



Islamika Granada

Available online <https://penelitimuda.com/index.php/IG/index>

Pelatihan Keterampilan Dasar Dalam Konseling Sebaya Bagi Remaja Putri Di Panti Asuhan X Tabanan Bali

Basic Skills Training in Peer Counseling for Adolescent Girls at Orphanage X Tabanan Bali

Ratih Saraswaty^(1*) & Putu Diana Wulandari⁽²⁾

Program Studi Psikologi, Fakultas Bisnis, Sosial, Ekonomi dan Humaniora,
Universitas Bali Internasional, Indonesia

*Corresponding author: ratihsaraswaty@iikmpbali.ac.id

Abstrak

Masa remaja merupakan periode transisi antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Pada periode ini remaja memasuki masa *storm and stress*, yaitu masa yang bergejolak dan diwarnai oleh konflik dan perubahan suasana hati. Pada masa ini, remaja mengalami banyak permasalahan terutama bagi remaja yang bertempat tinggal di panti asuhan, seperti masalah emosi dan perilaku. Pada masa remaja kedekatan remaja dengan *peer group*-nya sangatlah tinggi sehingga pendekatan *peer group* dirasa efektif dalam memberikan pengetahuan dan informasi, serta pembelajaran bagi remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pelatihan keterampilan dasar konseling sebaya dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan sebagai konselor sebaya dalam menghadapi permasalahan. Subjek terdiri dari 12 orang. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan metode pra eksperimental tipe *one group pretest post-test design*. Tahapan intervensi yang diberikan terdiri dari 10 sesi dalam 2 pertemuan. Efektivitas dari pelatihan ini diketahui melalui *pretest* dan *post-test* dengan menggunakan 3 *blank case* dan *role play*. Hasil penelitian menunjukkan secara keseluruhan pelatihan konselor sebaya dapat memberikan dan menambah pengetahuan terkait konselor sebaya, perubahan sikap ke arah yang lebih positif, serta kemampuan dalam menganalisis permasalahan dan melakukan proses konseling sebaya untuk menangani kasus pelanggaran ringan yang terjadi di panti asuhan X Tabanan Bali.

Kata Kunci: Konseling Sebaya; Remaja Putri; Panti Asuhan.

Abstract

Adolescence is a transition period between childhood and adulthood. In this period, adolescents enter a period of *storm and stress*, which is a turbulent period and is colored by conflict and mood swings. During this period, adolescents experience many problems, especially for adolescents who live in orphanages, such as emotional and behavioral problems. During adolescence, the closeness of adolescents to their peer groups is very high so that the peer group approach is considered effective in providing knowledge and information, as well as learning for adolescents. This study aims to determine the effect of basic peer counseling skills training in improving knowledge and skills as peer counselors in dealing with problems. The subjects consisted of 12 people. This study is a quantitative study using a pre-experimental method of *one group pretest posttest design*. The stages of intervention provided consist of 10 sessions in 2 meetings. The effectiveness of this training is known through *pretest* and *post-test* using 3 *blank cases* and *role play*. The results of the study show that overall peer counselor training can provide and increase knowledge related to peer counselors, changes in attitudes towards a more positive direction, as well as the ability to analyze problems and carry out peer counseling processes to handle cases of minor violations that occur at the X Tabanan Bali orphanage.

Keywords: Peer Counseling; Adolescent Girls; Orphanages.

How to Cite: Saraswaty, R. & Wulandari, P. D. (2024), Pelatihan Keterampilan Dasar Dalam Konseling Sebaya Bagi Remaja Putri Di Panti Asuhan X Tabanan Bali, *Islamika Granada*, 5 (1): 32-38.

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah periode transisi dalam rentang kehidupan manusia antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa (Santrock, 2011). Hall, 1994 (dalam Santrock, 2011) menjelaskan bahwa masa remaja merupakan masa *storm and stress*. Hal ini dikarenakan masa remaja merupakan masa yang bergejolak dan diwarnai oleh konflik dan perubahan suasana hati. Minnis, dkk (2006) menyatakan bahwa anak-anak panti asuhan diidentifikasi sering mengalami masalah perilaku dan emosional. Masalah tersebut dialami anak-anak panti asuhan bahkan sejak hari pertama anak-anak tersebut masuk ke dalam panti asuhan. Anak-anak yang dikirim ke panti asuhan adalah anak-anak yang berasal dari keluarga atau kondisi yang bermasalah.

Menurut Zima, dkk (2000), masalah perilaku dan emosi yang dialami oleh anak-anak di panti asuhan disebabkan oleh beberapa hal, yaitu masalah tersebut disebabkan karena anak-anak panti sebelumnya memiliki latar belakang mengalami tekanan psikososial yang berat, seperti mengalami pelecehan (*abuse*) dan pengabaian (*neglect*), kondisi kemelaratan, tuna wisma atau hidup dengan orang tua yang menjadi pecandu narkoba. Masalah lain yang dialami oleh anak-anak panti asuhan adalah masalah yang berkaitan dengan prestasi akademis. Selain itu, Zima, dkk (2000) menyatakan berbagai macam permasalahan anak dan remaja yang terjadi di panti asuhan diantaranya seperti, masalah kesehatan fisik dan mental anak-anak dan remaja di panti asuhan, masalah emosi terkait dengan kenyamanan dan kesepian yang dirasakan di panti asuhan, masalah perilaku, seperti tindakan kenakalan dan kekerasan, masalah dengan teman sebaya, baik teman di panti asuhan ataupun teman sekolah, kurang perhatian dan kasih sayang dari pengasuh panti asuhan karena terbatasnya pengasuh, masalah atensi (perhatian) terhadap peraturan dan juga larangan di panti asuhan, frustrasi terhadap lingkungan baru di panti asuhan, anak dan remaja yang sudah lama tinggal di panti asuhan akan malas untuk sekolah dan melanjutkan sekolah lebih tinggi, masalah anti sosial dengan lingkungan panti dan lingkungan sekitar panti asuhan, dan masalah akademik di sekolah anak-anak dan remaja panti asuhan.

Pada masa remaja ini, ketika seorang anak berusia sekitar 11 tahun, maka tahap perkembangan kognitif anak berada pada tahap operasional formal. Pemahaman remaja tidak lagi terbatas pada pengalaman-pengalaman yang aktual atau konkret. Kualitas pemikiran abstrak pada remaja terbukti pada kemampuan remaja untuk melakukan pemecahan masalah secara verbal. Selain berpikir abstrak dan idealistik, remaja juga berpikir logis. Remaja cenderung belajar memecahkan masalah melalui *trial and error*. Remaja mulai membuat rencana untuk memecahkan masalah dan secara sistematis menguji solusinya tersebut (Santrock, 2011). Oleh karena itu adalah suatu hal yang wajar jika remaja memerlukan bantuan maupun dukungan untuk menyelesaikan masalah tersebut.

Karakteristik yang paling menonjol pada masa remaja, yakni adanya ketertarikan dan komitmen serta ikatan kepada teman sebayanya menjadi sangat kuat sehingga seringkali remaja menampakkan diri sebagai suatu kelompok yang eksklusif (Syamsudin, 2002). Remaja akan merasa lebih mudah dan nyaman saat berinteraksi dengan teman-teman sebayanya yang biasanya berkaitan dengan permasalahan hidup

yang dialaminya. Newman (2015) menyatakan bahwa pada masa remaja kedekatan remaja dengan *peer group*-nya sangatlah tinggi karena *peer group* merupakan sumber afeksi, simpati, tempat untuk saling berbagi pengalaman dan sebagai tempat remaja untuk mencapai otonomi serta independensi. Metode pendekatan *peer group* dirasa efektif dalam memberikan pengetahuan dan informasi serta pembelajaran bagi remaja dalam memahami dirinya, orang lain, dan lingkungan sekitarnya serta belajar melakukan pemecahan masalah secara tepat. Pendekatan ini akan dapat terlaksana sesuai dengan tujuannya apabila remaja yang tergabung didalamnya mendapatkan bimbingan yang tepat terlebih dahulu.

Salah satu pendekatan *peer group* yang dapat digunakan untuk membantu remaja dalam meningkatkan kemampuannya dalam pemecahan masalah adalah melalui konseling sebaya. Keterampilan ini berfokus pada proses berpikir, perasaan dan pengambilan keputusan. Konseling sebaya merupakan cara yang efektif bagi remaja untuk belajar memperhatikan dan membantu remaja yang lain serta dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari (Carr, 1981).

Berdasarkan pemaparan sebelumnya, dilakukan pelatihan dasar konseling sebaya pada remaja putri di salah satu panti asuhan di Tabanan Bali. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan remaja putri sebagai konselor sebaya dalam menghadapi permasalahan yang terjadi pada diri sendiri, maupun teman-teman di panti asuhan yang membutuhkan masalah.

METODE

Subjek dalam penelitian ini berjumlah 12 orang. Subjek merupakan remaja putri yang bertempat tinggal di salah satu panti asuhan di Tabanan Bali yang bersedia menjadi konselor sebaya dan memiliki permasalahan dalam pemecahan masalah. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode pra eksperimental tipe *one group pretest posttest design*.

Pengambilan data dilakukan melalui asesmen yaitu, observasi, wawancara, *pretest* dan *post-test*. Observasi dilakukan untuk melihat kondisi di panti asuhan, wawancara dilakukan untuk mengetahui latar belakang, permasalahan yang terjadi di panti asuhan, kebutuhan, keluhan, dan kemampuan setiap subjek. Intervensi yang dilakukan untuk mengatasi permasalahan yang terjadi pada subjek di panti asuhan adalah dengan memberikan pelatihan keterampilan dasar dalam konseling sebaya. Intervensi ini dilakukan menggunakan metode psikoedukasi dan *role play* sebanyak 10 sesi dalam 2 kali pertemuan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Subjek merupakan remaja putri berusia 13-16 tahun yang bertempat tinggal di salah satu panti asuhan di Tabanan Bali. Permasalahan yang terjadi di panti asuhan X, terutama dikalangan remaja berkaitan dengan pemecahan masalah, masalah emosi terkait dengan kenyamanan dan kesepian yang dirasakan di panti asuhan, masalah perilaku, seperti tindakan kenakalan, masalah dengan teman sebaya, baik teman di panti asuhan ataupun teman sekolah, ketidaknyamanan dengan ibu asuh, masalah atensi

(perhatian) terhadap peraturan dan juga larangan di panti asuhan, ketidak seimbangan antara jumlah pembina dengan remaja, dan kebutuhan akan program yang dapat membantu remaja untuk belajar melakukan *problem solving*.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi diketahui bahwa remaja putri sering terlibat pertengkaran karena saling mengejek, menyebarkan rahasia atau kekurangan temannya kepada teman lainnya, membentuk geng, tidak empati ketika saudara serumah atau teman-teman dirumah lainnya menghadapi masalah dan cenderung membicarakan atau ikut mentertawai, putus cinta, adu mulut dengan ibu, tidak mengambil tugas, ketidak ikut sertaan dalam kegiatan, serta belum mampu melakukan pemecahan masalah secara tepat dan cukup sering meminta bantuan kepada pembina untuk menyelesaikan permasalahan yang sebenarnya bisa diselesaikan secara mandiri.

Kebutuhan rekan-rekan sebaya untuk memperoleh bantuan dari teman-teman sebayanya cukup tinggi. Hal ini ditunjukkan dari cerita-cerita yang disampaikan oleh para remaja putri bahwa tidak semua permasalahan bisa diceritakan kepada pembina, dan jika harus bercerita kepada pembina, tidak semua diceritakan secara detail karena merasa takut atau malu. Selain itu, para remaja juga ingin belajar mengenai langkah-langkah yang harus dilakukan ketika menghadapi permasalahan, sehingga mampu mengambil keputusan secara tepat dan tidak selalu harus meminta bantuan kepada pembina untuk menyelesaikan permasalahan yang bersifat sederhana. Remaja putri juga mengatakan bahwa ketika ingin membantu temannya yang sedang menghadapi permasalahan, remaja putri sendiri merasa kebingungan untuk menanggapi permasalahan yang dirasakan oleh rekan sebayanya.

Intervensi yang diberikan kepada 12 subjek adalah pelatihan keterampilan dasar dalam konseling sebaya yang dilakukan sebanyak 10 sesi selama 2 kali pertemuan. Setiap subjek memperoleh 3 *blank case* dan 1 esay, yang terdiri dari *blank case* untuk mengetahui kemampuan dalam menganalisis situasi dan *problem solving, esay* mengenai jenis-jenis permasalahan yang dapat ditangani oleh konselor sebaya, *blank case* mengenai proses dan etika dalam konseling sebaya, dan *blank case* mengenai keterampilan dasar dalam konseling sebaya.

Panduan yang digunakan dalam memberikan pelatihan ini didasarkan pada tahapan dalam proses konseling dan keterampilan dasar dalam konseling sebaya menurut Tindal & Gray (1985) dan etika konseling menurut Aldridge & Rigby (2004). Proses konseling menurut Tindal & Gray (1985), meliputi membuka konseling, mengidentifikasi dan memahami masalah, manajemen masalah, dan menutup sesi konseling. Etika konseling menurut Aldridge & Rigby (2004), meliputi menghormati kebebasan konselee untuk berpendapat, menjaga kepercayaan konselee kepada konselor, tidak menghakimi konselee, menghormati hak-hak konselee tanpa merugikan konselee, dan tidak membahayakan konselee dalam proses pengambilan keputusan. Keterampilan dasar dalam konseling sebaya menurut Tindal & Gray (1985) meliputi attending, empati, keterampilan bertanya, klarifikasi, reflektion, paraphrasing, dan pemberian informasi. Adapun hasil dari intervensi tercantum dalam tabel 1.

Tabel 1. Data Hasil Pelatihan Keterampilan Dasar Konseling Sebaya

PRETEST	RESPON			
	POST TEST 1	POST TEST 2	POST TEST 3	Role Play
Sebagian besar dari subjek lebih banyak menggunakan emosi negatif ketika menghadapi suatu situasi. Subjek juga belum mampu melakukan <i>problem solving</i> dengan tepat. Subjek cenderung melihat dan mengambil kesimpulan dari situasi yang dihadapi tanpa berusaha mencari tahu penyebab dari situasi tersebut. Terdapat juga subjek yang memberikan jawaban yang kurang sesuai dengan konteks kasus atau memberikan jawaban secara normatif.	Pada <i>post-test</i> pertama ini, terdapat 5 orang peserta yang kurang tepat dalam menempatkan jenis permasalahan yang dapat ditangani dan tidak dapat ditangani oleh konselor sebaya. Dari 10 jawaban kelima subjek tersebut, 2 sampai 3 jawaban yang dituliskan oleh subjek tertukar dalam penempatannya. Permasalahan yang dapat ditangani, diletakkan di jenis permasalahan yang tidak dapat ditangani, begitu pula sebaliknya. Jawaban lain yang dituliskan oleh kelima subjek tersebut sudah sesuai dengan penempatannya.	Pada <i>post-test</i> kedua ini, subjek diminta untuk menganalisis kasus berdasarkan materi yang sudah diberikan terkait dengan proses dan etika dalam konseling. Pada <i>post-test</i> ini, subjek akan menganalisis 3 kasus yang biasa terjadi di panti asuhan X. Sebagian besar subjek sudah mampu menganalisis permasalahan dengan menerapkan etika dan langkah-langkah dalam proses konseling. Mulai dari membuka konseling dengan memberikan salam, mempersilahkan duduk, atau memberikan minum. Selanjutnya melakukan identifikasi terhadap kasus dengan mencari tahu penyebab dari peristiwa tersebut, kemudian memberikan solusi, dan menutup sesi konseling. Pada <i>post-test</i> kedua ini, terdapat 5 orang peserta yang belum mampu menganalisis masalah sesuai dengan menerapkan etika dan langkah-langkah dalam proses konseling. Kelima peserta lebih banyak memberikan jawaban singkat dengan menyebutkan langkah-langkah dalam proses konseling tanpa memberikan penjelasan yang berkaitan dengan kasus yang diberikan.	<i>Post-test</i> ketiga ini subjek diminta untuk menganalisis 2 kasus berdasarkan materi keterampilan dasar dalam konseling yang sudah diberikan sebelumnya. Pada kasus pertama hasil menunjukkan, dari 12 peserta yang memberikan jawaban pada kasus pertama, terdapat 2 orang subjek yang belum mampu membedakan jenis pertanyaan terbuka dan tertutup, serta kurang sesuai dengan konteks kasus yang diberikan, sedangkan 10 orang subjek lainnya sudah mampu membedakan pertanyaan terbuka dan tertutup dengan cukup baik. Pada kasus kedua, terdapat 5 orang subjek yang belum mampu membuat kalimat yang menunjukkan empati, klarifikasi, <i>reflection</i> , <i>paraphrasing</i> , dan memberi informasi berdasarkan kasus yang diberikan. Dari kelima subjek tersebut, empat orang subjek merupakan peserta yang dari awal kurang mampu memberikan jawaban yang sesuai dengan instruksi dan kasus yang diberikan.	Terdapat empat kelompok yang sudah dapat menerapkan dengan cukup baik pengetahuan keterampilan dalam melakukan konseling sebaya yang ditunjukkan dengan kemampuan setiap konselor dalam melakukan komunikasi nonverbal dan komunikasi verbal saat melakukan proses konseling. Keterampilan mendengar aktif juga sudah diterapkan oleh setiap kelompok. Setiap subjek mulai memahami manfaat dari pelatihan konselor sebaya ini dan langkah-langkah yang seharusnya dilakukan ketika menghadapi permasalahan atau ketika menerima keluhan dari teman sebaya. Subjek juga memiliki sudut pandang baru dalam melihat situasi, tidak hanya berdasarkan persepsi dan kesimpulan pribadi.

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa layanan konseling sebaya menjadi cara yang cukup efektif dalam memfasilitasi permasalahan yang terjadi dikalangan remaja putri di panti asuhan X Tabanan Bali. Hasil menunjukkan bahwa terjadi perubahan pada hampir keseluruhan subjek setelah mengikuti pelatihan. Sebelum mengikuti pelatihan, hasil *pretest* menunjukkan bahwa sebagian besar dari subjek lebih banyak menggunakan emosi negatif ketika menghadapi suatu situasi, belum mampu melakukan *problem solving* dengan tepat, dan cenderung melihat dan mengambil kesimpulan dari situasi yang dihadapi tanpa berusaha mencari tahu penyebab dari situasi tersebut.

Setelah mengikuti pelatihan keterampilan dasar dalam konseling sebaya, subjek kemudian diberikan *post-test*. Pada *post-test* pertama, menunjukkan hasil bahwa sebagian besar subjek sudah cukup mampu membedakan jenis permasalahan yang nantinya dapat ditangani dan tidak dapat ditangani oleh konselor sebaya. Pada *post-test* kedua, sebagian besar subjek juga sudah mampu menganalisis permasalahan dengan menerapkan etika dan langkah-langkah dalam proses konseling dan terdapat 5 orang peserta yang belum mampu melakukan hal tersebut. Pada *post-test* ketiga, dari 12 subjek terdapat 2 orang peserta yang belum mampu membedakan jenis pertanyaan terbuka dan tertutup, sedangkan 10 orang peserta lainnya sudah mampu membedakan pertanyaan terbuka dan tertutup dengan cukup baik. Selain itu, terdapat 5 orang peserta yang belum mampu membuat kalimat yang menunjukkan empati, klarifikasi, *reflection*, *paraphrasing*, dan memberi informasi berdasarkan kasus yang diberikan.

Hasil pada masing-masing *role play* menunjukkan bahwa sebagian besar subjek sudah dapat menerapkan teori-teori yang diberikan dengan cukup baik. Hal ini ditunjukkan dengan kemampuan setiap konselor dalam melakukan komunikasi nonverbal dan komunikasi verbal saat melakukan proses konseling. Dari *role play* ini, setiap subjek mulai menyadari dan memahami manfaat dari pelatihan konselor sebaya ini dan langkah-langkah yang seharusnya dilakukan ketika menghadapi permasalahan atau ketika menerima keluhan dari teman sebaya.

Secara keseluruhan pelatihan konselor sebaya dapat memberikan dan menambah pengetahuan serta kemampuan peserta dalam melakukan proses konseling sebaya untuk menangani kasus pelanggaran ringan yang terjadi di panti asuhan X Tabanan Bali. Pelatihan ini juga membantu subjek untuk belajar menganalisis permasalahan dan *problem solving* secara lebih tepat.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil intervensi dan pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa pelatihan keterampilan dasar konseling dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan para remaja putri sebagai konselor sebaya di panti asuhan X Tabanan Bali dalam menghadapi permasalahan yang termasuk dalam kategori masalah atau pelanggaran ringan. Hanya saja waktu pelatihan dalam intervensi ini sangatlah singkat. Sebaiknya pelatihan konselor sebaya terutama bagi individu yang belum pernah mengenal atau mengetahui mengenai konselor sebaya dapat dilakukan secara berkala dan lebih banyak menekankan pada praktek berupa *role play*, melakukan *follow up* secara berkala.

DAFTAR PUSTAKA

- Aldridge, S. & Rigby, S. (2004). *Counselling Skill in Context*. London: Hodder & Stoughton.
- Carr, R. A. (1981). *The Theory and Practice of Peer Counselling in School*. Ottawa: Canada Employment and Immigration Commission.
- Minnis, H., Wvwrwt, K., Pelosi A. J., Dunn, J., & Knapp, M. (2006). *Children in Psychiatry*, 15, 63-70.
- Santrock, J. W. (2011). *Masa Perkembangan Anak Jilid 2*. Jakarta: Salemba Humanika.
- SEJIWA. (2008) *Bullying! Mengatasi kekerasan di Sekolah dan Lingkungan Sekitara Anak*. Jakarta: PT. Grasindo.
- Syamsudin, A. (2002). *Psikologi Kependidikan*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Tindal, J. & Gray, H. D. (1985). *Peer Counselling: In Depth Look at Training Peer Helpers and Peer Power Becoming an Effective Peer Hepler*. Muncie: Accelerated Development Inc.
- Zima, B. T., Bussing, R., Freeman, S., Yang, X., Belin, T. R., & Forness, S. R. (2000). Behavioral Problems, Academic Skill Delays And School Failure Among School-Aged Children in Foster Care: Their Relationship to Placement Characteristics. *Journal of Child and Family Studies*, 9, 87-103.