mempengaruhi keberfungsian sosialnya yaitu kurangnya rasa percaya diri, sulit menyesuaikan diri dari lingkungan, suka menyendiri dan kurangnya bersosialisasi. Peneliti telah melakukan wawancara kepada "MI" dan hasil wawancara menunjukkan bahwa "MI" merasa kurangnya rasa percaya diri sehingga membuatnya selalu kurang atau tidak berharga dibandingkan oleh orang lain dan "MI" sulit menyesuaikan dirinya kepada lingkungan sekitar.

Kehidupan normal seperti sebelumnya pasti sangat diharapkan oleh “MI” namun musibah yang terjadi sangat mengganggu psikologisnya, menimbulkan tekanan dalam dirinya dan akhirnya menyebabkan pikiran negatif. Penyandang disabilitas yang mampu menghadapi permasalahan yang terjadi tentu saja tidak lepas dari dukungan, begitu yang terjadi di Sentra Budi Perkasa Palembang mereka di didik dengan suatu keahlian, sehingga memungkinkan mereka untuk optimis dan bangkit dengan harapan memiliki keahlian sesuai kemampuan yang mereka miliki.

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah diuraikan di atas, penulis berniat melakukan penelitian tentang “Penerapan *Acceptance and Commitment Therapy (ACT)* untuk Meningkatkan Keberfungsian Penyandang Disabilitas Fisik di Sentra Budi Perkasa Palembang”.

METODE

Pada penelitian ini peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif dilakukan untuk memperoleh jawaban mengenai keberfungsian penyandang disabilitas fisik di Sentra Budi Perkasa Palembang. Menurut Denzin dan Lincoln menyatakan bahwa penelitian kualitatif adalah penelitian yang menggunakan latar alamiah dengan maksud menafsirkan fenomena yang terjadi dan dilakukan dengan jalan melibatkan berbagai metode yang ada. Erickson menyatakan bahwa penelitian kualitatif berusaha untuk menemukan dan menggambarkan secara naratif kegiatan yang dilakukan dan dampak dari tindakan yang dilakukan terhadap kehidupan mereka. Menggunakan definisi yang sederhana, penelitian kualitatif adalah penelitian yang bersifat interpretif (menggunakan penafsiran) yang melibatkan banyak metode, dalam menelaah masalah penelitiannya. Penggunaan berbagai metode ini sering disebut triangulasi-dimasudkan agar peneliti memperoleh pemahaman yang komprehensif (holistik) mengenai fenomena yang ia teliti.

Desain penelitian yang digunakan ialah penelitian deskriptif. Menurut Bogdan dan Biklen penelitian kualitatif bersifat deskriptif merupakan langkah peneliti harus mendeskripsikan suatu obyek, fenomena, atau *setting* sosial yang akan dituangkan dalam tulisan yang bersifat naratif. Arti dalam penulisannya data dan fakta yang dihimpun berbentuk kata atau gambar daripada angka. Dalam penulisan laporan peneliti kualitatif berisi kutipan-kutipan data (fakta) yang diungkap di lapangan untuk memberikan dukungan terhadap apa yang disajikan dalam laporannya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil penelitian ini berkaitan dengan penerapan *acceptance and commitment therapy* (ACT) untuk meningkatkan keberfungsian penyandang disabilitas fisik di sentra budi perkasa Palembang. Adapun hasil penelitian yang didapat melalui hasil wawancara dan observasi secara langsung kepada subjek penelitian, yaitu :

1. Keberfungsian Penyandang Disabilitas Fisik di Sentra Budi Perkasa Palembang

Sebagai seorang manusia, penyandang disabilitas fisik mempunyai kebutuhan-kebutuhan dasar yang sangat diperlukan untuk membantu dirinya dalam mengembangkan segala kemampuan dan potensi yang dimilikinya. Kebutuhan-kebutuhan dasar tersebut yaitu :

- a) Kebutuhan fisik-biologis
- b) Kebutuhan bagian dari kelompok
- c) Kebutuhan untuk merasa dirinya dianggap penting dan berguna
- d) Kebutuhan untuk mencapai sesuatu

Sebagaimana manusia normal, penyandang disabilitas fisik juga mempunyai kebutuhan-kebutuhan dasar yang sangat diperlukan untuk membantu dirinya dalam mengembangkan kemampuan dan potensi yang dimilikinya.

Berkaitan dengan kebutuhan untuk merasa dirinya dianggap penting dan berguna, penyandang disabilitas merasa selalu mengalami kesulitan dalam memenuhinya, karena selalu dibebankan pada kecacatannya. Selanjutnya, karena keterbatasannya, maka penyandang disabilitas fisik juga merasa bahwa kebutuhan untuk mencapai sesuatu sesuai dengan keinginannya seringkali mengalami hambatan. Penyandang disabilitas fisik membutuhkan adanya dukungan dari berbagai pihak yang berada di lingkungannya, terutama teman sebayanya, keluarga maupun dari masyarakat dalam mengembangkan kemampuannya.

Para penyandang disabilitas fisik dalam meningkatkan keberfungsian sosialnya di kehidupan masyarakat, dapat dikatakan berfungsi sosial apabila ia mampu menjalankan tugas-tugas kehidupannya melalui tiga cara yaitu (1) individu mampu menjalankan peranannya dengan baik (2) individu mampu memiliki tanggung jawab terhadap orang lain (3) individu memperoleh kepuasan diri dari penampilan/kinerja dan tugas-tugasnya serta pelaksanaan tanggung jawabnya

2. Penerapan *Acceptance and Commitment Therapy* (ACT) untuk Meningkatkan Keberfungsian Penyandang Disabilitas Fisik di Sentra Budi Perkasa Palembang

Tahapan-tahapan pelaksanaan *Acceptance and Commitment Therapy* (ACT) pada penyandang disabilitas fisik sebagai berikut:

- 1). Pertemuan yang pertama, Pertemuan pertama peneliti melakukan pendekatan awal dengan Penerima Manfaat (PM) untuk membangun hubungan yang baik dengan mengawali dengan salam, dilanjutkan dengan menanyakan nama, umur, alamat serta menanyakan mengenai aktivitas sehari-harinya, sehingga menjalin hubungan baik dengan PM untuk membuat PM merasa nyaman dan supaya terbuka dalam menceritakan semua masalah yang dialami dalam kehidupan. Kemudian peneliti merumuskan masalah atau mengidentifikasi masalah yang dialami PM. Dari hasil penelitian yang dilakukan bahwasannya PM benar akan kurangnya keberfungsian sosial yang mengakibatkan tidak bisa menyesuaikan diri, tidak bisa mengatasi masalah yang dihadapi serta tidak memiliki rasa tanggung jawab. Setelah merumuskan masalah pada pertemuan ini peneliti juga merumuskan tujuan dari penerapan *acceptance and commitment therapy* (ACT) yang akan dilakukan. Adapun tujuan dari penerapan *acceptance and commitment therapy* ini adalah upaya membantu penyandang disabilitas fisik dalam meningkatkan keberfungsian sosial.
- 2). Pertemuan yang kedua, pada pertemuan ini PM sudah mulai merasa nyaman dan lebih terbuka sehingga peneliti sudah mulai menggali permasalahan yang dialami PM untuk proses terapi yang telah diharapkan. Pada pertemuan ini peneliti melakukan tahap yang pertama yaitu *acceptance* dan *cognitive defusion*. Tahap ini bertujuan untuk membantu PM agar mampu mengidentifikasi atau mengenali kejadian yang tidak menyenangkan sampai saat ini, serta bertujuan agar PM mampu mengidentifikasi respon dan perilaku yang muncul dari kejadian yang tidak menyenangkan. Peneliti juga memberikan informasi dan pelatihan mengenai keberfungsian sosial. Penerimaan diri dari PM dinilai cukup baik, akan tetapi "MI" dan "NL" terlihat pasif sehingga peneliti perlu untuk memotivasi mereka agar berani untuk menyampaikan pendapat.
- 3). Pertemuan yang ketiga, Pertemuan ini peneliti melakukan tahap kedua yaitu *present moment* dan *value*. Pada tahap ini, peneliti mengarahkan PM untuk dapat mengidentifikasi atau mengenali kejadian yang tidak menyenangkan saat ini dan berusaha untuk memahami nilai yang mereka miliki dalam perilaku yang merugikan.

Peneliti juga menggunakan teknik konfrontasi yaitu teknik yang digunakan oleh peneliti yang menantang PM karena adanya ketidaksesuain yang terlihat dalam pernyataan dan tingkah laku PM, teknik ini bertujuan untuk membantu PM menyadari bahwa keterbatasan mereka saat ini merupakan konsekuensi yang harus mereka terima dan hadapi.

- 4). Pertemuan keempat, Pertemuan ini peneliti melakukan tahap ketiga yaitu *commitment action*. Peneliti mengarahkan PM untuk masing-masing memilih salah satu perilaku dan berlatih untuk mengatasi perilaku yang kurang baik berdasarkan nilai yang sudah dipilih. PM yang mengalami disabilitas fisik memiliki keterbatasan sehingga dalam tahap ini PM diarahkan oleh peneliti untuk meningkatkan keberfungsian sosial nya seperti menyesuaikan diri dengan lingkungan, dapat mengatasi masalah yang dihadapi mereka serta memiliki rasa tanggung jawab terhadap diri sendiri maupun orang lain.
- 5). Pertemuan kelima, Pertemuan ini peneliti melakukan tahap keempat yaitu *commitment*. Peneliti mengarahkan PM untuk mendiskusikan usaha apa yang dapat dilakukan untuk menghindari perilaku lama, mempertahankan dan mengembangkan perilaku baru. Pada tahap ini, PM menjelaskan manfaat terapi dalam mengatasi keberfungsian sosial yang mereka alami setelah memiliki komitmen dan perilaku baru. Dan juga pada tahap ini, peneliti mengarahkan PM untuk kembali melakukan latihan dalam mempertahankan komitmen dan perubahan perilaku dalam kegiatan sehari-hari.
- 6). Pertemuan keenam, Pada pertemuan terakhir ini peneliti memberikan masukan dan harapan kepada PM supaya kedepannya lebih baik serta bisa mempertahankan komitmen dan perubahan perilaku.

Pembahasan

1. Keberfungsian penyandang disabilitas fisik di Sentra Budi Perkasa Palembang
Keberfungsian dinilai berdasarkan apakah keberfungsian tersebut memenuhi kebutuhan dan memberikan kesejahteraan kepada orang dan lingkungan sekitarnya. Dalam mencapai keberfungsian peran sumber daya menjadi penting, kesempatan dan sumber yang dapat dimanfaatkan. Para penyandang disabilitas fisik masih memiliki dampak positif ketika dalam mengembalikan keberfungsian sosialnya di kehidupan masyarakat. Keberfungsian sosial positif adalah kemampuan orang untuk menangani tugas-tugas dan aktivitasnya yang penting dalam memenuhi kebutuhan dasarnya dan

melaksanakan perananan sosial utamanya sebagaimana yang diharapkan oleh kebudayaan dari suatu komunitas yang khusus (Karls, Wandrei & Longres). Pengembangan kapasitas dalam lingkup praktek pekerjaan sosial diwilayah disabilitas adalah mengembalikan dan meningkatkan keberfungsian sosial difabel dengan cara mengembangkan dan meningkatkan kapasitas diri. Penyandang disabilitas fisik yang memiliki keinginan untuk dapat kembali normal dalam menjalani kehidupannya yang sempat terpuruk karena mengalami kecelakaan akibatnya memiliki tubuh yang tidak sempurna, menjadi alasan utama para penyandang disabilitas fisik untuk meningkatkan keberfungsian. Apabila penyandang disabilitas fisik mampu meningkatkan keberfungsian sosialnya dalam kehidupan bermasyarakat khususnya untuk dirinya sendiri dan juga keluarga akan mewujudkan kemandirian, dapat menyesuaikan diri dan mampu mengatasi masalah, memberikan kesejahteraan kepada orang lain dan lingkungannya dan memungkinkan menumbuhkan sendiri fungsi sosial serta juga pertumbuhan perekonomiannya.

2. Penerapan *Acceptance and Commitment Therapy* (ACT) untuk meningkatkan keberfungsian penyandang disabilitas fisik

Pada hasil yang peneliti dilakukan, terapi dilakukan pada PM (Penerima Manfaat) yang mengalami kurangnya keberfungsian sosial dengan menggunakan *Acceptance and Commitment Therapy* (ACT) dengan tujuan untuk mengajarkan penerimaan terhadap pikiran dan perasaan yang tidak diinginkan yang tidak bisa dikontrol oleh PM dan melatih PM untuk bertanggung jawab dan berperilaku dalam hidupnya berdasarkan nilai yang dipilih oleh PM sendiri.

Adapun tahapan *Acceptance And Commitment Therapy* (ACT) yaitu memiliki beberapa tahapan yang pertama yaitu tahap *acceptance and cognitive defusion*, tahap ini bertujuan untuk membantu PM agar mampu mengidentifikasi atau mengenali kejadian, pikiran dan perasaan yang tidak menyenangkan. Tahap kedua yaitu *present moment and value*, pada tahap ini merupakan mengidentifikasi nilai berdasarkan pengalaman klien sehingga PM mampu mengungkapkan upaya yang dilakukan terkait dengan kejadian yang dialami berdasarkan pada pengalaman PM. Tahap ketiga yaitu *commitment action*, pada tahap ini ini PM berlatih menerima kejadian dengan menggunakan nilai yang dipilihnya sehingga PM mampu membuat prioritas terhadap perilaku yang akan dilatih dan diperbaiki serta mampu mempraktekkan kembali cara berperilaku yang baik sesuai

yang diajarkan. Tahap keempat yaitu *commitmen*, pada tahap ini PM berkomitmen dan mencegah kekambuhan yakni PM mampu mendiskusikan tentang apa yang dilakukan untuk menghindari berulangnya perilaku buruk yang terjadi serta melakukan latihan dalam mempertahankan komitmen dan perubahan perilaku dalam kegiatan sehari-hari. Tahap akhir proses penerapan *Acceptance And Commitment Therapy* (ACT) yaitu pada pertemuan keenam, pada tahap akhir proses terapi peneliti memberikan nasihat dan masukan kepada PM dan PM mengungkapkan bahwa setelah mereka melakukan terapi tersebut membuat PM merasa lebih bisa mengenal diri sendiri, serta berupaya menjadi pribadi yang bermanfaat bagi banyak orang, sudah bisa lebih baik dalam menyesuaikan diri dan sudah memiliki rasa tanggung jawab kepada diri sendiri dan orang lain.

Hasil penelitian ini terbukti bahwa *acceptance and commitment therapy* (ACT) telah mencapai sasaran dan tujuannya, yaitu membuat penyandang disabilitas fisik mampu untuk meningkatkan keberfungsian sosial dengan menerima kondisi saat ini dan membangun komitmen untuk menemukan, melatih, mempertahankan dan mengembangkan perilaku baru. Penerima Manfaat (PM) juga mampu menerima kondisi mereka saat ini dan menerima kenyataan bahwa mereka harus merubah perilaku negatif. PM mampu menemukan nilai baru dan membangun komitmen untuk melakukan perubahan perilaku dan PM mampu melatih komitmen untuk melakukan perubahan perilaku dalam kegiatan sehari-hari sehingga hasil intervensi yang dilakukan memiliki dampak positif

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti bisa menarik kesimpulan dari penelitian mengenai penerapan *acceptance and commitment therapy* (ACT) untuk meningkatkan keberfungsian penyandang disabilitas fisik yaitu :

1. Keberfungsian penyandang disabilitas fisik di Sentra Budi Perkasa Palembang masih berada dalam tingkat rendah dimana beberapa aspek yang membuat PM tidak dapat menjalankan fungsi sosialnya. Aspek keberfungsian terdiri dari individu mampu menjalankan peranannya dengan baik, individu memiliki tanggung jawab terhadap orang lain dan individu memperoleh kepuasan diri. Pada aspek individu mampu menjalankan peranannya dengan baik ini, masih kurang memperlihatkan tingkah laku yang diharapkan masyarakat yang tentunya setiap individu itu berbeda-beda. Aspek

individu memiliki tanggung jawab terhadap orang lain, PM tidak dapat membuat keputusan yang rasional serta bergantung atau mengandalkan orang lain ketika mengambil keputusan dan tidak mampu berupaya untuk kesejahteraan orang lain. Selanjutnya aspek terakhir yaitu individu memperoleh kepuasan diri, pada aspek ini PM tidak memiliki kepuasan diri dari penampilan/kinerja yang menyebabkan mereka tidak percaya diri.

2. Penerapan *Acceptance and Commitment Therapy* (ACT) untuk meningkatkan keberfungsian penyandang disabilitas fisik berjalan dengan sesuai dengan yang diharapkan. Proses penerapan *acceptance and commitment therapy* (ACT) dilakukan selama enam kali pertemuan dengan melalui empat sesi, dengan tujuan untuk mengajarkan penerimaan terhadap pikiran dan perasaan yang tidak diinginkan, yang tidak bisa dikontrol oleh PM dan melatih PM untuk bertanggung jawab dan berperilaku dalam hidupnya berdasarkan nilai yang dipilih oleh PM sendiri.

Hasil dari penerapan *acceptance and commitment therapy* (ACT) telah mencapai sasaran dan tujuannya, yaitu membuat penyandang disabilitas fisik mampu untuk meningkatkan keberfungsian sosial dengan menerima kondisi saat ini dan membangun komitmen untuk menemukan, melatih, mempertahankan dan mengembangkan perilaku baru. Penerima Manfaat (PM) juga mampu menerima kondisi mereka saat ini dan menerima kenyataan bahwa mereka harus merubah perilaku negatif. PM mampu menemukan nilai baru dan membangun komitmen untuk melakukan perubahan perilaku dan PM mampu melatih komitmen untuk melakukan perubahan perilaku dalam kegiatan sehari-hari sehingga hasil intervensi yang dilakukan memiliki dampak positif.

REFERENSI

- Arvianti, Junika Hestu. 2017. *Keberfungsian Sosial Penyandang Tuna Netra Dalam Kehidupan Bermasyarakat (Studi pada Alumni UPT Rehabilitas Sosial Bina Netra Kota Malang)*, (Thesis, Universitas Muhammadiyah Malang,). [Google Scholar](#)
- Ardhani, Anindita Nova & Sri Kandariyah Nawangsih. 2020. "Pengaruh *Acceptance and Commitment Therapy* (ACT) terhadap Penurunan Kecemasan Pada Perempuan Korban Kekerasan Seksual". *Jurnal Psikologi*, Vol 4 No 1. [Google Scholar](#)

Anggito, Albi & Johan Setiawan. 2018. *Metodelogi Penelitian Kualitatif*. Sukabumi: CV Jejak.

[Google Scholar](#)

Norhalim, Muhamad, 2019. *Keberfungsian Sosial Penyandang Disabilitas Tunadaksa Pasca Pemanfaatan Modifikasi Motor Roda Tiga di Komunitas Difabel Motor Community Ciputat Timur*, (Skripsi, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta). [Google Scholar](#)

Oentari, dkk. 2019. *Penerimaan Diri Pada Penyandang Disabilitas Fisik Karena Kecelakaan*, (Skripsi thesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta). [Google Scholar](#)

Riadi, Muchlisin. 2018. *Pengertian, Jenis dan Hak Penyandang Disabilitas*, <https://www.kajianpustaka.com/2018/07/pengertian-jenis-dan-hak-penyandang-disabilitas.html>, Diakses Tanggal 21 November 2022.

Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2019 tentang Pekerja Sosial Pasal 1 Ketentuan Umum, hal 2. 2019.