

Sharing Session: *Love Yourself We Are Same* Terhadap Kepercayaan Diri Penyandang Disabilitas Fisik Di Balai Rehabilitas Sosial Penyandang Disabilitas Fisik (BRSPDF) Wirajaya Makassar

Basti Tetteng¹, Reski Indah Rukmila², Riska Indah Sari Syaheruddin³, Reviona Eppang⁴, Ratu Salsabila Helmi⁵, Nurul Ismi Fauziah Jumadi⁶

Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar

Email: Bastieva@yahoo.com

Abstrak. Salah satu jenis disabilitas fisik adalah kelainan tubuh (tuna daksa) adalah individu yang mengalami gangguan gerak yang disebabkan oleh kelainan neuromuskular dan struktur tulang yang bersifat bawaan, sakit, atau akibat kecelakaan (amputasi), polio dan lumpuh layu atau kaku, paraplegi, *cerebral palsy*, dan orang kecil. Keberadaan disabilitas fisik selalu akrab dengan label bahwa individu dengan cacat tubuh merupakan individu yang lemah, tidak berdaya, tidak dapat melaksanakan aktivitas, bahkan dianggap tidak dapat memberikan kontribusi apa-apa dalam hidup. Dengan adanya prasangka tersebut, maka kerap kali terjadi diskriminasi terhadap individu penyandang disabilitas fisik. Sehingga penyandang disabilitas menjadi tidak percaya diri terhadap dirinya sendiri. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi terhadap Penerima Manfaat (PM) di BRSPDF Wirajaya Makassar mahasiswa KKP Psikologi UNM melihat bahwa tingkat kepercayaan diri PM masih rendah. Melalui *sharing session* yang dilakukan bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri PM ketika berada di lingkungan sosial, dan mampu beradaptasi dan memulai langkah yang pasti ketika lulus dan menjadi alumni BRSPDF Wirajaya Makassar. Metode yang digunakan dalam bentuk seminar online/webinar dan *sharing session* menggunakan aplikasi *zoom*. Melalui *sharing session* ini ini PM mulai meningkatkan kepercayaan dirinya dan mampu mengoptimalkan kemampuannya untuk bersaing dengan orang lain dalam dunia kewirausahaan sesuai dengan potensi dan keterampilan yang telah diberikan selama berada di BRSPDF Wirajaya Makassar.

Kata Kunci: *self love*, *Self Esteem*, Kepercayaan Diri, Penyandang Disabilitas Fisik

PENDAHULUAN

Setiap individu dilahirkan berbeda-beda, tidak semuanya memiliki fisik yang sempurna. Ketidaksempurnaan ini karena setiap individu memiliki takdir yang telah di berikan oleh sang maha pencipta. oleh karena itu, tidak jarang kita jumpai beberapa individu memiliki keterbatasan fisik. Masyarakat mengenal keterbatasan fisik dengan istilah disabilitas atau difabel sebagai seseorang yang menyandang cacat. Undang-Undang Nomor 8 Tahun 2016 tentang Penyandang Disabilitas menyebutkan bahwa penyandang disabilitas adalah setiap orang yang mengalami keterbatasan fisik, intelektual, mental, dan/atau sensorik dalam jangka waktu lama yang dalam berinteraksi dengan lingkungan dapat mengalami hambatan dan kesulitan untuk berpartisipasi secara penuh dan efektif dengan warga negara lainnya

berdasarkan kesamaan hak. Salah satu jenis disabilitas fisik adalah kelainan tubuh (tuna daksa) adalah individu yang mengalami gangguan gerak yang disebabkan oleh kelainan neuromuskular dan struktur tulang yang bersifat bawaan, sakit, atau akibat kecelakaan (amputasi), polio dan lumpuh layu atau kaku, paraplegi, *cerebral palsy*, dan orang kecil.

Masyarakat kebanyakan mengartikan penyandang disabilitas sebagai individu yang kehilangan anggota tubuh atau kelainan struktur tubuh seperti kaki/tangan, lumpuh, buta, tuli, dan sebagainya. Keberadaan disabilitas fisik selalu akrab dengan label bahwa individu dengan cacat tubuh merupakan individu yang lemah, tidak berdaya, tidak dapat melaksanakan aktivitas, bahkan dianggap tidak dapat memberikan kontribusi apa-apa dalam hidup. Dengan adanya prasangka tersebut, maka kerap kali terjadi diskriminasi terhadap individu penyandang disabilitas fisik. Sehingga penyandang disabilitas menjadi tidak percaya diri terhadap dirinya sendiri. Kepercayaan diri tentu saja dimiliki oleh setiap individu, namun tingkat kepercayaan diri setiap individu pasti berbeda-beda.

Self love adalah sebuah kondisi di mana individu dapat mengapresiasi dirinya sendiri ketika mampu bertindak ke arah yang mendukung perkembangan fisik, psikologis, dan spiritual diri. memiliki rasa kasih sayang terhadap diri sendiri, lebih fokus terhadap tujuan hidup yang dimiliki, serta hidup bahagia melalui usaha yang telah dilakukan (Khoshaba, 2012). Individu yang memiliki *self love* tinggi cenderung memiliki harga diri yang tinggi, karena *self love* berarti menerima secara penuh diri sendiri. Manusia diciptakan dengan harga diri yang sudah melekat pada dirinya meskipun itu tinggi ataupun rendah. Harga diri disebut juga sebagai *self-esteem*. *Self-esteem* merupakan dimensi evaluative yang menyeluruh dari diri. *Self-esteem* juga disebut sebagai harga diri atau gambaran diri (Baron, 2004). *Self-esteem* adalah bagaimana seseorang merasakan diri sendiri akan mempengaruhi bagaimana mereka bertingkah laku (Hurlock, 2012). Definisi lain dari *self esteem* adalah penilaian tinggi atau rendah terhadap diri sendiri yang menunjukkan sejauh mana individu itu meyakini dirinya sebagai individu yang mampu, penting dan berharga yang berpengaruh dalam kehidupan seseorang (Maslow, 1987). Kepercayaan diri atau *self confidence* adalah sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri, sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, serta mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri (Lauster, 2003). Seseorang yang memiliki kepercayaan diri memiliki ciri-ciri yaitu (1) Mengenal dengan baik kekurangan dan kelebihan yang dimilikinya lalu mengembangkan potensi yang dimilikinya; (2) Membuat standar atas pencapaian tujuan hidupnya lalu memberikan penghargaan jika berhasil dan bekerja lagi jika tidak tercapai; (3) Mampu mengatasi rasa kecemasan dalam dirinya; (4) Tenang dalam menjalankan dan menghadapi segala sesuatunya; (5) Berpikir positif (Mardatillah, 2010).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang kami lakukan terhadap Penerima Manfaat Kepercayaan diri Penyandang disabilitas yang berada di Balai Rehabilitas Sosial Penyandang

Disabilitas Fisik (BRSPDF) Wirajaya Makassar yang disebut dengan Penerima Manfaat (PM), masih rendah. Hal tersebut seringkali disebabkan oleh kurangnya penerimaan diri atas kondisi fisik. Kepercayaan diri yang kurang tidak hanya terjadi karena faktor internal melainkan terjadi karena faktor eksternal. Dimana, kerap kali Penerima Manfaat (PM) mendapat celaan dari lingkungan sekitar atas kondisi mereka. Melalui kuliah kerja profesi (KKP) ini kami melaksanakan program kerja melalui seminar online dan *sharing session* guna meningkatkan kepercayaan diri pada penyandang disabilitas yang mana di sebut dengan penerima manfaat di Balai Rehabilitas Sosial Penyandang Disabilitas Fisik (BRSPDF) Wirajaya Makassar.

METODE YANG DIGUNAKAN

Metode yang digunakan dalam kegiatan program kerja dari mahasiswa KKP yang berlokasi di Balai Rehabilitas Sosial Penyandang Disabilitas Fisik (BRSPDF) Wirajaya Makassar. dilaksanakan dalam bentuk seminar online/webinar dan *sharing session* menggunakan aplikasi *zoom*.

Seminar Online/Webinar

Istilah webinar adalah penggabungan dari kata web dan seminar. Mengutip dari kamus *Information and Library Management (A&C)* Webinar (seminar online) adalah kepanjangan dari *seminar given over the internet*. (Setiana et al., 2021). Webinar merupakan satu solusi dalam presentasi atau pengajaran, yang disampaikan secara online menggunakan internet. Selama kegiatan webinar berlangsung, baik pemateri maupun peserta, bisa berkomunikasi melalui gambar dan teks. Jaringan internet menjadi kunci kesuksesan, suatu webinar dapat diterima dengan lancar (Gogali et al., 2020).

Sharing Session

Program *Sharing Session* merupakan kegiatan mengobrol santai dan berbagi pengalaman antara PM (disabilitas) yang ada di BRSPDF Wirajaya Makassar, dengan alumni dan non disabilitas dari berbagai kalangan dan profesional di bidang tertentu. Misalnya; Dosen. Program ini bertujuan untuk memberikan motivasi dan inspirasi kepada PM (Disabilitas) dan Non disabilitas sehingga diharapkan mereka dapat memperoleh bekal informasi terhadap bidang profesi tertentu. Dan diharapkan menjadi inspirasi dari potret alumni yang sukses di bidang dan profesi tertentu. Pada metode ini mahasiswa mendatangkan pemateri dari bidang psikologi yang membawakan materi "kepercayaan diri" secara luring dan menjelaskan bagaimana cara untuk meningkatkan kepercayaan diri, selain itu dalam *shering session* ini mahasiswa mendatangkan alumni BRSPDF untuk menceritakan pengalaman beliau dalam membangun usaha.

Tahapan kegiatan yang diselenggarakan oleh mahasiswa KKP berlokasi di BRSPDF Wirajaya Makassar sebagai berikut:

Pra Pelaksanaan Kegiatan

1. Menentukan tema.
2. Menghubungi pemateri dan alumni BRSPDF.

3. Membuat *form* pendaftaran
4. Menyebar pamflet webinar di media social yaitu (*Instagram, WhatsApp, Facebook*).
5. Mempersiapkan ruangan bagi peserta *offline* dan room zoom untuk online.

Pelaksanaan Kegiatan

1. Membuka room zoom.
2. Megarahkan peserta *offline* untuk masuk ke ruangan sesuai protocol kesehatan. .
3. Membuka acara.
4. Pemaparan oleh pemateri.
5. *Shering session* oleh alumni BRSPDF
6. Sesi tanya jawab
7. Penutup

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Kegiatan

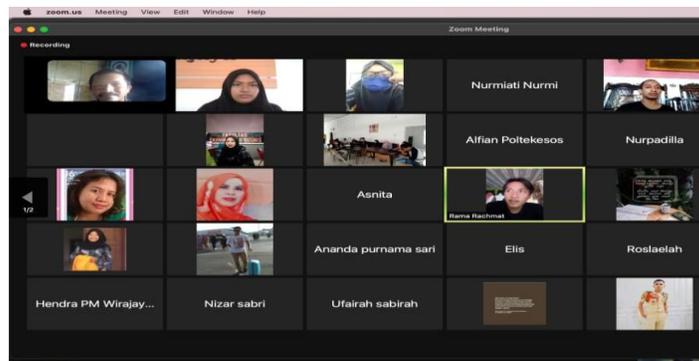
Berikut adalah data demografi peserta dalam kegiatan ini:

Tabel 1. Deskripsi Karakteristik Demografis Peserta (N=46)

| Karakteristik | n | % |
|----------------------------|----|-------|
| Jenis Kelamin | | |
| Laki_laki | 9 | 19.6% |
| Perempuan | 37 | 80.4% |
| Usia | | |
| 15-29 | 34 | 61.8% |
| 30-60 | 12 | 21.8% |
| Asal_Daerah | | |
| Makassar | 24 | 43.6% |
| Bima | 3 | 5.5% |
| Toraja | 7 | 12.7% |
| Bandung | 6 | 10.9% |
| Gowa | 2 | 3.6% |
| Jeneponto | 2 | 3.6% |
| Gorontalo | 2 | 3.6% |
| Disabilitas_NonDisabilitas | | |
| Disabilitas | 11 | 20.0% |
| Non_Disabilitas | 35 | 63.6% |

Seminar *online* dilaksanakan pada kamis 14 oktober 2021 pukul 08.00-09.00 WITA. Seminar *online love yourself:we are same* memiliki tahapan yang terdiri dari Pra pelaksanaan

kegiatan, dan pelaksanaan kegiatan. Sasaran peserta kegiatan ini ditujukan kepada PM (Penerima Manfaat) dan peserta seminar online. Kegiatan ini dihadiri sebanyak 45 orang partisipan yang hadir di *room zoom meeting* dan 11 orang partisipan peserta yang hadir secara offline.



Gambar 1. Kegiatan seminar online/webinar



Gambar 2. Kegiatan seminar online/webinar



Gambar 3. Kegiatan seminar online/webinar

Pemberian Materi

Materi mengenai "Kepercayaan Diri" di bawakan oleh pemateri dalam waktu 20 menit.



Gambar 4. Kegiatan seminar online/webinar

Sharing Session

Dalam sesi ini alumni dari BRSPDF Wirajaya Makassar angkatan 2012, owner Rumah Jahit, menceritakan pengalaman ia saat membangun usaha setelah keluar dari balai.



Gambar 5. Kegiatan seminar online/webinar

Sesi Tanya Jawab

Dalam sesi ini, di berikan kesempatan 3 peserta untuk bertanya. Jawaban di berikan oleh pemateri dan juga oleh alumni. Pertanyaan yang di ajukan oleh peserta seputar bagaimana cara menumbuhkan rasa percaya diri.



Gambar 6. Psikoedukasi melalui banner dengan tema self love

KESIMPULAN

Hasil dari pelaksanaan sharing session ini dapat ditarik kesimpulan bahwa :

1. Menambah pengetahuan Penerima Manfaat(PM) dalam menerapkan *self love* yang berdampak pada meningkatnya kepercayaan diri
2. Penerima manfaat memberi respon positif terhadap kegiatan sharing session ini.

3. Melalui sharing session ini PM mulai meningkatkan kepercayaan dirinya dan mampu mengoptimalkan kemampuannya untuk bersaing dengan orang lain dalam dunia kewirausahaan sesuai dengan potensi dan keterampilan yang diteladkan selama berada di BRSPDF Wirajaya Makassar.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih diberikan kepada Balai Rehabilitas Sosial Penyandang Disabilitas Fisik (BRSPDF) Wirajaya Makassar yang telah mengizinkan peneliti untuk melakukan KKP di lembaganya, kepada bapak Drs. Andi Surya Kaso, M.Si selaku kepala BRSPDF Wirajaya Makassar, ibu Sitti Kalsum selaku kepala Seksi Layanan Rehabilitasi Sosial BRSPDF Wirajaya Makassar, ibu Nurmiyah Rahim, S.Psi selaku pembimbing peneliti di lapangan dan seluruh staf pegawai yang telah turut membantu kami selama di lokasi BRSPDF Wirajaya Makassar. Dan tak kalah penting, Dosen Pembimbing Kami yaitu Pak Basti Tetteng, S.Psi., M.Si., yang banyak membantu kami dengan memberi saran-saran, serta selalu mengingatkan untuk menjaga nama baik kampus dan memberi kami motivasi untuk terus semangat selama menjalani KKP. Untuk semua pihak, kami selaku Mahasiswa Fakultas Psikologi UNM mengucapkan banyak terimakasih.

DAFTAR PUSTAKA

- Oktalia, B., Tiatri, S., & Mularsih, H. (2018). Efektivitas Program Psikoedukasi Pengembangan Self-Esteem Untuk Meningkatkan Self-Esteem Remaja Kelas 1 Di Smp X. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 2(2), 769-778.
- Prehanto, A., Guntara, R., & Aprily, N. (2021). Informasi dalam Seminal Kurikulum. *Indonesian journal of digital business*, 1(1), 42-48.
- Mardatillah. (2010). Pengembangan Diri. STIE Balikpapan: Madani.
- Khoshaba, D. 2012. A seven-step prescription for self love. Psychology Today Retrieved from <https://www.psychologytoday.com/us/blog/get-hardy/201203/seven-step-prescription-self-love>.