

Personal Growth Initiative pada Penyandang Disabilitas di Pati

Mohammad Aziz Efendi Atmojo*, Rr. Dwi Astuti

Program Studi Psikologi, Universitas Muria Kudus, Indonesia

Email Korespondensi: mohammadazizea17@gmail.com

Atmojo, M. A. E., & Astuti, R. D. (2026). Personal Growth Initiative pada Penyandang Disabilitas di Pati. *Varied Knowledge Journal*, 4(1), 805–813. <https://doi.org/10.71094/vkj.v4i1.353>

Diterima: 01-07-2026

Direvisi: 28-07-2026

Disetujui: 17-08-2026

Publish: 19-08-2026



Copyright © 2026, The Author(s). This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International.

Abstract: This study aims to describe Personal Growth Initiative (PGI) in persons with disabilities and identify factors that influence their self-development. The study used a qualitative approach, involving four persons with disabilities as informants selected using purposive sampling techniques. Data were collected through in-depth interviews, observation, and documentation, then analyzed using thematic analysis techniques. The results showed that each informant had a different level of Personal Growth Initiative in the aspects of readiness for change, planfulness, using resources, and intentional behavior. Some informants demonstrated readiness for change, were able to plan self-development, utilize resources, and take concrete actions consistently. However, several informants still experienced obstacles such as limited access, low self-confidence, economic conditions, experiences of discrimination, and suboptimal social support. Factors influencing Personal Growth Initiative include family support, social relations, an inclusive environment, access to resources, life experiences, and intrinsic motivation. This study shows that Personal Growth Initiative in persons with disabilities is a dynamic process and is influenced by the interaction between internal and external factors. Therefore, support from family, community, and various stakeholders is needed to create an environment that supports the self-development of persons with disabilities.

Keywords: Personal Growth Initiative, People With Disabilities, Self-Development, Qualitative Research

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan Personal Growth Initiative (PGI) pada penyandang disabilitas serta mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi pengembangan diri mereka. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan melibatkan empat penyandang disabilitas sebagai informan yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setiap informan memiliki tingkat Personal Growth Initiative yang berbeda pada aspek readiness for change, planfulness, using resources, dan intentional behavior. Sebagian informan menunjukkan kesiapan untuk berubah, mampu merencanakan pengembangan diri, memanfaatkan sumber daya, serta melakukan tindakan nyata secara konsisten. Namun, beberapa informan masih mengalami hambatan berupa keterbatasan akses, rendahnya kepercayaan diri, kondisi ekonomi, pengalaman diskriminasi, serta dukungan sosial yang belum optimal. Faktor-faktor yang memengaruhi Personal Growth Initiative meliputi dukungan keluarga, relasi sosial, lingkungan inklusif, akses terhadap sumber daya, pengalaman hidup, serta motivasi intrinsik. Penelitian ini menunjukkan bahwa Personal Growth Initiative pada penyandang disabilitas merupakan proses yang dinamis dan dipengaruhi oleh interaksi antara faktor internal dan eksternal. Oleh karena itu, diperlukan dukungan dari keluarga, masyarakat, dan berbagai pemangku kepentingan untuk menciptakan lingkungan yang mendukung pengembangan diri penyandang disabilitas.

Kata Kunci: Personal Growth Initiative, Penyandang Disabilitas, Pengembangan Diri, Penelitian Kualitatif.

PENDAHULUAN

Penyandang disabilitas merupakan kelompok masyarakat yang masih menghadapi berbagai hambatan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari maupun berpartisipasi secara penuh di lingkungan sosial. Menurut World Health Organization (WHO, 2001), disabilitas merupakan hasil interaksi dinamis antara kondisi kesehatan individu dengan faktor personal dan lingkungan.

Perspektif bio-psiko-sosial tersebut menegaskan bahwa disabilitas tidak hanya dipengaruhi oleh keterbatasan fisik, intelektual, mental, atau sensorik yang dimiliki seseorang, tetapi juga oleh kondisi lingkungan yang dapat menjadi penghambat maupun pendukung dalam menjalankan fungsi kehidupan (Jadav & Raval, 2022). Sejalan dengan itu, Undang-Undang Nomor 8 Tahun 2016 mendefinisikan penyandang disabilitas sebagai individu yang memiliki keterbatasan fisik, intelektual, mental, dan/atau sensorik dalam jangka waktu lama sehingga mengalami hambatan untuk berpartisipasi secara penuh dan efektif dalam kehidupan bermasyarakat berdasarkan kesamaan hak.

Secara global, sekitar 15% populasi dunia merupakan penyandang disabilitas, sedangkan di Indonesia jumlah penyandang disabilitas mencapai sekitar 22,5 juta jiwa atau 5% dari total penduduk berdasarkan data Badan Pusat Statistik tahun 2020. Besarnya jumlah tersebut menunjukkan bahwa penyandang disabilitas merupakan kelompok masyarakat yang membutuhkan perhatian dalam berbagai aspek pembangunan, termasuk pendidikan, pekerjaan, kesehatan, dan kesejahteraan psikologis. Namun demikian, berbagai penelitian menunjukkan bahwa penyandang disabilitas masih menghadapi keterbatasan akses terhadap pendidikan, pekerjaan, fasilitas publik, serta lingkungan yang inklusif. Selain itu, stigma dan diskriminasi sosial masih menjadi tantangan yang memengaruhi kualitas hidup serta kesejahteraan psikologis penyandang disabilitas (Vornholt et al., 2018; Rahma, 2024).

Berbagai hambatan tersebut tidak hanya berdampak pada aspek sosial, tetapi juga memengaruhi kemampuan individu dalam mengembangkan potensi dirinya. Hambatan aksesibilitas, keterbatasan kesempatan, rendahnya dukungan sosial, serta pengalaman diskriminasi dapat mengurangi rasa percaya diri, motivasi, dan keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimilikinya. Kondisi tersebut menyebabkan sebagian penyandang disabilitas mengalami kesulitan dalam merencanakan masa depan, memanfaatkan peluang yang tersedia, maupun mengembangkan potensi secara optimal. Oleh karena itu, selain dukungan eksternal berupa lingkungan yang inklusif, diperlukan pula sumber daya psikologis internal yang mampu mendorong individu untuk tetap berkembang meskipun menghadapi berbagai keterbatasan.

Salah satu konsep psikologi yang menjelaskan kemampuan individu untuk secara aktif mengembangkan dirinya adalah Personal Growth Initiative (PGI). Robitschek (1998) mendefinisikan PGI sebagai keterlibatan individu secara aktif dan sadar dalam proses pengembangan diri menuju perubahan yang lebih positif. Weigold et al. (2013) menjelaskan bahwa PGI merupakan seperangkat keterampilan yang memungkinkan individu mengenali kebutuhan akan perubahan, menyusun perencanaan, memanfaatkan sumber daya yang tersedia, serta melakukan tindakan nyata untuk mencapai tujuan pengembangan dirinya. PGI tidak hanya berkaitan dengan keinginan untuk berubah, tetapi juga mencerminkan kesiapan individu dalam mengarahkan perubahan tersebut secara sengaja melalui proses yang terencana.

Menurut Robitschek et al. (2012), PGI terdiri atas empat aspek utama, yaitu readiness for change, planfulness, using resources, dan intentional behavior. Readiness for change menunjukkan kesiapan individu untuk menerima dan menghadapi perubahan sebagai bagian dari proses perkembangan diri. Planfulness menggambarkan kemampuan individu dalam menyusun strategi yang sistematis untuk mencapai tujuan pengembangan dirinya. Using resources berkaitan dengan kemampuan individu memanfaatkan berbagai sumber daya, baik yang berasal dari diri sendiri maupun lingkungan, sedangkan intentional behavior menunjukkan perilaku nyata yang dilakukan secara sadar untuk mewujudkan perubahan yang diinginkan. Keempat aspek tersebut saling berkaitan dan menjadi dasar bagi individu dalam mengembangkan potensi diri secara optimal.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa individu dengan tingkat PGI yang tinggi cenderung memiliki kesejahteraan psikologis, resiliensi, kemampuan adaptasi, serta kualitas hidup yang lebih baik (Emanova et al., 2020). Pada penyandang disabilitas, PGI berkontribusi terhadap meningkatnya kemandirian, kemampuan memanfaatkan dukungan sosial, strategi koping yang lebih adaptif, serta kemampuan menghadapi stigma dan berbagai hambatan sosial (Xie et al., 2024). Individu dengan PGI yang tinggi umumnya memiliki tujuan hidup yang jelas, mampu menyusun langkah-langkah pengembangan diri, serta tetap berupaya berkembang meskipun menghadapi berbagai keterbatasan.

Sebaliknya, rendahnya Personal Growth Initiative dapat menyebabkan individu mengalami kesulitan dalam menyusun tujuan hidup, rendahnya motivasi untuk berkembang, kurang mampu memanfaatkan sumber daya yang tersedia, hingga meningkatnya risiko mengalami stres, depresi, serta isolasi sosial (Weigold et al., 2024; Ye & Guo, 2023). Rendahnya PGI juga dapat memperlemah kepercayaan diri, efikasi diri, dan kemampuan individu dalam menghadapi perubahan, sehingga penyandang disabilitas menjadi lebih rentan terhadap dampak negatif stigma maupun diskriminasi yang mereka alami. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa PGI memiliki peran penting sebagai faktor protektif dalam mendukung kesejahteraan psikologis penyandang disabilitas.

Meskipun konsep Personal Growth Initiative telah banyak dikaji dalam berbagai populasi, penelitian mengenai PGI pada penyandang disabilitas masih relatif terbatas, khususnya di Indonesia. Sebagian besar penelitian terdahulu lebih berfokus pada kesejahteraan psikologis, resiliensi, kualitas hidup, penerimaan diri, maupun dukungan sosial penyandang disabilitas. Padahal, kemampuan individu untuk secara sadar mengambil inisiatif dalam mengembangkan dirinya merupakan aspek penting yang menentukan bagaimana seseorang mampu beradaptasi, memanfaatkan peluang, serta menghadapi berbagai hambatan akibat kondisi disabilitas maupun lingkungan yang belum sepenuhnya inklusif. Oleh karena itu, kajian mengenai PGI menjadi penting karena tidak hanya melihat penyandang disabilitas sebagai individu yang mengalami keterbatasan, tetapi juga sebagai individu yang memiliki potensi untuk berkembang secara aktif melalui proses pengembangan diri yang disengaja.

Selain itu, sebagian besar penelitian mengenai PGI masih didominasi oleh pendekatan kuantitatif sehingga lebih banyak menggambarkan hubungan antarvariabel dibandingkan proses psikologis yang dialami individu. Padahal, dinamika Personal Growth Initiative pada penyandang disabilitas merupakan pengalaman yang kompleks karena dipengaruhi oleh interaksi antara faktor personal, keluarga, lingkungan sosial, akses terhadap sumber daya, serta pengalaman menghadapi stigma dan diskriminasi. Pendekatan kualitatif menjadi relevan untuk digunakan karena mampu menggali pengalaman subjektif penyandang disabilitas secara lebih mendalam, sehingga proses terbentuknya kesiapan untuk berubah, kemampuan menyusun perencanaan, pemanfaatan sumber daya, hingga perilaku yang disengaja dalam mengembangkan diri dapat dipahami secara komprehensif sesuai konteks kehidupan mereka.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti terhadap tiga penyandang disabilitas menunjukkan adanya kecenderungan Personal Growth Initiative yang masih rendah. Ketiga partisipan mengalami kesulitan dalam menyusun perencanaan pengembangan diri, belum memiliki pandangan yang jelas mengenai masa depan, kurang yakin terhadap kemampuan yang dimiliki, serta belum mampu memanfaatkan sumber daya yang tersedia secara optimal. Selain itu, mereka juga menghadapi berbagai hambatan berupa keterbatasan akses pendidikan, pelatihan, kesempatan kerja, dukungan sosial, serta pengalaman stigma dari lingkungan sekitar. Berbagai kondisi tersebut menyebabkan partisipan cenderung menjalani kehidupan tanpa perencanaan pengembangan diri

yang jelas dan berkelanjutan. Temuan awal tersebut memperlihatkan bahwa proses pengembangan diri penyandang disabilitas dipengaruhi oleh interaksi antara faktor internal dan eksternal yang perlu dipahami secara lebih mendalam.

Penelitian ini memiliki kebaruan dibandingkan penelitian sebelumnya karena berupaya mendeskripsikan secara mendalam dinamika Personal Growth Initiative pada penyandang disabilitas di Kabupaten Pati melalui pendekatan kualitatif. Penelitian ini tidak hanya mengidentifikasi bagaimana empat aspek PGI muncul dalam kehidupan penyandang disabilitas, tetapi juga mengungkap berbagai faktor yang memengaruhi proses tersebut, baik yang bersumber dari dalam diri individu maupun dari lingkungan sosial di sekitarnya. Temuan penelitian diharapkan dapat memperkaya kajian psikologi mengenai Personal Growth Initiative pada penyandang disabilitas sekaligus menjadi dasar dalam penyusunan program pemberdayaan, layanan psikologis, serta kebijakan yang lebih inklusif untuk mendukung peningkatan kualitas hidup penyandang disabilitas.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menggali dan mendeskripsikan dinamika Personal Growth Initiative pada penyandang disabilitas di Kabupaten Pati. Hasil penelitian diharapkan mampu memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam memahami proses pengembangan diri penyandang disabilitas, serta menjadi referensi bagi berbagai pihak dalam merancang program pemberdayaan dan intervensi psikologis yang berorientasi pada peningkatan kualitas hidup penyandang disabilitas.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif untuk memahami secara mendalam dinamika Personal Growth Initiative (PGI) pada penyandang disabilitas di Kabupaten Pati. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti mendeskripsikan pengalaman, persepsi, dan makna yang dimiliki partisipan mengenai proses pengembangan diri sesuai dengan konteks kehidupan mereka. Partisipan penelitian terdiri atas empat penyandang disabilitas yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling yang dikombinasikan dengan snowball sampling. Kriteria partisipan meliputi penyandang disabilitas yang berdomisili di Kabupaten Pati, berusia minimal 20 tahun, mampu berkomunikasi dengan baik, serta bersedia mengikuti penelitian melalui pemberian informed consent. Untuk meningkatkan kelengkapan informasi, penelitian juga melibatkan significant others sebagai informan pendukung.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam (in-depth interview), observasi, dan studi dokumentasi. Wawancara menggunakan pedoman semi-terstruktur yang disusun berdasarkan empat aspek Personal Growth Initiative, yaitu readiness for change, planfulness, using resources, dan intentional behavior. Observasi dilakukan selama proses penelitian untuk memperoleh gambaran mengenai perilaku dan konteks kehidupan partisipan, sedangkan dokumentasi digunakan sebagai data pendukung. Data dianalisis menggunakan Reflexive Thematic Analysis yang dikembangkan oleh Braun dan Clarke. Analisis dilakukan melalui enam tahapan, yaitu familiarisasi dengan data, menghasilkan kode awal, mengembangkan tema, meninjau tema, mendefinisikan dan memberi nama tema, serta menyusun laporan hasil penelitian. Analisis tematik dipilih karena mampu mengidentifikasi, mengorganisasi, dan menginterpretasikan pola makna dari data secara sistematis sehingga memberikan pemahaman yang mendalam mengenai dinamika Personal Growth Initiative pada penyandang disabilitas. Kredibilitas data dijaga melalui triangulasi sumber, triangulasi teknik, member checking, dan penyusunan audit trail. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan informasi dari partisipan utama dan significant others,

sedangkan triangulasi teknik dilakukan melalui perbandingan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi. Langkah-langkah tersebut dilakukan untuk meningkatkan keabsahan dan keterpercayaan hasil penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dinamika Psikologi PGI

Berdasarkan analisis data dari hasil wawancara diperoleh deskripsi mengenai gambaran tentang masing-masing subjek penelitian dengan masalah yang terjadi secara detail. Pada subjek penelitian pertama, dengan nama inisial BM, perkembangan Personal Growth Initiative (PGI) diawali oleh pengalaman stigma, penolakan, dan diskriminasi yang dialami sebagai penyandang disabilitas. Alih-alih menghambat perkembangan dirinya, pengalaman tersebut justru dimaknai sebagai tantangan untuk membuktikan kemampuan diri sehingga meningkatkan efikasi diri, resiliensi, dan motivasi untuk berkembang. Proses ini menunjukkan bahwa pengalaman negatif dapat direkonstruksi menjadi pengalaman yang mendorong pertumbuhan apabila individu memiliki keyakinan terhadap kemampuannya sendiri. Temuan ini sejalan dengan konsep PGI yang menjelaskan bahwa pertumbuhan terjadi melalui keterlibatan aktif individu dalam mengelola perubahan dan mengembangkan kapasitas dirinya (Robitschek et al., 2012; Weigold et al., 2020). Selanjutnya, dukungan keluarga dan organisasi sosial menjadi sumber daya utama yang memperkuat proses pertumbuhan BM. Lingkungan tersebut menyediakan dukungan emosional, kesempatan belajar, serta pengalaman sosial yang memperluas keterampilan dan rasa percaya diri. Kondisi ini sesuai dengan hasil telaah sistematis yang menunjukkan bahwa faktor psikososial eksternal, terutama dukungan sosial, merupakan prediktor penting berkembangnya PGI karena meningkatkan efikasi diri, kesejahteraan psikologis, dan kemampuan menghadapi stres (Verdoodt et al., 2026).

Dinamika PGI SH berkembang melalui lingkungan yang relatif suportif. Berbeda dengan BM, proses pertumbuhan SH tidak terutama dipicu oleh pengalaman diskriminasi, tetapi oleh keberadaan istri, anak, orang tua, dan lingkungan kerja yang memberikan rasa aman psikologis. Dukungan tersebut memungkinkan SH lebih mudah mempertahankan motivasi, menetapkan tujuan, serta mengembangkan perilaku yang terarah menuju pertumbuhan pribadi. Hasil ini konsisten dengan temuan bahwa hubungan interpersonal yang positif meningkatkan kemampuan individu untuk terlibat secara aktif dalam proses pengembangan diri (Weigold et al., 2020). Selain itu, SH memperlihatkan efikasi diri, optimisme, harapan, dan strategi koping religius yang membantunya menghadapi berbagai tantangan tanpa kehilangan orientasi terhadap tujuan hidup. Kombinasi antara faktor internal dan lingkungan yang mendukung menggambarkan bahwa PGI berkembang melalui interaksi dinamis antara kapasitas individu dan dukungan sosial. Temuan ini sesuai dengan model multidimensional PGI yang menempatkan kemampuan kognitif dan perilaku sebagai inti dari proses pertumbuhan yang disengaja (Verdoodt et al., 2026).

Pada AG, perkembangan PGI diawali oleh kesulitan menerima kondisi disabilitas. Titik balik terjadi ketika informan bertemu dengan seorang guru tunanetra yang berhasil menjadi pendidik. Pengalaman tersebut mengubah keyakinannya terhadap kemampuan diri dan membentuk efikasi diri melalui proses pembelajaran sosial (*vicarious learning*), sehingga muncul kesiapan untuk berubah (*readiness for change*). Hal ini sesuai dengan teori PGI yang menjelaskan bahwa perubahan diawali oleh kesadaran individu terhadap kebutuhan untuk berkembang dan keyakinan bahwa perubahan tersebut dapat diwujudkan (Robitschek et al., 2012). Setelah terbentuk kesiapan

untuk berubah, AG mulai menyusun tujuan hidup, memanfaatkan berbagai sumber daya, dan secara konsisten melakukan tindakan yang mendukung pengembangan dirinya. Dukungan ibu, guru, pelatih, serta orientasi spiritual menjadi faktor yang memperkuat proses tersebut. Hasil ini mendukung telaah Verdoodt et al. yang menunjukkan bahwa efikasi diri, spiritualitas, dukungan sosial, serta kesempatan belajar merupakan faktor psikososial yang berperan penting dalam perkembangan PGI (Verdoodt et al., 2026).

Pada PI subjek empat, PGI berkembang melalui proses belajar dan adaptasi yang berlangsung secara bertahap sejak tinggal di asrama. Pengalaman tersebut memperluas cara pandang informan terhadap masa depan, meningkatkan kemandirian, dan membentuk kemampuan merencanakan tujuan hidup. Proses ini menunjukkan bahwa lingkungan belajar yang mendukung mampu memfasilitasi berkembangnya kesiapan untuk berubah serta kemampuan menyusun strategi pengembangan diri. Temuan ini konsisten dengan konsep PGI sebagai seperangkat keterampilan yang dapat dipelajari dan dikembangkan sepanjang rentang kehidupan (Robitschek et al., 2012). Selain itu, PI secara aktif memanfaatkan teknologi bantu, dukungan orang tua, guru, dan teman sebagai sumber daya untuk mengatasi hambatan akibat keterbatasan penglihatan. Meskipun masih menghadapi diskriminasi dan keterbatasan aksesibilitas, informan tetap mempertahankan motivasi dan melakukan tindakan nyata untuk mencapai tujuan hidupnya. Hasil tersebut mendukung temuan Verdoodt et al. bahwa PGI berkembang melalui interaksi antara faktor psikososial internal (misalnya motivasi intrinsik, efikasi diri, optimisme) dan faktor psikososial eksternal (dukungan sosial, lingkungan inklusif, dan akses terhadap sumber daya) (Verdoodt et al., 2026).

Sintesis Perbedaan Antar Subjek

Keempat subjek sama-sama menunjukkan perkembangan PGI melalui empat aspek utama yang dikemukakan oleh Robitschek, yaitu *readiness for change*, *planfulness*, *using resources*, dan *intentional behavior*. Namun, jalur psikologis yang mendasari perkembangan tersebut berbeda. BM menunjukkan pola *adversity-driven growth*, yaitu pertumbuhan yang dipicu oleh pengalaman stigma dan diskriminasi. SH memperlihatkan *support-facilitated growth*, di mana lingkungan keluarga yang suportif menjadi fondasi utama perkembangan diri. AG menunjukkan *meaning-oriented growth*, yaitu pertumbuhan yang dipicu oleh figur teladan, spiritualitas, dan orientasi hidup yang bermakna. Sementara itu, PI menggambarkan *adaptive learning growth*, yaitu pertumbuhan yang berkembang melalui pengalaman belajar, adaptasi terhadap lingkungan baru, dan pemanfaatan berbagai sumber daya yang tersedia. Perbedaan tersebut menguatkan temuan bahwa PGI merupakan proses multidimensional yang dipengaruhi oleh kombinasi faktor psikososial internal dan eksternal, sehingga jalur pertumbuhan setiap individu dapat berbeda meskipun menghasilkan orientasi yang sama terhadap pengembangan diri (Verdoodt et al., 2026).

Tabel 1. Perbandingan Dinamika PGI antar subjek

Aspek	BM	SH	AG	PI
Titik awal PGI	Pengalaman stigma	Dukungan keluarga	Bertemu role model	Tinggal di asrama
Penggerak utama	Pembuktian diri	Dukungan sosial	Inspirasi guru dan makna hidup	Pembelajaran dan adaptasi
Faktor internal dominan	Self-efficacy, resiliensi	Self-efficacy, optimism	Makna hidup, spiritualitas, efikasi diri	Motivasi intrinsik, efikasi diri
Faktor eksternal dominan	Organisasi dan keluarga	Istri, anak, keluarga	Ibu, guru, pelatih	Orang tua, guru, teknologi bantu
Hambatan utama	Diskriminasi	Relatif sedikit	Diskriminasi dan akses	Hambatan aksesibilitas

Strategi koping	Evaluasi diri dan diskusi	Religius dan keluarga	Spiritualitas dan figur teladan	Belajar, bertanya, adaptasi
Karakteristik PGI	Transformasi melalui adversity	Pertumbuhan melalui dukungan	Pertumbuhan melalui kebermaknaan	Pertumbuhan melalui adaptasi

Temuan Penelitian

Personal Growth Initiative berkembang melalui jalur psikologis yang berbeda meskipun menghasilkan tujuan pertumbuhan yang sama. Seluruh subjek menunjukkan keempat aspek PGI (*readiness for change*, *planfulness*, *using resources*, dan *intentional behavior*), tetapi mekanisme terbentuknya berbeda. Subjek BM berkembang melalui pengalaman stigma dan diskriminasi (*adversity-driven growth*). Subjek SH berkembang melalui dukungan keluarga dan lingkungan yang suportif (*support-facilitated growth*). Subjek AG berkembang melalui figur teladan dan pencarian makna hidup (*meaning-oriented growth*). Subjek PI berkembang melalui proses belajar, adaptasi, dan pengalaman pendidikan (*adaptive learning growth*). Temuan ini menunjukkan bahwa PGI bersifat idiosinkratik, yaitu dipengaruhi oleh pengalaman hidup masing-masing individu, bukan berkembang melalui satu jalur yang sama. Hal tersebut sejalan dengan telaah sistematis Verdoodt dkk. yang menyimpulkan bahwa hubungan antara faktor psikososial dan PGI berbeda pada tiap populasi sehingga perlu dipahami secara kontekstual (Verdoodt et al., 2026).

Self-efficacy merupakan faktor internal yang paling konsisten pada seluruh subjek. Keempat subjek sama-sama menunjukkan bahwa keyakinan terhadap kemampuan diri menjadi titik awal munculnya PGI. Namun, sumber terbentuknya self-efficacy berbeda. BM → keberhasilan menghadapi stigma. SH → dukungan keluarga. AG → figur guru tunanetra. PI → pengalaman belajar dan keberhasilan kecil. Artinya, self-efficacy merupakan mekanisme psikologis utama, tetapi asal pembentukannya berbeda pada setiap individu. Temuan ini memperluas teori Robitschek bahwa PGI tidak hanya membutuhkan kesiapan berubah, tetapi juga fondasi keyakinan diri yang terbentuk melalui pengalaman hidup (Freitas et al., 2016).

Dukungan sosial tidak hanya meningkatkan PGI, tetapi mengubah cara individu memaknai disabilitas. Pada penelitian ini dukungan sosial bukan sekadar memberikan bantuan praktis. Dukungan keluarga, guru, organisasi, pasangan, maupun teman mengubah persepsi subjek dari "Saya memiliki keterbatasan" menjadi "Saya tetap memiliki potensi." Perubahan makna tersebut menjadi awal berkembangnya *readiness for change*. Temuan ini memperkaya hasil Verdoodt dkk. yang menyebut dukungan sosial sebagai prediktor PGI dengan menunjukkan mekanisme psikologisnya, yaitu melalui rekonstruksi makna diri (*meaning reconstruction*) (Verdoodt et al., 2026).

Hambatan tidak selalu menghambat PGI. Stigma, diskriminasi, dan keterbatasan akses ternyata memiliki dua fungsi. Pada sebagian individu hambatan menjadi sumber stres. Namun pada subjek penelitian ini, hambatan justru berubah menjadi motivasi untuk berkembang. Dengan kata lain, *adversity* → *cognitive appraisal* → *self-efficacy* → PGI. Temuan ini menarik karena sebagian besar penelitian sebelumnya lebih banyak menempatkan hambatan sebagai faktor risiko dibandingkan sebagai pemicu pertumbuhan (Filipas et al., 2026).

Spiritualitas menjadi penguat keberlanjutan PGI. Keempat subjek sama-sama menggunakan doa, rasa syukur, maupun keyakinan kepada Tuhan ketika menghadapi hambatan. Namun spiritualitas bukan faktor utama munculnya PGI. Spiritualitas lebih berfungsi mempertahankan motivasi agar individu tetap melakukan *intentional behavior*. Temuan ini menunjukkan bahwa spiritualitas berperan sebagai *maintenance factor*, bukan *initiating factor*.

KESIMPULAN

Kontribusi utama penelitian ini menunjukkan bahwa PGI pada penyandang disabilitas tidak berkembang melalui satu pola yang seragam, melainkan melalui jalur psikologis yang berbeda-beda sesuai pengalaman hidup, tetapi seluruh jalur tersebut bertemu pada penguatan efikasi diri, pemanfaatan sumber daya sosial, dan tindakan yang disengaja menuju kehidupan yang lebih bermakna. Temuan ini memberikan kontribusi konseptual terhadap literatur PGI, yang selama ini lebih banyak menjelaskan hubungan antarvariabel secara kuantitatif dibandingkan menguraikan proses psikologis yang melandasi pertumbuhan tersebut. Penelitian ini juga menemukan bahwa perkembangan PGI dipengaruhi oleh faktor internal serta faktor eksternal. Temuan ini menunjukkan bahwa pengembangan diri pada penyandang disabilitas merupakan proses yang dinamis dan dipengaruhi oleh interaksi antara potensi individu dengan dukungan lingkungan. Oleh karena itu, upaya meningkatkan PGI perlu dilakukan melalui penguatan kapasitas individu sekaligus penyediaan lingkungan yang lebih inklusif dan mendukung.

DAFTAR PUSTAKA

- Cai, J., & Lian, R. (2022). Social support and a sense of purpose: The role of personal growth initiative and academic self-efficacy. *Frontiers in Psychology*, 12, 788841. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.788841>
- Çelik, E. (2015). Mediating and moderating role of academic self-efficacy in the relationship between student academic support and personal growth initiative. *Australian Journal of Career Development*, 24(2), 93–101. <https://doi.org/10.1177/1038416215583563>
- Filipas, I., Howells, K., & Seage, C. H. (2026). ‘An ongoing journey’: A qualitative case-study exploring growth following spinal cord injury. *Journal of Health Psychology*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1177/13591053261437580>
- Freitas, C. P. P. de, Damásio, B. F., Tobo, P. R., Kamei, H. H., & Koller, S. H. (2016). Systematic review about personal growth initiative. *Anales de Psicología*, 32(3), 771–782. <https://doi.org/10.6018/analesps.32.3.231901>
- Gülşen, F. U., & Şahin, E. E. (2023). Gender difference in the relationship between academic self-efficacy, personal growth initiative, and engagement among Turkish undergraduates: A multigroup modeling. *Psychology in the Schools*, 60(10), 3840–3857. <https://doi.org/10.1002/pits.22952>
- Jiao, Z., Chen, Y., & Lyu, C. (2024). Factors correlated with personal growth initiative among college students: A meta-analysis. *Heliyon*, 10(7), e28518. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e28518>
- Kurniawan, A., & Suryanto. (2024). Factors influencing personal growth initiative in athletes with disabilities (para-athletes): Scoping review. *Proceeding Series of Psychology*, 2(1), 215–221. <https://doi.org/10.20473/psp.v2i1.107>
- Mason, H. D. (2019). Personal growth initiative: Relation to hedonia and eudaimonia happiness among South African university students. *Journal of Psychology in Africa*, 29(3), 260–264. <https://doi.org/10.1080/14330237.2019.1626133>
- Rahma, U. (2024). Inisiatif pertumbuhan pribadi dan kesejahteraan psikologi: Peran mediasi dalam makna kehidupan mahasiswa penyandang disabilitas. *Wacana*, 16(1), 40–55. <https://doi.org/10.20961/wacana.v16i1.78582>
- Robitschek, C., Ashton, M. W., Spering, C. C., Geiger, N., Byers, D., Schotts, G. C., & Thoen, M. A. (2012). Development and psychometric evaluation of the Personal Growth Initiative

-
- Scale–II. *Journal of Counseling Psychology*, 59(2), 274–287. <https://doi.org/10.1037/a0027310>
- Robitschek, C., Yang, A., Villalba, R., & Shigemoto, Y. (2019). Personal growth initiative: A robust and malleable predictor of treatment outcome for depressed partial hospital patients. *Journal of Affective Disorders*, 246, 548–555. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.12.121>
- Verdoodt, K., Reijnders, J., de Hoog, N., Jacobs, N., & Simons, M. (2026). Personal growth initiative and its psychosocial correlates across populations: A systematic review and pathways for future research. *International Journal of Applied Positive Psychology*, 11, Article 17. <https://doi.org/10.1007/s41042-026-00285-x>
- Vornholt, K., Villotti, P., Muschalla, B., Bauer, J., Colella, A., Zijlstra, F., Van Ruitenbeek, G., Uitdewilligen, S., & Corbière, M. (2018). Disability and employment Overview and highlights. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 27(1), 40–55. <https://doi.org/10.1080/1359432X.2017.1387536>
- Weigold, I. K., Porfeli, E. J., & Weigold, A. (2013). Examining tenets of personal growth initiative using the Personal Growth Initiative Scale II. *Psychological Assessment*, 25(4), 1396–1403. <https://doi.org/10.1037/a0034104>
- Weigold, I. K., Weigold, A., Boyle, R. A., Martin-Wagar, C. A., & Antonucci, S. Z. (2018). Factor structure of the Personal Growth Initiative Scale II: Evidence of a bifactor model. *Journal of Counseling Psychology*, 65(2), 259–266. <https://doi.org/10.1037/cou0000254>
- Weigold, I. K., Weigold, A., Russell, E. J., Wolfe, G. L., Prowell, J. L., & Martin-Wagar, C. A. (2020). Personal growth initiative and mental health: A meta-analysis. *Journal of Counseling & Development*, 98(4), 376–390. <https://doi.org/10.1002/jcad.12340>
- Weigold, I. K., Weigold, A., Dykema, S. A., Drakeford, N. M., & Ethridge, E. T. (2024). Personal growth initiative: Relation to coping styles, strategies, and self-efficacy. *Journal of Happiness Studies*, 25, Article 80. <https://doi.org/10.1007/s10902-024-00782-3>
- Weigold, I. K., Weigold, A., Ling, S. L., & Jang, M. (2021). College as a growth opportunity: Assessing personal growth initiative and self-determination theory. *Journal of Happiness Studies*, 22, 2143–2163. <https://doi.org/10.1007/s10902-020-00312-x>
- Xie, X., Tan, J., He, J., Du, J., He, C., Li, Z., Liu, Y., & Chen, Y. (2024). The moderating role of work environment in the relationship between proactive personality and personal growth initiative among nurses: A cross-sectional study. *BMC Nursing*, 23, Article 364. <https://doi.org/10.1186/s12912-024-02040-6>
- Ye, H., & Guo, K. (2023). Exercise adherence and subjective well-being: A chain mediating effect model. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 51(10), e12644. <https://doi.org/10.2224/sbp.12644>
- Shigemoto, Y., Thoen, M. A., Robitschek, C., & Ashton, M. W. (2015). Assessing measurement invariance of the Personal Growth Initiative Scale II among Hispanics, African Americans, and European Americans. *Journal of Counseling Psychology*, 62(3), 537–544. <https://doi.org/10.1037/cou0000075>
-