



Program Integratif dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial, Kemandirian, dan Dukungan Sosial pada Penyandang Disabilitas Mental di Sentra Terpadu Pangudi Luhur Bekasi

Arizki Arizki¹, Chantika Nurul Wijayanti², Karinina Muti Dewi³, Wanda Sari Tambang⁴, Erik Saut Hatoguan Hutahaean⁵

¹Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Jakarta, Indonesia, arizkiii27@gmail.com

²Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Jakarta, Indonesia, chantikanw@gmail.com

³Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Jakarta, Indonesia, karininamuti@gmail.com

⁴Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Jakarta, Indonesia, wandassaritambang@gmail.com

⁵Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Jakarta, Indonesia, erik.saut@dsn.ubharajaya.ac.id

Corresponding Author: wandassaritambang@gmail.com⁴

Abstract: People with mental disorders (ODGJ) are a vulnerable group who experience psychosocial barriers that impact their social skills, level of independence, and quality of interaction with their social environment. Low motivation, self-confidence, and limited social support are often factors that hinder the social functioning of ODGJ in their daily lives. This community service activity aimed to improve social skills, independence, and social support through an integrative psychosocial-based program for ODGJ at the Pangudi Luhur Bekasi Integrated Center. The program was carried out in five sessions with a participatory approach through psychoeducation, emotional reflection, group games, relaxation, and creative activities designed to encourage social interaction and strengthen self-concept. The results of the program showed an increase in the active participation of ODGJ in group activities, courage in communicating, and the ability to carry out daily activities more independently. In addition, the social support formed through student assistance contributed to increasing the participants' self-confidence and psychological well-being. This integrative program is considered effective as a holistic and sustainable social rehabilitation support effort for ODGJ.

Keywords: People with Mental Disorders, Psychosocial Intervention, Social Support.

Abstrak: Orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) merupakan kelompok rentan yang mengalami hambatan psikososial yang berdampak pada keterampilan sosial, tingkat kemandirian, serta kualitas interaksi dengan lingkungan sosial. Rendahnya motivasi,

kepercayaan diri, dan keterbatasan dukungan sosial sering menjadi faktor yang menghambat keberfungsi sosial ODGJ dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan sosial, kemandirian, dan dukungan sosial melalui program integratif berbasis psikososial bagi ODGJ di Sentra Terpadu Pangudi Luhur Bekasi. Program dilaksanakan dalam lima sesi pertemuan dengan pendekatan partisipatif melalui kegiatan psikoedukasi, refleksi emosi, permainan kelompok, relaksasi, serta aktivitas kreatif yang dirancang untuk mendorong interaksi sosial dan penguatan konsep diri. Hasil pelaksanaan program menunjukkan peningkatan partisipasi aktif ODGJ dalam kegiatan kelompok, keberanian dalam berkomunikasi, serta kemampuan menjalankan aktivitas sehari-hari secara lebih mandiri. Selain itu, dukungan sosial yang terbentuk melalui pendampingan mahasiswa turut berkontribusi dalam meningkatkan rasa percaya diri dan kesejahteraan psikologis peserta. Program integratif ini dinilai efektif sebagai upaya pendukung rehabilitasi sosial yang holistik dan berkelanjutan bagi ODGJ.

Kata Kunci: Orang dengan Gangguan Jiwa, Intervensi Psikososial, Dukungan Sosial

PENDAHULUAN

Penyandang disabilitas netra merupakan individu yang mengalami hambatan fungsi penglihatan secara total maupun sebagian, yang berdampak pada berbagai aspek kehidupan, termasuk kemandirian, partisipasi sosial, serta kesejahteraan psikologis. Keterbatasan penglihatan sering kali menyebabkan individu mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan sosial, mengakses informasi, serta membangun relasi interpersonal secara optimal (Luthfia et al., 2025). Sejumlah penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa penyandang disabilitas netra memiliki kerentanan terhadap masalah psikologis seperti rendahnya kepercayaan diri, kecemasan sosial, dan perasaan tidak berdaya, terutama ketika dukungan lingkungan tidak memadai (Lubis & Hasibuan, 2020; Rahmawati et al., 2022). Kondisi ini menunjukkan bahwa hambatan fisik tidak berdiri sendiri, melainkan berinteraksi dengan faktor psikososial yang memengaruhi kualitas hidup penyandang disabilitas netra secara keseluruhan.

Aspek psikologis menjadi perhatian penting dalam upaya rehabilitasi sosial penyandang disabilitas netra karena berpengaruh langsung terhadap keberfungsi sosial individu (Nanda et al., 2022). Penelitian sebelumnya mengungkapkan bahwa keterbatasan visual dapat berdampak pada pembentukan konsep diri dan persepsi individu terhadap kemampuan yang dimilikinya (Putra & Sulastri, 2021). Konsep diri yang negatif berpotensi menurunkan motivasi berprestasi serta menghambat keberanian individu dalam mengambil keputusan dan menghadapi tantangan kehidupan. Oleh karena itu, pendekatan rehabilitasi yang hanya menekankan pada aspek keterampilan teknis tanpa memperhatikan aspek psikologis dinilai kurang efektif dalam mempersiapkan penyandang disabilitas netra menuju kehidupan yang mandiri dan berkelanjutan (Kurniawan et al., 2021).

Motivasi merupakan faktor psikologis utama yang mendorong individu untuk bertindak, bertahan, dan berkembang dalam menghadapi berbagai tantangan. Pada

penyandang disabilitas netra, motivasi memiliki peran strategis dalam proses adaptasi diri, pengembangan potensi, serta pencapaian kemandirian pascarehabilitasi. Penelitian Nurfadilah dan Widodo (2023) menunjukkan bahwa rendahnya motivasi pada penyandang disabilitas netra berkorelasi dengan minimnya inisiatif, ketergantungan pada pendamping, serta ketakutan dalam menghadapi dunia kerja dan kehidupan sosial. Sebaliknya, motivasi yang kuat dapat meningkatkan daya juang, optimisme, dan kesiapan individu dalam menjalani peran sosial secara lebih mandiri (Sari & Hidayat, 2018).

Selain motivasi, kepercayaan diri merupakan aspek psikologis penting yang memengaruhi kemampuan penyandang disabilitas netra dalam mengekspresikan diri dan berinteraksi dengan lingkungan sosial (Waki et al., 2019). Kepercayaan diri yang rendah sering kali ditandai dengan keraguan dalam menyampaikan pendapat, ketakutan melakukan kesalahan, serta kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial. Penelitian Lubis dan Hasibuan (2020) menemukan adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dan kepercayaan diri pada penyandang tuna netra. Individu yang mendapatkan pendampingan emosional dan penguatan verbal menunjukkan peningkatan keberanian dalam berkomunikasi serta kepercayaan terhadap kemampuan diri sendiri (Rahmawati et al., 2022).

Dalam konteks rehabilitasi sosial, fase determinasi merupakan tahap yang krusial bagi penyandang disabilitas netra. Determinasi menandai berakhirnya layanan pendampingan formal dari lembaga rehabilitasi, sehingga individu dituntut untuk menjalani kehidupan secara lebih mandiri di tengah masyarakat. Penelitian menunjukkan bahwa fase ini sering kali memicu kecemasan, ketidakpastian, dan ketakutan akan masa depan, terutama pada individu yang belum memiliki kesiapan psikologis yang memadai (Hidayat & Ramadhan, 2020). Kurangnya kesiapan mental menjelang terminasi dapat berdampak pada penurunan motivasi, stres psikologis, serta kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan baru (Maulana et al., 2023).

Berbagai program rehabilitasi sosial di Indonesia umumnya lebih berfokus pada pengembangan keterampilan vokasional dan pemenuhan kebutuhan dasar penyandang disabilitas. Meskipun aspek tersebut penting, pendekatan yang terlalu berorientasi pada keterampilan teknis tanpa penguatan psikologis berpotensi menghasilkan kesiapan yang tidak menyeluruh. Penelitian Yuliana dan Prabowo (2022) menunjukkan bahwa penyandang disabilitas netra yang telah memiliki keterampilan kerja belum tentu memiliki kesiapan mental untuk menghadapi tuntutan dunia kerja dan kehidupan sosial secara mandiri. Hal ini menegaskan pentingnya integrasi aspek psikologis, khususnya motivasi dan kepercayaan diri, dalam program rehabilitasi sosial.

Sentra Terpadu Pungudi Luhur Bekasi sebagai lembaga rehabilitasi sosial memiliki peran strategis dalam mendukung keberfungsian sosial penyandang disabilitas netra. Layanan yang diberikan mencakup pelatihan keterampilan, pemenuhan kebutuhan dasar, serta pendampingan psikososial yang bertujuan mempersiapkan klien menghadapi kehidupan pascaprogram. Keberhasilan rehabilitasi sangat dipengaruhi oleh kemampuan lembaga dalam mengintegrasikan pendekatan teknis dan psikologis secara seimbang (Kurniawan et al., 2021). Program penguatan motivasi dan kepercayaan diri yang diberikan menjelang terminasi diharapkan dapat membantu klien menghadapi transisi kehidupan dengan lebih siap dan percaya diri.

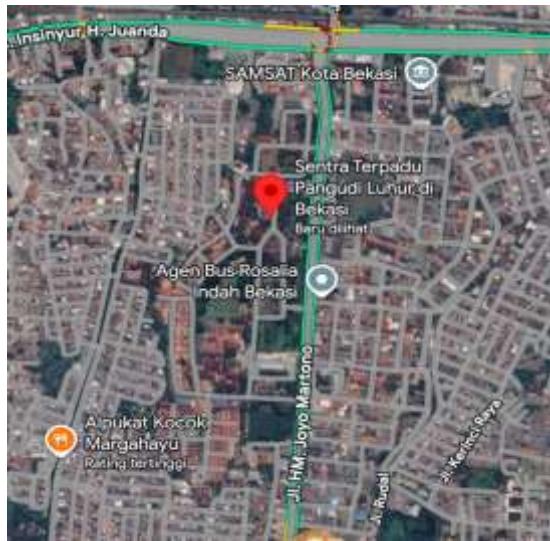
Pendampingan psikososial yang efektif tidak hanya berfokus pada klien, tetapi juga melibatkan berbagai pihak, termasuk mahasiswa sebagai bagian dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Keterlibatan mahasiswa dalam pendampingan penyandang disabilitas netra memberikan kontribusi positif dalam proses pembelajaran berbasis pengalaman (experiential learning). Penelitian Anggraini et al. (2023) menunjukkan bahwa keterlibatan mahasiswa dalam kegiatan pengabdian mampu meningkatkan empati, keterampilan komunikasi, serta pemahaman praktis mengenai dinamika psikologis kelompok rentan. Dengan demikian, program pendampingan memberikan manfaat ganda, baik bagi klien maupun bagi mahasiswa.

Program penguatan motivasi dan kepercayaan diri menjadi salah satu bentuk intervensi psikososial yang relevan untuk menjawab kebutuhan penyandang disabilitas netra menjelang terminasi. Intervensi ini bertujuan membantu individu mengenali potensi diri, membangun keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki, serta mempersiapkan diri secara mental dalam menghadapi tantangan kehidupan di luar lembaga. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa intervensi berbasis penguatan psikologis dapat meningkatkan self-efficacy dan kesiapan adaptasi sosial penyandang disabilitas (Putra & Sulastri, 2021; Rahmawati et al., 2022).

Berdasarkan uraian tersebut, kajian mengenai Program Penguatan Motivasi dan Kepercayaan Diri bagi Penyandang Disabilitas Netra yang akan diterminasi di Sentra Terpadu Pangudi Luhur Bekasi menjadi penting untuk dilakukan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran empiris mengenai peran intervensi psikososial dalam meningkatkan kesiapan psikologis klien menjelang terminasi. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi pengembangan program rehabilitasi sosial yang lebih holistik, berkelanjutan, dan berorientasi pada kemandirian penyandang disabilitas netra di Indonesia (Hidayat & Ramadhan, 2020; Anggraini et al., 2023).

GAMBARAN LOKASI PELAKSANAAN

Lokasi dilaksanakannya program ini berada di wilayah pemerintahan Kota Bekasi, Provinsi Jawa Barat yang berbatasan langsung dengan kelurahan Jatimulya lingkup pemerintahan Kabupaten Bekasi. Lokasi kegiatan Kuliah Kerja Nyata ini adalah di Sentra Terpadu Pangudi Luhur yang berada dibawah naungan Kementerian Sosial, dengan fokus pelaksanaan program pada Kluster Disabilitas Netra sebagai fokus utama program ini. Menjelang terminasi, penyandang disabilitas netra dituntut untuk lebih mandiri, mampu mengambil keputusan, serta beradaptasi dengan lingkungan sosial yang lebih luas. Namun, tidak sedikit dari mereka yang mengalami kecemasan, keraguan terhadap masa depan, serta menurunnya motivasi akibat ketidakpastian yang dihadapi. Rendahnya motivasi dan kepercayaan diri dapat menghambat kesiapan psikologis individu dalam menghadapi dunia kerja, interaksi sosial, dan tantangan kehidupan mandiri setelah keluar dari sentra. Oleh karena itu, intervensi yang berfokus pada penguatan aspek internal individu menjadi sangat penting.

**Gambar 1. Peta Lokasi Pelaksanaan**

Sumber: Google Maps

Kegiatan program ini dilaksanakan pada 31 Oktober, 7 November dan 13 November, dengan fokus utama pada program penguatan bagi penyandang disabilitas netra yang mengalami demotivasi dan menurunnya kepercayaan diri. Program ini dirancang untuk memberikan pemahaman mendalam tentang penerimaan diri dan motivasi kepada penyandang Disabilitas Netra bahwa dibalik kekurangan mereka ada kelebihan yang tidak terdapat pada individu yang normal.

Tabel 1. Pelaksanaan Kegiatan

Tanggal	Waktu	Kegiatan
17 November 2025	08.00-08.20	Pembukaan, sapaan ramah, kemudian diawali dengan tepuk semangat
	08.20-09.15	Ice breaking dan dilanjutkan games sederhana
	09.15-10.00	Istirahat
	10.00-11.30	Refleksi dan diskusi emosi
	11.30-12.00	Istirahat
	12.30-13.15	Kreasi Origami
	13.15-14.45	Relaksasi Ringan
	14.45-15.00	Penutupan dan Doa bersama
18 November 2025	08.00-08.20	Pembukaan serta sapaan ramah
	08.20-09.15	Ice breaking dan games
	09.15-10.00	Istirahat
	10.00-11.00	Refleksi dan menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan
	11.00-12.00	Istirahat
	12.00-14.00	Menanam Toge dari kacang hijau
	14.00-15.00	Relaksasi Ringan
1 Desember 2025	15.00-16.00	Snack dan Penutupan dilanjutkan dengan doa bersama
	08.00-08.20	Pembukaan dan sapaan ramah
	08.20-09.15	Ice breaking dan games

8 Desember 2025	09.15-10.00	Istirahat
	10.00-11.00	Diskusi ringan
	11.00-12.00	Istirahat
	12.00-14.00	Kreasi Origami Buah
	14.00-14.30	Relaksasi dan foto bersama dengan hasil karya
	14.20-15.00	Snack dan Penutupan
	08.00-08.20	Pembukaan dan ramah tamah
	08.20-09.15	Ice breaking dan games
	09.15-10.00	Istirahat
	10.00-11.00	Diskusi ringan dan materi singkat sederhana
	11.00-12.00	Istirahat
	12.00-13.45	Kreasi Origami Mahkota
	13.45-14.30	Sesi apresiasi dan Foto bersama
	14.30-15.30	Snack
12 Desember 2025	15.30-16.00	Penutupan dan doa bersama
	07.00-07.20	Pembukaan dan ramah tamah
	07.20-07.45	Ice breaking dan games
	07.45-09-30	Melukis bersama di baju kaos
	09.30-10.00	Istirahat
	10.00-11.00	Menjemur baju dilanjutkan dengan diskusi ringan
	11.00-12.00	Istirahat
	12.00-12.30	Sesi apresiasi dan foto bersama
	12.30-13.15	Snack
	13.15-14.00	Ramah ramah, penutupan dan doa bersama

METODE

Metode Program pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan menggunakan pendekatan program integratif berbasis psikososial yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan sosial, kemandirian, serta dukungan sosial pada penyandang disabilitas mental di Sentra Terpadu Pangudi Luhur Bekasi. Pendekatan ini menekankan pada keterlibatan aktif penerima manfaat (PM) melalui pengalaman langsung, interaksi sosial, dan pendampingan emosional yang berkelanjutan.

Kegiatan dilaksanakan di Sentra Terpadu Pangudi Luhur Bekasi, Provinsi Jawa Barat, dengan sasaran utama penyandang disabilitas mental yang berada pada fase menjelang terminasi program rehabilitasi sosial. Program ini dilaksanakan dalam lima kali pertemuan, yaitu pada tanggal 17 November, 18 November, 1 Desember, 8 Desember, dan 12 Desember 2025, dengan durasi dan waktu kegiatan yang disesuaikan dengan jadwal pelaksanaan mahasiswa, serta kesiapan dan kemampuan penerima manfaat (PM) dalam mengikuti setiap kegiatan pada setiap pertemuan.

HASIL DAN PEMBAHASAN



Gambar 2. Tepuk Semangat dan Kreasi Origami Oleh PM pada Tanggal 17 November 2025

Pelaksanaan Program Integratif dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial, Kemandirian, dan Dukungan Sosial bagi Penerima Manfaat (PM) di *Cluster Disabilitas Mental* yang dilaksanakan melalui lima pertemuan yang dirancang secara bertahap dan berkelanjutan. Setiap pertemuan memiliki tujuan, metode, dan *output* yang berbeda namun saling berkaitan dalam mendukung peningkatan keterampilan sosial, kemandirian, dan dukungan sosial PM di Sentra Terpadu Pangudi Luhur Bekasi. Pendekatan bertahap ini memungkinkan proses adaptasi yang lebih nyaman bagi PM serta memberikan ruang bagi mahasiswa untuk membangun relasi, memahami karakteristik PM, dan melakukan refleksi atas dinamika psikososial yang muncul selama kegiatan berlangsung. Hasil pelaksanaan program menunjukkan bahwa pendekatan berbasis interaksi sosial, pengalaman langsung, dan dukungan emosional efektif dalam mendukung partisipasi aktif PM disabilitas mental.

Pertemuan pertama difokuskan pada kegiatan pengenalan diri dan refleksi awal antara mahasiswa dan PM disabilitas mental melalui aktivitas “Aku dan Temanku”. Pada tahap ini, mahasiswa memperkenalkan diri secara verbal dengan menyebutkan nama, hobi dan makanan kesukaan sebagai bentuk pendekatan sederhana dan terstruktur. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa PM mampu mengenali dan mengingat nama-nama teman sejawa secara bertahap, yang ditunjukkan melalui penyebutan ulang nama saat sesi interaksi. Hal ini mengindikasikan bahwa suasana kegiatan yang hangat dan tidak menghakimi mampu menciptakan rasa aman psikologis bagi PM. Selain itu, pertemuan pertama juga menjadi sarana refleksi awal bagi mahasiswa untuk memahami dinamika komunikasi dengan PM. Mahasiswa menyadari bahwa tempo bicara, kejelasan artikulasi, serta penggunaan sapaan personal sangat berpengaruh terhadap kenyamanan PM dalam berinteraksi. Refleksi ini menjadi pembelajaran awal yang penting bagi mahasiswa dalam menyesuaikan pendekatan komunikasi yang lebih inklusif. Dengan demikian, pertemuan pertama tidak hanya menghasilkan *output* bagi PM, tetapi juga membentuk kesadaran mahasiswa akan pentingnya sensitivitas komunikasi dalam pendampingan kelompok disabilitas.

Memasuki sesi permainan oper bola, PM dibagi ke dalam tiga kelompok kecil yang masing-masing didampingi oleh mahasiswa. Pada tahap awal, sebagian PM masih terlihat bingung terhadap aturan permainan, seperti hanya memegang bola tanpa mengoperkannya kepada PM di sebelahnya. Meskipun demikian, beberapa PM lainnya mampu mengikuti arahan mahasiswa dengan cukup baik dan mulai memahami alur permainan setelah diberikan contoh dan pengulangan instruksi. Selanjutnya, kegiatan dilanjutkan dengan sesi bermain dan berkreasi menggunakan origami. Sebelum

pembagian kelompok, terdapat respons spontan dari beberapa PM perempuan yang mengekspresikan emosi positif melalui gerakan joget dan tepuk tangan mengikuti irama lagu yang diputar. Perilaku ini menunjukkan adanya keterlibatan emosional serta respons afektif yang positif terhadap stimulus musik yang diberikan dan menjadi catatan bagi mahasiswa terkait kondisi kognitif, afektif dan konatif pada PM.



Gambar 3. Refleksi dan Pembuatan Toge dari Kacang Hijau pada tanggal 18 November 2025

Pertemuan kedua dilaksanakan melalui kegiatan “Bertumbuh Menanam Kecambah”, yang bertujuan mengembangkan kesadaran tanggung jawab, konsentrasi, dan kemampuan kerja sama juga melatih keterampilan motorik halus melalui aktivitas memegang, meletakkan kapas, dan memasukkan biji. Pada tahap ini, PM diajak untuk mengikuti instruksi sederhana secara bertahap dan memahami tugas yang dilakukan. Variasi respons PM selama kegiatan mencerminkan karakteristik PM yang memiliki tingkat fungsi kognitif, emosional, dan sosial yang berbeda-beda. Perilaku seperti memainkan biji, duduk diam, atau bercanda dengan PM lain dapat dipahami sebagai bentuk ekspresi diri, mekanisme coping, maupun keterbatasan dalam mempertahankan attensi. Sementara itu, perilaku aktif seperti bernyanyi dan bertepuk tangan sendiri menunjukkan adanya kebutuhan ekspresi emosional yang tidak selalu tersalurkan secara verbal.

Dilanjutkan dengan aktivitas menuliskan nama dan menggambar emotikon sesuai perasaan pada wadah memiliki nilai simbolik dan terapeutik. Kegiatan ini dapat membantu PM mengenali identitas diri, mengekspresikan emosi, serta meningkatkan rasa memiliki terhadap hasil karya yang dibuat. Selain itu, penggunaan simbol emotikon memudahkan PM dalam mengekspresikan perasaan tanpa harus menggunakan bahasa verbal yang kompleks. Kegiatan gerak dan lagu di akhir sesi terbukti efektif dalam meningkatkan aktivitas fisik dan motorik kasar PM. Aktivitas ini juga berperan sebagai sarana pelepasan energi, peningkatan suasana hati, serta memperkuat keterlibatan kelompok. Gerakan yang mengikuti irama lagu dapat membantu koordinasi tubuh sekaligus meningkatkan fokus dan kesadaran tubuh (*body awareness*).

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa PM mampu mengikuti latihan dengan antusias dan mulai memahami pentingnya kerjasama serta tanggung jawab terhadap tugas yang diberikan. Aktivitas menanam memberikan ruang bagi PM untuk belajar bersabar, merawat, dan melihat hasil dari usaha sendiri, sekaligus meningkatkan rasa percaya diri melalui pencapaian konkret. Dari perspektif mahasiswa, pertemuan ini menjadi sarana pembelajaran mengenai efektivitas metode belajar berbasis pengalaman

langsung (*learning by doing*), pentingnya komunikasi jelas, serta strategi mendampingi PM agar mereka dapat berinteraksi dan berkolaborasi secara optimal.



Gambar 4. Pembuatan Kreasi Kertas Origami Membuat Buah Anggur pada tanggal 1 Desember 2025

Pertemuan ketiga difokuskan pada kegiatan “Aku Bisa, Aku Mandiri”, yang menitikberatkan pada pengembangan kemandirian melalui latihan aktivitas sehari-hari dengan bantuan minimal. PM dilatih untuk menyusun peralatan, mengelola tugas sederhana, serta memecahkan masalah dasar secara mandiri. Hasil kegiatan menunjukkan PM cenderung memerlukan pendampingan intensif dari mahasiswa dalam menjalankan arahan yang diberikan. Kondisi ini mengindikasikan adanya keterbatasan pada fungsi kognitif dan kemampuan pemrosesan instruksi. Selain itu, secara umum PM tampak mengandalkan mahasiswa sebagai figur pendukung dalam mengikuti kegiatan, yang menunjukkan adanya ketergantungan interpersonal serta kebutuhan akan rasa aman dari figur yang dipercaya.

Selama proses kegiatan, PM lebih banyak menunjukkan reaksi dan respons sederhana, baik secara verbal maupun *nonverbal*. Hal ini berkaitan dengan keterbatasan komunikasi verbal yang dimiliki oleh sebagian PM, sehingga ekspresi emosi dan pikiran cenderung disampaikan secara singkat atau melalui perilaku. Beberapa PM juga mengalami kesulitan dalam mempertahankan kesabaran, terutama ketika mahasiswa sedang membantu PM lain. Meskipun demikian, PM tidak menunjukkan perilaku agresif ketika diminta untuk bersabar, yang menandakan masih adanya kemampuan menerima arahan eksternal dan regulasi emosi dasar. Ditemukan pula perilaku ketergantungan sosial, di mana beberapa PM bersikap manja dan bergantung pada PM lain. Perilaku ini mencerminkan kebutuhan afeksi, kedekatan emosional, serta rasa aman dalam konteks kelompok.

Selain itu, PM juga menunjukkan afeksi positif kepada mahasiswa, seperti mendoakan agar mahasiswa mencapai cita-cita, serta sering memberikan pujian karena dianggap pintar, baik, dan anak yang taat. Perilaku ini mencerminkan adanya empati, kepedulian, serta hubungan interpersonal yang positif antara PM dan mahasiswa. Dalam interaksi antar PM, terlihat adanya perilaku saling mengayomi dan memahami kondisi satu sama lain, meskipun masing-masing PM juga memiliki gangguan yang serupa. Pada kegiatan ini juga muncul dinamika konflik antar PM. Beberapa PM mengadu kepada mahasiswa karena sempat terjadi pertengkarannya, yang mengindikasikan kebutuhan akan figur otoritas untuk membantu memediasi konflik.

PM yang terlibat konflik, cenderung menunjukkan perilaku diam dan sesekali meledek, yang dapat dipahami sebagai bentuk ekspresi emosi tidak langsung.

Selama kegiatan *“Aku Bisa, Aku Mandiri”* memperlihatkan variasi kemampuan PM dalam mengikuti instruksi, mengelola emosi, serta menjalin hubungan sosial. Kegiatan ini memberikan gambaran nyata mengenai kebutuhan pendampingan, dukungan emosional, dan lingkungan yang aman bagi PM dengan disabilitas mental.



Gambar 5. Pembuatan Kreasi Mahkota dari Kertas Origami dan Foto Bersama pada tanggal 8 Desember 2025

Pertemuan keempat menekankan penguatan dukungan sosial dan kerja sama melalui kegiatan *“Dukungan Sosial & Kerja Sama”*. Pada awal kedatangan mahasiswa, salah satu PM menunjukkan perilaku berkata kasar secara tiba-tiba yang kemudian diikuti dengan tawa. Perilaku ini mencerminkan ketidakstabilan regulasi emosi dan kontrol impuls, di mana ekspresi verbal muncul secara spontan tanpa sepenuhnya terkontrol, namun disertai respons afektif yang tampak positif. Meskipun telah diberikan teguran, perilaku berkata kasar tersebut masih diulang, yang mengindikasikan keterbatasan dalam pengendalian diri serta pemahaman terhadap norma sosial. Di sisi lain, PM menunjukkan kedekatan interpersonal dengan mahasiswa. Hal ini terlihat dari perilaku PM yang tidak ragu menggandeng mahasiswa untuk memulai kegiatan, yang menunjukkan adanya rasa percaya, kebutuhan afeksi, serta kedekatan emosional terhadap figur yang dianggap aman.

PM diajak mengikuti aktivitas kelompok, permainan tim dan simulasi kerja sama, untuk melatih komunikasi, koordinasi, dan empati. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa PM mulai mampu bekerja sama, memahami peran masing-masing, serta mengekspresikan pendapat secara lebih terbuka. Selama kegiatan berlangsung, terdapat PM yang biasanya jarang berbicara mulai menunjukkan kemauan untuk berkomunikasi secara verbal setelah dibujuk oleh mahasiswa, meskipun membutuhkan waktu yang cukup lama. Hal ini menunjukkan pentingnya pendekatan empatik dan kesabaran dalam membuka komunikasi verbal pada PM dengan disabilitas mental. Beberapa PM juga mampu menyampaikan ketidaknyamanan terhadap kondisi lingkungan yang ramai dan suara PM lain yang berisik, yang mengindikasikan adanya sensitivitas terhadap stimulus sosial dan sensorik, sekaligus kemampuan untuk mengungkapkan kebutuhan pribadi.

Meskipun tidak semua PM mampu mengikuti instruksi yang diberikan. Beberapa PM tampak hanya diam dan mengamati jalannya kegiatan, namun disertai senyum tipis. Kondisi ini menggambarkan keterlibatan pasif, di mana minat terhadap kegiatan tetap

ada meskipun respons verbal dan motorik terbatas. Selain itu, PM menunjukkan ketertarikan yang cukup tinggi terhadap pujian, seperti ketika dipuji karena tersenyum, yang secara langsung memengaruhi suasana hati dan partisipasi mereka.



Gambar 6. Melukis Baju Kaos dan Foto Bersama pada Tanggal 12 Desember 2025

Pertemuan kelima merupakan sesi penutupan. Mahasiswa menyampaikan secara langsung bahwa hari tersebut merupakan hari terakhir pelaksanaan kegiatan. Penyampaian ini memberikan konteks yang jelas mengenai berakhirnya interaksi rutin antara mahasiswa dan PM. Salah satu PM, menanyakan apakah mahasiswa lain akan datang kembali di lain waktu. Pertanyaan tersebut menunjukkan bahwa kehadiran mahasiswa selama KKN memberikan pengalaman sosial yang dirasakan menyenangkan dan bermakna bagi PM. Setelah diberikan penjelasan, PM mampu memahami alasan mahasiswa tidak datang lagi dan memberikan semangat agar mahasiswa belajar dengan baik, yang mencerminkan empati, kepedulian, serta hubungan interpersonal yang positif.

Sebagian PM lainnya menunjukkan respons berupa diam ketika mengetahui bahwa mahasiswa tidak akan datang kembali. Respons ini dapat dipahami sebagai bentuk pemrosesan emosi secara internal, bukan sebagai penolakan terhadap situasi perpisahan. Selama kegiatan penutupan, mahasiswa juga melakukan aktivitas ringan seperti merias wajah dan menghias baju. PM tampak senang dengan hasil riasan yang diberikan, ditunjukkan melalui senyuman lebar serta ekspresi verbal berupa ucapan terima kasih. Respons ini menunjukkan afek positif, peningkatan harga diri, serta kemampuan komunikasi afektif dan sopan santun sosial. PM juga mampu menetapkan batas kenyamanan ketika ditawarkan tambahan riasan, yang mencerminkan kesadaran diri dan kemampuan menetapkan batas personal. Meskipun tidak terlalu ekspresif secara verbal, PM menunjukkan ketertarikan secara non-verbal, seperti ingin berkaca.

Kegiatan penutupan berlangsung tertib dan kondusif, menunjukkan adanya struktur lingkungan yang mendukung regulasi perilaku PM. Pada akhir kegiatan, PM memberikan salam perpisahan secara wajar dan tidak berlebihan. Beberapa PM menyampaikan ucapan terima kasih atas kehadiran mahasiswa selama KKN serta memberikan doa dan dukungan. Secara keseluruhan, hasil pelaksanaan program menunjukkan bahwa pendekatan berbasis interaksi sosial, pengalaman langsung, refleksi diri, dan dukungan emosional efektif dalam meningkatkan keterampilan sosial, kemandirian, dan dukungan sosial PM disabilitas mental. Program ini tidak hanya memberikan ruang bagi PM untuk mengekspresikan diri dan didengar, tetapi juga membantu mereka membangun kepercayaan diri dalam menghadapi tantangan hidup. Keterlibatan aktif PM dalam setiap pertemuan menjadi indikator keberhasilan pendekatan yang digunakan. Dari perspektif mahasiswa, kegiatan ini memberikan pengalaman langsung dalam menerapkan prinsip komunikasi inklusif, membangun relasi interpersonal, dan mendukung perkembangan

psikososial kelompok rentan. Integrasi antara hasil kegiatan dan refleksi mahasiswa menunjukkan bahwa program ini memiliki dampak ganda, yaitu peningkatan keterampilan dan kemandirian PM serta penguatan kompetensi interpersonal mahasiswa. Hal ini sejalan dengan tujuan pengabdian kepada masyarakat yang tidak hanya berorientasi pada penerima manfaat, tetapi juga pada pengembangan kapasitas pelaksana kegiatan.

Dengan demikian, Program Integratif dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial, Kemandirian, dan Dukungan Sosial pada Penyandang Disabilitas Mental di Sentral Terpadu Pangudi Luhur Bekasi dapat dipandang sebagai intervensi kontekstual yang relevan dalam mendukung peningkatan kualitas hidup PM. Hasil dan pembahasan menegaskan pentingnya pendekatan humanis, reflektif, dan berbasis interaksi sosial dalam pendampingan penyandang disabilitas mental (ODGJ), khususnya pada fase transisi menuju kehidupan yang lebih mandiri dan produktif.

KESIMPULAN

Berdasarkan pelaksanaan Program Integratif dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial, Kemandirian, dan Dukungan Sosial bagi penyandang disabilitas mental di Sentra Terpadu Pangudi Luhur Bekasi, dapat disimpulkan bahwa intervensi psikososial yang dirancang secara terpadu, partisipatif, dan berkesinambungan memberikan dampak positif terhadap peningkatan keberfungsian sosial pada PM. Rangkaian kegiatan yang menekankan interaksi sosial, pembelajaran melalui pengalaman langsung, refleksi emosional, serta pendampingan yang bersifat suportif terbukti mampu meningkatkan keterlibatan aktif PM, keberanian dalam berkomunikasi, kemampuan bekerja sama, serta kemandirian dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Di samping itu, hubungan pendampingan yang terjalin antara mahasiswa dan PM berperan penting dalam memperkuat kepercayaan diri, kemampuan regulasi emosi, dan kesejahteraan psikologis secara umum. Hasil ini menunjukkan bahwa proses rehabilitasi sosial bagi penyandang disabilitas mental akan lebih optimal apabila tidak hanya terfokus pada pengembangan keterampilan praktis, tetapi juga mengintegrasikan penguatan aspek psikologis dan dukungan sosial secara berkelanjutan. Oleh karena itu, program integratif berbasis psikososial layak dipertimbangkan sebagai model intervensi yang kontekstual dan aplikatif dalam meningkatkan kesiapan psikososial serta kualitas hidup penyandang disabilitas mental, khususnya dalam menghadapi fase transisi menuju kehidupan yang lebih mandiri dan produktif.

REFERENSI

- Asri, D. N., & Afifah, D. R. (2020). Social support to improve the self-care ability of people with mental disabilities: a qualitative study in the ‘Kampung Tunagrahita’. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 8(1), 48–54. <https://doi.org/10.29210/139000>
- Azhari, N. F., Surya, I., Dewima Palullu, F., Khaerul Imam, A., Azisyah, N., & Ridfah, A. (2021). *Pemberian Keterampilan Sosial dengan Metode Bercerita untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pasien ODGJ RSKD Dadi Makassar* 1(2).
- Harjani, H., & Fawzi, I. L. (2021). Rehabilitasi Sosial Bagi Penyandang Disabilitas Mental Terlantar Di Psbl 1 Dki Jakarta. *Empati: Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial*, 10(1), 56–66. <https://doi.org/10.15408/empati.v10i1.20405>

- Imansyah, M. R., & Muhid, A. (2022). Upaya Meningkatkan Kemandirian Pada Penyandang Disabilitas Melalui Pelatihan Kemandirian Adl. In *PEKSOS: Jurnal Ilmiah Pekerjaan Sosial* 21(1).
- Murni, R., & Astuti, M. (2015). *Sosial Rehabilitation For Persons With Mental Disabilities Through Unit Information And Sosial Services Rumah Kita*, 1(3). <http://bisamandiri.com/>
- Nasution, H., Rahmadi, M. A., Mawar, L., & Sari, M. (2024). Dampak Dukungan Sosial Terhadap Kesehatan Mental Penyandang Disabilitas. *Counseling For All: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(2), 56–70. <https://jurnal.uniraya.ac.id/index.php/Counseling>
- Sulistyaningsih, R., Permata, R. S. R. E., Hidajat, H. G., Nurochim, A. D., Ulumiyah, N., Mubarok, A. S., & Rozi, C. (2024). Psychological Capital Psychoeducation for Persons with Disabilities in Kediri Regency (PDKK). *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 8(3), 740–747. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v8i3.19591>
- Susilawati, B. A. T., Wahyuni, S., Al-Hasanah Nurjannah, B., Dheya Shibghatallah, B., Zi Xuan, C., Zulida Situmorang Magister Psikologi, N., Psikologi, F., Ahmad Dahlan, U., & Penulis korespondensi, I. (2025). Who am I?: psikoedukasi untuk membangun konsep diri dan relasi sosial dalam pemulihan mental. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 9(6).