

KEBERMAKNAAN HIDUP TUNADAKSA DI YPAC JIMBARAN BALI

Ni Ketut Jeni Adhi¹; Ni Nyoman Ari Indra Dewi²; Dermawan Waruwu³

^{1,2,3} Program Studi Psikologi, Universitas Dhyana Pura
Email: ¹aketutjeni@undhirabali.ac.id; ²ariindradewi@undhirabali.ac.id;
³dermawanwaruwu@undhirabali.ac.id

ABSTRAK

Setiap penyandang disabilitas (tunadaksa) cenderung merasa tidak memiliki nilai kebermaknaan hidup, rasa berkecil hati, perasaan takut terhadap kondisi dirinya, sedih jika ditinggal, dan cenderung memiliki konsep diri yang negatif. Penyandang disabilitas di Yayasan Pembinaan Anak Cacat (YPAC) Jimbaran Bali cenderung menarik diri dari lingkungannya karena tidak memiliki kebermaknaan hidup. Dalam mengkaji permasalahan di atas digunakan teori Psikologi Humanistik serta dianalisis menggunakan metode penelitian kuantitatif dan kualitatif dengan pendekatan Quasi Experiment (*equivalent time samples design*). Dari metode kuantitatif didapatkan hasil pre test dan post test ($p = 0,042 < 0,05$; $z = -2,032$). Dengan melihat perbandingan nilai post test dan follow up ($p = 0,098 < 0,05$; $z = -1,656$). Hasil penelitian ini ditemukan bahwa konseling eksistensial humanistik efektif meningkatkan kebermaknaan hidup pada tunadaksa di YPAC Jimbaran Bali. Secara kualitatif diperoleh bahwa konseling eksistensial humanistik yang dilakukan peneliti berperan mempercepat proses peningkatan kebermaknaan hidup tunadaksa. Dengan demikian, setiap penyandang disabilitas khususnya tunadaksa mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya serta memiliki kebermaknaan hidup.

Kata kunci: Konseling Eksistensial Humanistik; Peningkatan Kebermaknaan Hidup; Penyandang Disabilitas; Tunadaksa.

ABSTRACT

Every person with disabilities (physically challenged) tends to feel that he does not have the meaningful value of life, feeling discouraged, feeling afraid of his condition, sad when left behind, and tends to have a negative self-concept. People with disabilities at the Jimbaran Bali Foundation for Disabled Children (YPAC) tend to withdraw from their environment because they do not have the meaning of life. In reviewing the above problems Humanistic Psychology theory is used and analyzed using quantitative and qualitative research methods with the Quasi Experiment (equivalent time samples design) approach. From the quantitative method, the results of the pre-test and post-test were obtained ($p = 0.042 < 0.05$; $z = -2.032$). Whereas by looking at the comparison of the value of post test and follow up ($p = 0.098 < 0.05$; $z = -1.656$). The results of this study found that humanistic existential counseling effectively increased the meaningfulness of life in the quadriplegic at YPAC Jimbaran Bali. Qualitatively, it was found that humanistic existential counseling conducted by researchers played a role in accelerating the process of increasing the meaningfulness of involuntary life. Thus, every person with a disability, especially the disabled, is able to adapt to his environment and has a meaningful life.

Keywords: Humanistic Existential Counseling; Increasing the Significance of Life; Disabled Persons; Tunadaksa.

1. Pendahuluan

Setiap individu memiliki tujuan untuk mencapai kebahagiaan dan kesuksesan dalam hidupnya. Kebahagiaan setiap individu dapat dicapai jika individu merasakan kepuasan secara afeksi (perasaan) dimana adanya perasaan senang dan gembira. Sedangkan secara kognisi individu tersebut mampu berpikir positif terhadap peristiwa yang terjadi dalam kehidupannya. Kebahagiaan dan kesuksesan dapat memberikan makna bagi kehidupan individu, tidak terkecuali juga pada penyandang disabilitas tunadaksa (cacat fisik).

Makna hidup ini sesuatu yang unik karena hanya bisa dipenuhi oleh individu yang bersangkutan serta tidak dapat disamakan dengan makna hidup individu lain di sekitarnya. Ciri-ciri makna hidup menurut Frankl (2008) antara lain: a) bertanggung jawab dalam mengarahkan hidupnya dan dalam menyikapi nasib dan takdir; b) mengenali diri sendiri; c) menyadari hidupnya sebagai makhluk Tuhan; d) dapat merasakan kemuliaan kedudukan sebagai pemimpin; e) menolak perbuatan-perbuatan yang merendahkan derajatnya; f) memiliki kendali/kontrol diri terhadap hidupnya; g) memiliki kebebasan untuk bertindak dan sesuai dengan apa yang diyakininya; h) memiliki kemampuan memberi dan menerima cinta; i) mampu melakukan transedensi diri (mengatasi dirinya); j) berorientasi pada masa depan dan bersifat optimis, tidak ditentukan oleh kekuatan-kekuatan dari luar dirinya; k) memilih alasan untuk terus menjalani hidup; dan l) mampu mewujudkan nilai-nilai kreatif, penghayatan dalam bersikap dan menggunakan waktu sebijaksana mungkin.

Bagi yang mempunyai keterbatasan fisik ada kecenderungan merasa tidak memiliki kebermaknaan hidup. Keterbatasan yang dimiliki ada kalanya membuat rasa berkecil hati, perasaan takut menghadapi kenyataan, sedih jika ditinggal, perasaan inferior, menutup diri dari lingkungannya, cenderung memiliki konsep diri yang negatif, serta munculnya keinginan untuk bunuh diri (Adelina, Akhmad, Hadi, 2018). Keterbatasan fisik ini juga sering diremehkan orang lain serta keberadaan penyandang disabilitas dianggap mengganggu kenyamanan orang lain di sekitarnya (Waruwu & Adhi, 2018).

Anak dengan disabilitas tunadaksa adalah anak dengan ketidakmampuan anggota tubuh untuk melakukan fungsinya secara normal yang disebabkan karena luka, penyakit, kecelakaan, atau pertumbuhan yang tidak sempurna yang terjadi baik sebelum lahir, saat lahir dan setelah kelahiran. (Adelina, Akhmad, Hadi, 2018). Kondisi tubuh yang mengalami kekurangan tentu saja berpengaruh terhadap perkembangan psikologis individu yang mengalami disabilitas tunadaksa. Fenomena kurangnya kebermaknaan hidup tunadaksa terjadi di Yayasan Pembinaan Anak Cacat (YPAC) Jimbaran Bali yang menarik diri dari lingkungannya, sebagaimana diungkapkan oleh tunadaksa berikut ini:

...selama dua bulan saya menutup diri dari orang lain, saya ga mau keluar rumah, mengurung diri di kamar dan menangis (MS, Agustus 2018)

...saya sering dibully sejak kecil, sampai saya pernah mengambil pisau untuk bunuh diri (DN, Agustus 2018)

Dari hasil wawancara awal disabilitas tunadaksa cenderung merasakan kehidupan yang kurang bermakna (*meaningless*) akibat cacat yang dialami dan pemahaman negatif atas diri sendiri karena merasa tidak berdaya dan tidak berguna. Untuk mengubah penghayatan hidup kearah yang lebih bermakna tentu banyak hal yang bisa dilakukan. Ada beberapa cara seperti mengikuti ceramah tentang kehidupan, memperdalam religi (agama), meditasi, yoga, dan konseling eksistensial humanistik. Dengan memperdalam religi (agama) bagi yang belum kuat dan siap secara mental kurang dapat bermanfaat

secara optimal karena manusia masih terikat dengan hal-hal keduniawian. Metode meditasi dan yoga banyak juga dilakukan untuk dapat menenangkan dan menyejukkan diri namun cenderung membutuhkan konsentrasi tinggi untuk mendapatkan hasil yang maksimal. Dibandingkan dengan cara-cara sebelumnya, dalam konseling eksistensial humanistik banyak memberikan kelebihan yaitu praktis, didasari asumsi bahwa manusia adalah bebas dan oleh karena itu manusia harus bertanggung jawab atas pilihan yang diambil dan perbuatan yang dilakukan.

Tujuan utama dari konseling eksistensial humanistik adalah menantang klien untuk mengidentifikasi sejumlah alternatif serta memilih diantara alternatif tersebut (Corey, 2009). Dalam mencapai tujuan tersebut terapis menggunakan beberapa strategi dan teknik, diantaranya konfrontasi dan orientasi masa kini, lebih menekankan pada emosi dalam interaksi terapi.

Masih menurut Corey (2009) tujuan akhir dari konseling eksistensial humanistik adalah terjadinya perubahan dalam diri klien, menata kembali kehidupan yakni kemampuan memilih dan bertanggung jawab atas pilihannya dengan demikian akan tercapai apa yang disebut dengan makna (*meaning*) dalam kehidupan.

Dengan demikian para disabilitas tunadaksa dapat lebih bersemangat dalam menjalani hidup walaupun dengan keterbatasan yang dimilikinya. Menjadikan hidupnya lebih berwarna, termotivasi untuk bekerja dan tidak harus menggantungkan diri dengan orang lain. Mengoptimalkan potensi yang dimiliki dengan senantiasa berpikir positif sehingga dapat mencapai kesuksesan seperti yang diharapkan dalam hidup.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti ingin mengetahui apakah ada pengaruh Konseling Eksistensial Humanistik terhadap Peningkatan Kebermaknaan Hidup pada tunadaksa. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas Konseling Eksistensial Humanistik dalam meningkatkan kebermaknaan hidup bagi tunadaksa. Diharapkan dengan adanya *treatment* ini akan dapat lebih menemukan potensi-potensi diri sehingga meningkatkan fungsi hidup pada tunadaksa khususnya dan menyadari bahwa kekurangan yang dimiliki bukanlah penghambat untuk maju dan mandiri.

2. Metode Penelitian

Dalam penelitian Kebermaknaan Hidup pada Tunadaksa digunakan pendekatan Quasi Experiment dengan jenis Eksperimen Seri (*equivalent time samples design*), dimana dilakukan tanpa randomisasi, dengan desain eksperimen yang dilakukan berdasarkan satu seri pengukuran variabel tergantung terhadap satu kelompok subyek, kemudian terhadap kelompok subyek tersebut dikenakan perlakuan dan selanjutnya dilakukan satu seri pengukuran ulang.

Pada desain ini diawal penelitian dilakukan pengukuran kebermaknaan hidup tunadaksa dengan menggunakan skala kebermaknaan hidup terhadap 5 subyek penelitian kemudian diberikan perlakuan (*treatment*) selama enam sesi dalam bentuk konseling. Konseling ini dilakukan dalam enam sesi, seminggu dua kali konseling dimana setiap sesi berlangsung selama 1-2 jam.

Setelah diberikan perlakuan dalam bentuk konseling, dilakukan pengukuran kembali dengan skala yang sama sebagai post test sehari setelah konseling terakhir. Follow up dilakukan dengan jeda waktu satu bulan. Pengaruh keefektifan variabel bebas terhadap variabel tergantung dilihat dari perbedaan nilai pretest dan posttest.

Tabel 2.1. *Design Penelitian*

Notasi Design Penelitian Quasi Eksperimen			
O1	X	O2	O3
Pre Test	Perlakuan	Post Test	Follow Up
Keterangan: O1 : Pre test (Pengukuran Tingkat Kebermaknaan Hidup) X : Treatment dengan Konseling Eksistensial Humanistik O2 : Post test (Pengukuran Tingkat Kebermaknaan Hidup) O3 : Follow Up (Pengukuran Tingkat Kebermaknaan Hidup)			

Tahap Pelaksanaan Penelitian

- Persiapan: dengan melakukan uji coba (*tryout*) skala kebermaknaan hidup pada 31 orang dari jumlah populasi yang mengalami tunadaksa di kabupaten Badung. Setelah data diskor dan ditabulasi maka dilakukan analisis validitas dan reliabilitas skala yang telah diujicobakan. Aitem yang sah akan digunakan sebagai alat ukur kebermaknaan hidup pada subyek penelitian.
- Menentukan subyek dengan melakukan: wawancara, observasi dan mengisi skala kebermaknaan hidup sebagai metode untuk mengetahui secara keseluruhan kondisi klien sebelum intervensi.
- Pelaksanaan intervensi dengan konseling eksistensial humanistik selama 6 sesi setiap sesi berlangsung 1-2 jam, seminggu 2 kali konseling. (Rogers, 2010).
- Post test dilakukan sehari setelah konseling terakhir.
- Follow up dilakukan satu bulan setelah post test untuk melihat efektivitas konseling.
- Analisis data dengan membandingkan skor pretest, post test, dan follow up pada masing-masing subyek.

Partisipan yang akan terlibat dalam penelitian ini haruslah memenuhi beberapa kriteria yaitu:

- Responden tergolong tunadaksa baik dari lahir ataupun setelah lahir,
- Tidak mengalami cacat ganda,
- Berjenis kelamin laki-laki dan perempuan
- Usia tergolong remaja dan dewasa awal yaitu 15-25 tahun
- Pendidikan minimal SMP dengan asumsi memiliki pengetahuan yang cukup sehingga mampu memahami tujuan konseling,
- Taraf kecerdasan tergolong rata-rata,
- Bersedia untuk mengikuti proses terapi karena kesediaan tersebut penting untuk didapatkan karena terapi dapat berjalan dengan baik apabila subyek bersedia dan memiliki kemauan untuk merubah dirinya.

Rancangan Intervensi

Berdasarkan teori Rogers (2010) dan hasil penelitian Parrish, M. S., Stanard, R.P & Cobia D.C (2008), dalam konseling eksistensial humanistik ada beberapa sesi yang dilakukan untuk mendapatkan hasil konseling baik. Adapun rancangan intervensi yang akan dilakukan seperti tabel 2.2 di bawah ini.

Tabel 2.2. *Rancangan Intervensi*

SESI	TEMA	MATERI
SESI I	Membangun komitmen dengan klien	<ol style="list-style-type: none">1. Membangun interaksi dengan klien dengan menciptakan kondisi yang empatik, hangat dan respect (congruen, unconditional positive regard, empatik)2. Menggali masalah seperti ketakutan, kecemasan yang dialami klien.3. Meminta klien untuk mengatakan dan mengakui apa yang dirasakan.
SESI II	Pemahaman diri/kesadaran	<ol style="list-style-type: none">1. Mengarahkan klien untuk hidup sehat secara psikis, memahami potensi yang dimiliki2. Mengarahkan klien untuk menjadi diri sendiri (<i>self</i>) dan bukan mengacu pada <i>ideal self</i>
SESI III	Kebebasan untuk memilih	<ol style="list-style-type: none">1. Membantu memaknai apa yang disampaikan klien dengan refleksi isi dan perasaan2. Meyakinkan klien bahwa kecemasan yang dialami sebagai kesadaran atas tanggung jawab untuk memilih
SESI IV	Pengubahan sikap	<ol style="list-style-type: none">1. Membantu klien dengan menguatkan untuk menerima kondisi yang terjadi.2. Membuka diri untuk berhubungan dengan orang lain
SESI V	Bertanggung jawab atas pilihan yang diambil	<ol style="list-style-type: none">1. Memahami konsekuensi atas pilihan yang diambil2. Adanya upaya yang dilakukan secara sadar untuk pengembangan potensi pribadi3. Mendorong klien mengaktualisasikan dirinya untuk memperkaya pengalaman.
SESI VI	Evaluasi Perkembangan	<ol style="list-style-type: none">1. Dalam proses konseling, konselor melakukan observasi dan membuat catatan tentang proses konseling dan perkembangan klien selama konseling.2. Konselor menantang klien untuk mengembangkan dan menerapkan filsafat hidup yang realistis3. Konselor memberikan feedback atas hasil kemajuan dan perkembangan konseling4. Memberi dukungan dan semangat kepada kemajuan yang dicapai klien dan meyakinkan untuk tetap fokus dan semangat.

Alat Pengumpul Data

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan beberapa alat penelitian sebagai berikut:

1. *In-depth interview* yang akan digunakan bertujuan untuk menggali akar permasalahan, memahami dinamika kemunculan kecenderungan, serta relasi sosial yang dibina oleh subyek dengan lingkungan sekitar dan keterkaitannya dengan kecenderungan rendahnya kebermaknaan hidup yang dimiliki.
2. Observasi dilakukan selama wawancara berlangsung maupun di luar wawancara. Pewawancara harus waspada mengenai intonasi suara, kecepatan bicara dan gestur tubuh.
3. Skala Kebermaknaan Hidup
Skala disusun oleh peneliti dan dianalisis dengan Cronbach's Alpha menggunakan program statistik SPSS dengan koefisien korelasi (r_{bt}) antara 0,791-0,222 dengan taraf signifikansi (p) 0,000 sedangkan uji reliabilitas dengan $r_{tt} = 0,930$ dengan $p = 0,000$ menunjukkan bahwa skala ini andal.

Teknik Analisis Data

1. Analisis Kuantitatif

Analisis data kuantitatif tahap intervensi dilakukan dengan membandingkan skor skala kebermaknaan hidup yang diberikan sebelum perlakuan (*pretest*), sesudah perlakuan (*posttest*) dan pada saat *follow up*. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji statistik non parametrik yaitu Wilcoxon.

2. Analisis Kualitatif

Analisis data kualitatif tahap intervensi dilakukan dengan analisa hasil observasi, interview dan dialog selama intervensi dilakukan yang dicatat oleh peneliti selama intervensi berlangsung sebagai proses evaluasi.

3. Hasil dan Pembahasan

Tempat Penelitian dan Pelaksanaan Penelitian

Penelitian dilakukan di YPAC Bali Jl. By. Pas I Gusti Ngurah Rai Km 30 Jimbaran pada bulan April-Juli 2019.

Penentuan Subjek Penelitian

Penentuan subjek penelitian merupakan hal penting dalam melakukan penelitian eksperimen, oleh karena itu subjek penelitian ditentukan sedemikian rupa untuk mendapatkan subjek yang sesuai dengan karakteristik yang ditentukan. Adapun ciri-ciri subjek dalam penelitian ini adalah, siswa dengan usia 15-25 tahun, laki-laki dan wanita, tergolong tunadaksa baik dari lahir ataupun setelah lahir, tidak mengalami cacat ganda, taraf kecerdasan tergolong rata-rata, komunikatif dan bersedia terlibat dalam pelaksanaan penelitian dengan memberikan *inform consent* kepada subjek penelitian.

Tabel 3.1 Skor Kriteria Penilaian skala Kebermaknaan Hidup

Skor	Kategori Skala Kebermaknaan Hidup
$x \geq 159$	Sangat Tinggi
$129 \leq x < 158$	Tinggi
$99 \leq X < 128$	Cukup
$68 \leq x < 98$	Rendah
$X < 68$	Sangat Rendah

Hasil Analisis Data Kuantitatif

Tabel berikut ini merupakan gambaran data dari hasil proses yang telah dilakukan berdasarkan perbandingan dari hasil pemberian konseling eksistensial humanistik terhadap peningkatan kebermaknaan hidup pada tahap *pre-test*, *post-test* dan *follow up*.

Tabel 3.2 Perbandingan nilai pre test, post test dan follow up

Subjek	Pre test	Post test	Follow up
1.Son	82 (Rendah)	134 (Tinggi)	133 (Tinggi)
2.Dan	92 (Rendah)	156 (Tinggi)	157 (Tinggi)
3.Yus	94 (Rendah)	158 (Tinggi)	160 (Sangat Tinggi)
4.Zis	99 (Cukup)	172 (Sangat Tinggi)	174 (Sangat Tinggi)
5. Yul	98 (Rendah)	173 (Sangat Tinggi)	175 (Sangat Tinggi)

Hasil pre ttest dan post test ($p= 0,042 < 0.05$; $z=-2,032$). Sedangkan dengan melihat perbandingan nilai post test dan follow up ($p=0,098 < 0,05$; $z=-1,656$). Data tersebut menunjukkan bahwa secara kuantitatif, proses intervensi memiliki pengaruh terhadap peningkatan kebermaknaan hidup pada tunadaksa yang dialami oleh kelima klien dan cukup memiliki efektivitas.

Hasil Analisis Data Kualitatif

Tabel 3.3. Perbandingan Pre-Treatment, Post -Treatment dan Follow Up

SUBYEK	PRE-TREATMENT	POST -TREATMENT	FOLLOW UP
SON	SON merasa minder, malu dengan kondisi saat ini. SON merasa sangat tergantung dengan orang lain karena mobilitas menjadi sangat terbatas. SON minder dan pesimis menjalani hidup.	SON merasa mendapatkan penguatan, termotivasi dan berupaya menghilangkan keraguannya, berpikir lebih realistis dengan kondisi yang dialami.	SON mampu menjalin sosialisasi dengan lebih baik, bertanggung jawab atas pilihan yang diambil dan belajar untuk lebih mandiri dengan tetap berusaha dan berjuang, menekuni kegiatan menggambar
DAN	DAN merasa terpukul dengan kondisi yang dialami saat ini, belum bisa menerima kenyataan, pernah keinginan untuk bunuh diri sering bersikap destruktif, suka memukul teman.	Perkembangan DAN menjadi orang yang lebih terbuka dan lebih jujur pada perasaannya sendiri dan DAN merasa mulai mampu mengelola emosinya, menyadari kondisi diri sendiri dan punya harapan untuk masa depan.	DAN lebih mampu menerima kondisi saat ini, lebih berani tampil dihadapan orang lain, lebih sering membantu kegiatan di sekolah, lebih banyak terbuka dan bercerita dengan teman-teman dan tetap bekerja keras untuk mewujudkan cita-cita.
YUS	YUS merasa bingung, ada keraguan dalam menghadapi masa depan dengan keterbatasan yang dimiliki. YUS sering dibully, merasakan emosinya yang labil dimana menjadi lebih mudah tersinggung, mudah emosi.	YUS menjadi orang yang lebih terbuka dan lebih bersemangat dan mau mencoba dan ikhlas menerima kondisi dirinya. YUS merasa mendapatkan penguatan, termotivasi dan berupaya menghilangkan keraguannya, berpikir lebih realistis dengan kondisi yang dialami.	YUS sudah lebih mampu menerima kondisi diri saat ini dan sudah lebih yakin akan kemampuan untuk menekuni kegiatan untuk membuat banten/canang sebagai mata pencaharian nanti. YUS lebih mampu bersosialisasi dengan tanpa beban.
ZIZ	Kondisi yang dialami ZIZ membuat ZIZ merasakan hidup tidak berguna dan putus harapan untuk hidup, merasa minder, kecewa, putus asa dan ZIZ pernah menyalahkan takdir	ZIZ merasakan manfaat bahwa semakin menyadari dan mampu menerima kondisi diri, lebih berhati-hati dan mau berusaha. Mengembangkan potensi yang dimiliki antara lain kemampuan berbicara (Public speaking) dan	ZIZ lebih mampu mengenali karakter diri sehingga lebih mampu mengendalikan diri dan emosi, senantiasa belajar mengembangkan relasi dan menambah pengalaman, meningkatkan

		Bahasa Inggris.	kemampuan performance (penampilan)
YUL	YUL merasa sangat minder dalam bergaul, sering merenung, berdiam diri. Jika rasa kecewa yang amat mendalam YUL tak segan emosi, menangis, merasa Tuhan ga adil	Perkembangan YUL menjadi orang yang lebih terbuka dan lebih percaya kepada orang lain. YUL merasa mendapatkan penguatan, termotivasi dan berupaya menghilangkan keraguannya, berpikir lebih realistis dengan kondisi yang dialami.	YUL lebih mampu menerima kondisi saat ini dengan menunjukkan semangat dalam belajar, lebih mampu menjalin sosialisasi dengan lingkungan secara luas., menekuni hobby Menari, puisi, belajar Bahasa Inggris

4.Simpulan

Berdasarkan pada data kuantitatif dan kualitatif yang menunjukkan bahwa ada pengaruh efektif konseling eksistensial humanistik terhadap peningkatan kebermaknaan hidup pada tunadaksa. Dimana hasil yang diperoleh pada proses akhir sudah memenuhi indikator keberhasilan sebagai berikut:

- 1). Ada perbedaan kebermaknaan hidup yang signifikan sebelum dan sesudah pemberian intervensi dengan konseling eksistensi humanistik dengan ($p= 0,042 < 0.05$; $z=-2,032$). Ini menunjukkan bahwa konseling eksistensi humanistik berpengaruh terhadap kebermaknaan hidup tunadaksa dan dengan melihat perbandingan nilai post test dan follow up ($p=0,098 < 0,05$; $z=-1,656$) ini berarti Konseling eksistensial humanistik masih cukup efektif walaupun sudah dihentikan.
- 2). Setiap orang dapat mengalami peningkatan kebermaknaan hidup jika seseorang memiliki kemauan dan kesadaran akan kondisi diri, menerima diri apa adanya, mampu bertanggung jawab terhadap tugas, menjalin relasi sosial yang baik dengan lingkungan namun membutuhkan proses dan waktu yang lebih lama. Dengan konseling eksistensial humanistik yang dilakukan peneliti berperan mempercepat proses peningkatan kebermaknaan hidup tunadaksa.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan evaluasi terhadap rancangan maupun pelaksanaan intervensi, maka dapat dirumuskan beberapa saran yang diharapkan dapat meningkatkan kualitas penelitian sejenis dikemudian hari:

- 1) Penelitian selanjutnya jika diperoleh subyek yang lebih besar diharapkan dapat dilakukan dengan jenis penelitian eksperimen murni dengan rancangan yang berbeda.
- 2) Proses pelaksanaan intervensi dengan jarak antar sesi yang lebih panjang agar jumlah data lebih kaya digunakan sebagai bahan evaluasi per sesi konseling.
- 3) Proses *follow up* sebaiknya dilakukan dalam jangka waktu yang lebih lama supaya peneliti dapat memastikan bahwa efek konseling bisa bertahan dalam waktu yang lebih panjang.

Daftar Rujukan

- Adelina.F, Akhmad. SK, Hadi. C, 2018, Bagaimana agar Penyandang Tunadaksa menjadi Pribadi yang Bahagia? *Jurnal Sains Psikologi*, Jilid 7, Nomor 2, November 2018, hlm 119-125
- Allport 1999, *Psikologi Kepribadian*, Jakarta, Penerbit Erlangga
- Arif, RH, 2009, *The Power of Mind*, Yogyakarta, Penerbit Gava Media
- Bastaman, H.D, 1998, Adakah harapan di tanah tipis? Mengenang Viktor Frankl pendiri Logoterapi (1904-1997), *Psikologika*, Jakarta, Nomor 5 Tahun III, 1998
- Chaplin, J.P., 1999. *Kamus Lengkap Psikologi*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Corey, G. 2009. *Teori dan Praktek Konseling Psikoterapi*. Bandung: PT ErescoCozby. 2009. *Methods in Behavioral Research* Edisi ke-9. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Craig, Erik, 2008, A Brief Overview of Existential Depth Psychotherapy, *Journal The Humanistic Psychologist*, 36: 211-226, 2008.
- Waruwu, D. & Adhi, N.K.J, 2018. Kecemasan Penyandang Disabilitas dalam Mencari Pekerjaan di Kawasan Wisata Kuta Bali. *Jurnal Psikologi Mandala* 2(2), hlm. 1-8).
- Frankl, Viktor E, 2008, *Optimisme di Tengah Tragedi (Analisis Logoterapi)*, Bandung, Penerbit Nuansa
- Feist, Jess & Gregory J, 2009, *Teori Kepribadian*, Jakarta, Penerbit Salemba Humanika.
- Hurlock, E.B, 1980, *Psikologi Perkembangan Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Edisi Kelima, Jakarta, Erlangga.
- Koeswara, E, 1992, *Logoterapi, Psikoterapi Victor Frankl*, Yogyakarta, Kanisius.
- Parrish, M. S, Stanard, R.P & Cobia D.C, 2008, Using Existential-Humanistic Approaches in Counseling Adolescent with Meaningless, *Journal of Humanistic Counseling, Education and Development*, Spring 2008, Volume 47
- Pratiwi Imelda H, 2014, Resiliensi pada Penyandang Tunadaksa Non Bawaan, *Jurnal Spirits*, Vol.5, No. 1 November 2014 ISSN:2087-7641
- Rogers, 2010. *Psikoterapi (5th ed.)*. Jakarta: Erlangga.
- Maramis, Willy.F & Albert, A, (2009), *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa*, Edisi Kedua, Surabaya, Airlangga University Press
- Schultz, D, 1991, *Psikologi Pertumbuhan*, Jakarta, Kanisius.
- Widyatamma, Tim, 2010, *Kamus Psikologi*, Jakarta, Penerbit Widyatamma.

