



EFEKTIVITAS KONSELING SOLUTION FOCUSED BRIEF THERAPY DALAM MENINGKATKAN SELF EFFICACY PADA PENYANDANG DISABILITAS FISIK

Intan Delsa Putri^{1*}, Abdur Razzaq², Manah Rasmanah³

Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, Indonesia

intandlsputri@gmail.com

INFO ARTIKEL

ABSTRAK

Diterima : 27-03-2023

Direvisi : 14-04-2023

Disetujui : 15-04-2023

Kata kunci: Efikasi Diri;
Penyandang Disabilitas;
Pengobatan Konseling.

Keywords: Self Efficacy;
Persons with Disabilities;
Counseling Treatment.

self efficacy merupakan salah satu bagian terpenting yang bertujuan untuk menentukan keberhasilan seseorang, dengan adanya *self efficacy* akan menunjukkan seberapa besar tingkat keyakinan diri terhadap kemampuan dan mampu bertahan dalam situasi-kondisi sulit sekalipun. Permasalahan utama pada penelitian ini adalah rendahnya tingkat *self efficacy* pada penyandang disabilitas fisik di Sentra Budi Perkasa Palembang. Terdapat beberapa penyandang disabilitas fisik yang masih menjalani program pembinaan residensial di lembaga tersebut dengan tingkat *self efficacy* cenderung rendah, maka dari itu perlu adanya peningkatan *self efficacy* tersebut melalui konseling solution focused brief therapy. Pada penelitian ini digunakannya sebuah metode yakni jenis pre-eksperimen dengan desain one group pretest-posttest. Penelitian ini melibatkan 10 orang subjek dengan kondisi keterbatasan fisik yang ditentukan dengan cara purposive sampling dari 21 orang penyandang disabilitas fisik di Sentra Budi Perkasa Palembang. Instrumen penelitian ini diadaptasi dari penelitian sebelumnya (odit, 2019) menggunakan skala likert. Hasil analisis menggunakan Uji Wilcoxon yang menunjukkan bahwa efektivitas konseling solution focused brief therapy dalam meningkatkan *self efficacy* ($Z=-2.809$; $p 0.005 < 0.05$). Berdasarkan hasil pada penelitian tersebut menunjukkan bahwa konseling solution focused brief therapy efektif dalam meningkatkan *self efficacy* penyandang disabilitas fisik. Hal tersebut dikarenakan adanya dampak yang substansial dari perlakuan konseling solution focused brief therapy yang diberikan.

ABSTRACT

Self-efficacy is one of the most important parts that aims to determine one's success, with self-efficacy it will show how much confidence one has in one's abilities and being able to survive even in difficult situations. The main problem in this study is the low level of self-efficacy among people with physical disabilities at the Budi Perkasa Center in Palembang. There are several persons with physical disabilities who are still undergoing residential development programs at these institutions with a low level of self-efficacy, therefore it is necessary to increase this self-efficacy through solution-focused brief therapy counseling. In this study, a method was used, namely the pre-experimental type with a one group pretest-posttest design. This study involved 10 subjects with physical limitations which were determined by purposive sampling of 21 persons with physical disabilities at the Budi Perkasa Sentra Palembang. This research instrument was adapted from previous research (odit, 2019) using a Likert scale. The results of the analysis used the Wilcoxon test which showed that the effectiveness of solution focused brief therapy counseling in increasing self-efficacy ($Z=-2.809$; $p 0.005 < 0.05$). Based on the results of this study, it shows that counseling solution focused brief therapy is effective in increasing the self-efficacy of persons with physical disabilities. This is due to the

substantial impact of the solution focused brief therapy counseling treatment given.

*Author: Intan Delsa Putri

Email : intandlsputri@gmail.com

Pendahuluan

Rendahnya *self efficacy* pada penyandang disabilitas fisik masih menjadi permasalahan utama yang perlu pengetasan ([Badriyyah et al.](#), 2021). Lembaga Sentra Budi Perkasa Palembang merupakan lembaga program rehabilitasi memiliki 21 penyandang disabilitas fisik dengan program residensial. Permasalahan *self efficacy* bukan permasalahan baru yang terjadi di Sentra Budi Perkasa Palembang melainkan masalah lama yang sering terjadi khususnya pada penyandang disabilitas fisik ([Ramadhani](#), 2021). Banyaknya kendala yang dijumpai oleh penyandang disabilitas dapat mengakibatkan tidak adanya kesempatan bagi mereka untuk ikut serta dalam lingkungan sosialnya secara efektif, tak hanya itu juga dapat mengakibatkan keadaan psikologis dari individu yang mengalaminya seperti muncul sebuah kondisi ketidakstabilan yang dialami seperti rendahnya efikasi diri dan lain sebagainya ([Ula](#), 2019). Selain itu, perlakuan sosial yang seringkali mengabaikan hak-hak penyandang disabilitas membuat mereka terlihat rentan dan tidak produktif, serta tidak mampu menjalankan tanggung jawab serta tugasnya. Implikasinya, kemerdekaan dan kemandirian penyandang disabilitas untuk melakukan aktivitas di ruang publik menjadi lemah ([Nurjihan et al.](#), 2022). Perlakuan sosial ini menimbulkan beban emosi bagi kaum disabilitas. Tidak sedikit disabilitas yang merasa dirinya menjadi beban masyarakat ([Allo](#), 2022).

Bandura menyatakan bahwa konsepsi tentang *self efficacy* pada hakikatnya merujuk pada suatu situasi tertentu, dimana dalam penelitian ini *self efficacy* yang dimaksud berada dalam konteks keterampilan vokasional yang dimiliki penyandang disabilitas fisik ([Astuti & Purwanta](#), 2019). Hal ini berarti penyandang disabilitas dengan tingkat *self efficacy* yang tinggi akan berkeyakinan dengan penuh bahwa terdapat kemampuan yang melekat pada dirinya dalam meninjau serta menguasai bentuk dari sebuah keterampilan dan akan bisa memperlihatkan keyakinan yang ada pada dirinya melalui sebuah tindakan yang efektif ([Restian](#), 2020). Individu akan memandang suatu pekerjaan dalam bentuk latihan pada keterampilan tersebut akan menjadi sebuah objek sasaran yang harus dihadapi bukan malah sebaliknya, bahkan apabila dihapkan dengan sebuah tantangan maka individu dengan efikasi diri yang tinggi ini akan menunjukkan rasa tangguh serta tekad yang kuat untuk mencapai tujuan yang diinginkan ([Ariyani et al.](#), 2021).

Penelitian ini bertujuan sebagai bentuk pengaturan diri dan efikasi diri ini memiliki efek yang besar dalam setiap pikiran dan tindakan. Adanya keyakinan dalam diri akan membuat seseorang merasa mampu dalam menyelesaikan setiap pekerjaan ([Diana](#), 2021) yang ada secara efektif dalam sebuah kegiatan seperti latihan keterampilan. Apabila tersimpan keyakinan dalam diri mereka maka akan ada kemungkinan bahwa mereka akan dirasa bisa dalam menyelesaikan

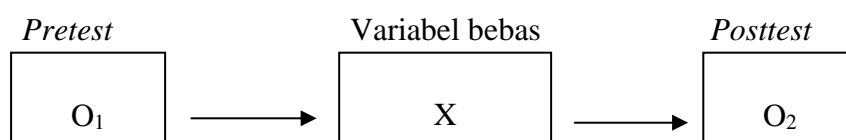
suatu tugas dengan efektif sehingga dapat mencapai keberhasilan ([Manuntung & Kep, 2019](#)).

Berdasarkan hal tersebut, agar dapat meningkatkan *self efficacy* yang rendah dibutuhkan sebuah solusi melalui konseling *solution focused brief therapy* berbasis kelompok. *Solution Focused Brief Therapy* merupakan sebuah teknik konseling yang berdaya guna karena dalam penerapannya tidak memerlukan kurun waktu yang panjang ([Gaho et al., 2021](#)). Pendekatan ini dinilai sangat efektif dalam mengatasi permasalahan konseli karena konseli akan diajak untuk memfokuskan diri menemukan solusi untuk memecahkan suatu permasalahan, dengan ini juga pikiran konseli akan dibimbing untuk berkonsentrasi pada jalan keluar pada masalah sehingga mengesampingkan sebab musabab dari permasalahan yang terjadi ([Diana, 2021](#)).

Metode Penelitian

Jenis metode yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif eksperimental. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh antara variabel independen dan dependen. Dengan demikian akan diketahui dalam penelitian ini efektivitas variabel independen yakni perlakuan konseling kelompok *solution focused brief therapy* terhadap variabel dependen yaitu *self efficacy* penyandang disabilitas fisik. Penelitian ini menggunakan analisis statistik non parametrik dengan bentuk desain penelitian eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini yakni eksperimen *One Group Pretest-Posttest*, yang membandingkan sebelum dengan sesudah diberikan perlakuan terhadap subjek dalam penelitian (Sugiyono, 2019). Berikut dapat dilihat pada gambar 1

Gambar 1
Desain One-Group Pretest-Posttest Design



Pada penelitian ini, peneliti memiliki tujuan untuk dapat meningkatkan *self efficacy* penyandang disabilitas fisik dalam kegiatan konseling kelompok. Oleh sebab itu layanan konseling kelompok ini memiliki beberapa tahapan pelaksanaan, berikut tahapan-tahapan tersebut yaitu:

1. Pengambilan sampel pada populasi untuk dijadikan responden dengan kriteria tertentu. Peneliti melakukan pemilihan terhadap beberapa penyandang disabilitas fisik yang berpatokan usia pada 18-25 tahun dan sedang dalam mengikuti program residensial di Sentra Budi Perkasa yang diduga mengalami tingkat efikasi diri yang rendah. Selanjutnya, kelompok yang akan dijadikan sebagai responden.
2. Memberikan *pretest* pada responden maka dari *pretest* tersebut akan diketahui tingkat *self efficacy* sebelum diberikan perlakuan.

3. Memberikan perlakuan pada responden yaitu memberikan konseling kelompok *solution focused brief therapy* dalam meningkatkan *self efficacy*, peneliti berharap dari perlakuan ini dapat meningkatkan *self efficacy* penyandang disabilitas fisik. Sebagaimana dalam konseling kelompok terdapat fungsi pengentasan yang bertujuan untuk mengatasi masalah pada diri penyandang disabilitas fisik sehingga dapat terhindarkan dari masalah yang tersebut serta mereka siap menyongsong kehidupan dengan baik sehabis keluar dari lembaga sosial Sentra Budi Perkasa Palembang.
4. Memberikan *posttest* dengan tujuan dapat melihat apakah perlakuan yang telah diberikan memberikan pengaruh terhadap kelompok, apakah *self efficacy* yang dialami penyandang disabilitas fisik mengalami peningkatan atau sebaliknya. Kemudian dari hasil *pretest* dengan *posttest* akan diketahui perbandingannya. Instrumen atau angket ini menerapkan angket adaptasi dari penelitian Odit (2019), "*Hubungan Efikasi diri dengan Minat Belajar dengan hasil belajar IPA Siswa Kelas V Sekolah Dasar Sekecamatan Bojong manik Kabupaten lebak Provinsi Banten*", sebagai instrumen rujukan yang teruji validitas serta reliabilitasnya sehingga kevalidan penelitian ini tidak bisa diragukan lagi.

Hasil Dan Pembahasan

Dalam penelitian ini, terdapat hipotesis penelitian yang akan diujikan memakai analisis *non parametrik* dengan uji *Wilcoxon* dengan tujuan untuk mengetahui efektivitas konseling *solution focused brief therapy* dalam meningkatkan *self efficacy* penyandang disabilitas fisik. Berikut dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2
Uji Wilcoxon Self Efficacy Penyandang Disabilitas fisik

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest - Pretest	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	10 ^b	5.50	55.00
	Ties	0 ^c		
	Total	10		

a. Posttest < Pretest

b. Posttest > Pretest

c. Posttest = Pretest

Sumber: Hasil pengolahan data menggunakan SPSS.25

Dari tabel Uji Wilcoxon diatas, dapat disimpulkan bahwa Negatif Rank atau selisih Negative (-) pada pretest dengan posttest yaitu 0 pada kolom nilai N,

Mean Ranks 0,00 dan Sum Of Ranks 0,00. Pada penelitian ini, terdapat hasil test statistic uji Wilcoxon dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3
Hasil Test Statistic Uji Wilxocon

Test Statistics^a	
	Posttest - Pretest
Z	-2.809 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.005

a. Wilcoxon Signed Ranks Test
b. Based on negative ranks.

Sumber: Hasil pengolahan data menggunakan SPSS.25

Berdasarkan dari tabel diatas, maka Asymp.sig 2-tailed bernilai 0.005. Nilai $0.005 < 0.05$, maka disimpulkan bahwa H_a diterima sedangkan H_o ditolak. Dari hasil tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa konseling *Solution Focused Brief Therapy* ini efektif dalam meningkatkan *Self Efficacy* bagi penyandang disabilitas fisik di sentra Budi Perkasa Palembang.

Kesimpulan

Berdasarkan pada hasil penelitian yang telah dilaksanakan peneliti dengan judul “Efektivitas Konseling *Solution Focused Brief Therapy* dalam meningkatkan *Self Efficacy* Penyandang Disabilitas Fisik” di Sentra Budi Perkasa Palembang maka dapat disimpulkan bahwa kelompok yang diberikan perlakuan konseling *solution focused brief therapy* memiliki rata-rata (mean) dari pretest 46,30 dan posttest 103, 90 yakni dengan selisih rata-rata 57, 60. Adapun untuk Z skor dengan Uji *Wilcoxon* yaitu 0,005 yang artinya $0,005 < 0,05$ maka dari itu H_a diterima dan H_o ditolak. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan konseling kelompok *solution focused brief therapy* efektif untuk meningkatkan *self efficacy* penyandang disabilitas fisik di Sentra Budi Perkasa Palembang.

Bibliografi

- Allo, E. A. T. (2022). Penyandang Disabilitas di Indonesia. *NUSANTARA: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 9(3), 807–812. <https://doi.org/10.31604/jips.v9i2.2022.807-812>
- Ariyani, H., Gazali, M., Fitriah, A., Nurmeidina, R., & Anshari, M. (2021). *Buku Panduan Konseling Apoteker Pasien Hipertensi*. MBUnivPress.
- Astuti, B., & Purwanta, E. (2019). *Bimbingan Karier untuk meningkatkan Kesiapan karier*. Devstudika.
- Badriyyah, S. L., Arumsari, C., & Nugraha, A. (2021). Rendahnya self efficacy pada penyandang disabilitas fisik masih menjadi permasalahan utama yang perlu pengetasan. *Jurnal Prakarsa Paedagogia*, 4(1).
- Diana, L. W. (2021). *Efektivitas Konseling Kelompok Pendekatan Solution-Focused Brief Counseling (Sfbc) Untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa Smp Islam Al Amal Surabaya*. UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA.
- Gaho, J., Telaumbanua, K., & Laia, B. (2021). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Role Playing dalam Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Lahusa Tahun Pembelajaran 2020/2021. *Counseling For All (Jurnal Bimbingan Dan Konseling)*, 1(2), 13–22.
- Manuntung, N. A., & Kep, M. (2019). *Terapi perilaku kognitif pada pasien hipertensi*. Wineka Media.
- Nurjihan, I., Handayani, F., & Erawati, M. (2022). The Effect of Non-Pharmacological Intervention on Self-Efficacy in Stroke Patients. *Media Keperawatan Indonesia*, 5(2), 147–162.
- RAMADHANI, R. (2021). *Analisis Konsep Kecemasan Psikoterapi Spiritual Pada Buku Kecemasan Dan Psikoterapi Spiritual Islam Karya Ahmad Rusdi*. UIN RADEN FATAH PALEMBANG.
- Restian, A. (2020). *Psikologi Pendidikan Teori Dan Aplikasi*. UMMPress.
- Ula, K. (2019). *Terapi Solution-Focused Brief Counseling dalam meningkatkan manajemen diri: studi kasus pada seorang anak tunagrahita di kelurahan Barata Jaya kecamatan Gubeng Surabaya*. UIN Sunan Ampel Surabaya.

