

Peran Konseling Komunitas dalam Meningkatkan Self-Esteem Penyandang Disabilitas

Anindya Kinasih Putri Wijaya¹, Alvenia Clarista Arifin², Wahyu Imannudin³, Waly Yafi Rahman⁴, Muslikah⁵, Ashari Mahfud⁶

¹⁻⁶Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi, Universitas Negeri Semarang

ARTICLE INFO

Article history:

Received November 27, 2024

Revised November 29, 2024

Accepted December 19, 2024

Available online 28 December, 2024

Kata Kunci:

konseling komunitas, self-esteem, penyandang disabilitas

Keywords:

community counseling, self-esteem, persons with disabilities



This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.
Copyright © 2024 by Author. Published by Yayasan Daarul Huda

ABSTRAK

Penyandang disabilitas di Indonesia menghadapi berbagai tantangan fisik, mental, dan sosial yang mempengaruhi harga diri mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi peran konseling komunitas dalam meningkatkan self-esteem penyandang disabilitas. Menggunakan metode studi literatur, penelitian ini menganalisis berbagai teori dan temuan empiris yang relevan. Hasil menunjukkan bahwa konseling komunitas yang berbasis dukungan sosial dan pemberdayaan individu mampu meningkatkan self-esteem dengan menyediakan lingkungan yang inklusif, mendukung, dan memberdayakan. Konseling ini juga membantu individu mengatasi stigma sosial, memperkuat jaringan dukungan, dan membangun kepercayaan diri. Kesimpulan menekankan pentingnya mengintegrasikan pendekatan berbasis budaya dan teknologi untuk meningkatkan aksesibilitas layanan. Implikasi penelitian ini mencakup rekomendasi pengembangan program konseling komunitas yang lebih inklusif dan adaptif untuk memenuhi kebutuhan unik penyandang disabilitas di Indonesia.

ABSTRACT

Persons with disabilities in Indonesia face various physical, mental, and social challenges that significantly affect their self-esteem. This study aims to explore the role of community counseling in enhancing the self-esteem of individuals with disabilities. Employing a literature review methodology, this research analyzed relevant theories and empirical findings. The results indicate that community counseling, based on social support and individual empowerment, effectively enhances self-esteem by providing an inclusive, supportive, and empowering environment. Additionally, community counseling helps individuals overcome social stigma, strengthen their support networks, and build self-confidence. The conclusion emphasizes the importance of integrating culturally sensitive and technology-driven approaches to improve service accessibility. The study's implications include recommendations for developing more inclusive and adaptive community counseling programs to address the unique needs of persons with disabilities in Indonesia.

PENDAHULUAN

Penyandang disabilitas menghadapi tantangan fisik, mental, dan sosial yang kompleks dalam kehidupan sehari-hari. Kementerian Sosial Republik Indonesia (2020) melaporkan bahwa terdapat 22,5 juta penduduk Indonesia penyandang disabilitas. Berdasarkan data sensus penduduk tahun 2020 yang dirilis oleh Badan Pusat Statistik (2021), jumlah total penduduk Indonesia mencapai 270,20 juta jiwa. Dengan demikian, sekitar 7% dari total populasi di Indonesia merupakan penyandang disabilitas. Disabilitas tidak hanya mempengaruhi kapasitas fisik atau mental, tetapi juga memiliki dampak psikologis yang mendalam, terutama dalam hal bagaimana mereka memandang diri sendiri. Santoso dan Apsari (2017) mengungkapkan bahwa penyandang disabilitas seringkali tidak dilibatkan dalam proses pengambilan keputusan, sehingga mereka merasa terisolasi dan akhirnya menjauh dari lingkungan sosialnya. Stigma, diskriminasi, dan kurangnya dukungan dari lingkungan sosial seringkali membuat penyandang disabilitas merasa terpinggirkan dan kurang berharga. Menurut Rahmah (2019), keterbatasan dan berbagai hambatan yang dihadapi oleh penyandang disabilitas dapat menyebabkan mereka mengalami tekanan, stres, perasaan rendah diri, serta kesepian dalam menjalani hidup. Hal ini berpotensi menurunkan self-esteem atau harga diri mereka, yang pada akhirnya mempengaruhi kualitas hidup secara keseluruhan.

Stigma sosial yang melekat pada disabilitas seringkali menjadi penghalang bagi penyandang disabilitas dalam berinteraksi dan berpartisipasi di masyarakat. Menurut Putra (2018), penyandang

*Corresponding author

E-mail addresses: anindyakinasih@students.unnes.ac.id, alveniaclaristaa@students.unnes.ac.id, wahyuimannudin85@students.unnes.ac.id, waliyafi1@students.unnes.ac.id

disabilitas sering dipandang oleh masyarakat sebagai individu yang lemah, tidak berdaya, kurang mampu mencapai kesuksesan, serta tidak kompeten dalam menjalankan berbagai aktivitas. Sikap negatif dari masyarakat umum cenderung memperkuat rasa rendah diri dan ketidakmampuan untuk mencapai potensi penuh mereka. Menurut Apsari dan Mulyana (2018), penyandang disabilitas kerap mengalami dan merasakan perlakuan diskriminatif dari masyarakat. Diskriminasi yang dialami, baik dalam bidang pendidikan, pekerjaan, maupun kehidupan sosial, dapat menyebabkan mereka merasa terisolasi. Menurut Zaelani, Yusuf, Masruhat, dan Essa (2022), pandangan negatif masyarakat tentang penyandang disabilitas seringkali terkait dengan ketidakmampuan mereka untuk mandiri, yang berdampak pada rendahnya harga diri dan penerimaan diri penyandang disabilitas. Situasi ini berdampak pada penurunan self-esteem yang signifikan, yang jika tidak ditangani, dapat memperburuk kondisi psikologis mereka.

Self-esteem atau harga diri merupakan komponen penting dalam kesejahteraan psikologis seseorang, termasuk penyandang disabilitas. Self-esteem yang rendah dapat menghambat mereka dalam mengembangkan potensi diri, bahkan membuat mereka enggan untuk terlibat aktif dalam kehidupan sosial. Ketidadaan self-esteem yang kuat dapat menciptakan siklus negatif di mana penyandang disabilitas kehilangan kepercayaan diri untuk menghadapi tantangan sehari-hari, yang kemudian berdampak pada kesehatan mental dan kualitas hidup mereka. Penelitian menunjukkan bahwa self-esteem yang rendah dapat memperburuk kondisi emosional dan sosial, meningkatkan kecemasan, dan mengurangi kepuasan hidup (Tapp et al., 2023).

Konseling komunitas merupakan salah satu bentuk intervensi yang efektif dalam membantu penyandang disabilitas meningkatkan self-esteem. Melalui konseling, mereka mendapatkan dukungan emosional dan psikologis yang sangat dibutuhkan untuk memperbaiki pandangan terhadap diri mereka sendiri. Intervensi berbasis dukungan sosial ini, seperti yang diterapkan dalam program konseling komunitas, terbukti efektif dalam meningkatkan self-esteem dan keterlibatan sosial individu (Babicova, 2024). Pendekatan ini memungkinkan mereka untuk mengidentifikasi dan mengatasi berbagai hambatan emosional yang mereka hadapi serta memperoleh perspektif positif terhadap situasi hidup mereka.

Konseling komunitas memiliki manfaat khusus karena dilakukan dalam konteks sosial yang lebih inklusif dan suportif. Berbeda dengan konseling individu, konseling komunitas melibatkan interaksi dengan anggota masyarakat lain yang memiliki pemahaman dan empati terhadap disabilitas. Hal ini tidak hanya memberikan dukungan moral, tetapi juga memberikan peluang bagi penyandang disabilitas untuk merasakan kebersamaan, merasa diterima, dan membangun hubungan sosial yang sehat, yang semuanya berkontribusi pada peningkatan self-esteem. Menurut Tapp et al. (2023), konseling kelompok dan interaksi sosial dalam konteks komunitas dapat memperkuat keterikatan sosial dan mengurangi perasaan isolasi pada individu dengan disabilitas, yang berujung pada peningkatan kepercayaan diri dan kualitas hidup mereka. Selain itu, penelitian Babicova (2024) juga mengungkapkan bahwa dukungan sosial dalam kelompok dapat meningkatkan self-esteem dengan memberikan rasa diterima dan diakui, yang sangat penting bagi penyandang disabilitas untuk memperbaiki pandangan mereka terhadap diri sendiri.

Mengingat pentingnya peran konseling komunitas dalam meningkatkan self-esteem penyandang disabilitas, penelitian lebih lanjut diperlukan untuk memahami aspek-aspek spesifik dari intervensi ini yang paling efektif. Dengan memahami faktor-faktor yang mendukung peningkatan self-esteem, konselor komunitas dan pembuat kebijakan dapat mengembangkan program yang lebih sesuai dan efektif bagi penyandang disabilitas. Hal ini akan memberikan kontribusi positif tidak hanya bagi mereka secara individu, tetapi juga bagi masyarakat secara keseluruhan dalam menciptakan lingkungan yang inklusif dan suportif.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur (*literature review*). Menurut Rudi Ferdiansah (2024), *literature review* adalah kegiatan analisis dan kritikan terhadap penelitian yang sedang dilakukan terhadap topik khusus dalam suatu bidang keilmuan. Dalam konteks penelitian ini, *literature review* bertujuan untuk mengidentifikasi berbagai teori yang relevan, mengevaluasi hasil-hasil penelitian yang telah dilakukan, dan mengkritisi teori-teori yang berkaitan dengan dua variabel: konseling komunitas dan self-esteem pada penyandang disabilitas.

Metode ini dipilih karena sifatnya yang komprehensif, yang memungkinkan peneliti untuk mengakses dan mengeksplorasi beragam perspektif dalam satu ruang lingkup penelitian yang lebih luas tanpa perlu melakukan eksperimen langsung. Hal ini sangat bermanfaat mengingat topik yang diteliti berkaitan dengan fenomena sosial dan psikologis yang sudah banyak dipelajari dalam literatur sebelumnya. Dengan demikian, pendekatan studi literatur memungkinkan peneliti untuk menggali berbagai teori, konsep, dan temuan empiris yang ada, sekaligus menyaring dan mengintegrasikan informasi yang relevan guna menghasilkan pemahaman yang lebih holistik dan mendalam terkait hubungan antara konseling komunitas dan peningkatan self-esteem penyandang disabilitas. Dengan

demikian, literature review ini akan memperkaya landasan teori yang digunakan dalam penelitian ini, sekaligus memberikan gambaran yang lebih mendalam tentang bagaimana konseling komunitas dapat berperan dalam meningkatkan self-esteem penyandang disabilitas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Teori tentang perkembangan harga diri pada individu dengan disabilitas

Teori ini menyarankan bahwa individu dengan disabilitas mungkin terlibat dalam proses perbandingan sosial, mengembangkan konsep diri mereka berdasarkan kemampuan dan disabilitas mereka sendiri, serta membentuk identitas mereka dalam konteks disabilitas mereka. Dengan memahami kerangka teori ini, konselor komunitas dapat lebih menyesuaikan intervensi mereka untuk memenuhi kebutuhan harga diri yang unik dari individu dengan disabilitas. "Rendahnya penerimaan terhadap disabilitas berkontribusi pada rendahnya harga diri di kalangan individu dengan disabilitas." Penerimaan terhadap disabilitas dan harga diri memiliki hubungan dosis-respons, di mana penerimaan yang rendah mengarah pada harga diri yang rendah. Faktor-faktor seperti jenis kelamin, usia, status pernikahan, dan status ekonomi dapat mempengaruhi harga diri pada individu dengan disabilitas. Harga diri sangat penting untuk kesehatan mental dan kesejahteraan secara keseluruhan pada individu dengan disabilitas. (Yun et al., 2022)

Selain itu, teori psikososial modern oleh Heidari et al. (2021) menyoroti pentingnya dukungan sosial dalam meningkatkan harga diri individu dengan disabilitas. Studi ini menemukan bahwa akses terhadap komunitas yang inklusif dan dukungan dari keluarga atau teman dekat berkontribusi signifikan terhadap penguatan konsep diri positif dan pengurangan stigma internal.

Teori lain, seperti yang diungkapkan oleh Brown et al. (2023), menjelaskan bahwa strategi coping berbasis mindfulness dan pelatihan pengaturan emosi dapat membantu individu dengan disabilitas membangun pandangan yang lebih adaptif terhadap kondisi mereka. Hal ini mendukung penemuan bahwa intervensi yang berfokus pada kekuatan individu dan kebijakan inklusi memiliki efek langsung terhadap peningkatan harga diri mereka.

Penelitian oleh Nguyen et al. (2022) mengembangkan teori adaptasi psikososial dengan memasukkan perspektif budaya, yang menunjukkan bahwa norma sosial dan keyakinan budaya memiliki peran penting dalam membentuk cara pandang individu dengan disabilitas terhadap diri mereka sendiri. Studi ini mengungkapkan bahwa faktor budaya dapat mempengaruhi bagaimana seseorang menanggapi tantangan yang dihadapi, serta bagaimana mereka menilai dan menginterpretasikan pengalaman hidup mereka. Oleh karena itu, perspektif budaya menjadi faktor penting dalam memahami adaptasi psikososial, terutama bagi individu dengan keterbatasan fisik atau mental. Temuan ini memiliki relevansi yang besar dalam penerapan konseling komunitas, di mana pendekatan yang peka terhadap budaya dapat memperdalam pemahaman tentang kebutuhan setiap individu. Konselor yang menyadari pengaruh norma sosial dan keyakinan budaya akan lebih efektif dalam merancang intervensi yang sesuai dan relevan, berdasarkan konteks sosial dan budaya masing-masing individu. Pendekatan berbasis pemahaman budaya ini tidak hanya meningkatkan efektivitas konseling, tetapi juga berperan dalam menciptakan lingkungan yang lebih inklusif dan mendukung proses adaptasi psikososial bagi individu dengan disabilitas.

Teori perbandingan sosial berpendapat bahwa individu dengan disabilitas cenderung membandingkan diri mereka dengan orang lain yang memiliki disabilitas atau kemampuan serupa. Proses ini dapat menyebabkan evaluasi diri yang positif maupun negatif, tergantung pada bagaimana mereka menilai perbedaan dan kesamaan tersebut. Dalam hal ini, perbandingan sosial dapat mempengaruhi persepsi individu terhadap diri mereka sendiri, baik dalam konteks kekuatan maupun keterbatasan yang mereka alami. Selain itu, teori konsep diri menunjukkan bahwa individu dengan disabilitas mungkin memiliki konsep diri yang lebih kompleks karena mereka harus menavigasi identitas mereka dengan mempertimbangkan disabilitas sebagai bagian dari diri mereka.

Teori identitas sosial juga memberikan wawasan yang relevan, dengan menekankan pentingnya bagaimana individu dengan disabilitas melihat diri mereka dalam kelompok sosial mereka. Cara mereka memandang diri mereka dalam kaitannya dengan kelompok yang lebih luas dapat mempengaruhi harga diri mereka. Proses ini dapat memberikan rasa keterhubungan atau sebaliknya, menimbulkan perasaan terisolasi. Oleh karena itu, dalam konteks konseling komunitas, penting untuk mempertimbangkan bagaimana faktor-faktor sosial ini berinteraksi dengan perasaan diri dan harga diri individu, serta mempengaruhi pengalaman mereka dalam kelompok sosial.

Namun, meskipun teori-teori tersebut memberikan wawasan yang berharga, penting untuk diingat bahwa individu dengan disabilitas tidak hanya didefinisikan oleh disabilitas mereka. Mereka mungkin memiliki berbagai identitas dan pengalaman lain yang juga berkontribusi pada harga diri mereka. Memusatkan perhatian hanya pada disabilitas mereka dalam proses konseling bisa berisiko

memperkuat stereotip negatif, yang berpotensi memperburuk perasaan ketidakcukupan atau ketidakmampuan. Oleh karena itu, penting untuk memperluas perspektif dan memperhatikan dimensi-dimensi identitas lain yang membentuk harga diri individu.

Dalam praktik konseling, pendekatan yang holistik dan inklusif sangat penting. Konselor harus mempertimbangkan semua aspek identitas dan pengalaman individu dengan disabilitas, termasuk kekuatan, bakat, dan pencapaian mereka di luar disabilitas. Dengan demikian, mereka dapat membantu klien mengembangkan rasa diri yang lebih utuh dan lebih positif. Mengakui faktor-faktor lain, seperti dampak sikap masyarakat atau hambatan sosial, juga merupakan langkah penting dalam mendukung individu untuk meraih harga diri yang lebih kuat. Dengan memberdayakan klien untuk menerima dan merayakan keunikan mereka, konselor dapat membantu individu dengan disabilitas mengembangkan harga diri yang lebih tangguh dan positif, yang memungkinkan mereka untuk menavigasi tantangan dengan keyakinan lebih besar.

Peran konseling komunitas dalam meningkatkan harga diri

"Terapi, khususnya Konteks : Variabilitas harga diri terkait dengan variabilitas emosi, suasana hati, sifat kepribadian, dan kecenderungan depresi, menekankan perlunya mempertimbangkan harga diri dalam intervensi terapi." Konseling komunitas memainkan peran penting dalam mempromosikan harga diri di antara individu dengan disabilitas. api kognitif, memainkan peran penting dalam mengatasi harga diri pada individu dengan gangguan kepribadian seperti gangguan kepribadian menghindar dan gangguan kepribadian obsesif-kompulsif dengan fokus pada variabilitas harga diri adaptif. Stabilitas harga diri sangat penting untuk fungsi psikologis dan dapat mempengaruhi kemarahan dan permusuhan. Harga diri yang rapuh dan ketidakstabilan afektif umum terjadi pada individu dengan gangguan stres pascatrauma, menyoroti pentingnya menangani harga diri dalam terapi. Variabilitas harga diri terkait dengan variabilitas emosi, suasana hati, sifat kepribadian, dan kecenderungan depresi, menekankan perlunya mempertimbangkan harga diri dalam intervensi terapi." (Jorden et al., 2012).

Konseling komunitas memiliki peran yang sangat penting dalam meningkatkan harga diri di kalangan individu dengan disabilitas. Melalui dukungan, arahan, dan pemberdayaan, konselor komunitas dapat membantu mereka mengatasi berbagai tantangan, memperkuat rasa percaya diri, dan akhirnya mencapai tujuan mereka. Dengan menyediakan layanan konseling yang dirancang untuk memenuhi kebutuhan unik masing-masing individu, komunitas dapat menciptakan rasa inklusi dan keterlibatan bagi penyandang disabilitas, memungkinkan mereka untuk mencapai potensi penuh mereka dan menjalani kehidupan yang lebih memuaskan.

Konseling komunitas juga berkontribusi pada peningkatan harga diri dengan menawarkan dukungan, bimbingan, dan sumber daya yang dibutuhkan oleh individu. Dalam sesi konseling, individu dapat mengeksplorasi perasaan, pikiran, dan perilaku mereka dalam ruang yang aman dan bebas dari penilaian, yang pada gilirannya membantu mereka meningkatkan kesadaran diri dan membangun kepercayaan diri. Namun, sangat penting untuk memasukkan kesadaran budaya dan pelatihan keterampilan sosial dalam proses konseling untuk mengatasi kebutuhan dan tantangan khusus yang dihadapi oleh berbagai kelompok komunitas, seperti remaja Afrika-Amerika. Penelitian menunjukkan bahwa kompetensi dalam pengambilan keputusan dan harga diri saling terkait, yang menyoroti pentingnya memberdayakan individu untuk membuat pilihan yang bijaksana yang dapat berdampak positif pada harga diri mereka (Jebose et al., 1999).

Konseling komunitas juga membantu individu dengan disabilitas mengembangkan keterampilan mengatasi dan strategi penting untuk mengatasi rintangan dan kemunduran. Dengan bekerja sama secara dekat dengan klien untuk mengidentifikasi kekuatan dan area yang perlu dikembangkan, konselor dapat membantu individu membangun ketahanan dan keterampilan advokasi diri (Brown, 2019). Selain itu, konseling komunitas menyediakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi individu untuk mengeksplorasi perasaan, pikiran, dan pengalaman mereka, yang pada akhirnya mengarah pada peningkatan kesadaran diri dan penerimaan diri (Herman, 2018). Proses eksplorasi diri dan pertumbuhan pribadi ini dapat memberdayakan individu untuk membuat perubahan positif dalam hidup dan hubungan mereka, yang mengarah pada peningkatan harga diri dan kesejahteraan secara keseluruhan (Williams & Nolen-Hoeksema, 2017).

Namun, beberapa individu mungkin tidak merasa nyaman atau siap untuk membuka diri dan mengeksplorasi perasaan mereka dalam pengaturan kelompok, sehingga konseling komunitas menjadi kurang efektif bagi mereka (Smith & Jones, 2020). Selain itu, keberhasilan konseling juga bergantung pada kesiediaan individu untuk berpartisipasi secara aktif dan terlibat dalam proses tersebut, yang mungkin tidak selalu terjamin (Taylor, 2021). Misalnya, seseorang yang berjuang dengan kecemasan sosial mungkin menemukan sulit untuk terbuka dalam pengaturan terapi kelompok, menghalangi kemampuan mereka untuk mendapatkan manfaat penuh dari pengalaman tersebut (Johnson & Lee, 2022). Sebaliknya, sesi konseling individu mungkin menyediakan lingkungan yang lebih nyaman dan personal bagi mereka

untuk mengatasi masalah mereka dan bekerja menuju pertumbuhan pribadi (Parker, 2019).

Meskipun konseling kelompok mungkin tidak ideal untuk semua orang, hal ini tetap dapat menawarkan dukungan dan perspektif berharga dari teman sebaya yang memiliki pengalaman serupa (Jackson & McGhee, 2020). Selain itu, konseling individu mungkin tidak selalu menjamin keterlibatan yang lebih baik jika individu tersebut tidak bersedia untuk berpartisipasi aktif dalam prosesnya (Miller, 2021). Penting bagi individu untuk mengeksplorasi berbagai opsi konseling dan menemukan apa yang paling cocok untuk mereka (Patel, 2023). Beberapa mungkin menemukan bahwa kombinasi sesi kelompok dan individu adalah yang paling efektif dalam memenuhi kebutuhan mereka (Hernandez, 2018). Pada akhirnya, tujuan terapi adalah untuk memberikan individu alat dan dukungan yang mereka butuhkan untuk mengatasi tantangan dan meningkatkan kesehatan mental mereka, terlepas dari format penyampaian (Williams & Nolen-Hoeksema, 2017). Sangat penting bagi individu untuk terbuka dan jujur dengan konselor mereka tentang preferensi dan tingkat kenyamanan mereka agar dapat memaksimalkan pengalaman terapi mereka (Miller, 2021).

Model intervensi konseling komunitas untuk individu dengan disabilitas

Berbagai model disabilitas, seperti model coping versus succumbing dari Beatrice Wright dan Klasifikasi Internasional tentang Fungsi, Disabilitas, dan Kesehatan dari Organisasi Kesehatan Nasional, menekankan pentingnya faktor sosial dan pribadi dalam mengintegrasikan penyandang disabilitas ke dalam komunitas mereka. Untuk meningkatkan hasil bagi penyandang disabilitas, konseling rehabilitasi harus mengadopsi metode praktis. Penelitian teoritis yang kuat dalam konseling rehabilitasi telah menjadi kritis, dengan dukungan untuk program penelitian berbasis teori yang bertujuan untuk meningkatkan praktik. (Vilia et al., 2008) include person-centered therapy, cognitive-behavioral therapy, and solution-focused therapy. Pendekatan-pendekatan ini berfokus pada memberdayakan individu untuk menetapkan dan mencapai tujuan, mengembangkan strategi koping, dan meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan. Dengan menangani kebutuhan dan tantangan unik yang dihadapi oleh individu dengan disabilitas, konselor komunitas dapat membantu klien mengatasi hambatan dan mencapai potensi penuh mereka. Melalui pendekatan kolaboratif dan berbasis kekuatan, individu dapat belajar menavigasi kompleksitas disabilitas mereka dan mengembangkan keterampilan yang diperlukan untuk berkembang di semua aspek kehidupan mereka.

Konselor komunitas juga memainkan peran penting dalam memperjuangkan klien mereka dan memastikan mereka memiliki akses ke sumber daya dan layanan dukungan yang diperlukan. Dengan bekerja sama secara erat dengan individu penyandang disabilitas, konselor dapat membantu mereka membangun jaringan dukungan yang kuat dan menghubungkan mereka dengan organisasi komunitas yang dapat memberikan bantuan tambahan. Menurut penelitian oleh Kim et al. (2016), dukungan sosial yang cukup dapat memperkuat harga diri dan kesejahteraan individu dengan disabilitas, yang membuktikan pentingnya membangun jaringan yang mendukung untuk klien dalam konteks ini.

Selain itu, konselor dapat membantu klien mengembangkan rasa advokasi diri dan pemberdayaan yang kuat, memungkinkan mereka untuk secara efektif mengkomunikasikan kebutuhan dan hak-hak mereka di berbagai lingkungan. Hal ini sejalan dengan temuan yang dilaporkan oleh Paterson et al. (2012), yang menunjukkan bahwa individu dengan disabilitas yang memiliki harga diri tinggi lebih cenderung untuk terlibat dalam pengadvokasian diri mereka, yang membantu mereka mengatasi stigma sosial dan memperjuangkan hak-hak mereka.

Melalui terapi dan dukungan yang berkelanjutan, individu dengan disabilitas dapat belajar untuk menerima kekuatan dan kemampuan mereka, yang pada akhirnya mengarah pada kehidupan yang lebih memuaskan dan mandiri. Sebuah penelitian oleh Bana et al. (2017) menunjukkan bahwa individu dengan disabilitas yang mendapatkan dukungan terapeutik secara signifikan mengalami peningkatan dalam rasa pencapaian dan harga diri mereka.

Konselor juga dapat membantu individu dengan disabilitas menetapkan tujuan yang dapat dicapai dan membuat rencana pribadi untuk mencapainya, yang mendorong rasa pencapaian dan harga diri. Dengan menangani masalah kesehatan mental atau tantangan emosional yang mungkin muncul, konselor dapat membimbing klien menuju peningkatan kesejahteraan secara keseluruhan dan ketahanan, sebagaimana diungkapkan oleh Kim et al. (2016) yang menemukan bahwa individu dengan disabilitas yang memiliki self-esteem positif juga memiliki tingkat kesejahteraan emosional yang lebih baik.

Pada akhirnya, bimbingan dan dukungan yang diberikan oleh konselor dapat memberdayakan individu dengan disabilitas untuk menghadapi tantangan hidup dengan percaya diri dan tekad. Meskipun konseling dapat bermanfaat bagi individu dengan disabilitas, penting untuk diakui bahwa tidak semua konselor mungkin memiliki keahlian atau pemahaman yang diperlukan tentang tantangan spesifik yang dihadapi oleh populasi ini. Stigma terhadap individu dengan disabilitas seringkali menjadi penghalang, dan hal ini menunjukkan perlunya pelatihan khusus bagi konselor agar mereka lebih siap untuk menangani kebutuhan klien mereka (Falk & Sansour, 2024).

Peran Konseling Komunitas dalam Meningkatkan Self-Esteem Penyandang Disabilitas

Program konseling komunitas untuk individu dengan disabilitas di Indonesia berfokus pada kompetensi budaya dan interseksionalitas gender dan disabilitas. Mahasiswa konseling di Indonesia didorong untuk mengembangkan kompetensi lintas budaya guna membantu klien dari berbagai latar belakang. Kolaborasi dengan universitas-universitas Amerika dan kemitraan global dianjurkan untuk meningkatkan kompetensi budaya para konselor. Efektivitas rehabilitasi sosial dan konseling di Indonesia telah terbukti mengurangi tingkat penyalahgunaan narkoba. (Rita, 2020) (Umarno Setyo, 2024)

Program konseling komunitas memainkan peran penting dalam meningkatkan harga diri individu dengan disabilitas di Indonesia. Program-program ini menyediakan lingkungan yang mendukung di mana individu dapat menerima bimbingan dan bantuan dalam mengatasi tantangan mereka. Melalui sesi konseling kelompok dan terapi individu, individu dapat mengeksplorasi kekuatan dan kelemahan mereka, menetapkan tujuan, dan bekerja untuk mencapainya. Selain itu, konselor komunitas bekerja sama dengan individu untuk mengembangkan rencana pribadi yang memenuhi kebutuhan unik mereka dan memberdayakan mereka untuk berkembang dalam kehidupan sehari-hari mereka. Dengan mempromosikan rasa memiliki dan penerimaan, program konseling komunitas membantu individu dengan disabilitas membangun kepercayaan diri dan ketahanan, yang pada akhirnya mengarah pada peningkatan harga diri dan kesejahteraan secara keseluruhan.

Program konseling komunitas memainkan peran penting dalam meningkatkan harga diri individu dengan disabilitas di Indonesia. Program-program ini menyediakan lingkungan yang mendukung di mana individu dapat menerima bimbingan dan bantuan dalam mengatasi tantangan mereka. Melalui sesi konseling kelompok dan terapi individu, individu dapat mengeksplorasi kekuatan dan kelemahan mereka, menetapkan tujuan, dan bekerja untuk mencapainya. Penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial yang memadai, seperti yang diberikan melalui program ini, secara signifikan dapat meningkatkan harga diri dan kesejahteraan individu dengan disabilitas (Nursing News, 2017)

Selain itu, konselor komunitas bekerja sama dengan individu untuk mengembangkan rencana pribadi yang memenuhi kebutuhan unik mereka dan memberdayakan mereka untuk berkembang dalam kehidupan sehari-hari mereka. Dengan mempromosikan rasa memiliki dan penerimaan, program konseling komunitas membantu individu dengan disabilitas membangun kepercayaan diri dan ketahanan, yang pada akhirnya mengarah pada peningkatan harga diri dan kesejahteraan secara keseluruhan. Studi oleh Kim et al. (2016) mengungkapkan bahwa harga diri yang tinggi berkorelasi positif dengan kepuasan hidup, yang menunjukkan dampak besar dari intervensi berbasis komunitas dalam meningkatkan kesejahteraan emosional individu dengan disabilitas.

Program-program ini juga menyediakan sumber daya yang berharga dan jaringan dukungan bagi individu untuk diandalkan selama masa-masa sulit. Dengan mendorong rasa komunitas dan koneksi, individu dapat berbagi pengalaman mereka, belajar dari orang lain, dan membangun hubungan yang bermakna yang dapat bertahan seumur hidup. Dalam konteks ini, Falk dan Sansour (2024) menyoroti bahwa rasa kontrol dan dukungan sosial memainkan peran kunci dalam membangun harga diri dan identitas positif bagi individu dengan disabilitas.

Dengan bimbingan dan dukungan dari konselor komunitas, individu dengan disabilitas dapat menavigasi kompleksitas kehidupan sehari-hari dengan lebih mudah dan percaya diri. Seiring mereka terus tumbuh dan berkembang, mereka diberdayakan untuk mengatasi rintangan dan mencapai potensi penuh mereka. Misalnya, kelompok dukungan yang dirancang dengan baik dapat memberikan ruang aman untuk berbagi pengalaman dan belajar dari orang lain, sebagaimana ditunjukkan oleh penelitian Paterson et al. (2012), yang menggarisbawahi pentingnya berbagi pengalaman dalam meminimalkan stigma sosial dan meningkatkan harga diri.

Studi kasus tentang efektivitas konseling komunitas dalam meningkatkan harga diri

Konseling komunitas dapat efektif dalam meningkatkan harga diri, karena penelitian telah menunjukkan bahwa harga diri yang rendah terkait dengan berbagai perilaku dan hasil negatif, sementara harga diri yang tinggi dikaitkan dengan kesuksesan dalam berbagai aspek kehidupan (Townsend, 2013). Intervensi yang bertujuan untuk meningkatkan harga diri, seperti pendidikan karakter dan konseling individu, telah terbukti berhasil meningkatkan harga diri pada remaja (Townsend, 2013). Dalam konteks penyandang disabilitas, konseling komunitas tidak hanya membantu individu mengembangkan perasaan positif tentang diri mereka sendiri, tetapi juga meningkatkan kepercayaan diri dan kepuasan atas kemampuan mereka.

Penelitian menunjukkan bahwa harga diri yang positif menghasilkan individu yang lebih bahagia dan percaya diri, yang pada akhirnya meningkatkan interaksi mereka dengan orang lain dan lingkungan mereka. Hal ini relevan bagi anak penyandang disabilitas yang sering menghadapi stigma sosial dan keterbatasan akses terhadap layanan pendidikan dan sosial. Misalnya, penelitian oleh Ndaumanu (2020) menyoroti bahwa hanya 12,65% penyandang disabilitas di beberapa wilayah Indonesia yang

mendapatkan perhatian melalui program pemerintah, sehingga konseling berbasis komunitas dapat menjadi alternatif yang inklusif dan efektif dalam menangani permasalahan ini.

Selain itu, studi oleh Erisa dan Widinarsih (2022) mengungkapkan bahwa stigma negatif terhadap penyandang disabilitas masih menjadi penghalang utama yang berdampak pada kepercayaan diri mereka. Dengan menyediakan lingkungan aman melalui konseling kelompok, anak-anak penyandang disabilitas dapat menjelajahi potensi mereka dan meningkatkan harga diri melalui eksplorasi kekuatan pribadi, keterampilan sosial, dan pengembangan kemampuan coping yang lebih baik.

Dalam konseling komunitas, perasaan memiliki dan keterhubungan dapat meningkatkan jaringan dukungan sosial yang sangat dibutuhkan oleh penyandang disabilitas. Studi menunjukkan bahwa program rehabilitasi seperti yang dilakukan oleh UPT Rehabilitasi Sosial di Jawa Timur mampu membantu peserta meningkatkan harga diri melalui bimbingan sosial, mental, dan keterampilan, meskipun menghadapi keterbatasan dalam ketersediaan tenaga profesional dan aksesibilitas. Oleh karena itu, implementasi konseling berbasis komunitas yang berkelanjutan dapat mengatasi kendala tersebut, baik melalui platform digital maupun melalui kolaborasi dengan lembaga swadaya masyarakat.

Meskipun demikian, perlu diingat bahwa keberhasilan konseling komunitas sangat bergantung pada kemampuannya untuk menyediakan layanan yang sesuai dengan kebutuhan individu. Tantangan seperti keterbatasan dana atau ketiadaan layanan di beberapa wilayah masih menjadi hambatan. Namun, inisiatif seperti pelatihan keterampilan berbasis komunitas dan platform digital seperti Kerjabilitas memiliki potensi besar untuk menjangkau lebih banyak individu dengan disabilitas yang membutuhkan dukungan psikososial.

Penelitian oleh Propiona (2021) menunjukkan bahwa hambatan aksesibilitas fisik maupun sosial seringkali menjadi penghalang utama bagi penyandang disabilitas untuk berpartisipasi dalam masyarakat. Dengan keterbatasan infrastruktur yang ramah disabilitas, banyak penyandang disabilitas merasa termarginalkan. Penelitian ini memperkuat pentingnya konseling komunitas sebagai salah satu bentuk intervensi inklusif yang dapat membantu penyandang disabilitas meningkatkan harga diri melalui interaksi sosial yang positif dan dukungan kelompok.

Selain itu, Widinarsih (2019) menyoroti bahwa stigma negatif terhadap penyandang disabilitas tidak hanya membatasi mereka secara sosial, tetapi juga mempengaruhi kepercayaan diri dan pandangan mereka terhadap kemampuan diri. Konseling komunitas menjadi penting untuk memberikan lingkungan yang aman dan suportif, di mana mereka dapat menggali kekuatan pribadi dan memperkuat jaringan sosial. Inisiatif ini dapat membantu mengatasi isolasi sosial yang sering dihadapi penyandang disabilitas.

Dengan demikian, penelitian menunjukkan bahwa konseling komunitas tidak hanya mampu meningkatkan harga diri anak penyandang disabilitas, tetapi juga membangun ketahanan emosional dan memperluas jaringan dukungan sosial mereka. Inisiatif ini sejalan dengan upaya pemerintah dalam melaksanakan penghormatan, perlindungan, dan pemenuhan hak-hak penyandang disabilitas sebagaimana diamanatkan dalam UU No. 8 Tahun 2016

Rekomendasi untuk meningkatkan layanan konseling komunitas bagi individu dengan disabilitas

Sebagai contoh, individu dengan disabilitas dapat memperoleh manfaat besar dari layanan konseling komunitas yang disesuaikan dengan kebutuhan mereka yang spesifik, seperti penyediaan fasilitas yang lebih mudah diakses atau penggunaan terapis yang memiliki keahlian khusus. Sebagai alternatif, penerapan konseling virtual dapat menjadi solusi untuk mengatasi hambatan bagi mereka yang tidak dapat mengakses layanan tatap muka tradisional karena masalah mobilitas atau kendala geografis. Untuk meningkatkan kualitas layanan konseling komunitas bagi individu dengan disabilitas, penting untuk menggunakan manajemen kasus guna memberikan dukungan yang lebih terarah dan intervensi krisis. Selain itu, melibatkan orang awam untuk mengajarkan keterampilan hidup dasar dan bertindak sebagai penggerak bagi klien bisa membantu proses penyesuaian mereka dengan kehidupan komunitas. Intervensi krisis sangat penting bagi klien yang memiliki kemampuan coping yang terbatas, terutama bagi mereka yang sedang bertransisi dari lingkungan terinstitusi ke kehidupan di masyarakat.

Dengan memberikan pendekatan yang lebih personal dan inklusif terhadap layanan konseling, individu dengan disabilitas dapat menerima dukungan dan bimbingan yang mereka butuhkan untuk meningkatkan harga diri dan keterampilan mengatasi masalah mereka. Selain itu, menggabungkan berbagai teknik terapeutik, seperti terapi perilaku kognitif atau praktik mindfulness, dapat lebih meningkatkan efektivitas layanan konseling komunitas untuk populasi ini. Sangat penting bagi para profesional konseling untuk terus mengevaluasi dan menyesuaikan layanan mereka agar lebih memenuhi kebutuhan unik individu dengan disabilitas, yang pada akhirnya mempromosikan kesejahteraan dan kesehatan mental mereka secara keseluruhan.

Dengan terus memperbarui pengetahuan dan mengikuti perkembangan terkini dalam penelitian serta praktik terbaik di bidang konseling disabilitas, para profesional dapat memastikan bahwa layanan yang mereka berikan tetap relevan dan efektif. Hal ini melibatkan kerjasama dengan penyedia layanan

kesehatan lainnya, pendidik, dan organisasi komunitas untuk menciptakan jaringan dukungan yang komprehensif bagi individu dengan disabilitas. Dengan mengadopsi pendekatan yang holistik dalam konseling, yang tidak hanya fokus pada masalah kesehatan mental tetapi juga memperhatikan aspek fisik dan sosial, konselor dapat membantu klien mereka untuk mencapai kemandirian dan kualitas hidup yang lebih baik. Tujuan utama dari layanan konseling komunitas adalah untuk memberdayakan individu dengan disabilitas agar mereka dapat hidup dengan makna dan kepuasan, meskipun harus menghadapi berbagai tantangan. Hal ini dapat tercapai dengan menyediakan berbagai layanan dan sumber daya yang mendukung kebutuhan mereka.

Namun, penting juga untuk diingat bahwa meskipun dukungan yang komprehensif sangat diperlukan, konseling memiliki keterbatasan dalam mengatasi hambatan sistemik dan diskriminasi yang mungkin memperburuk tantangan yang dihadapi oleh individu dengan disabilitas. Selain itu, keberhasilan layanan konseling komunitas dapat sangat bergantung pada ketersediaan dan aksesibilitas sumber daya di berbagai daerah. Oleh karena itu, konselor dan pekerja dukungan harus berperan aktif dalam mendorong perubahan kebijakan serta mendorong pergeseran sosial yang mendukung kesempatan yang sama dan inklusi bagi penyandang disabilitas. Dengan mengatasi hambatan sistemik dan diskriminasi, kita dapat menciptakan lingkungan yang lebih adil dan setara, di mana individu dengan disabilitas dapat berkembang dan mencapai potensi penuh mereka. Secara keseluruhan, pemberdayaan individu dengan disabilitas membutuhkan perpaduan antara dukungan personal dan perubahan dalam sistem sosial yang lebih luas.

SIMPULAN

Kesimpulan dari peran konseling komunitas dalam meningkatkan harga diri penyandang disabilitas menunjukkan bahwa konseling memiliki dampak signifikan dalam membantu individu dengan disabilitas mengatasi tantangan psikososial yang mereka hadapi. Melalui berbagai intervensi berbasis teori seperti terapi berbasis kekuatan dan terapi kognitif-perilaku, konseling komunitas dapat memberikan dukungan emosional yang mendalam, memperkuat harga diri, dan membantu individu mengembangkan rasa percaya diri yang lebih kuat. Kelebihan dari pendekatan ini adalah kemampuannya untuk menciptakan lingkungan yang inklusif dan aman, memungkinkan individu dengan disabilitas untuk mengeksplorasi dan memahami diri mereka tanpa rasa takut terhadap penilaian sosial. Program konseling yang terstruktur dan berfokus pada pemberdayaan individu juga memberikan kontribusi besar terhadap peningkatan kualitas hidup mereka, dengan membantu mereka mengatasi hambatan-hambatan yang dihadapi dalam masyarakat.

Namun, meskipun konseling komunitas memberikan manfaat yang signifikan, terdapat beberapa tantangan yang perlu diatasi, seperti keterbatasan aksesibilitas layanan dan kurangnya kompetensi konselor dalam memahami kompleksitas isu disabilitas. Keterbatasan ini dapat membatasi efektivitas intervensi dalam beberapa kasus. Di sisi lain, kemungkinan pengembangan konseling komunitas ke depan melibatkan peningkatan aksesibilitas layanan, seperti konseling virtual, serta pelatihan lebih lanjut bagi konselor untuk menangani kebutuhan spesifik penyandang disabilitas. Program yang berfokus pada pengembangan kompetensi lintas budaya dan interseksionalitas gender juga perlu diperluas untuk meningkatkan efektivitas intervensi di berbagai konteks. Secara keseluruhan, meskipun ada tantangan, konseling komunitas menunjukkan potensi besar untuk mendukung individu dengan disabilitas dalam membangun harga diri yang lebih positif dan meningkatkan kualitas hidup mereka, dengan peluang untuk pengembangan lebih lanjut di masa depan.

REFERENSI

- Apsari, G. P., & Mulyana, N. (2018). Penyandang disabilitas dalam dunia kerja. *Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial*, 1(3). <https://doi.org/10.24198/focus.v1i3.20499>
- Babicova, I. (2024). Positive psychology interventions to increase self-esteem, self-efficacy, and confidence and decrease anxiety among students with dyslexia: A narrative review. *Youth*, 4(2), 835-853.
- Badan Pusat Statistik. (2021). Hasil sensus penduduk Indonesia 2020. BPS.go.id.
- Bana, A., & al. (2017). The effects of cognitive-behavioral therapy on self-esteem in individuals with intellectual disabilities. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 30(5), 1103-1115.
- Brown, A. (2019). *Building resilience and self-advocacy in disability counseling*. *Counseling Journal*, 15(3), 45-60.
- Brown, L., Taylor, P., & Smith, A. (2023). Mindfulness-based interventions for self-esteem in individuals with disabilities: A meta-analysis. *Disability and Rehabilitation*, 45(3), 521-536. <https://doi.org/10.1080/09638288.2023.1106542>

- Dhea, E., & Widinarsih, D. (2022). *Akses penyandang disabilitas terhadap pekerjaan: Kajian literatur*. Jurnal Pembangunan Manusia, 3(1), 22–40. <https://doi.org/10.7454/jpm.v3i1.1027>
- Falk, K., & Sansour, T. (2024). Self-concept and achievement in individuals with intellectual disabilities. *Disabilities*, 4(2), 348–367. <https://doi.org/10.3390/disabilities4020023>
- Hassiotis. (2002). *Community mental health services for individuals with intellectual disabilities Issues and approaches to optimizing outcomes*. <https://link.springer.com/article/10.2165/00115677-200210070-00002>
- Heidari, M., Shahbazi, S., & Omid, A. (2021). The role of social support in self-esteem and quality of life among individuals with disabilities. *Journal of Health Psychology*, 26(9), 1475–1483. <https://doi.org/10.1177/1359105321997374>
- Hernandez, C. (2018). *Combining individual and group counseling for effective therapy*. *Journal of Psychological Practice*, 10(2), 150–165.
- Herman, A. (2018). *Community counseling for mental health*. *Journal of Therapeutic Practices*, 21(4), 234–247.
- Intagliata, J. (1982). Improving the quality of community care for the chronically mentally disabled: The role of case management. *Schizophrenia Bulletin*, 8(4), 655–674. <https://doi.org/10.1093/schbul/8.4.655>
- Jackson, S., & McGhee, D. (2020). *Peer support in group counseling*. *Journal of Group Therapy*, 9(4), 198–212.
- Jebose, S., Elias, Theresa, & Stanley. (1999). *Building selfesteem through social skills training and cultural awareness A communitybased approach for preventing violence among African American youth*. <https://link.springer.com/article/10.1023/A:1021306502993>
- Johnson, L., & Lee, M. (2022). *Social anxiety and group therapy dynamics*. *Journal of Clinical Psychology*, 35(2), 145–158.
- Jorden, Adele, LeeAnn, & Cory. (2012). *The dynamics of selfesteem in cognitive therapy for avoidant and obsessivecompulsive personality disorders An adaptive role of selfesteem variability*. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10608-011-9375-x>
- Kementerian Sosial Republik Indonesia. (2020). Kemensos dorong aksesibilitas informasi ramah penyandang disabilitas. Kemensos.go.id.
- Kim, Y., Lee, H., & Park, J. (2016). Association between self-esteem, self-efficacy, and mental health in people with disabilities. *PLOS ONE*, 11(8), e0257943. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0257943>
- M., & Moh. (2017). *Guidena: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 7(1)
- Miller, J. (2021). *Overcoming resistance in counseling*. *Mental Health Journal*, 25(5), 72–85.
- Ndaumanu, F. (2020). Hak penyandang disabilitas: Antara tanggung jawab dan pelaksanaan oleh pemerintah daerah. *Jurnal HAM*, 11(1), 131–150. <https://doi.org/10.30641/ham.2020.11.131-150>
- Nguyen, P. T., Wang, J., & Chen, L. (2022). Cultural influences on self-concept and self-esteem in persons with disabilities: Implications for counseling. *International Journal of Disability and Development*, 39(2), 231–245. <https://doi.org/10.1177/02610130221104589>
- Nursing News. (2017). Hubungan dukungan sosial dengan harga diri pada remaja penderita tunadaksa. *Nursing News*, 2(3), 549–550.
- Parker, T. (2019). *The impact of individual therapy on personal growth*. *Psychology Today*, 12(3), 53–66.
- Patel, R. (2023). *Choosing the right type of therapy for mental health*. *Therapy Options Quarterly*, 11(1), 12–24.
- Paterson, M., Dagnan, D., & Sandhu, R. (2012). Stigma, social comparison, and self-esteem in adults with intellectual disabilities. *Frontiers in Psychology*, 7(1), 31–45.
- Putra, A. (2018). Self-esteem pada penyandang disabilitas fisik pasca kecelakaan. *Academia: Journal of Multidisciplinary Studies*, 2(1), 107–119.
- Propiona, J. K. (2021). Implementasi aksesibilitas fasilitas publik bagi penyandang disabilitas. *Jurnal Analisa Sosiologi*, 10(Edisi Khusus Sosiologi Perkotaan), 1–18.
- Rahmah. (2019). Penerimaan diri bagi penyandang disabilitas netra. *Alhadharah: Jurnal Ilmu Dakwah*, 18(2), 1–16. <https://doi.org/10.18592/ALHADHARAH.V18I2.3380>
- Rita. (2020). *International Journal of Applied Guidance and Counseling* 1 no. <http://ejurnal.mercubuana-yogya.ac.id/index.php/IJAGC/article/view/1188>
- Santoso, M. B., & Apsari, N. C. (2017). Pergeseran paradigma dalam disabilitas. *Intermestic: Journal of International Studies*, 1(2), 166–176. <https://doi.org/10.24198/intermestic.v1n2.6>
- Setyo, U. (2024). *Technium Books*. Retrieved from <https://techniumscience.com/index.php/books/article/view/12147/4605>
- Shaleh, I. (2018). Implementasi pemenuhan hak bagi penyandang disabilitas ketenagakerjaan di Semarang. *Kanun Jurnal Ilmu Hukum*, 20(1), 63–82. <https://doi.org/10.24815/kanun.v20i1.9829>

- Smith, R., & Jones, D. (2020). *Barriers to group counseling in individuals with anxiety. Group Therapy Perspectives*, 7(1), 35-47.
- Taylor, P. (2021). *The active participation model in counseling. Counseling and Psychotherapy Research*, 18(1), 87-98.
- Williams, J., & Nolen-Hoeksema, S. (2017). *Self-awareness and acceptance in therapeutic settings. Psychological Health Review*, 19(2), 112-130.
- Townsend. (2013). *The effectiveness of group counseling on the selfesteem of adolescent girls.* <https://core.ac.uk/download/pdf/233570674.pdf>
- Vilia, K., Kacie, D., David, B., & Diversity-Sensitive. (2008). *Journal of Applied Rehabilitation Counseling*, 39(4), 46-[halaman akhir].
- Widinarsih, D. (2019). Penyandang disabilitas di Indonesia: Perkembangan istilah dan definisi. *Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial*, 20(2), 127-142.
- Yun, Soo, Eun-Cheol, & Suk-Yong. (2022). *International journal of environmental research and public health* 19 no. <https://www.mdpi.com/1660-4601/19/7/3874>
- Zaelani, D. A., Yusuf, D. S., Mafruhah, A. Y., & Essa, W. Y. (2022). Tantangan dan peluang penyandang disabilitas fisik di kota Bandung dalam memperoleh pekerjaan di masa COVID-19. *Jurnal Sosial Humaniora (JSH)*, 15(1), 16-29. <https://doi.org/10.12962/J24433527.V15I1.13133>