**SULUH**

**ARTIKEL INFO**

Diterima

Januari 2019

Dipublikasi

Februari 2019

\*e-mail :

dias.mumpuni@live.com

Orcid :

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Kondisi awal anggota difabel, Hubungan antara tingkat *self-esteem* dengan penampilan dan Proses konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam meningkatkan *self-esteem* pada penampilan difabel di Difabel Slawi Mandiri Kabupaten Tegal. Metode penelitian ini menggunakan *mix methods* (kuantitatif dan kualitataif). Sampel penelitian adalah 30-35 anggota difabel menggunakan teknik *purposive* sampling. Alat pengumpulan data berupa skala, observasi dan wawancara. Teknik analisa data Kuantitatif melalui Uji validitas dengan rumus Pearson Product moment, uji reliabilitas dengan rumus *alpha cornbach’s* dananalisis korelasi. Sedangkan analisis data kualitatif melalui triangulasi data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai thitung 3,6373 > ttabel 2,042 (df=n-k | 32-2=30), maka ada hubungan antara variabel s*elf-esteem* dengan penampilan difabel. Kondisi awal *self-esteem* difabel dikategorikan sangat rendah (6%), (25%) dalam kategori rendah, (25%) dalam kategori cukup, (22%) dalam kategori sedang, (13%) dalam kategori tinggi, dan (9%) dalam kategori sangat tinggi. Peneliti mengambil satu responden dari dua responden yang memiliki *self-esteem* sangat rendah untuk di konseling. Dari hasil pengamatan konseling, terdapat perubahan positif dalam diri konseli untuk menjadi pribadi mandiri.

**Kata kunci:** Self Esteem, Difabel, Konseling REBT

**ABSTRACT**

*This study aims to determine the initial conditions of diffable members, the relationship between the level of self-esteem and the appearance and counseling process of the Rational Emotive Behavior Therapy in improving self-esteem in the appearance of diffables in the Independent Disability Society of Tegal District. This research method uses mix methods (quantitative and qualitative). The study sample was 30-35 diffable members using purposive sampling technique. Data collection tools in the form of scale, observation and interview. Quantitative data analysis techniques through validity testing with Pearson Product moment formula, reliability testing with Cornbach's alpha formula and correlation analysis. While analyzing qualitative data through data triangulation. The results showed that the value of tcount 3.6373> t table 2.042 (df = n-k | 32-2 = 30), then there is a relationship between the variables self-esteem and the appearance of the diffable. The initial conditions of diffable self-esteem were categorized as very low (6%), (25%) in the low category, (25%) in the sufficient category, (22%) in the moderate category, (13%) in the high category, and (9%). ) in the very high category. The researcher took one respondent from two respondents who had very low self-esteem for counseling. From the results of observing counseling, there are positive changes in the counselee's self to become an independent person.*

***Keywords****: Self Esteem, Disabled, REBT Counseling*

*© Universitas Muhammadiyah Palangkaraya*



**UMP**

**JURNAL BIMBINGAN DAN KONSELING**

http://journal.umpalangkaraya.ac.id/index.php/suluh

Volume 4 Nomor 2, Februari 2019 (21-27)

**UPAYA MENINGKATKAN *SELF-ESTEEM* PADA PENAMPILAN DIFABEL MELALUI KONSELING *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY* DI DIFABEL SLAWI MANDIRI KABUPATEN TEGAL**

**Efforts to Improve Self-Esteem in PwD Appearance Using Counseling Of Rational Emotive Behavior Therapy in Difabel Slawi Mandiri in Tegal Regency**

**1Pradita Anggi Ayungingtyas, 2Sesya Dias Mumpuni & 3 Achmad Suhud**

1 *Universitas Pancasakti*, Tegal, Jawa Tengah, Indonesia]

2 *Universitas Pancasakti*, Tegal, Jawa Tengah, Indonesia]

3 *Universitas Pancasakti*, Tegal, Jawa Tengah, Indonesia]

**PENDAHULUAN**

Difabel merupakan sebutan bagi seseorang yang memiliki keterbatasan fisik atau mental. Menurut pasal 1 ayat 1 Undang-undang Nomor 4 Tahun 1997 tentang Penyandang Cacat menjelaskan bahwa penyandang cacat adalah setiap orang yang mempunyai kelainan fisik dan/atau mental, yang dapat mengganggu atau merupakan rintangan dan hambatan baginya untuk melakukan kegiatan secara layaknya, yang terdiri dari penyandang cacat fisik, penyandang cacat mental, penyandang cacat fisik dan mental.

Sebutan difabel atau penyandang cacat menjadi sebuah pembeda dalam strata sosial masyarakat. Dengan adanya pembeda, maka difabel rentan mengalami diskriminasi. Hal ini tampak jelas di dalam masyarakat karena kebanyakan difabel memiliki tingkat kemiskinan dan pengangguran yang lebih tinggi. Banyak masyarakat yang beasumsi bahwa manusia harusnya terlahir normal dan sehat. Apabila ada manusia terlahir dengan keadaan fisik yang kurang normal atau sakit dianggap sebagai penyimpangan. Setiap individu takut akan kecacatan sehingga masyarakat sering memiliki prasangka bahwa difabel itu lemah sedangkan mereka yang normal lebih unggul. Sikap masyarakat terhadap difabel berbeda-beda, ada yang merasa kasihan dan ada yang merasa risih dan enggan bergaul dengan difabel. Meskipun demikian penyandang difabel memiliki hak dan kewajiban yang sama dengan manusia normal lainnya. Mereka wajib menaati peraturan, menjalankan ibadah dan berhak mendapatkan aksesibilitas yang layak seperti memperoleh pendidikan, transportasi yang mudah, menikah dan hidup bahagia.

Menurut pasal 1 ayat 4 Undang-undang Nomor 4 Tahun 1997 tentang Penyandang Cacat menyebutkan bahwa “*Aksesibilitas merupakan kemudahan yang disediakan bagi penyandang cacat guna mewujudkan kesamaan kesempatan dalam segala aspek kehidupan dan penghidupan*.” Untuk mendapatkan kesamaan kesempatan dalam segala aspek kehidupan dan penghidupan di perlukan dukungan penuh dari orang-orang di sekitarnya, sehingga difabel dapat berpartisipasi aktif dalam segala aspek kehidupan bermasyarakat. Namun pada kenyataannya sebagian besar difabel hidup dalam keluarga dan masyarakat yang memberikan sedikit dukungan tentang prasangka dan diskriminasi yang difabel alami. Masyarakat menganggap difabel rendah karena hidupnya bergantung pada bantuan orang lain. Selain itu difabel diperlakukan berbeda dengan manusia normal. Difabel dianggap tidak produktif dan tidak dapat melaksanakan kewajbannya dengan benar sehingga hak-haknya terabaikan.

Jumlah difabel di Kabupaten Tegal cukup banyak yaitu total 499 yang terdiri dari laki-laki dan perempuan. Data yang diperoleh dari *Pendataan dan Pemetaan Difabel dan OYPMK* dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 1

Data DSM Kabupaten Tegal tahun 2016

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| No | Kategori | Populasi |
| **Penderita Gangguan** |
| 1  2  3  4  5  6  7  8 | Penglihatan  Pendengaran  Bicara  Lengan dan jari  kaki  Kelainan bentuk tubuh  Cacat mental retardasi  Penyakit jiwa | 81  45  30  23  138  60  81  41 |
|  | **Total** | **499** |

*Sumber: DSM 2016*

Perlakuan yang berbeda dialami oleh difabel dari kecil hingga dewasa atau sejak terkena musibah yang mengakibatkan seseorang menjadi difabel sehingga berdampak pada *self-esteem* yang rendah dalam diri difabel. Hal ini cukup berbahaya karena difabel akan menganggap dirinya inferior, sampah masyarakat dan tak pantas hidup di dunia. Selain itu penampilan difabel rentan mengalami penolakan sosial yang dapat memperendah *self-esteem.* Penampilan fisik atau mental yang terbatas sering dianggap tidak menarik bahkan difabel mengalami diskriminasi dari masyarakat sehingga difabel cenderung menarik diri dalam lingkungan sosial. Masih banyak difabel di Kabupaten Tegal yang memiliki *self-esteem* rendah, seperti mengurung diri di kamar, malu, takut bertemu banyak orang merasa apatis, sensitif dan kadang-kadang pula muncul sikap egois terhadap lingkungannya. Selain itu pihak keluarga juga sering menutupi keberadaan difabel. *Self-esteem* yang rendah mengakibatkan penampilan tidak terurus dan kumuh karena tidak ada perasaan ingin merawat diri. Padahal mereka masih memiliki potensi yang dapat dikembangkan.

**METODOLOGI PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan *mix methods* yaitu *“research in which the investigator collects and analyzes data, integrates the findings, and draws inferences using both qualitative and quantitative approaches or methods in a single study or program of inquiry”* (Tashakkori and Creswell dalam Mertens, 2010: 293). Dalam penelitian *mix methods,* peneliti fokus pada pengumpulan data, analisis data dan penggabungan penelitian kualitataif dan kuantitatif. Keunggulan dari pendekatan *mix methods* yaitu mendapatkan gambaran atau informasi lebih lengkap tentang permasalahan yang sedang diteliti. Selain itu memperkaya kemampuan peneliti dalam menarik kesimpulan penelitian. Pendekatan *mix methods* dapat digunakan peneliti saat mencoba memecahkan masalah yang kompleks dalam konteks pendidikan dan sosial. Oleh karena itu pendekatan *mix methods* dapatsaling melengkapi untuk mencapai tujuan penelitian.

Penelitian ini menggunakan Desain penelitian *Pragmatic Parallel Mixed Methods.* Menurut Mertens (2010: 299) *Two types of data collected simultaneously or with small time lag*. Berdasarkan Desain Penelitian ini, maka pengumpulan data kuantitatif dan kualitatif dilakukan secara bersama-sama dalam jeda waktu yang sebentar. Kemudian keduanya dianalisis untuk menghasilkan data yang dibutuhkan peneliti. Berikut gambar desain *Pragmatic Parallel Mixed Methods* yang akan digunakan oleh peneliti:

**Gambar 1** Desain Penelitian

Kuantitatif

Kualitatif

Analisis data

Analisis data

Data temuan

Konseling

Hasil konseling

Pendekatan

*Mix Methods*

Sugiyono dalam Riduwan (2015:7) menyatakan “populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang menjadi kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.” Dalam penelitian ini jumlah populasi adalah 148 anggota Difabel Slawi Mandiri Kabupaten Tegal.

Sampel merupakan sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti” (Arikunto 2013: 174). Setelah ditentukan populasi, maka peneliti akan menentukan sampel penelitian. Untuk itu Peneliti memfokuskan sampel sebanyak 30-35 anggota difabel Slawi Mandiri Kabupaten Tegal.

Dari jenis teknik non-probability sampling ada empat macam yaitu sampling sistematis, sampling kuota, sampling aksidental, purposive sampling, sampling jenuh dan snowball sampling. Menurut Riduwan (2015:12) “purposive sampling ialah teknik sampling yang digunakan peneliti jika peneliti mempunyai pertimbangan-pertimbangan tertentu di dalam mengambil sampelnya atau penentuan sampel untuk tujuan tertentu.” Dalam penelitian ini peneliti akan menggunakan teknik purposive sampling. Alasan peneliti mengambil purposive sampling karena menginginkan gambaran yang lengkap terhadap difabel yang memiliki *self-esteem* rendah. Selain itu teknik ini digunakan agar waktu penelitian menjadi efisien karena responden mudah dicari.

Dalam pengumpulan data banyak teknik yang dapat digunakan. Skala psikologis adalah “sejumlah pernyataan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya atau hal-hal yang ia ketahui” (Arikunto, 2013:194). Penelitian ini peneliti ingin mengetahui mengenai hubungan antara self esteem dengan penampilan difabel. Peneliti menggunakan skala likert untuk mengukur dan menjabarkan variabel menjadi dimensi, kemudian dijabarkan lagi menjadi sub variabel dan dijabarkan lagi menjadi indikator-indikator yang dapat diukur. Dalam skala likert terdapat empat jawaban dengan skor yang berbeda. Berikut adalah penskoran alternatif jawaban Skala likert:

**Tabel 1**

Penskoran Alternatif Jawaban Skala Likert

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Alternatif (+)** | **Skor** | **Alternatif (-)** | **Skor** |
| Sangat sesuai (ss) | 4 | Sangat sesuai (ss) | 1 |
| Sesuai (S) | 3 | Sesuai (S) | 2 |
| Tidak Sesuai (TS) | 2 | Tidak Sesuai (TS) | 3 |
| Sangat Tidak sesuai (STS) | 1 | Sangat Tidak sesuai (STS) | 4 |

Sutrisno Hadi, dalam Sugiyono (2012:145) mengemukakan bahwa, “observasi merupakan suatu proses yang kompleks, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis. Dua diantara yang terpenting adalah proses pengamatan dan ingatan”. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik observasi untuk mengamati kegiatan Difabel sebagai perolehan data awal.

Esterberg, dikutip dari Sugiyono (2012:137) “wawancara merupakan pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab, sehingga dapat dikontruksikan makna dalam suatu topik tertentu”. Teknik wawancara dimaksudkan untuk berhadapan langsung dengan narasumber agar memperoleh data kualitatif sebagai acuan dalam meningkatkan *self-esteem* pada penampilan difabel melalui konseling REBT. Selain alasan tersebut, penggunaan wawancara dapat memperoleh data yang objektif dan lengkap mengenai kebiasaan, pengalaman, kondisi fisik serta lingkungan sosial difabel.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Untuk memperoleh data kuantitatif, peneliti menggunakan instrument skala likert. Data diolah menggunakan aplikasi *Excel, SPSS Version 19* dan *Epi Info*. Penelitian kuantitatif diawali dengan uji coba skala untuk mengetahui validitas dan reliabilitas skala. Selanjutnya peneliti mengeliminasi item pernyataan yang tidak dipakai dan memperbaiki item penyataan dengan mengganti kalimat yang baru agar mudah dipahami sehingga hasil menjadi valid. Penelitian dilanjutkan dengan menyebar skala ke responden penelitian. Perolehan hasil penelitian kuantitatif sebagai berikut.

Sebelum menyebarkan skala kepada responden penelitian, Peneliti terlebih dahulu menguji validitas dan reliabilitas skala untuk mengetahui apakah skala yang akan digunakan valid dan reliabel. Maka itu, Peneliti terlebih dahulu menyebarkan skala kepada responden sejenis dan menguji validitas dan reliabilitas dari skala yang telah diisi.

Pengujian ini dilakukan untuk menguji kesahihan setiap item pernyataan dalam mengukur variabelnya. Pengujian validitas dalam penelitian ini dilakukan dengan cara mengkorelasikan skor masing-masing pernyataan dari 88 item yang ditujukan kepada 43 responden dengan total skor untuk seluruh item. Teknik korelasi yang digunakan untuk menguji validitas butir pernyataan dalam penelitian ini adalah korelasi *Pearson Product Moment*. Apabila nilai rhitung atau koefisien korelasi butir item pernyataan yang sedang diuji lebih besar dari rtabel sebesar 0,308 untuk df=43-2 = 41, α= 0.5, maka dapat disimpulkan bahwa item pernyataan tersebut merupakan konstruksi (*construct*) yang valid dan sebaliknya.

**Tabel 2**

Hasil Uji coba Relibilitas

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Variabel** | **ralpha** | **rtabel** | **Kriteria** |
| *Self-esteem* dan Penampilan | 0. 937 | 0.700 | Reliabel |

Sumber: Hasil Pengelolaan dengan *SPSS Version.19*

Berdasarkan Tabel 2. uji reliabilitas dilakukan terhadap item pertanyaan yang dinyatakan valid. Suatu variabel dikatakan reliabel atau handal jika jawaban terhadap pertanyaan selalu konsisten. Jadi hasil koefisien reliabilitas skala *Self-esteem* dan Penampilan adalah sebesar ralpha = 0,937, ternyata memiliki nilai “*Alpha Cronbach*” lebih besar dari 0,700, yang berarti skala dinyatakan reliabel atau memenuhi persyaratan dan dapat digunakan untuk menguji responden penelitian yang sesungguhnya.

Tahap awal peneliti melakukan observasi dengan cara mendatangi tempat penelitian, mengamati aktivitas anggota DSM dan ikut membaur dalam setiap kegiatan anggota DSM. Dengan adanya observasi membuat peneliti lebih memahami interaksi masing-masing anggota DSM. Mereka berinteraksi baik dengan sesama anggota ataupun orang diluar DSM. Namun dalam situasi tertentu beberapa anggota DSM berinteraksi secara tegang ketika sedang rapat anggota untuk menyelesaikan masalah. Mereka terlihat ramah dengan peneliti tetapi beberapa anggota yang jarang berinteraksi dan kurang respek dengan lingkungan. Mereka memiliki jiwa kerjasama yang baik karena merasa memiliki nasib yang sama sehingga mereka harus bersatu. Jiwa sosial mereka terlihat lebih menonjol dibandingkan dengan non-difabel.

Dilihat dari segi penampilan, secara fisik setiap difabel berbeda-beda. Ada yang penampilannya terawatt adapula yang tidak terawat. Difabel wanita lebih terawat dibanding difabel laki-laki. Secara keseluruhan anggota DSM memiliki penampilan yang cukup baik. Selain itu difabel dibekali ketrampilan yang dapat dikontribusikan ke masyarakat. Mereka sering mengikuti pelatihan-pelatihan yang diadakan oleh lembaga luar. Mereka memiliki semangat bekerja, seperti berdagang, menjahit, jasa transportasi dan percetakan. Selama peneliti melakukan observasi mereka memiliki perilaku yang baik, sopan, dan saling bekerjasama. Namun peneliti juga menemukan anggota yang kurang ramah dan kasar saat berbicara karena sedang terlibat konflik dengan anggota lain. Hal ini menunjukan kontrol diri kurang baik sehingga berperilaku kasar terhadap orang lain yang tidak terlibat konflik.

Peneliti melakukan wawancara dengan narasumber satu selaku wakil koordinator DSM untuk melihat gambaran objektif dari *self-esteem* masing-masing anggota difabel, narasumber satu menyatakan bahwa: “Rasa Percaya Diri anggota difabel cukupberagam, ada yang bagus ada juga yang kurang. Untuk anggota lama biasanya sudah memiliki rasa percaya diri yang bagus karena sudah sering mendapatkan bimbingan dan pelatihan. Sedangkan untuk anggota baru beberapa memiliki rasa percaya diri yang kurang.”

Dari penuturan narasumber satu memberikan perbandingan self-esteem anggota lama dan baru. Anggota lama memiliki *self-esteem* lebih tinggi dibanding anggota baru. Selain itu menurut narasumber satu, rat-rata anggota DSM masih malu untuk berbicara didepan umum. Padahal anggota DSM memiliki motivasi yang bagus untuk bertahan hidup. Seperti salah satu anggota DSM yang tetap bekerja untuk menjual korek api dijalan meskipun memiliki keterbatasan fisik. Dia tidak ingin dikasihani, ketika ada tawaran untuk berbagi kisah di radio dia menolak karena malu.

**Tahap Konseling REBT**

Pada pertemuan konseling peneliti melakukan *attending* atau menjalin hubungan dekat agar konseli tidak merasa canggung untuk bercerita dengan peneliti. Konseli berinisial ‘KIM’ merupakan anggota baru di komunitas DSM dan membutuhkan proses konseling agar konseli lebih termotivasi. Konseli adalah seorang difabel daksa atau polio kaki sehingga konseli berjalan menggunakan lutut kaki. Hal ini menyebabkan konseli jarang bersosialisasi dan aktivitas sehari-hari konseli hanya di rumah. Usia konseli 27 tahun namun belum pernah merasakan bangku sekolah dan tidak mahir untuk membaca atau menulis. Selain itu peneliti menggali informasi tentang perasaan, nilai-nilai dan pikiran konseli melalui hasil analisis perbutir skala.

Dari 36 pernyataan terdapat 20 permasalahan yang dihadapi konseli. Masalah 1 konseli mengakui dirinya kurang bisa mengontrol emosi ketika mendengar kritikan orang lain tetang dirinya. Dia merasa marah namun hanya bisa dipendam dalam hati dan melampiaskan kemarahannya melalui akun media sosial. Masalah 2 konseli tidak selalu jujur menampilkan kondisi dirinya artinya konseli merasa malu dengan penampilan difabel dan belum bisa menerima dirinya sebagai difabel. Hal ini dikarenakan pengalaman negatif yang dialami konseli. Masalah 3 konseli merasa dirinya bukan seorang yang mampu mengerjakan pekerjaan manual dengan baik artinya konseli menganggap performa atau kemampuan dirinya kurang baik. Masalah 4 konseli kurang bangga dengan penampilan dirinya. Konseli merasa kurang percaya diri dengan penampilannya. Penyebab rasa kurang percaya diri karena adanya keyakinan irasional yang perlu digali lebih dalam. Masalah 5 konseli kurang bisa menjaga kebersihan dan kerapihan artinya dia tidak memperhatikan sisi perawatan diri agar penampilannya tetap baik. Masalah 6,7 dan 8 konseli kurang menjaga penampilannya di depan umum atau ketika sendiri. hal ini dikarenakan adanya rasa tidak berharga sehingga mengakibatkan konseli merasa tidak ada gunanya melakukan perawatan diri.

Masalah 9 konseli merasa tidak mampu mencukupi kebutuhan keluarga dengan keterbatasannya artinya konseli merasa dirinya belum mandiri karena kemampuannya belum tersalurkan di masyarakat. Masalah 10 konseli merasa kurang bahagia dengan kehidupan yang dijalani, konseli merasa sedih secara emosional dalam menjalani kehidupannya. Ada dua faktor yang membuat dirinya sedih yaitu rasa syukur dan dukungan yang kurang. Masalah 11 perilaku membantu kurang ditampilkan konseli sehingga pengalaman sosialnya masih rendah. Masalah 12 dan 13 adanya perasaan tidak percaya diri dengan penampilan difabel. Kondisi konseli yang tidak dapat berjalan normal terlihat mencolok dan sering mendapat perhatian negatif. Masalah 14 konseli selalu membandingkan dirinya dengan orang lain sehingga membuat konseli merasa kurang berharga. Masalah 15 konseli jarang memeriksakan kesehatan diri artinya belum tumbuh rasa menjaga diri agar tetap sehat. Masalah 16 konseli merasa orang-orang disekitar selalu mengkasihani dirinya sehingga kemandirian konseli menjadi rendah. Masalah 18 konseli merasa dirinya selalu gagal dalam bekerja artinya konseli merasa putus asa dengan keterbatasannya. Masalah 19 konseli merasa tidak percaya diri dengan pendidikannya karena konseli tidak pernah sekolah sehingga memiliki wawasan yang sedikit. Hal ini menyebabkan konseli sulit beradaptasi ketika berinteraksi dengan seseorang yang pendidikannya lebih tinggi. Masalah 20 konseli mudah tersinggung dengan sindiran orang lain sehingga diperlukan pemahaman cara mengatasi atau menanggapi sindiran orang lain yang bijak.

Permasalahan di atas dapat dikelompokan menjadi enam kategori yaitu emosi terhadap penampilan diri, keyakinan tentang penampilan diri, perilaku yang ditampilkan difabel, *performance* difabel depan publik, kemampuan untuk melakukan *grooming* danpenerimaan diri terhadap pengalaman difabel. Adapun permasalahan konseli disajikan pada grafik berikut :

**Gambar 2**

Tingkat Permasalahan Konseli

Sumber: Hasil Pengelolaan dengan *Excel*

Berdasarkan grafik 1 di atas, permasalahan tertinggi yang dialami oleh konseli terdapat pada kemampuan untuk melakukan *grooming*, diikuti oleh permasalahan yang sedang yaitu keyakinan tentang penampilan diri, *performance* difabel depan publik dan penerimaan diri terhadap pengalaman difabel. Sedangkan permasalahan yang paling rendah adalah perilaku yang ditampilkan difabel. Adanya permasalahan di atas perlu diadakannya pertemuan konseling lanjutan sehingga peneliti dan konseli membuat kesepakatan kontrak konseling selama enam kali pertemuan. Setiap pertemuan konseling dilaksanakan selama 40 menit di Kantor DSM, rumah konseli dan rumah peneliti.

Pertemuan pertemuan konseling dilanjutkan sampai tahap terminasi dari konseling. Menurut konseli, dia mendapat pemahaman baru seperti konsep A-B-C-D-E, keyakinan rasional irasional dan mendapatkan cara untuk mandiri. Konseli juga merasa senang dan beruntung telah mengikuti sesi konseling karena sangat bermanfaat baginya. Setelah sesi konseling berakhir konseli ingin mengikuti pelatihan menjahit di Solo, menambah banyak teman, tetap menghormati keluarga, akan selalu berpikir positif terhadap kesulitan-kesulitan yang ada dan membuktikan bahwa dirinya bisa mandiri.

**KESIMPULAN**

Data kuantitatif yang diperoleh menunjukan bahwa kondisi awal *self-esteem* difabel dikategorikan sangat rendah terdapat 2 responden (6%), terdapat 8 responden (25%) dalam kategori rendah, 8 responden (25%) dalam kategori cukup, 7 responden (22%) dalam kategori sedang, 4 responden (13%) dalam kategori tinggi, dan 3 responden (9%) dalam kategori sangat tinggi. Peneliti mengambil satu responden dari dua responden yang memiliki *self-esteem* sangat rendah untuk di konseling.

Variabel S*elf-esteem* dan penampilan difabel memiliki hubungan dengan nilai thitung 3,6373 > ttabel 2,042 (df=n-k | 32-2=30), maka variable *self-esteem* berhubungan dengan variable penampilan. Semakin rendah *self-esteem* maka akan semakin rendah pula penampilannya. Begitu pula sebaliknya, semakin tinggi *self-esteem* maka akan semakin tinggi pula penampilannya. maka hipotesis (Ha) diterima ada hubungan antara *Self-esteem* dengan Penampilan Difabel di Difabel Slawi Mandiri Kabupaten Tegal.

Proses konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* mendapatkan ‘E’ *effect* yaitu konseli lebih banyak berinteraksi dengan teman-teman di DSM baik secara langsung ataupun melalui akun media sosial. Penampilan menjadi rapi, dapat menggunakan kursi roda dengan baik dan tidak malu untuk pergi di tempat yang ramai. Konseli cukup bersemangat mengikuti pelatihan menjahit dengan mesin yang disesuaikan kemampuannya. Maka terdapat upaya meningkatkan *self-esteem* pada penampilan difabel melalui konseling *rational emotive behavior therapy* di Difabel Slawi Mandiri Kabupaten Tegal

**DAFTAR PUSTAKA**

Adams, Katherine E dkk. 2017. *Exploring the relationship between appearance-contingent self-worth and self-esteem: The roles of self-objectification and appearance anxiety.* *Journal Body Image.* 23 (2017) 176-182.

Arif Karyanta, Nugraha. 2013. *Self-esteem* *pada Penyandang Tuna Daksa*. Artikel ilmiah Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Arikunto, Suharsimi. 2013. *Prosedur Peelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.

Budi Wibowo, Satrio dan Nurlaila, Siti. 2016. *Self-Esteem Pada Anak Berkebutuhan Khusus Di Sekolah Inklusi*. Jurnal Ilmiah Psikologi 8 (1) 1-5.

Corey, Gerald. 2009. Theory and Practice of Counseling and Psychoteraphy. USA: Thomson Brook/Cole.

Cornish, Jennifer A. Ericson et all. 2010. *Handbook of Multicultural Counseling Competencies*. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.

Dewanto, Wahyu dan Retnowati, Sofia. 2015. *Intervensi Kebersyukuran dan Kesejahteraan Penyandang Disabilitas Fisik*. Gadjah Mada Journal Of Professional Psychology 1 (1) 33-47.

Dias Mumpuni, Sesya dan Zainudin, Arif. 2017. *Aksesbilitas Penyandang Disabilitas dalam Pelayanan Publik di Kabupaten Tegal*. Jurnal Komunikasi Pendidikan 1 (2) 133-138.

DSM Kabupaten Tegal. 2016. *Laporan Perkembangan Difabel Kabupaten Tegal*.

Erik Lönnqvist, Jan. 2017. *“Just because you look good, doesn't mean you're right”. Journal Personality and Individual Differences.* (108) 133-135.

Fauzan, Lutfi. 2004. *Pendekatan-pendekatan Konseling Individual*. Malang: Penerbit Elang Mas.

Gibson, Robert L dan Mitchell, Marianne H. 2011. *Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Gladding, Samuel T. 2015. *Konseling: Profesi yang Menyeluruh*. Jakarta: Indeks.

Hadi, Sutrisno. 2004. Statistik Jilid 1, 2, 3. Yogyakarta: Penerbit Andi.

Mertens, Donna. M. 2010. *Research and Evaluation in Education and Psychology*. USA: SAGE Publications, Inc.

Myers, David G. 2010. S*ocial Psychology*. USA: Mc Graw-Hill Companies.

Nelson, Jones, Richard. 2011. Teori dan Praktek Konseling dan Terapi Edisi ke-4. Jakarta: Pustaka Pelajar.

Nur Permata Sari, Dahlia. 2012. *Hubungan Body Image dan Self-Esteem.* Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya 1 (1).

Oh, EunJung, EunJu Song dan JungEun Shin. 2017. “*Individual Factors Affecting Self-esteem, and Relationships Among Self-esteem, Body Mass Index, and Body Image in Patients With Schizophrenia”. Archives of Psychiatric Nursing. Online.*

Palmer, Stephen. 2011. *Konseling Psikoterapi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Prayitno dan Amti, Erman. 2013. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT Rineka Cipta.

Prawitasari, Johana E. 2011. *Psikologi Klinis (Pengantar Terapan Mikro &Makro)*. Jakarta: Penerbit Erlangga.

Ridwan. 2015*. Dasar-dasar Statistika*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Silva, Elizabet, Patrícia M. Pascoal dan Pedro Nobre. 2016. *Beliefs About Appearance, Cognitive Distraction and Sexual Functioning in Men and Women: A Mediation Model Based on Cognitive Theory. Journal Sexual Medicine. Archives. Online*.

Surya, Mohamad. 2003. *Teori-teori Konseling*. Bandung: Pustaka Bani Quraisy.

UU Nomor 4 Tahun 1997 tentang Penyandang Cacat.

Vasile, Cristian. 2015. *“Is the Body Image So Important? Physical Identity in Relation to Gender and Self Esteem”. Journal Social and Behavioral Sciences* (203) 443-447.