

## PROSES PENERIMAAN DIRI MAHASISWA PENYANDANG DISABILITAS GAGAP BICARA

Nurhalijah Munthe, Meutia Naully dan Filia Dina Anggaraeni

Universitas Sumatera Utara

*e-mail:* nurhalijahmunthe04@gmail.com, meutia@usu.ac.id, filiadina@usu.ac.id

Submitted: 2026-04-14

Published: 2026-05-15

DOI: <https://doi.org/10.24036/rap.v17.i1.85>

Accepted: 2026-05-01

**Abstract: The Process of Self-Acceptance Among College Students with Speech Impairments.** *This study aims to understand the process of self-acceptance in individuals with stuttering and the factors that influence this process. The study employed a descriptive qualitative approach involving two participants with stuttering who were selected through purposive sampling. Data were collected through in-depth interviews, observation, and documentation, and were subsequently analysed using thematic analysis. The results indicate that self-acceptance in individuals with stuttering develops through several key themes: awareness of one's condition, negative emotional responses, experiences of social stigma, social support, and positive self-perception. Both participants experienced feelings of shame, low self-esteem, and anxiety stemming from being mocked and laughed at during social interactions. However, support from family and the immediate environment helped the participants build self-confidence and reduce self-rejection. This study also found that the process of self-acceptance is dynamic and not always linear. Ultimately, both participants began to view their stuttering as an acceptable part of themselves that could be interpreted more positively. The conclusion is that the self-acceptance process in individuals with stuttering disabilities occurs gradually, dynamically, and is influenced by various internal and external factors.*

*Keywords: Self-acceptance, Stuttering, Disability, Social Stigma*

**Abstrak: Proses Penerimaan diri Mahasiswa Penyandang Disabilitas Gagap Bicara.**

Penelitian ini bertujuan untuk memahami proses penerimaan diri pada individu dengan disabilitas gagap bicara serta faktor-faktor yang mempengaruhi proses tersebut. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan melibatkan dua partisipan penyandang gagap bicara yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan analisis tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa

penerimaan diri pada individu dengan gagap bicara berkembang melalui beberapa tema utama, yaitu kesadaran terhadap kondisi diri, respon emosional negatif, pengalaman stigma sosial, dukungan sosial, dan pemaknaan diri secara positif. Kedua partisipan mengalami perasaan malu, minder, dan kecemasan akibat pengalaman diejek dan ditertawakan dalam interaksi sosial. Namun, dukungan keluarga dan lingkungan terdekat membantu partisipan membangun rasa percaya diri dan mengurangi penolakan terhadap diri sendiri. Penelitian ini juga menemukan bahwa proses penerimaan diri berlangsung secara dinamis dan tidak selalu sejalan. Pada akhirnya, kedua partisipan mulai memandang kondisi gagap sebagai bagian dari dirinya yang dapat diterima dan dimaknai secara lebih positif. Kesimpulan bahwa proses penerimaan diri pada individu dengan disabilitas gagap bicara berlangsung secara bertahap, dinamis, dan dipengaruhi oleh berbagai faktor internal maupun eksternal.

Keyword: Penerimaan diri, Gagap, Disabilitas, Stigma Sosial

## PENDAHULUAN

Disabilitas bukan semata persoalan kondisi fisik atau sensorik yang terbatas, tetapi juga menyangkut mengenai hambatan sosial dan psikologis yang muncul dalam kehidupan sehari-hari. Vornholt et al. (2013) mendefinisikan disabilitas sebagai istilah payung yang mencakup gangguan, keterbatasan aktivitas, dan pembatasan partisipasi yang muncul dari interaksi antara kondisi individu dan faktor kontekstual, baik lingkungan maupun personal. Definisi ini menegaskan bahwa disabilitas tidak semata-mata persoalan medis, melainkan juga berkaitan dengan struktur sosial yang dapat memperkuat hambatan partisipasi. Sejalan dengan itu, Rohwerder (2018) menunjukkan bahwa stereotip, prasangka, dan stigma di

berbagai belahan dunia berkontribusi terhadap diskriminasi dan pengucilan penyandang disabilitas dalam berbagai aspek kehidupan, seperti pendidikan, pekerjaan, hingga interaksi sosial.

Di Indonesia, jumlah penyandang disabilitas juga cukup besar. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik tahun 2024 yang dilansir oleh NasDem DPR RI, tercatat lebih dari 17,8 juta penduduk Indonesia merupakan penyandang disabilitas ([nasdemdpri.id](http://nasdemdpri.id)). Data ini menunjukkan bahwa penyandang disabilitas merupakan bagian yang signifikan dari populasi masyarakat Indonesia sehingga memerlukan perhatian yang serius. Kondisi ini menunjukkan bahwa penyandang

disabilitas merupakan bagian yang signifikan dari masyarakat yang memerlukan perhatian, tidak hanya dalam bidang aksesibilitas, tetapi juga kesejahteraan psikologis dan sosial. Hal ini diperkuat melalui Undang-Undang Nomor 8 Tahun 2016 tentang Penyandang Disabilitas. Pasal 1 ayat (1) mendefinisikan penyandang disabilitas sebagai setiap orang yang mengalami keterbatasan fisik, intelektual, mental, dan/atau sensorik dalam jangka panjang yang dalam interaksi dengan lingkungan dapat mengalami hambatan dan kesulitan untuk berpartisipasi secara penuh dan efektif berdasarkan kesamaan hak. Widinarsih (2019) menegaskan bahwa regulasi ini menjadi dasar normatif dalam membangun perspektif yang lebih inklusif di Indonesia.

Pada situasi ini, penyandang disabilitas tidak hanya menghadapi hambatan dalam akses pendidikan, pekerjaan, dan layanan publik, tetapi juga dalam proses pembentukan identitas diri serta menjaga kesehatan mental. Salah satu aspek penting dalam proses ini adalah penerimaan diri, yakni kemampuan individu untuk menerima kondisi dirinya secara utuh tanpa penolakan atau terus menerus menolak kenyataan.

Dalam menjalani kehidupan sehari-hari, penyandang disabilitas tidak hanya menghadapi hambatan dalam akses

pendidikan, pekerjaan, dan layanan publik, tetapi juga tantangan psikologis dalam menerima kondisi dirinya. Salah satu aspek penting dalam proses ini adalah penerimaan diri, yakni kemampuan individu untuk menerima kondisi dirinya secara utuh tanpa penolakan atau terus menerus menolak kenyataan. Bernard (2014) menjelaskan bahwa menurut Maslow, penerimaan diri merupakan proses atau perjalanan penemuan diri (*self-discovery*) yang dicapai melalui pemenuhan hierarki kebutuhan, di mana tingkat tertinggi adalah aktualisasi diri. Kebutuhan tersebut, termasuk hubungan sosial yang baik, menjadi langkah awal sebelum seseorang bisa mencapai penerimaan diri yang utuh.

Sementara itu, Carl Rogers (1995) menekankan bahwa penerimaan diri berkembang melalui hubungan yang ditandai dengan *unconditional positive regard*. Rogers (1995) menyatakan bahwa ketika individu menerima dirinya, ia menjadi lebih terbuka terhadap pengalaman, meningkatkan pemahaman diri, serta mampu mengekspresikan dirinya secara autentik tanpa penilaian negatif. Dengan demikian, baik Maslow maupun Rogers sama-sama menempatkan relasi interpersonal sebagai elemen penting dalam

pembentukan penerimaan diri (Bernard, 2014).

Berbagai penelitian juga menunjukkan bahwa penerimaan diri memiliki peran penting dalam kehidupan penyandang disabilitas. Hidajat et al. (2025) menemukan bahwa dukungan sosial dari keluarga, seperti dukungan emosional, pemberian waktu dan perhatian, serta bentuk penghargaan, dapat membantu individu dengan disabilitas fisik dalam menerima dirinya dan menghadapi stigma negatif dari lingkungan. Penelitian lain oleh Nasir (2024) juga menunjukkan bahwa stigma sosial dapat mempengaruhi kepercayaan diri penyandang disabilitas sehingga sebagian individu merasa rendah diri, menarik diri dari lingkungan sosial, dan mengalami hambatan dalam berpartisipasi di masyarakat. Temuan-temuan tersebut memperlihatkan bahwa penerimaan diri dipengaruhi oleh pengalaman sosial dan relasi individu dengan lingkungannya.

Salah satu bentuk disabilitas yang sering dijumpai dalam kehidupan sehari-hari adalah gangguan berbicara, khususnya gagap (*stuttering*). Gagap merupakan suatu masalah ketidaklancaran dalam berbicara seperti mengulang-ulang bunyi dalam bentuk pengucapan kata maupun bentuk kalimat yang dialami oleh anak-anak maupun orang dewasa (Sekartini dan Sujidinata, 2015

dalam Siron et al., 2020). Kondisi ini tidak hanya mempengaruhi aspek komunikasi, tetapi juga dapat berdampak pada kondisi psikologis individu. Hikmah & Mardiyah (2022) menunjukkan bahwa individu dengan dengan gagap sering mengalami tekanan ketika berada dalam situasi komunikasi sosial. Selain itu, Türkili et al. (2022) menemukan bahwa reaksi negatif dari lingkungan terhadap individu gagap dapat memunculkan perasaan malu, rendah diri, isolasi sosial, hingga penurunan kualitas hidup.

Meskipun penelitian mengenai penerimaan diri pada penyandang disabilitas telah banyak dilakukan, sebagian besar penelitian lebih berfokus pada disabilitas fisik secara umum, dukungan sosial, atau kesejahteraan psikologis. Penelitian yang secara khusus mengkaji proses penerimaan diri pada individu dengan disabilitas gagap, terutama melalui pengalaman subjektif individu dalam kehidupan sehari-hari, masih relatif terbatas. Padahal, individu dengan gagap memiliki pengalaman sosial dan psikologis yang khas karena hambatan komunikasi yang mereka alami berhubungan langsung dengan interaksi sosial sehari-hari. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang lebih mendalam untuk memahami bagaimana individu

untuk tetap memiliki kepercayaan diri serta menjalani kehidupan sosial secara lebih positif.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk memahami proses penerimaan diri pada individu dengan disabilitas gagap bicara melalui pengalaman subjektif yang mereka alami dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai dinamika penerimaan diri, faktor-faktor yang mempengaruhinya, serta pengalaman sosial dan psikologis yang dihadapi individu dengan gagap bicara.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode kualitatif dengan pendekatan kualitatif deskriptif. Penelitian kualitatif deskriptif adalah Creswell & Creswell (2018) menjelaskan bahwa penelitian kualitatif bertujuan memahami makna suatu fenomena dari perspektif partisipan, dengan cara mengidentifikasi kelompok yang memiliki pengalaman atau budaya tertentu, kemudian mengamati pola perilaku yang berkembang seiring waktu. Sementara pendekatan deskriptif dilakukan untuk pemilihan pendekatan ini juga sejalan dengan fokus penelitian, yaitu mengkaji

penerimaan diri pada penyandang disabilitas gagap bicara.

Partisipan dalam penelitian ini dipilih menggunakan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan informan berdasarkan karakteristik tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian. Adapun karakteristik partisipan dalam penelitian ini ialah individu penyandang disabilitas gagap bicara, berusia 20–25 tahun, dan mengalami kondisi gagap sejak lahir. Penelitian ini melibatkan dua orang partisipan yang dianggap mampu memberikan informasi secara mendalam terkait pengalaman penerimaan diri yang mereka alami.

Jenis-jenis data yang digunakan meliputi data primer, yakni hasil wawancara dan observasi langsung di lapangan, serta data sekunder, yaitu sumber-sumber tertulis seperti buku, jurnal ilmiah, serta dokumentasi kegiatan yang mendukung validitas dan kedalaman analisis. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi (Sugiono, 2017).

Dalam proses wawancara, dilakukan secara mendalam untuk memperoleh gambaran mengenai pengalaman partisipan dalam menghadapi stigma sosial, membangun

kepercayaan diri, dan proses menerima kondisi dirinya. Observasi dilakukan untuk memahami perilaku, ekspresi, dan interaksi sosial partisipan selama proses penelitian berlangsung, sedangkan dokumentasi digunakan sebagai data pendukung dalam memperkuat hasil penelitian.

Teknik analisis data dalam penelitian ini mengacu pada tahapan analisis tematik. Tahap pertama dilakukan dengan mengolah dan mempersiapkan data melalui proses transkripsi hasil wawancara secara verbatim. Tahap kedua, peneliti membaca dan memahami keseluruhan data untuk memperoleh gambaran umum mengenai pengalaman partisipan. Tahap ketiga dilakukan proses coding dengan mengidentifikasi bagian-bagian data yang memiliki makna penting terkait penerimaan diri pada partisipan. Selanjutnya, kode-kode yang memiliki keterkaitan dikelompokkan ke dalam kategori dan dikembangkan menjadi tema-tema utama penelitian (theme development). Tema-tema tersebut kemudian dianalisis dan disusun dalam bentuk narasi deskriptif untuk menjelaskan dinamika penerimaan diri yang dialami partisipan. Tahap terakhir dilakukan interpretasi data dengan menghubungkan temuan penelitian dengan konsep dan penelitian terdahulu yang relevan.

Untuk menjaga validitas data, penelitian ini menggunakan teknik triangulasi sumber dan triangulasi teknik. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan informasi yang diperoleh dari masing-masing partisipan, sedangkan triangulasi teknik dilakukan melalui perbandingan data hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi. Selain itu, peneliti juga melakukan member checking dengan menunjukkan hasil deskripsi dan interpretasi data kepada partisipan guna memastikan kesesuaian data dengan pengalaman yang mereka sampaikan selama penelitian.

Dalam proses penelitian, peneliti juga menerapkan reflektivitas (reflexivity) dengan menyadari posisi peneliti sebagai instrumen utama dalam penelitian kualitatif. Peneliti berupaya menjaga objektivitas selama proses pengumpulan dan analisis data dengan tidak memberikan penilaian pribadi terhadap pengalaman partisipan serta memusatkan interpretasi berdasarkan data yang diperoleh di lapangan.

## HASIL DAN DISKUSI

### HASIL

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan terhadap dua informan

penyandang disabilitas gagap bicara, diperoleh beberapa temuan yang berkaitan dengan proses penerimaan diri yang mereka alami.

### **Informan 1 (AR)**

AR merupakan seorang laki-laki berusia 22 tahun yang mengalami disabilitas berupa gangguan kelancaran berbicara atau gagap. Kondisi tersebut telah dialami AR sejak masa kanak-kanak. Pada awalnya keluarga AR mengira bahwa kondisi tersebut hanya merupakan keterlambatan berbicara yang biasa dialami oleh anak-anak. Namun, seiring bertambahnya usia, kesulitan berbicara yang dialami AR masih tetap terjadi.

AR mulai menyadari bahwa kondisi yang dialaminya berbeda dengan teman-temannya ketika ia mulai memasuki bangku sekolah dasar. Saat itu, AR menyadari bahwa ketika berbicara, kata-kata yang ingin diucapkan sering terhenti atau harus diulang terlebih dahulu sebelum dapat dilanjutkan.

AR mengungkapkan bahwa sejak kecil ia memang mengalami kesulitan dalam berbicara secara lancar. Hal tersebut ia sadari ketika mulai banyak berinteraksi dengan lingkungan di luar rumah, khususnya di sekolah. Ia mengungkapkan bahwa kondisi gagap yang dialaminya sering membuat kata-kata yang ingin diucapkan menjadi tertahan.

*“Sejak kecil sebenarnya saya sudah agak gagap kalau bicara. Dulu orang tua pikir cuma telat ngomong saja, tapi pas udah sekolah ternyata masih sering terhenti kalau bicara.” (AR, 2026)*

Kesadaran akan kondisi tersebut membuat AR mulai merasakan adanya perbedaan antara dirinya dengan teman-temannya. Ketika pertama kali menyadari kondisi tersebut, AR mengaku sempat merasa sedih dan kurang percaya diri. Ia juga merasa malu ketika harus berbicara di depan banyak orang karena khawatir akan ditertawakan oleh teman-temannya.

*“Dulu rasanya malu sekali. Kadang kalau disuruh baca di depan kelas saya takut salah atau takut ditertawakan.” (AR, 2026)*

Selain itu, AR juga pernah mengalami pengalaman kurang menyenangkan ketika beberapa teman meniru cara bicaranya. Hal tersebut membuat AR sempat merasa sedih dan enggan untuk banyak berbicara dengan orang lain.

*“Pernah ada teman yang meniru cara saya bicara. Itu bikin saya sedih dan sempat malas ngobrol sama orang lain.” (AR, 2026)*

Meskipun demikian, AR mengaku bahwa keluarganya selalu memberikan dukungan

dan semangat agar ia tetap percaya diri. Orang tua AR selalu mendorongnya untuk tidak merasa malu dan tetap berani berbicara di depan orang lain. Hal ini membuat AR merasa ia diterima walaupun memiliki kekurangan kesulitan bicara. Selain keluarga, beberapa teman AR juga memberikan dukungan dengan tetap mendengarkan ketika ia berbicara dan tidak mempermasalahkan cara bicaranya.

*“Sekarang saya punya teman yang mengerti, walau gak banyak. Cuma kalau saya bicara pelan dan gagap mereka tetap dengerin dan nungguin.” (AR, 2026)*

Seiring berjalannya waktu, AR mulai belajar untuk menerima kondisi dirinya. Ia menyadari bahwa gagap merupakan bagian dari dirinya yang tidak dapat diubah, tetapi dapat diterima dan dijalani dengan sikap yang lebih positif. AR juga memandang bahwa kondisi yang dialaminya merupakan bagian dari perjalanan hidup yang harus dijalani. Ia percaya bahwa setiap individu memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing.

### **Informan 2 (NH)**

NH merupakan seorang perempuan berusia 21 tahun yang juga mengalami disabilitas berupa gangguan kelancaran berbicara atau gagap. NH mengungkapkan bahwa kondisi

tersebut telah dialaminya sejak masa kanak-kanak. Ketika berbicara, ia sering mengalami kesulitan dalam mengucapkan kata-kata secara lancar sehingga harus mengulang beberapa kata terlebih dahulu sebelum dapat melanjutkan pembicaraan.

NH menjelaskan bahwa ia mulai menyadari adanya perbedaan dalam cara bicaranya ketika memasuki masa sekolah menengah pertama. Pada saat itu, ia sering merasa kesulitan ketika harus berbicara di depan kelas atau ketika berkomunikasi dengan orang lain. Kesadaran akan kondisi tersebut membuat NH sempat merasa kurang percaya diri ketika harus berinteraksi dengan orang lain. Ia mengaku sering merasa gugup ketika harus berbicara dengan orang yang baru dikenal.

*“Dulu saya sering merasa minder. Takut kalau orang lain tidak sabar mendengarkan saya bicara.” (NH, 2026)*

NH juga pernah mengalami pengalaman yang kurang menyenangkan ketika beberapa orang menertawakan cara bicaranya. Pengalaman tersebut sempat membuat NH merasa malu dan tidak nyaman ketika harus berbicara di depan banyak orang. Namun demikian, NH mengaku bahwa keluarganya selalu memberikan dukungan dan tidak pernah

mempermasalahkan kondisi yang dialaminya. Keluarga NH selalu memberikan motivasi agar ia tetap percaya diri dan tidak merasa rendah diri.

*“Keluarga saya selalu bilang supaya saya tetap percaya diri. Mereka tidak pernah mengejek atau mempermasalahkan cara bicara saya.” (NH, 2026)*

Selain dukungan keluarga, NH juga memiliki beberapa teman yang menerima dirinya dengan baik. Teman-temannya tetap bersedia mendengarkan ketika ia berbicara dan tidak mempermasalahkan cara bicaranya. Seiring berjalannya waktu, NH mulai belajar untuk menerima kondisi dirinya. Ia memandang bahwa setiap individu memiliki kekurangan masing-masing, sehingga kondisi gagap yang dialaminya bukanlah sesuatu yang harus disesali. NH justru memilih untuk fokus pada kemampuan yang dapat ia kembangkan.

Kemampuan yang terus diasah NH adalah dalam bidang menggambar. NH sendiri bercita-cita bekerja di bidang desain grafis karena ia memiliki minat yang besar di bidang tersebut. Menurut NH, bidang tersebut sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya dan dapat menjadi salah satu cara baginya untuk mengembangkan potensi diri. NH juga memandang bahwa kondisi yang dialaminya merupakan bagian dari rencana

Tuhan yang harus diterima dengan sikap ikhlas.

NH berharap bahwa di masa depan ia dapat hidup dengan lebih percaya diri serta mampu mencapai tujuan hidup yang diinginkannya. Ia juga berharap bahwa kondisi gagap yang dialaminya tidak menjadi penghalang untuk meraih masa depan yang lebih baik.

### **Diskusi**

Sebagaimana hasil temuan yang diperoleh melalui wawancara mendalam terhadap kedua subjek penelitian, dapat diketahui bahwa proses penerimaan diri pada individu dengan disabilitas gagap bicara merupakan proses yang berlangsung secara bertahap dan dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis maupun sosial. Melalui proses analisis tematik, peneliti menemukan enam tema utama, yaitu: (1) kesadaran terhadap kondisi diri, (2) respon emosional awal, (3) pengalaman stigma sosial, (4) dukungan sosial, (5) proses penerimaan diri, dan (6) pemaknaan kondisi diri. Tema-tema tersebut terbentuk melalui proses coding dari pengalaman subjektif partisipan selama menghadapi kondisi gagap dalam kehidupan sehari-hari

**Tabel 1. Analisis Tematik Penerimaan diri Informan AR dan NH**

No	Tema	Informan AR	Informan NH
1	Kesadaran terhadap kondisi diri	Menyadari gagap sejak SD ketika berbicara di kelas dan melihat perbedaan dengan teman	Menyadari kondisi gagap saat SMP ketika merasa kesulitan berbicara di depan kelas
2	Respon emosional awal	Merasa malu, sedih, dan kurang percaya diri ketika harus berbicara di depan kelas	Merasa minder dan gugup ketika harus berbicara dengan orang lain
3	Pengalaman stigma sosial	Pernah diejek dan ditiru cara bicaranya oleh teman	Pernah ditertawakan ketika berbicara
4	Dukungan sosial	Mendapat dukungan dari orang tua dan teman yang tetap mau mendengarkan	Mendapat dukungan keluarga serta teman yang menerima kondisi dirinya
5	Proses Penerimaan Diri	Mulai menerima kondisi gagap sebagai bagian dari dirinya	Memandang bahwa setiap orang memiliki kekurangan masing-masing
6	Pemaknaan kondisi	Menganggap gagap sebagai bagian dari perjalanan hidup	Menganggap kondisi tersebut sebagai rencana Tuhan

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa dua informan penelitian, yaitu AR dan NH, dapat diketahui bahwa proses penerimaan diri berlangsung secara bertahap dan dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis maupun sosial. Proses tersebut meliputi kesadaran terhadap kondisi diri, respon emosional terhadap kondisi yang dialami, pengalaman interaksi sosial dengan lingkungan, dukungan sosial dari orang terdekat, hingga proses pemaknaan kondisi diri secara lebih positif.

Penerimaan diri merupakan kemampuan individu untuk menerima diri dari berbagai aspek dalam dirinya, termasuk keinginan, kecakapan, dan perasaan (F et al., 2024). Penerimaan diri menjadi bagian penting dari kesejahteraan psikologis karena berkaitan dengan cara individu memandang dirinya, serta berhubungan dengan kepuasan hidup dan resiliensi. Sebaliknya, rendahnya penerimaan diri dapat memicu *psychological distress* seperti kecemasan dan depresi (F et al., 2024). Oleh karena itu,

penerimaan diri merupakan aspek penting yang perlu dikembangkan, khususnya pada individu dengan disabilitas fisik.

Sebagaimana hasil temuan di lapangan, tema pertama yang muncul adalah kesadaran terhadap kondisi diri. Kedua partisipan mulai menyadari adanya perbedaan dalam cara berbicara ketika berada di lingkungan sekolah. AR menyadari kondisi tersebut sejak sekolah dasar ketika mengalami kesulitan berbicara di depan kelas dan membandingkan dirinya dengan teman sebaya. Sementara itu, NH mulai menyadari kondisi gagap ketika memasuki masa sekolah menengah pertama dan merasa tidak mampu berbicara selancar teman-temannya. Kesadaran ini muncul melalui proses perbandingan sosial yang membuat partisipan mulai memahami bahwa dirinya memiliki kondisi yang berbeda dari lingkungan sekitar.

Kondisi ini berkaitan dengan pembentukan konsep diri individu. Menurut Sawitri & Kusmawati (2025) menjelaskan bahwa konsep diri berkembang melalui interaksi sosial dan pengalaman hidup yang dialami individu. Konsep diri tidak hanya berkaitan dengan cara individu memandang dirinya, tetapi juga mencakup penilaian terhadap harga diri, identitas diri, peran diri, gambaran diri, serta harapan terhadap dirinya sendiri. Dengan demikian, pengalaman sosial yang dialami individu, termasuk bagaimana lingkungan memberikan respon terhadap dirinya, akan mempengaruhi cara individu memahami dan menilai dirinya sendiri. Dalam penelitian ini, pengalaman sosial

awal yang dialami AR dan NH menjadi dasar munculnya kesadaran diri terhadap kondisi gagap yang mereka alami sekaligus mempengaruhi cara mereka membentuk pandangan terhadap dirinya.

Kesadaran diri yang memiliki perbedaan ini menjadi titik awal bagi kedua subjek untuk mulai membentuk cara pandang terhadap dirinya sendiri. Setelah muncul kesadaran terhadap diri sendiri, kedua subjek menunjukkan respon emosional terhadap kondisi yang dialami yang umumnya berupa perasaan malu, sedih, kurang percaya diri, serta rasa takut ketika harus berbicara di depan orang lain. Temuan ini menunjukkan bahwa proses penerimaan diri diawali oleh munculnya *self-awareness* terhadap keterbatasan yang dimiliki individu.

Respon emosional seperti ini menunjukkan bahwa kondisi gagap tidak hanya mempengaruhi kemampuan komunikasi individu, tetapi juga dapat berdampak pada kondisi psikologis individu, khususnya dalam hal rasa percaya diri dan kenyamanan dalam berinteraksi dengan orang lain (Rahmah, 2020). Individu dengan gagap cenderung mengalami reaksi kognitif dan emosional negatif seperti kecemasan, ketakutan, rasa malu, dan frustrasi akibat keterbatasan dalam pengalaman sosial, pendidikan, maupun pekerjaan (Safitri et al., 2025). Selain itu, mereka juga sering mengembangkan strategi penghindaran, seperti menghindari situasi berbicara yang menimbulkan stres atau interaksi dengan orang

tertentu, yang pada akhirnya dapat menghambat kehidupan sosial (Sawitri & Kusmawati, 2025). Temuan ini sejalan dengan penelitian Yuliandri & Saptandari (2025) yang menunjukkan bahwa individu dengan gagap mengalami kecemasan dalam berbicara, keterbatasan dalam komunikasi efektif, serta emosi negatif seperti frustrasi, malu, dan putus asa, yang berdampak pada rendahnya kepercayaan diri, kecenderungan menarik diri dari situasi sosial, serta kurangnya partisipasi dalam kegiatan akademik.

Tema berikutnya ialah pengalaman stigma sosial. Kedua partisipan pernah mengalami ejekan, peniruan cara berbicara, hingga ditertawakan ketika berbicara di depan orang lain. Pengalaman tersebut menjadi pengalaman yang membekas bagi partisipan karena memperkuat perasaan malu dan rendah diri yang sebelumnya telah muncul. Pada AR, pengalaman ditiru oleh teman-temannya membuat dirinya menjadi lebih pendiam dan berhati-hati ketika berbicara. Sementara itu, NH mengaku sering merasa gugup ketika harus berbicara dengan orang baru karena khawatir mendapatkan respon negatif yang sama. Hal ini menunjukkan bahwa stigma sosial memiliki pengaruh besar dalam membentuk pengalaman psikologis individu dengan gagap.

Dalam konteks ini, stigma tidak hanya muncul sebagai bentuk respon sosial negatif, tetapi juga mempengaruhi pembentukan konsep diri individu dengan gagap bicara. Temuan ini sejalan dengan penelitian Tsaniyah et al. (2024) yang menjelaskan bahwa stigma terhadap penyandang disabilitas dapat memunculkan tekanan

psikologis tidak hanya bagi individu, tetapi juga keluarga, sehingga individu berupaya membangun strategi adaptif seperti meningkatkan penerimaan diri, mencari lingkungan yang lebih suportif, dan membangun pemahaman positif terhadap kondisi dirinya. Selain itu, Jumilah et al. (2025) juga menjelaskan bahwa penyandang disabilitas cenderung mengembangkan resiliensi melalui upaya memotivasi diri, berpikir positif, dan mempertahankan rasa percaya diri agar tidak terjebak dalam emosi negatif secara berkepanjangan.

Namun, tidak semua pengalaman negatif tersebut berakhir pada kondisi keterpurukan psikologis. Kedua subjek justru memperlihatkan bahwa dukungan sosial, khususnya dari keluarga, menjadi faktor penting dalam membantu mereka membangun penerimaan diri. Orang tua AR dan NH tidak mempermasalahkan kondisi yang mereka alami, bahkan terus memberikan motivasi agar mereka tetap percaya diri dalam berinteraksi sosial. Sikap penerimaan dari keluarga membuat kedua subjek merasa lebih aman secara emosional dan perlahan mampu mengurangi rasa malu terhadap kondisi dirinya. Rogers (dalam Donal et al., 2025) menyebut kondisi ini sebagai *unconditional positive regard*, yaitu penerimaan tanpa syarat yang diberikan lingkungan kepada individu. Penerimaan tersebut memungkinkan individu merasa aman secara emosional dan membantu berkembangnya *self-concept* yang lebih positif.

Sikap keluarga yang menerima kondisi gagap tanpa memberikan penolakan membuat kedua partisipan perlahan mampu mengurangi rasa malu terhadap dirinya dan mulai membangun kepercayaan diri dalam berinteraksi sosial.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Afifah et al. (2024) yang menyatakan bahwa individu yang berada dalam lingkungan yang suportif akan lebih mudah merasa diterima dan mampu menghadapi kondisi dirinya dengan lebih baik. Lingkungan yang menerima tanpa syarat ini menjadi faktor penting dalam membantu individu mengurangi perasaan tidak nyaman terhadap dirinya, sehingga secara bertahap dapat mencapai penerimaan diri. Hal ini terlihat dari perubahan sikap kedua subjek yang mulai lebih percaya diri dan tidak terlalu terpengaruh oleh penilaian negatif dari orang lain.

Seiring berjalannya waktu, kedua subjek mulai memasuki tahap penerimaan diri (*acceptance*). Dalam teori Kübler-Ross, tahap ini merupakan fase akhir di mana individu mulai menerima kondisi yang dialaminya sebagai bagian dari hidup. Kübler-Ross (dalam Ayda & Hendriani, 2023) menjelaskan bahwa penerimaan tidak hanya berarti “pasrah”, tetapi juga melibatkan kemampuan individu untuk memahami, menyesuaikan diri, serta menemukan makna dari kondisi yang dialaminya. Hal ini terlihat pada AR dan NH yang mulai memandang kondisi gagap sebagai bagian dari diri mereka yang tidak perlu disesali secara berlebihan.

Namun, proses penerimaan diri yang dialami kedua subjek tidak berlangsung secara linier.

Pada situasi tertentu, rasa malu, gugup, dan takut dinilai negatif masih tetap muncul, terutama ketika harus berbicara di depan banyak orang atau bertemu lingkungan baru. Hal ini menunjukkan bahwa penerimaan diri merupakan proses yang dinamis dan dapat berubah tergantung pengalaman sosial yang dihadapi individu. Temuan ini sejalan dengan Ituga & Syalviana (2023) yang menyatakan bahwa individu yang gagap bicara dapat mengalami kecemasan dan, rasa malu, gugup, serta takut dinilai negatif ketika harus berbicara di depan banyak orang atau bertemu lingkungan baru. Kondisi ini menunjukkan bahwa penerimaan diri bukan berarti hilangnya seluruh perasaan negatif, melainkan kemampuan individu untuk tetap menghargai dan menerima dirinya meskipun masih menghadapi hambatan dan tekanan sosial tertentu. Penelitian lain oleh Boyle (2018) juga menemukan bahwa individu dengan gagap bicara sering mengalami tekanan psikologis berupa rendahnya kepercayaan diri dan kecemasan sosial akibat stigma dari lingkungan, namun dukungan sosial yang positif dapat membantu mereka membangun penerimaan diri yang lebih baik. Disisi lain Hikmah & Mardiyah (2022) menemukan bahwa kesadaran individu terhadap kondisi gagap justru dapat mendorong munculnya rasa percaya diri, keberanian, serta kemampuan menjalin relasi sosial yang lebih baik, terutama jika didukung oleh penerimaan dari lingkungan sekitar. Sejalan dengan Penelitian Gerlach et al.

(2019) juga menunjukkan bahwa penerimaan dari keluarga, teman sebaya, dan lingkungan sosial berperan penting dalam membantu individu dengan gagap bicara membangun konsep diri yang positif serta meningkatkan kualitas interaksi sosial. Dukungan tersebut membantu individu lebih menerima kondisinya dan mengurangi penolakan terhadap diri sendiri.

Berdasarkan keseluruhan temuan, dapat dipahami bahwa penerimaan diri pada individu dengan gagap bicara terbentuk melalui interaksi antara pengalaman stigma sosial, dukungan keluarga, serta kemampuan individu memaknai kondisi dirinya secara positif. Dukungan sosial terlihat menjadi faktor yang paling dominan dalam membantu individu melewati pengalaman negatif akibat stigma. Di sisi lain, stigma sosial masih menjadi tantangan utama karena dapat memperkuat rasa rendah diri dan kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial. Oleh karena itu, diperlukan peningkatan pemahaman masyarakat mengenai gagap bicara agar individu dengan gagap tidak terus menerima respon negatif yang dapat memperburuk kondisi psikologis dan menghambat proses penerimaan dirinya.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri pada individu dengan disabilitas gagap bicara melalui proses yang bertahap dan dinamis. Proses

tersebut diawali dengan kesadaran individu terhadap kondisi dirinya yang berbeda dari orang lain, kemudian diikuti oleh munculnya respon emosional seperti malu, minder, dan kecemasan akibat pengalaman stigma sosial dalam lingkungan.

Penelitian ini menemukan bahwa dukungan sosial, terutama dari keluarga, menjadi faktor utama yang membantu individu membangun kepercayaan diri dan menerima kondisi dirinya secara lebih positif. Selain itu, kemampuan individu dalam memaknai kondisi gagap sebagai bagian dari dirinya juga berperan penting dalam proses penerimaan diri. Dengan demikian, penerimaan diri pada individu dengan gagap bicara dipengaruhi oleh interaksi antara pengalaman sosial, dukungan lingkungan, dan proses pemaknaan diri terhadap kondisi yang dialami.

### Saran

Diharapkan masyarakat dapat meningkatkan pemahaman dan sikap penerimaan terhadap individu dengan gagap bicara agar stigma sosial dapat diminimalisir. Selain itu, keluarga diharapkan terus memberikan dukungan emosional yang positif karena memiliki peran penting dalam membantu proses penerimaan diri individu dengan disabilitas gagap bicara.

## REFERENSI

- afifah, L. N., Inviolita, A., Rahma, E. A., Masfia, I., & Fahmy, Z. (2024). Dukungan Sosial Terhadap Upaya Penerimaan diri Anak Tunawicara. *Nathiqiyah: Jurnal Psikologi Islam*, 7(1), 41–51.
- Ayda, M., & Hendriani, W. (2023). Penerimaan diri Terhadap Infertilitas: Studi Pada Perempuan Yang Gagal Menjalani Program Bayi Tabung. *Jurnal Ilmu Psikologi Dan Kesehatan (Sikontan)*, 1(3), 171–184.
- Boyle, M. P. (2018). Enacted Stigma And Felt Stigma Experienced By Adults Who Stutter. *Journal Of Communication Disorders*, 73, 50–61. <https://doi.org/10.1016/j.jcomdis.2018.03.004>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research Design Qualitative, Quantitative, And Mixed Methods Approaches*. Sage Publications Inc.
- F, V. S. N., Luthfiyah, S. I., Ariyanti, T. A., Tumcala, M. R., & Suyasa, P. T. Y. S. (2024). Studi Reliabilitas Dan Validitas Alat Ukur Penerimaan diri Scale ( Sas ) Pada Remaja Penyandang Disabilitas Fisik ( Pdf ) Di Indonesia. *Jurnal Manajemen Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 6(1), 501–509.
- Hidajat, H. G., Saragi, I. B. T., Habibulqudus, I., & Putra, H. D. E. (2025). Penerimaan diri Of A Person With Physical Disability. *The International Conference Of Psychology 2025, Kne Social*, 20–34. <https://doi.org/10.18502/Kss.V10i25.19886>
- Hikmah, S. N. A., & Mardiyah, A. N. (2022). Kajian Psikolinguistik Terhadap Penyandang Stuttering (Studi Kasus: Dn). *Peneroka: Jurnal Kajian Ilmu Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 2(1).
- Ituga, A. S., & Syalviana, E. (2023). Penerimaan diri Penyandang Tuna Daksa Di Kota Sorong Penerimaan diri. *Spectrum: Journal Of Gender And Children Studies*, 3(1), 17–31.
- Jumilah, B. S., Wahyuni, S., & Warayan, M. Y. (2025). Dampak Stigma Sosial Terhadap Eksistensi Diri Penyandang Disabilitas Fisik Di Tengah Masyarakat. *Jurnal Moral Kemasyarakatan*, 10(1), 294–305.
- Nasir. (2024). Stigma Sosial Pada Penyandang Disabilitas Di Masyarakat Perkotaan Makassar. *Jcic: Journal Of Urban Sociology*, 1(2), 123–132. <https://doi.org/10.51486/Jjus.V1i2.214>
- Nurannisa Sawitri, & Ati Kusmawati. (2025). Pembentukan Konsep Diri Dan Tindakan Labeling Pada Remaja. *Sosial: Jurnal Ilmiah Pendidikan Ips*, 3(1), 117–125. <https://doi.org/10.62383/Sosial.V3i1.690>
- Rahmah, R. (2020). Penerimaan diri Bagi Penyandang Disabilitas Netra. *Alhadharah: Jurnal Ilmu Dakwah*, 18(2), 1–16. <https://doi.org/10.18592/Alhadharah.V18i2.3380>
- Rohwerder, B. (2018). Disability Stigma In Developing Countries. *K4d: Knowledge, Evidence And Learning For Development*.
- Safitri, D., Mardhiyah Murassyidah, I., Sari, M., & Riau, U. (2025). Pemulihan Semangat Dan Ekspresi Diri Siswa Melalui Pendekatan Client-Centered. *Jurnal Multidisiplin Ilmu Akademik*, 2(6), 750–758. <https://doi.org/10.61722/Jmia.V2i6.7309>
- Siron, Y., Khotimah, K., & Sholeha, S. S. A.

- (2020). Parenting Sukses: Menghadapi Bully Teman Bagi Anak Gagap. *Jurnal Ilmiah Kajian Ilmu Anak Dan Media Informasi Paud*, 2.
- Sugiono. (2017). *Metode Penelitian Kualitatif Dan Kuantitatif*. Alfabeta.
- Tsaniyah, A. M., Mutmainnah, U. A. D., Azizah, S., Fahmy, Z., & Masfia, I. (2024). The Impact Of Social Stigma And Adaptation Strategies On Adolescents With Intellectual Disabilities At Kinasih Inclusive Disability House. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 19(2), 138–153.
- Türkili, S., Türkili, S., & Feryal, Z. F. (2022). Mental Well-Being And Related Factors In Individuals With Stuttering. *Heliyon*, 8(April).  
<https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.E10446>
- Vornholt, K., Uitdewiligen, S., & Nijhuis, F. J. N. (2013). Factors Affecting The Acceptance Of People With Disabilities At Work: A Literature Review. *Journal Of Occupational Rehabilitation*, 23(4), 463–475.  
<https://doi.org/10.1007/s10926-013-9426-0>
- Widinarsih, D. (2019). PENYANDANG DISABILITAS DI INDONESIA : PERKEMBANGAN. *Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial*, 20(2).  
<https://doi.org/10.7454/jurnalkessos.v20i2.1074>
- Yuliandri, A., & Saptandari, E. W. (2025). Simplified Habit Reversal Training (SHRT) sebagai Intervensi untuk Mengurangi Keparahan Gagap pada Mahasiswa. *Gajah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 11(2), 75–83.  
<https://doi.org/10.22146/gamajpp.90696>