

Pelatihan berbasis Psikologis untuk Meningkatkan Penerimaan Diri pada Orang yang Pernah Mengalami Kusta (OYPMK)

Tutut Chusniyah*¹, Dhelya Widasmara², Rakhmaditya Dewi Noorrizki³, Mohammad Bisri⁴, Moch. Yunus⁵, Ika Andrini Farida⁶, Agung Minto Wahyu⁷, Tasya Yuni Ariskasari⁸

^{1,3,4,5,6,7,8} Universitas Negeri Malang

² Universitas Brawijaya

^{1,3,4,6,7,8} Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Malang

² Departemen Dermatologi dan Venereologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Brawijaya

⁵ Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Malang

*e-mail: tutut.chusniyah.fpsi@um.ac.id¹, dhelyawidasmara@ub.ac.id², rakhmaditya.dewi.fpsi@um.ac.id³, moh.bisri.fpsi@um.ac.id⁴, moch.yunus.fik@um.ac.id⁵, ika.andrini.fpsi@um.ac.id⁶, agungminto98@gmail.com⁷, tasyaya@gmail.com⁸

Abstract

As one of the countries with the highest prevalence of leprosy sufferers, this problem must be seriously addressed. So far, most of the treatment is still done on the medical aspect, but not much has been done to shape the psychology of the patients or OYPMK. Therefore, it is necessary to do real interventions that help from the psychological side of the patient or OYPMK. This service method uses psychological-based training, which includes several activities, namely opening, initial assessment, introduction, recognizing self-potential, forming positive perceptions, introduction to time management, increasing fighting power, training evaluation, and closing. There were 8 OYPMK participants who were involved intensively with 6 facilitators. As a result, this training has succeeded in achieving the goals set for each activity. In addition, the participants also gave testimonies of positive changes in their self-acceptance. Thus, this training activity can be a structured guideline for partners who want to implement it.

Keywords: *psychological training, self-acceptance, leprosy, OYPMK*

Abstrak

Sebagai salah satu negara dengan prevalensi tertinggi penderita kusta, tentu hal itu menjadi masalah yang harus serius ditangani. Sejauh ini, sebagean besar penanganan masih dilakukan pada aspek medis saja, tetapi belum banyak dilakukan untuk membentuk psikologis para pasien atau OYPMK. Maka dari itu, perlu dilakukan intervensi nyata yang membantu dari sisi psikologis pasien atau OYPMK. Metode pengabdian ini menggunakan pelatihan berbasis psikologis selama dua hari yang meliputi beberapa kegiatan, yaitu pembukaan, asesmen awal, pendahuluan, mengenali potensi diri, membentuk persepsi positif, pengenalan manajemen waktu, meningkatkan daya juang, evaluasi pelatihan, dan penutup. Peserta berjumlah 8 OYPMK yang terlibat secara intensif bersama 6 fasilitator. Hasilnya pelatihan ini telah berhasil mencapai tujuan-tujuan yang ditetapkan pada setiap kegiatan. Selain itu, para peserta juga memberikan testimoni atas perubahan positif dari penerimaan diri yang dimiliki. Dengan demikian, kegiatan pelatihan ini dapat menjadi pedoman terstruktur bagi pihak mitra yang ingin menerapkannya.

Kata kunci: *pelatihan psikologis, penerimaan diri, kusta, OYPMK*

1. PENDAHULUAN

Indonesia menempati peringkat tiga sebagai negara dengan prevalensi tertinggi penderita kusta (WHO, 2021). Terdapat 7.146 kasus kusta baru di Indonesia selama 2021 (Kementerian Kesehatan RI, 2022). Kusta bukan hanya sekadar masalah klinis, tetapi juga masalah psikologis yang dapat menimbulkan dampak kompleks, seperti mendapatkan stigma buruk (Engelbrektsson & Subedi, 2018; Indow et al., 2019), mengalami permasalahan kesehatan mental (Batubara & Dewi, 2021; Dorst et al., 2020), permasalahan interaksi sosial dengan lingkungan (Abdela et al., 2020; Anggoro & Qomaruddin, 2019), hingga mengalami keterbatasan

dalam beraktivitas karena kecacatan fisik yang ditimbulkan oleh penyakit kusta (Prima et al., 2021; Santos et al., 2015).

Berbagai masalah psikologis yang menyertai penderita kusta dapat berdampak terhadap kualitas hidupnya (Muna & Fibriana, 2019; Reis & Gomes, 2014). Bahkan masalah psikologis tersebut seringkali tetap dirasakan Orang Yang Pernah Mengalami Kusta (OYPMK) setelah sembuh (Jufriyanto et al., 2020). Jika hal itu tidak ditangani dengan bijak, maka akan membuat OYPMK terus-menerus merasakan kualitas hidup yang rendah (Amelia et al., 2018). Hal itu dikarenakan kualitas hidup pada penderita kusta sangat dipengaruhi oleh variabel permasalahan psikologis (Eyanoer, 2018; Reis et al., 2014; Tsutsumi et al., 2007; Xiong et al., 2019).

Salah satu rumah sakit yang banyak menangani pasien kusta adalah RSUD Daha Husada Kediri. Sebelum bertransformasi menjadi Rumah Sakit Umum (RSU) pada tahun 2018, RSUD Daha Husada dulunya bernama RS Kusta Kediri yang memiliki fokus utama untuk menangani pasien kusta. Hasil wawancara dengan salah satu dokter di RSUD Daha Husada menunjukkan bahwa penanganan pasien tidak hanya diberikan terbatas pada kesembuhan secara fisik saja, tetapi juga berupaya untuk membantu pasien bisa tetap bersosialisasi di masyarakat dengan baik. Akan tetapi, sejauh ini belum pernah dilakukan penanganan secara terstruktur dalam membantu pasien agar dapat bersosialisasi kembali lingkungannya sehingga belum menjadi suatu prosedur terstandar dalam pelayanan.

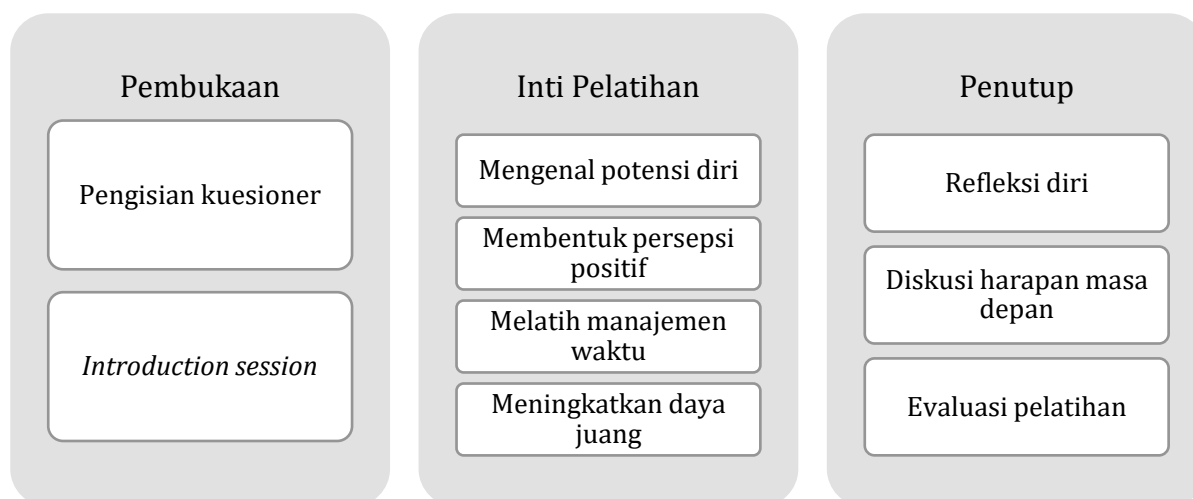
Berdasarkan permasalahan tersebut, perlu adanya pelatihan berbasis psikologis yang secara terstruktur dapat diberikan kepada OYPMK, terutama yang memiliki kecacatan fisik akibat pernyakitnya tersebut. Pelatihan berbasis psikologis tersebut secara fokus bertujuan untuk membantu penerimaan diri pada OYPMK. Penerimaan diri adalah derajat individu dalam menyadari dan mengakui berbagai karakteristik yang dimilikinya, serta mampu menggunakannya dalam menjalani kehidupannya (Bernard, 2013). Sikap penerimaan diri biasanya tercermin dari kemauan individu dalam mengakui kelebihan sekaligus kekurangannya tanpa menyalahkan orang lain. Di samping itu, individu tersebut juga akan memiliki keinginan untuk senantiasa melakukan pengembangan diri (Handayani et al., 1998).

Hal itu didasari atas pendapat Stuart (2008) yang memaparkan bahwa harga diri dipengaruhi oleh penerimaan diri. Namun, saat ini banyak yang masih mengkaji mengenai harga diri penderita kusta (misalnya: Astarani & Minarso, 2017; Lestari et al., 2013; Ningsi et al., 2020; Prihandini et al., 2017; Rohanah & Fadilah, 2015; Sari et al., 2017, 2018; Zaki et al., 2019), tanpa membahas penerimaan dirinya terlebih dahulu. Padahal untuk dapat memiliki perasaan harga diri, individu harus memiliki penerimaan diri yang baik. Hal itu didukung beberapa hasil penelitian lain (misalnya: Sari et al., 2017; Sari & Erawati, 2018). Dengan demikian, penting untuk meningkatkan penerimaan diri OYPMK terlebih dahulu sebelum berfokus pada harga diri.

Program pelatihan ini diharapkan dapat membantu para OYPMK dalam meningkatkan penerimaan diri sehingga bisa kembali menjalankan aktivitasnya dengan baik di masyarakat. Pelatihan ini juga menghasilkan buku pedoman pelatihan yang dapat digunakan sebagai acuan oleh pihak RSUD Daha Husada dalam memberikan pelatihan yang sama secara berkelanjutan.

2. METODE

Metode dalam pelatihan berbasis psikologi untuk meningkatkan penerimaan diri OYPMK ini disusun sebagai rangkaian kegiatan yang akan berlangsung selama 2 hari. Dalam pelaksanaannya, kegiatan pelatihan ini terdiri atas tiga tahapan, yaitu pembukaan, inti pelatihan, dan penutup. Tahapan tersebut telah terangkum dalam gambar berikut.



Gambar 1. Tahapan Pelatihan

Pelatihan pada hari pertama terdiri atas (1) pengisian kuisisioner; (2) *introduction session*; (3) mengenal potensi diri; (4) membentuk persepsi positif. Disambung dengan pelatihan hari kedua terdiri atas (1) pengenalan manajemen waktu; (2) peningkatan daya juang; (3) refleksi diri; (4) diskusi masa depan; (5) evaluasi pelatihan; (5) penutup.

Setiap kegiatan dalam tahapan pelatihan tersebut memiliki durasi, metode, dan PIC yang berbeda-beda. Berikut adalah penjabaran masing-masing kegiatan dalam pelatihan ini.

Tabel 1. Alur Kegiatan dalam Pelatihan

No	Kegiatan	Durasi	Metode	PIC
Hari ke-1				
1.	Pembukaan	15'	-	Moderator
2.	Asesmen awal	30'	Wawancara	Fasilitator
3.	Pendahuluan	40'	Ceramah dan Permainan	Fasilitator
4.	Mengenal potensi diri	60'	Ceramah dan Diskusi	Fasilitator
5.	Membentuk persepsi positif	60'	Refleksi dan Diskusi	Fasilitator
Hari ke-2				
1.	Pengenalan manajemen waktu	60'	Ceramah dan Permainan	Fasilitator
2.	Meningkatkan daya juang	60'	Ceramah dan Permainan	Fasilitator
3.	Evaluasi pelatihan: Refleksi diri dan diskusi harapan masa depan	30'	Refleksi Diri dan Diskusi	Fasilitator
4.	Penutup	10'	Diskusi	Fasilitator
Total Durasi		245 Menit		

Kegiatan pelatihan ini bertempat di Ruang Aula RSUD Daha Husada Kediri pada 3-4 Agustus 2022. Pelatihan ini melibatkan 1 moderator yang merupakan mahasiswa S1 Psikologi, serta 6 fasilitator, yang terdiri atas 2 psikolog, dan 4 ilmuwan psikologi. Jumlah peserta pelatihan ini

awalnya direncanakan berjumlah 10 peserta, akan tetapi 2 peserta berhalangan hadir sehingga terdapat total 8 peserta yang mengikuti pelatihan dari awal hingga akhir. Alasan penulis memutuskan untuk melibatkan tidak terlalu banyak peserta adalah agar lebih intensif dalam mendampingi masing-masing peserta sehingga hasilnya diharapkan bisa lebih optimal. Selain itu, kegiatan pelatihan juga mendapat pendampingan penuh oleh tenaga kesehatan dari RSUD Daha Husada Kediri. Proses kegiatan pelatihan ini mengacu pada buku panduan yang telah dibuat oleh penulis. Berikut adalah tampak depan dan belakang dari buku panduan pelatihan ini.



Gambar 2. Tampilan Buku Panduan Pelatihan

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelatihan berbasis psikologis untuk meningkatkan penerimaan diri dari OYPMK ini dilakukan tatap muka secara langsung bertempat di Aula RSUD Daha Husada Kediri. Pelatihan ini melibatkan 6 fasilitator, 1 moderator, 8 peserta, 4 pendamping dari tenaga kesehatan RSUD Daha Husada, dan beberapa pendamping dari keluarga peserta. Pendamping peserta juga diikutsertakan dalam kegiatan karena berfungsi sebagai *support system*. Selain itu, juga untuk membantu mobilitas peserta, terutama bagi peserta-peserta yang masih bergejala fisik. Berikut adalah data peserta pelatihan.

Tabel 2. Informasi Peserta Pelatihan

Peserta ke-	Jenis Kelamin	Usia (Tahun)	Tahun Mulai Sakit Kusta
1	Laki-laki	23	2019
2	Perempuan	52	2022
3	Laki-laki	30	2021
4	Laki-laki	45	2020
5	Laki-laki	65	2022
6	Laki-laki	63	2012
7	Laki-laki	21	2022
8	Laki-laki	16	2020

Kegiatan pelatihan mencakup beberapa tahapan, yaitu sebagai berikut.

1. Pembukaan



Gambar 3. Foto Bersama Seluruh Pihak yang Terlibat dalam Pelatihan

Pembukaan kegiatan diawali dengan berdoa, perkenalan, dan *sharing*. Kegiatan berdoa dilakukan dengan tujuan agar pelatih dan peserta pelatihan siap melakukan aktivitas dan mengingatkan bahwa kelancaran aktivitas yang dilakukan tidak terlepas dari kehendak Tuhan Yang Maha Esa. Aktivitas perkenalan dimulai dengan instruktur memperkenalkan diri terlebih dahulu, yang kemudian dilanjutkan dengan perkenalan dari masing-masing peserta. Hal ini bertujuan untuk membangun keakraban antara peserta dengan instruktur serta antar sesama peserta. Dengan terbentuknya keakraban, diharapkan dapat saling memberikan dukungan social secara emosional sehingga memberikan pengaruh positif pada efikasi diri peserta dan pelaksanaan kegiatan ini menjadi lebih efektif.

Sedangkan kegiatan *sharing* bertujuan untuk memberikan relaksasi dan meningkatkan ketertarikan peserta. Hal ini dapat disampaikan oleh pelatih dengan memberikan kisah yang ringan, namun sarat makna dan dapat membangun motivasi. Setelah berdoa dan berbagi selanjutnya dilakukan perkenalan antara pelatih dan peserta agar saling mengenal satu sama lain dan bekerjasama agar kegiatan dapat berjalan dengan lancar. Agar lebih menarik perkenalan dilakukan dalam bentuk permainan. Prosedur permainan perkenalan ini dilakukan dengan memberikan pertanyaan tebakan kepada masing-masing peserta terkait identitas peserta lainnya.



Gambar 4. Kegiatan Pembukaan

2. Asesmen Awal

Asesmen awal ini dilakukan dengan wawancara singkat yang dilakukan oleh fasilitator kepada masing-masing peserta. Wawancara dilakukan secara individual pada masing-masing peserta. Wawancara ini menggali seputar identitas diri, riwayat penyakit kusta yang diderita, dan kondisi penerimaan diri dari peserta. Metode ini Hasil wawancara ini menjadi informasi penting mengenai karakteristik dan kebutuhan masing-masing peserta sehingga fasilitator dapat

melakukan penyesuaian. Penggunaan wawancara ini dipilih agar dapat mengeksplorasi informasi secara komprehensif dari para peserta. Metode wawancara ini memang cukup sering dilakukan untuk menggali data dari para narasumber dengan penyakit kusta (Misal: Anggoro & Qomaruddin, 2019; Tuwohingide et al., 2021).



Gambar 5. Proses Wawancara untuk Asesmen Awal

3. Pendahuluan

Sesi pendahuluan ini digunakan untuk menjelaskan maksud dan tujuan diadakannya pelatihan, waktu yang diperlukan, serta hasil yang diharapkan setelah diadakannya seluruh rangkaian pelatihan ini. Fasilitator memberikan penjelasan secara singkat tujuan pelatihan yang diadakan. Fasilitator menggambarkan rangkaian aktivitas yang dilakukan selama pelatihan, dan memastikan bahwa semua peserta pelatihan bersedia sukarela untuk mengikutinya hingga selesai. Terakhir, fasilitator juga menjelaskan tentang manfaat yang akan diperoleh peserta apabila terlibat aktif dalam setiap kegiatan pelatihan hingga selesai.



Gambar 5. Kegiatan Sesi Pendahuluan

4. Mengenal potensi diri

Fasilitator menyampaikan materi mengenal potensi diri dengan 3 metode, yaitu ceramah, *sharing*, dan diskusi kelompok, seperti halnya yang dilakukan oleh (Nurhayati & Suriani, 2022). Fasilitator mengawali kegiatan ini dengan pengantar materi selama 15 menit. Kemudian, peserta diminta untuk membentuk tim secara berpasangan dan melakukan *sharing* terkait potensi diri dengan pasangannya tersebut. Kemudian semua kelompok kembali dikumpulkan menjadi satu forum. Setiap peserta diminta untuk menceritakan potensi diri dari masing-masing pasangannya dalam tim sebelumnya. Terakhir, fasilitator menutup sesi dengan memberikan kesimpulan kepada peserta agar dapat menerapkan potensi diri yang dimilikinya tersebut.

Mengenali potensi diri ini dimaksudkan agar peserta dapat mengetahui kelebihan dan kekurangan yang ada dalam dirinya. Mengenali diri dapat merujuk pada pemahaman diri sendiri atas potensi-potensi yang ada, atau pemahaman orang lain mengenai diri sendiri. Dengan mengenali diri, individu dapat mengetahui dengan jelas apa yang dibutuhkan, cita-cita, kelebihan dan kekurangan yang dimiliki. Hal ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Hidayati et al. (2020) untuk meningkatkan potensi diri pada orang difabel melalui pembentukan rumah singgah.



Gambar 6. Kegiatan Mengenali Potensi Diri

5. Membentuk perspektif positif

Fasilitator menyampaikan materi persepsi positif untuk meningkatkan penerimaan diri dari masing-masing peserta. Kegiatan dilakukan dengan metode ceramah, pemutaran video, dan diskusi. Pertama, peserta diminta untuk menginventarisir peristiwa-peristiwa yang menjadikannya konflik, kesal atau marah dengan keadaan, orang lain, pekerjaan, atau keluarga. Kemudian, fasilitator membantu menginventarisir peristiwa-peristiwa yang menjadikan dia senang, bahagia, semangat, merasa hidupnya berarti. Fasilitator mencoba membantu peserta agar dapat berdamai dengan segala kesulitannya, dan lebih mengelola pada hal-hal yang positif.



Gambar 7. Kegiatan Membentuk Perspektif Positif

6. Pengenalan manajemen waktu

Kegiatan ini dilakukan dengan metode ceramah dan permainan. Pertama, fasilitator memberikan pengantar materi terlebih dahulu terkait manajemen waktu. Hal ini ditujukan agar peserta memiliki pengetahuan dasar terkait konsep dan cara implementasi manajemen waktu. Kemudian, fasilitator memberikan permainan sederhana, dimana setiap peserta diberikan beberapa aktivitas yang berkaitan dengan kesehariannya. Peserta diminta untuk mengurutkan dari aktivitas yang paling dahulu dilakukan hingga yang paling akhir dilakukan.

Meskipun sejauh ini pelatihan manajemen waktu sebagian besar hanya diberikan pada siswa/mahasiswa (Linda, 2018; Nisa et al., 2019), dan karyawan (Fadli et al., 2020; Vinahapsari & Rosita, 2020), namun pelatihan ini juga penting untuk diberikan pada para OYPMK, terutama bagi OYPMK yang harus rutin kontrol ke rumah sakit dan mengonsumsi obat. Hal itu diharapkan dapat melatih kemampuan peserta untuk menyusun skala prioritas dalam aktivitasnya sehari-hari.



Gambar 8. Kegiatan Pengenalan Manajemen Waktu

7. Meningkatkan daya juang

Kegiatan ini dilakukan dengan metode ceramah dan diskusi. Pada awalnya, peserta diputar video yang menceritakan seseorang yang sedang berjuang dalam mengarungi kehidupannya. Peserta diminta untuk mengomentari bentuk-bentuk perjuangan yang ada dalam film tersebut. Selanjutnya, masing-masing peserta diminta untuk menceritakan perjuangan-perjuangan yang telah dilakukannya selama hidup. Setiap peserta diminta untuk mendengarkan dengan seksama dan memberikan penguatan terhadap peserta lain. Hal itu diharapkan dapat membuat peserta terus memiliki daya juang, dan tidak merasa sendirian ketika menghadapi perjuangan tersebut. Hal ini juga seperti yang dilakukan oleh Hidayati et al. (2020) pada berbagai individu dengan difabilitas.



Gambar 9. Kegiatan Peningkatan Daya Juang

8. Evaluasi: refleksi diri dan diskusi harapan masa depan

Evaluasi ini dilakukan untuk mengetahui perubahan-perubahan yang dialami oleh peserta pelatihan. Evaluasi yang pertama dilakukan dengan refleksi diri terhadap penerimaan diri dari masing-masing peserta. Peserta kemudian diajak untuk mendiskusikan harapan-harapan yang ingin dicapai di masa mendatang. Fasilitator memberikan penguatan dan berusaha meyakinkan peserta akan harapan-harapannya tersebut.



Gambar 10. Kegiatan Evaluasi

9. Penutup

Di akhir acara, fasilitator mengucapkan terima kasih kepada seluruh peserta yang ikut berpartisipasi dalam pelatihan, dan seluruh pihak yang terlibat dalam pelatihan berbasis psikologis ini. Fasilitator kemudian memimpin doa dengan harapan pelatihan ini membawa berkah dan hal yang positif bagi para peserta. Setelah itu, peserta diperkenalkan untuk meninggalkan ruangan.

Berdasarkan deskripsi kegiatan sebelumnya, berikut adalah rangkaian ketercapaian tujuan dalam pelatihan yang telah terangkum ke dalam tabel berikut.

Tabel 2. Ketercapaian Kegiatan Pelatihan

No	Kegiatan	Tujuan	Keterangan
1	Pembukaan	<ul style="list-style-type: none"> - Fasilitator dan peserta mampu melibatkan sisi spiritualnya dalam aktivitas pelatihan. - Peserta siap mengikuti dan melibatkan diri secara aktif dalam aktivitas pelatihan. - Peserta mampu berbagi dan membuka diri dengan orang lain. - Peserta mampu mengungkapkan dan mengambil hikmah dari pengalaman tersebut hidupnya. - Memperkenalkan tim fasilitator kepada peserta. - Menumbuhkan keakraban antara fasilitator dan peserta. 	Tercapai
2	Asesmen awal	<ul style="list-style-type: none"> - Mengetahui tingkat penerimaan diri OYPMK melalui wawancara 	Tercapai
3	Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> - Menjelaskan tujuan pelatihan, yaitu untuk membantu peserta menjadi individu yang memiliki penerimaan diri yang baik. - Menjelaskan rangkaian kegiatan yang akan dilakukan selama pelatihan serta aturan-aturan yang harus diikuti selama pelatihan berlangsung - 	Tercapai
4	Mengenali potensi diri	<ul style="list-style-type: none"> - Membuat peserta menyadari bahwa untuk menghadapi sesuatu, perlu mengenal diri terlebih dahulu, baik positif maupun negatif pada diri - Membuat peserta menyadari dan menerima kelebihan dan kekurangan diri - Belajar untuk memahami dan mengetahui potensi yang dimiliki. 	Tercapai

5	Membentuk persepsi positif	- Membuat peserta menyadari pentingnya membentuk dan memiliki persepsi yang positif	Tercapai
6	Pengenalan manajemen waktu	- Membuat peserta menyadari bahwa pentingnya target waktu pencapaian. - Belajar mengelola target waktu pencapaian. - Belajar membuat strategi pencapaian target pekerjaan pencapaian - Membantu peserta menentukan skala prioritas dari beberapa rencana target pencapaian - Membantu peserta mengatur waktu penyelesaian tugas	Tercapai
7	Meningkatkan daya juang	- Membuat peserta menyadari pentingnya daya juang dalam menghadapi apapun. - Memahami jenis-jenis daya juang. - Belajar menemukan dan mencari solusi dari kesulitan yang dialami. - Belajar membentuk daya juang dalam menghadapi kesulitan dan pencapaian tujuan hidup.	Tercapai
8	Evaluasi: Refleksi diri dan diskusi harapan masa depan	- Mengetahui hasil dan proses yang telah dicapai selama proses pelatihan. - Melakukan refleksi diri dan harapan masa depan.	Tercapai
9	Penutup	- Mengakhiri sesi pelatihan dengan berdoa bersama dan ramah tamah.	Tercapai

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara terhadap pada peserta menunjukkan adanya perubahan psikologis yang termanifestasi dari perilaku yang ditampilkan. Ketika sebelum dilakukan pelatihan, sebagian besar peserta kurang begitu antusias, dan bergairah dalam berkegiatan. Beberapa peserta memiliki kesulitan ketika diminta untuk menyampaikan potensi diri yang dimilikinya di depan seluruh peserta lain. Bahkan peserta belum mampu memunculkan persepsi positif dalam dirinya, dan belum menyadari perjuangan-perjuangan yang telah dilakukan selama hidupnya. Akan tetapi, setelah dilakukan pelatihan, peserta menyadari potensi diri dan mau menerima diri atas kekurangannya. Hal itu membuat peserta dapat membentuk persepsi diri positif. Peserta juga mampu meresapi kilas balik perjuangan-perjuangan yang telah dilakukannya, baik secara umum dalam hidupnya maupun secara khusus dalam menghadapi penyakitnya itu. Peserta juga telah memiliki harapan-harapan di masa depan yang ingin dicapai.

4. KESIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa kegiatan pelatihan berbasis psikologi ini mampu mencapai tujuan-tujuan kegiatan yang terdiri atas pembukaan, asesmen awal, pendahuluan, mengenali potensi diri, membentuk persepsi positif, pengenalan manajemen waktu, meningkatkan daya juang, evaluasi pelatihan, dan penutup. Dari hasil observasi dan wawancara, peserta merasakan perubahan positif dari penerimaan diri yang dimiliki. Dengan demikian, diharapkan kegiatan pelatihan ini dapat menjadi pedoman terstruktur bagi pihak mitra yang ingin menerapkannya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada (1) Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Malang yang telah memberi dukungan finansial terhadap pengabdian ini; (2) RSUD Daha Husada

yang telah mendukung penuh dan memfasilitasi terselenggaranya pengabdian; (3) Seluruh peserta pelatihan yang telah meluangkan waktunya untuk mengikuti kegiatan hingga selesai.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdela, S. G., van Henten, S., Abegaz, S. H., Bayuh, F. B., Zewdu, F. T., Berhe, F. T., & van Griensven, J. (2020). Activity Limitation and Social Participation Restriction among Leprosy Patients in Boru Meda Hospital, Amhara Region, Ethiopia. *PLOS Neglected Tropical Diseases*, 14(9), e0008702. <https://doi.org/10.1371/JOURNAL.PNTD.0008702>
- Amelia, A. R., Amiruddin, R., Arsin, A. A., Bahar, B., & Palutturi, S. (2018). Ex-Leprosy Patients Empowerment for Improving Living Quality through Empirical Rational Strategy in Makassar 2018. *Indian Journal of Public Health Research & Development*, 9(10), 572–577.
- Anggoro, R. R., & Qomaruddin, M. B. (2019). Interaksi Sosial Asosiatif Eks-Penderita Kusta di Dusun Sumberglagah, Kabupaten Mojokerto. *The Indonesian Journal of Public Health*, 14(1), 127–137.
- Astarani, K., & Minarso, S. (2017). Gambaran Harga Diri Penderita Kusta di Rumah Sakit Khusus Kusta Kota Kediri. *Jurnal STIKES RS Baptis Kediri*, 10(1), 1–5.
- Batubara, I. M. S., & Dewi, N. S. (2021). Gambaran Derajat Depresi pada Penderita Kusta Usia Produktif (18-64 Tahun). *Journal of Advanced Nursing and Health Sciences*, 2(1), 15–20.
- Bernard, M. E. (2013). *The Strength of Self-Acceptance*. Springer.
- Dorst, M. M. A. R. van, Netten, W. J. van, Waltz, M. M., Pandey, B. D., Choudhary, R., Brakel, & Van, W. H. (2020). Depression and Mental Wellbeing in People Affected by Leprosy in Southern Nepal. *Global Health Action*, 13(1), 1815275.
- Engelbrektsson, U. B., & Subedi, M. (2018). Stigma and Leprosy Presentations, Nepal. *Leprosy Review*, 89(4), 362–369.
- Eyanoer, P. C. (2018). Social Acceptance and Quality of Life of Leprosy Patient. *IOP Conf. Ser.: Earth Environ. Sci*, 125, 12100. <https://doi.org/10.1088/1755-1315/125/1/012100>
- Fadli, R., Seta, A. B., Ilham, N., Nurcahayati, S., & Mulyani, S. (2020). Pelatihan Manajemen Waktu dalam Mewujudkan Produktivitas Kerja pada Tenaga Kesehatan RSUD Bhakti Asih. *BAKTIMAS: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 2(2), 100–103. <https://doi.org/10.32672/btm.v2i2.2132>
- Handayani, M. M., Ratnawati, S., & Helmi, A. F. (1998). Efektivitas Pelatihan Pengenalan Diri terhadap Peningkatan Penerimaan Diri dan Harga Diri. *Jurnal Psikologi*, 25(2), 47–55. <https://doi.org/https://doi.org/10.22146/jpsi.7504>
- Hidayati, A. N., Setiawan, A., & Apriliani, T. (2020). Kebutuhan Rumah Singgah Difabel di Kota Malang. *Jurnal Teknik Sipil Informanpro*, 9(1), 43–56. <https://doi.org/https://doi.org/10.36040/infomanpro.v9i1.3408>
- Indow, O., Pongtiku, A., Rantetampang, A. L., & Mallongi, A. (2019). Profile Stigma of Leprosy Patients in Manokwari District Provinsi Papua Barat. *International Journal of Science and Healthcare Research (Www.Ijshr.Com)*, 4(1), 144–152.
- Jufriyanto, M., Yusuf, A., & Mundakir, M. (2020). The Psychosocial Experiences in Ex-Leprosy Patients: A Qualitative Study. *STRADA: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 9(2), 733–742.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Menuju Eliminasi 2024, Kemenkes Ajak Masyarakat Hapus Stigma Dan Diskriminasi Kusta*. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20220203/2839247/menuju-eliminasi-2024-kemenkes-ajak-masyarakat-hapus-stigma-dan-diskriminasi-kusta/>
- Lestari, S. D., Arwani, & Purnomo. (2013). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Harga Diri Penderita Kusta Rawat Jalan di Rumah Sakit Rehatta Donorojo Jepara. *Karya Ilmiah*, 1–7.
- Linda, L. (2018). Pengantar Rancangan Modul Pelatihan Manajemen Waktu pada Himpunan Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas “X.” *Psibernetika*, 10(1). <https://doi.org/10.30813/psibernetika.v10i1.1036>
- Muna, I. F., & Fibriana, A. I. (2019). Kualitas Hidup Orang yang Pernah Menderita Kusta. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 3(4), 568–578.

- 1<https://doi.org/10.15294/HIGEIA.V3I4.29492>
- Ningsi, N. W., Zulkifli, A., Mallongi, A., Syam, A., & Saleh, L. M. (2020). Logotherapy towards Self-esteem of Leprosy Patients at Tadjuddin Chalid Hospital in Makassar City. *Enfermería Clínica, 30*, 407–410. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.10.111>
- Nisa, N. K., Mukhlis, H., Wahyudi, D. A., & Putri, R. H. (2019). Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Keperawatan. *Journal of Psychological Perspective, 1*(1), 29–34. <https://doi.org/10.47679/jopp.1172019>
- Nurhayati, Y., & Suriani, W. (2022). Pelatihan Deteksi Dini Penyakit Kusta Pada Anak Kepada Guru Sekolah Dasar Di Wilayah Kerja Puskesmas Sanggeng Manokwari. *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 6*(4), 888–896. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v6i4.10126>
- Prihandini, C. W., Andarini, S., & Setyoadi, S. (2017). Pengaruh Pemberian Logoterapi terhadap Harga Diri Penderita Kusta yang Mengalami Harga Diri Rendah di UPT Rumah Sakit Kusta Kediri. *Jurnal Keperawatan Florence, 2*(1).
- Prima, A., Irham, F., Astuti, P., & Fauji, A. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Kecacatan Pada Pasien Kusta: Literature Review. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah, 6*(4), 128–140.
- Reis, F. J. J., & Gomes, M. K. (2014). Psychological Distress and Quality of Life in Leprosy Patients with Neuropathic Pain. *Leprosy Review, 85*(3), 186–193. <https://doi.org/10.47276/lr.85.3.186>
- Reis, F. J. J., Lopes, D., Rodrigues, J., Gosling, A. P. adã., & Gomes, M. K. ati. (2014). Psychological Distress and Quality of Life in Leprosy Patients with Neuropathic Pain. *Leprosy Review, 85*(3), 186–193. <https://doi.org/10.47276/LR.85.3.186>
- Rohanah, R., & Fadilah, L. (2015). Hubungan Dukungan Keluarga dan Penerimaan Masyarakat terhadap Harga Diri Mantan Penderita Kusta di Rw 13 Kelurahan Karang Sari Kota Tangerang Tahun 2015. *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan), 2*(2), 169–177. <https://doi.org/10.36743/medikes.v2i2.115>
- Santos, V. S., Oliveira, L. S., Castro, F. D. N., Gois-Santos, V. T., Lemos, L. M. D., Ribeiro, M. do C. O., Cuevas, L. E., & Gurgel, R. Q. (2015). Functional Activity Limitation and Quality of Life of Leprosy Cases in an Endemic Area in Northeastern Brazil. *PLOS Neglected Tropical Diseases, 9*(7), e0003900. <https://doi.org/10.1371/JOURNAL.PNTD.0003900>
- Sari, D. A. K. W., & Erawati, E. (2018). Self Acceptance as Self Esteem Predictor in Leprosy Patients. *The 2nd Joint International Conferences, 2*(2).
- Sari, D. A. K. W., Soewondo, S., & Supriati, L. (2017). Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Harga Diri Pasien Kusta Di RS. Kusta Kediri. *Jurnal STIKES RS Baptis Kediri, 10*(1).
- Sari, D. A. K. W., Soewondo, S., & Supriati, L. (2018). Stigma Sosial sebagai Indikator Penilaian Harga Diri pada Pasien Kusta di RS. Kusta Kediri. *Jurnal Penelitian Keperawatan, 4*(1). <https://doi.org/10.32660/jurnal.v4i1.313>
- Stuart, G. (2008). *Principles and Practice of Psychiatric Nursing*. Elsevier.
- Tsutsumi, A., Izutsu, T., Md Islam, A., Maksuda, A. N., Kato, H., & Wakai, S. (2007). The Quality of Life, Mental Health, and Perceived Stigma of Leprosy Patients in Bangladesh. *Social Science & Medicine, 64*(12), 2443–2453. <https://doi.org/10.1016/j.SOCSCIMED.2007.02.014>
- Tuwohingide, Y. E., Kumboyono, N., & Utami, Y. M. (2021). *Pengalaman Hidup Penderita Kusta Di Pulau Mahangetang*. Tesis. Malang: Universitas Brawijaya.
- Vinahapsari, C. A., & Rosita, R. (2020). Pelatihan Manajemen Waktu Pada Stres Akademik Karyawan Penuh Waktu. *Jurnal Bisnis Darmajaya, 6*(1), 20–28.
- WHO. (2021). *Towards Zero Leprosy Global Leprosy (Hansen's Disease) Strategy 2021–2030*.
- Xiong, M., Wang, X., Su, T., Yang, B., Li, M., & Zheng, D. (2019). Relationship between Psychological Health and Quality of Life of People Affected by Leprosy in the Community in Guangdong Province, China: A Cross-Sectional Study. *BMC Public Health, 19*(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/S12889-019-6672-X/TABLES/3>
- Zaki, S. M., Kotb, F. N., & Mohammed, A. A. (2019). Assessment of Self-Esteem and Coping Strategies among Leprotic Patients. *American Journal of Nursing Research, 7*(2), 109–115. <https://doi.org/10.12691/ajnr-7-2-2>