

Penguatan Psikologis Penyandang Disabilitas melalui Pemberdayaan Komunitas: Studi pada Himpunan Disabilitas Muhammadiyah

Santoso*¹, Mizan Asnawi², Doni Winarso³, Saidul Amin⁴, Hendri Sayuti⁵

¹Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Studi Islam, Universitas Muhammadiyah Riau

²Program Studi Ekonomi Pembangunan, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Muhammadiyah Riau

³Program Studi Sistem Informasi, Fakultas Ilmu Komputer, Universitas Muhammadiyah Riau

⁴Program Studi Ilmu Aqidah, Fakultas Ushuluddin, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim

⁵Program Studi Ilmu Hukum, Fakultas Syariah dan Hukum, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim

email: santoso@umri.ac.id, mizan.asnawi@umri.ac.id, doniwinarso@umri.ac.id, aminsaidul@yahoo.com, hendri.sayuti@uin-suska.ac.id

Abstract

This psychological empowerment program aims to enhance participants' social interactions through interactive methods and emotional support. The activities include group discussions and social simulations designed to build participants' confidence in communication. Additionally, facilitators and fellow participants provide a supportive environment, allowing participants to express themselves more comfortably. Training in emotional management and communication techniques helps participants understand and control their emotions, ultimately improving their social interactions. The results of this program indicate increased active participation, confidence in speaking, and greater engagement in social activities. The continuation of similar programs and support from the social environment are essential to sustaining these positive impacts in the long term.

Keywords: psychological empowerment, social interaction, communication, emotional support, psychological training

Abstrak

Program penguatan psikologis ini bertujuan untuk meningkatkan interaksi sosial peserta melalui metode interaktif dan dukungan emosional. Kegiatan ini melibatkan diskusi kelompok, dan simulasi sosial yang dirancang untuk membangun kepercayaan diri peserta dalam berkomunikasi. Selain itu, fasilitator dan peserta lainnya memberikan lingkungan yang suportif, sehingga peserta merasa lebih nyaman dalam mengekspresikan diri. Pelatihan pengelolaan emosi dan teknik komunikasi yang diberikan membantu peserta dalam memahami serta mengontrol emosi mereka, yang pada akhirnya meningkatkan kualitas interaksi sosial mereka. Hasil dari program ini menunjukkan adanya peningkatan dalam partisipasi aktif, keberanian dalam berbicara, serta keterlibatan peserta dalam kegiatan sosial. Keberlanjutan program serupa dan dukungan dari lingkungan sosial diperlukan agar dampak positif ini dapat bertahan dalam jangka panjang.

Kata Kunci: penguatan psikologis, interaksi sosial, komunikasi, dukungan emosional, pelatihan psikologis.

PENDAHULUAN

Indonesia telah mengadopsi Konvensi Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB)

mengenai hak-hak penyandang disabilitas (*Convention on the Rights of Persons with Disabilities, CRPD*) melalui proses ratifikasi

pada tahun 2011 serta menetapkan Undang-Undang (UU) No. 8 Tahun 2016 yang secara khusus mengatur tentang penyandang disabilitas [1]. Namun penyandang disabilitas masih menghadapi berbagai tantangan dalam mengakses pendidikan, pekerjaan, serta layanan sosial yang setara [2][3].

Individu disabilitas adalah orang yang mempunyai keterbatasan fisik, mental, Sensorik atau perkembangan yang dapat mempengaruhi aktivitasnya sehari-hari [4]. Pemberdayaan komunitas disabilitas merupakan aspek penting dalam mewujudkan masyarakat yang inklusif dan berkeadilan [5]. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS), tingkat partisipasi penyandang disabilitas dalam dunia kerja masih rendah dibandingkan dengan kelompok non-disabilitas [6]. Penyandang disabilitas juga sering menghadapi tantangan yang tidak hanya bersifat fisik dan sosial, tetapi juga psikologis[7]. Berbagai hambatan, seperti keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan mental, stigma sosial, serta rendahnya tingkat penerimaan masyarakat, dapat berdampak negatif pada kesejahteraan emosional mereka[8]. Disisi lain kebijakan pemerintah terkait hak disabilitas untuk bekerja belum dilaksanakan secara optimal dan sungguh-sungguh oleh berbagai perusahaan di Indonesia [9].

Kondisi tersebut dapat menyebabkan menurunnya rasa percaya diri, isolasi sosial, dan berkurangnya motivasi untuk berpartisipasi aktif dalam kehidupan bermasyarakat. Oleh karena itu, upaya pemberdayaan yang berfokus pada penguatan psikologis menjadi aspek penting dalam meningkatkan kualitas hidup penyandang disabilitas [10].

Sebagai organisasi berbasis Islam yang memiliki perhatian terhadap keadilan sosial, Muhammadiyah telah berperan aktif dalam membina komunitas disabilitas melalui berbagai program inklusif. Salah satu

inisiatif yang menonjol adalah pembentukan Himpunan Disabilitas Muhammadiyah oleh Lembaga Dakwah Komunitas (LDK) Muhammadiyah Pimpinan Wilayah Muhammadiyah (PWM) Riau. Komunitas ini dibentuk dengan tujuan untuk meningkatkan kesejahteraan dan kemandirian penyandang disabilitas melalui pendidikan, pelatihan keterampilan, serta advokasi kebijakan. Salah satu program yang telah dilaksanakan adalah pendampingan dan pelatihan terkait pemahaman tentang penghargaan diri (self - esteem) dalam rangka penguatan psikologis penyandang disabilitas. Program pembinaan ini bertujuan untuk mengurangi ketimpangan sosial dan memberikan kesempatan yang lebih luas bagi komunitas disabilitas untuk berkembang secara mandiri dalam berbagai aspek kehidupan.

Urgensi dari kegiatan ini terletak pada perlunya pendekatan holistik dalam pemberdayaan komunitas disabilitas. Pendekatan yang hanya berfokus pada bantuan sosial tanpa membangun kapasitas individu cenderung tidak berkelanjutan [11]. Oleh karena itu, pembinaan berbasis komunitas seperti yang dilakukan oleh LDK terhadap penyandang disabilitas menjadi solusi strategis dalam memberdayakan individu dengan disabilitas agar lebih mandiri dan mampu berpartisipasi aktif dalam masyarakat.

Dalam upaya mencapai tujuan tersebut, kegiatan pengabdian ini dirancang dengan pendekatan partisipatif yang melibatkan komunitas disabilitas secara langsung dalam setiap tahap program. Rencana pemecahan masalah yang diusulkan meliputi penguatan psikologis agar tercipta penghargaan terhadap diri pribadi untuk melahirkan kepercayaan diri.

METODE PENGABDIAN

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini adalah pendekatan partisipatif dengan melibatkan komunitas disabilitas dalam seluruh tahapan program. Rancangan kegiatan mencakup pemberian motivasi,

peningkatan akses terhadap pendidikan inklusif bagi penyandang disabilitas.

Kegiatan ini menggandeng Lembaga Zakat Infaq Shodaqoh Muhammadiyah (Lazismu) dan sebagai objek dalam kegiatan ini adalah penyandang disabilitas yang bergabung dalam HIDIMU serta komunitas pendukungnya.

Bahan utama dalam kegiatan ini adalah modul dan materi tentang penguatan psikologi bagi penyandang disabilitas. Alat utama yang digunakan meliputi perangkat multimedia untuk pelatihan, alat bantu disabilitas, serta sarana komunikasi untuk koordinasi kegiatan.

Tempat pelaksanaan kegiatan berada di pusatkan di gedung tajdid center Universitas Muhammadiyah Riau, dengan beberapa sesi. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi dan wawancara kepada peserta pelatihan serta pemangku kepentingan terkait.



Gambar 1. Narasumber Kegiatan

Definisi operasional variabel dalam kegiatan ini meliputi tingkat pemahaman penyandang disabilitas, yang diukur berdasarkan peningkatan pemahaman peserta setelah mengikuti program, khususnya dalam aspek penguatan psikologis, manajemen emosi, serta strategi menghadapi tantangan sosial. Selain itu, variabel lainnya mencakup tingkat

kesejahteraan psikologis, yang dievaluasi melalui perubahan dalam kepercayaan diri, resiliensi, dan keterampilan sosial peserta sebelum dan sesudah program. Program ini juga mengukur efektivitas intervensi psikososial, dengan menilai sejauh mana peserta mampu menerapkan teknik pengelolaan stres, komunikasi asertif, serta pembangunan pola pikir positif dalam kehidupan sehari-hari.

Hasil analisis ini akan menjadi dasar dalam mengevaluasi efektivitas program serta memberikan rekomendasi untuk pengembangan model pemberdayaan komunitas disabilitas dilingkungan komunitas HIDIMU yang lebih baik di masa depan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini menghadirkan narasumber yang ahli di bidangnya, yaitu Mizan Asnawi, SE., M.Ec. Dev dan Dr. Santoso, SS., M.Si., serta ketua Lazismu Paiman Sanen, S.Ag, M.Pd.I. sebagai pemateri. Kehadiran mereka memberikan wawasan yang berharga bagi peserta terkait penguatan psikologis, pengembangan keterampilan sosial, serta strategi menghadapi tantangan dalam kehidupan sehari-hari.

Peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi selama kegiatan berlangsung. Hal ini terlihat dari keterlibatan aktif mereka dalam sesi diskusi, banyaknya pertanyaan yang diajukan kepada pemateri, serta partisipasi mereka dalam diskusi interaktif yang dilakukan.



Gambar 2. Panitia dan narasumber kegiatan

Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa program penguatan psikologis memiliki dampak positif dalam meningkatkan interaksi sosial peserta. Keberhasilan program ini dipengaruhi oleh beberapa faktor utama. Salah satunya adalah penerapan metode interaktif dan simulasi, di mana program ini menggunakan pendekatan seperti diskusi kelompok, dan simulasi sosial yang mendorong peserta untuk lebih aktif dalam berkomunikasi. Pendekatan ini terbukti efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta dalam berinteraksi dengan orang lain.

Selain itu, dukungan emosional dari fasilitator dan peserta lainnya juga berperan penting dalam keberhasilan program ini. Lingkungan yang suportif dan inklusif memungkinkan peserta untuk merasa lebih nyaman dalam mengekspresikan diri. Fasilitator yang berperan sebagai pendamping memberikan motivasi dan bimbingan yang membantu peserta menghadapi hambatan psikologis yang mereka alami. Hal ini membuat peserta lebih percaya diri dan mampu mengembangkan keterampilan sosial mereka secara lebih baik.

Aspek penting lainnya adalah latihan pengelolaan emosi dan teknik komunikasi yang diberikan dalam program ini. Dengan adanya pelatihan tersebut, peserta lebih mampu memahami dan mengontrol emosi mereka, sehingga mereka lebih percaya diri dalam berkomunikasi dengan orang lain.

Program ini juga meningkatkan kesadaran peserta akan pentingnya memiliki

hubungan sosial yang sehat. Dengan memahami manfaat dari interaksi sosial yang baik, peserta menjadi lebih termotivasi untuk menjalin hubungan dengan orang lain dan aktif dalam kegiatan sosial. Kesadaran ini mendorong mereka untuk lebih terbuka dalam berkomunikasi dan menjalin koneksi yang lebih luas.



Gambar 3. Pelaksanaan kegiatan

Berdasarkan hasil dan pembahasan di atas, dapat disimpulkan bahwa program penguatan psikologis ini berhasil meningkatkan aspek interaksi sosial peserta, baik dalam diskusi, ekspresi emosi, keberanian berbicara, maupun keterlibatan dalam komunitas. Keberlanjutan program dan dukungan dari lingkungan sosial tetap diperlukan agar hasil positif ini dapat dipertahankan dan terus berkembang.

Berikut adalah hasil perubahan dalam interaksi sosial yang disajikan dalam bentuk tabel:

Tabel 1. Hasil Observasi setelah kegiatan

No	Aspek Interaksi Sosial	Kondisi Sebelum Program	Perubahan Setelah Program
1.	Partisipasi Aktif dalam Diskusi	- Peserta cenderung pasif dalam diskusi. - Menghindari berbicara di depan umum. - Tidak memberikan tanggapan atau	- Peserta lebih aktif dalam diskusi. - Berani menyampaikan pendapat dan bertanya. - Meningkatnya

		pertanyaan	interaksi dua arah antara peserta dan fasilitator			komunitas. - Kurang mendapat dukungan sosial.	dalam kegiatan sosial atau komunitas. - Adanya dukungan sosial antar peserta seperti saling memberi motivasi.
2.	Ekspresi Emosi	- Enggan berbagi perasaan dan pengalaman - Menekan emosi negatif seperti kecemasan - Kurangnya respons emosional dalam interaksi.	- Lebih terbuka dalam mengungkapkan perasaan - Menunjukkan ekspresi emosi positif seperti tersenyum dan tertawa. - Mampu mengelola dan mengidentifikasi emosinya.				
3.	Keberanian dalam Menyampaikan Pendapat	- Takut berbicara di hadapan orang lain. Pendapat disampaikan dengan ragu-ragu. - Khawatir terhadap kritik atau penilaian orang lain.	- Lebih percaya diri dalam menyampaikan ide dan pandangan. - Pendapat lebih jelas dan terstruktur. - Mampu menerima kritik sebagai masukan yang membangun.				
4.	Interaksi Sosial di Luar Sesi Pelatihan	- Jarang berinteraksi dengan sesama peserta di luar sesi. - Tidak terlibat dalam kegiatan	- Peserta mulai membangun hubungan dengan sesama peserta. - Lebih aktif				

Dengan demikian, hasil pengabdian ini menegaskan bahwa pembinaan berbasis komunitas merupakan strategi yang efektif dalam meningkatkan kesejahteraan penyandang disabilitas. Rekomendasi yang dapat diberikan adalah perlunya kolaborasi lebih lanjut antara organisasi sosial, pemerintah, dan dunia usaha dalam mendukung program pemberdayaan yang berkelanjutan bagi komunitas disabilitas di Indonesia.

SIMPULAN

Kesimpulan dari program penguatan psikologis ini menunjukkan bahwa kegiatan yang telah dilakukan memberikan dampak positif bagi peserta, khususnya dalam meningkatkan interaksi sosial mereka. Melalui metode interaktif seperti diskusi kelompok, role-playing, dan simulasi sosial, peserta mengalami peningkatan kepercayaan diri dalam berkomunikasi. Selain itu, dukungan emosional dari fasilitator dan sesama peserta menciptakan lingkungan yang inklusif dan suportif, sehingga mereka merasa lebih nyaman dalam mengekspresikan diri.

Pelatihan pengelolaan emosi dan teknik komunikasi yang diberikan juga berkontribusi dalam membantu peserta memahami dan mengontrol emosi mereka dengan lebih baik, sehingga mereka lebih percaya diri saat berinteraksi dengan orang lain. Selain itu, kesadaran akan pentingnya hubungan sosial yang sehat semakin meningkat, mendorong peserta untuk lebih aktif dalam menjalin hubungan dan terlibat dalam kegiatan sosial.

Secara keseluruhan, program ini berhasil mencapai tujuannya dalam memperkuat kondisi psikologis peserta dan meningkatkan kualitas interaksi sosial mereka. Keberlanjutan program serupa serta dukungan dari lingkungan sekitar tetap diperlukan agar manfaat yang diperoleh dapat terus berkembang dan memberikan dampak jangka panjang bagi peserta.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Lazismu Kota Pekanbaru, LDK PWM Riau, dan Universitas Muhammadiyah Riau (UMRI) atas dukungan dan kontribusinya dalam terlaksananya kegiatan pengabdian ini

DAFTAR PUSTAKA

- [1] F. T. Eldiva, R. A. Jofipasi, A. R. K. Anwar, And R. Annisa, "Peningkatan Kesadaran Dan Penerimaan Masyarakat Terhadap Individu Disabilitas," *Jppkh Lect. J. Pengabdi. Pendidik. Khusus*, Vol. 1, No. 2, Pp. 10–17, 2023.
- [2] S. Maimunah, N. Cipta, And P. Csr, "Focus : Jurnal Pekerjaan Sosial Aksesibilitas Inklusif: Implementasi Infrastruktur Publik Ramah Disabilitas Di Indonesia (Sebuah Literatur Reveiw) Focus : Jurnal Pekerjaan Sosial," Vol. 7, No. 2, Pp. 250–276, 2025, Doi: 10.24198/Focus.V7i2.60851.
- [3] F. Asjari, Y. Fintari, G. Suwarno, And D. Rahmawati, "Peran Pelatihan Keterampilan Dan Kesempatan Kerja Terhadap Kemandirian Ekonomi Penyandang Disabilitas Di Surabaya," Vol. 4, Pp. 6414–6422, 2024.
- [4] Hastuti, R. K. Dewi, R. P. Pramana, And H. Sadaly, *Kendala Mewujudkan Pembangunan Inklusif*. 2020.
- [5] I. Dan, G. Advokasi, And D. Sigab, "Pemberdayaan Kelompok Difabel Oleh Sasana," Vol. 12, No. 3, Pp. 453–463, 2024.
- [6] "4 1,2,3," Pp. 581–590, 2024.
- [7] R. P. Yenadin, W. B. Nugroho, And G. Kamajaya, "Pemberdayaan Pekerja Disabilitas ' Teman Tuli ' Di Inklusiv Warung , Canggu," Vol. 1, No. 5, Pp. 37–51, 2024.
- [8] S. Murwaningsih And R. S. Wedjajati, "Sosio Progresif: Media Pemikiran Studi Pembangunan Sosial Penerimaan Masyarakat Kepada Penyandang Disabilitas (Studi Desa Inklusi Peduli Dengan Kelompok Rentan Di Kalurahan Sidorejo, Kapanewon Lendah, Kabupaten Kulon Progo)," *Sosio Progresif Media Pemikir. Stud. Pembang. Sos.*, Vol. 1, No. 1, Pp. 41–57, 2021.
- [9] R. Rosalina And N. Setiyowati, "Stigma Penyandang Disabilitas Dalam Bekerja Di Indonesia: Literature Review," *J. Kolaboratif Sains*, Vol. 7, No. 3, Pp. 1076–1086, 2024, Doi: 10.56338/Jks.V7i3.4669.
- [10] A. Nafi, G. F. Fadillah, A. N. Hidayati, B. K. Islam, K. Islam, And I. Kudus, "Meningkatkan Self Esteem Penyandang Disabilitas Melalui Personal Branding," Vol. 5, No. 4, Pp. 6548–6554, 2024.
- [11] L. F. Zen, H. A. Rachim, And N. C. Apsari, "Penggunaan Teknologi Asistif: Peningkatan Kemandirian Penyandang Disabilitas Fisik," 2025.