

Pentingnya Social Suport dalam Pengembangan Konsep Diri melalui Bimbingan Kelompok

Tesa Febri¹, Galuh Ayu², Nurtazkiyah³, Milkatahasi⁴, Muhammad,R.⁵, Ruth Vina⁶, Sapto, I⁷
Universitas Kristen Satya Wacana, Indonesia
E-mail:gerakanmahasiswabk22@gmail.com

Article Info

Received:
4 Agustus 2022
Revised:
22 September 2022
Published:
30 September 2022

Kata kunci:
Bimbingan Kelompok;
Konsep Diri; Social Support.

Keywords:
*Group Guidance; Self-
Concept; Social Support*

Abstrak

Selama masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa remaja dan dari masa remaja ke masa dewasa, kita dihadapkan pada penemuan tugas-tugas perkembangan baru yang perlu dikuasai. Mengatasi tantangan perkembangan juga dipengaruhi oleh lingkungan dan budaya. Mengingat tugas ini, beberapa orang dapat menanganinya, sementara yang lain dapat menanganinya sedikit atau tidak sama sekali. Tujuan dari penulisan ini adalah untuk mendeskripsikan pengalaman positif layanan konseling kelompok pada anak di Panti Asuhan Salib Putih Sumogawe. Penelitian ini dilakukan di Panti Asuhan Salib Putih dengan jumlah peserta 51 orang. Metode penelitian menyajikan gambaran kualitatif yang menggambarkan praktik konseling kelompok. Layanan konseling kelompok diberikan dalam bentuk layanan konseling kepada kelompok kecil yang terdiri dari 3-4 anak yatim dengan tujuan membantu anak mengembangkan pentingnya dukungan sosial. Pengembangan konsep diri. Hasil kegiatan konseling kelompok dapat menguntungkan. Singkatnya, anak-anak Panti Asuhan Salib Putih Sumogawe saling menghormati, menghargai diri sendiri, memperluas wawasan, membentuk dinamika kelompok anggota kelompok, dan memberikan dukungan emosional dalam situasi stres individu.

Abstract

During the transition period from childhood to adolescence and from adolescence to adulthood, we are faced with the discovery of new developmental tasks that need to be mastered. Overcoming developmental challenges is also influenced by the environment and culture. Given this task, some people can handle it, while others can handle it little or nothing. The purpose of this paper is to describe the positive experience of group counseling services in children at the Sumogawe White Cross Orphanage. This study was conducted at the White Cross Orphanage with a total of 51 participants. The research method presents a qualitative picture that describes the practice of group counseling. Group counseling services are provided in the form of counseling services to small groups of 3-4 orphans with the aim of helping children develop the importance of social support. Development of self-concept. The results of group counseling activities can be beneficial. In short, the children of the Sumogawe White Cross Orphanage respect each other, respect themselves, broaden horizons, form group dynamics of group members, and provide emotional support in individual stressful situations.

PENDAHULUAN

Selama masa transisi dari masa kanak-kanak ke remaja dan remaja ke dewasa, kita dihadapkan pada penemuan tugas-tugas perkembangan baru yang perlu dikuasai. Menurut Havighurts dalam Hurlock, ada sekitar tujuh tantangan perkembangan yang harus dihadapi setiap individu. Mengatasi tantangan perkembangan ini juga dipengaruhi oleh lingkungan dan budaya. Mengingat tugas ini, beberapa orang dapat menanganinya, sementara yang lain dapat menanganinya sedikit atau tidak sama sekali. Biasanya, ketika ini terjadi mereka akan melakukan hal-hal yang kontradiktif dan negatif yang dapat menimbulkan masalah bagi diri mereka sendiri dan lingkungan. Masa transisi ini disebut juga dengan masa krisis, dan ada beberapa hal yang dapat menyebabkan terjadinya krisis pada individu. Tampaknya ada sesuatu yang menarik dalam menghadapi kehidupan saat ini dalam isu-isu yang sedang dipikirkan dan dihadapi oleh para remaja di seluruh dunia, termasuk Indonesia. Hal ini berkaitan dengan bagaimana individu belajar untuk menyesuaikan diri dengan norma dan budaya yang mengelilingi mereka. Studi tersebut menyatakan bahwa ada masalah yang ada dalam diri individu, terutama konsep diri yang terbentuk seiring dengan kemajuan kehidupan. Ini karena masalah pengembangan diri masing-masing individu dipertimbangkan, berkisar pada diri sendiri dan adaptasi terhadap lingkungan. Menurut Centi (1995), konsep diri adalah gagasan tentang diri sendiri dan pemahaman tentang diri sendiri yang dihasilkan dari interaksi dengan orang lain. Konsep diri merupakan penentu dalam berkomunikasi dengan orang lain (riswandi, 2013:64). Konsep diri adalah bagaimana Anda melihat dan merasakan tentang diri Anda, apakah itu psikologis, sosial atau fisik. (William D. Brooks, 2015:98). Sebagian besar profesional mandiri setuju bahwa konsep diri berbeda dan terstruktur. Ini adalah keseluruhan, dan konsep diri terus berkembang dan berubah, meskipun sulit untuk membedakan antara pengembangan dan perubahan konsep diri (Fitzz, 1972: 35). Mengingat perkembangan dan perubahan ini, kita dapat menerima pandangan Rogers (Hall & Linzey, 1978:499) bahwa struktur diri berkembang dan berubah seiring waktu. Konsep diri Konsep diri Hendriati adalah gambaran yang dimiliki seseorang tentang dirinya yang terbentuk melalui pengalaman berinteraksi dengan lingkungan. Konsep diri bukanlah faktor bawaan, tetapi berkembang dari pengalaman yang berkelanjutan dan berbeda. Fondasi konsep diri individu ditanamkan sejak dini dalam kehidupan anak,

Social Support (dukungan sosial) dalam analisis jaringan yang lebih luas dapat dimengerti jika diintegrasikan dengannya. Aspek struktural jaringan ini meliputi pengaturan tempat tinggal, frekuensi kontak, partisipasi dalam kegiatan sosial, dan keterlibatan dalam jaringan sosial. Menurut Gottlieb, informasi, nasihat, dan bantuan dapat berupa nyata atau tindakan, verbal atau non-verbal, oleh orang-orang yang akrab dengan subjek, di lingkungan sosialnya, atau minat emosionalnya, diberikan dalam bentuk makhluk atau objek yang dapat dibawa atau disentuh. Perilaku penerima. Selanjutnya, Cobb juga menyatakan bahwa *Social Support* yaitu pemberian informasi, baik verbal maupun non-verbal, pemberian *Social Support* perilaku atau material dari orang lain yang memiliki hubungan sosial yang dekat dengan seseorang, dan pemberian membuat Anda merasa diperhatikan, dihargai dan dicintai, karena bermanfaat bagi kesejahteraan masyarakat dan individu. Di sisi lain, Barron

dan Byrne menjelaskan bahwa *Social Support* dapat diartikan sebagai memberikan seseorang kenyamanan fisik, psikologis, atau keluarga untuk menolong mereka mengatasi suatu masalah. *Social Support* dapat diukur dengan seberapa terlibat interaksi sosial dalam kaitannya dengan lingkungan. Selain itu, *Social Support* adalah rasa aman, diperhatikan, dihargai, dan menerima bantuan dan informasi dari orang atau kelompok lain. *Social Support* (dukungan sosial) selalu memiliki dua komponen. Ini yaitu persepsi individu tentang jumlah sumber *Social Support* yang tersedia dan jumlah orang yang harus mereka hubungi ketika mereka membutuhkan bantuan, menggunakan pendekatan berdasarkan jumlah lingkungan dan kepuasan yang tersedia. Berkaitan dengan persepsi individu bahwa suatu kebutuhan telah terpenuhi. Dalam kehidupan ini, kita adalah makhluk sosial yang tidak dapat hidup sendiri tanpa bantuan orang lain. Misalnya, kebutuhan fisik seperti makanan, pakaian dan tempat tinggal, kebutuhan sosial (kebutuhan sosial, kognisi, pekerjaan), dan kebutuhan psikologis seperti rasa ingin tahu, keamanan, dan agama tidak dapat dipenuhi tanpa bantuan orang lain. Menurut materi yang diterima, *Social Support* (dukungan sosial) terdiri dari anggota keluarga, teman, guru, tokoh agama, tetangga, teman sebaya, dll, yang dapat berbicara tentang apa yang mereka alami dan merasa nyaman meminta mereka untuk mendapatkan bantuan yang mereka butuhkan atau mencari seseorang untuk diajak bicara. Untuk penelitian ini, *Social Support* (dukungan sosial) akan digunakan apabila tidak ada atau tidak ada. Ini dapat dilakukan dengan menggunakan teknologi seperti email, pesan teks, dan panggilan video.

Bimbingan kelompok yaitu bantuan seorang ahli kepada sekelompok orang, anak-anak, remaja dan dewasa. Dijelaskan oleh Natawidjaja, orientasi kelompok yaitu sebuah proses berkelanjutan mendukung sekelompok orang, sehingga individu-individu dalam kelompok dapat saling memahami, sehingga mereka dapat dan mampu mengarahkan diri sendiri, mampu bertindak, bergerak secara alami, sesuai dengan kebutuhan dan kondisi sekolah, keluarga, masyarakat dan kehidupan pada umumnya. Winkel juga mengatakan, orientasi kelompok adalah pelayanan suportif yang diberikan kepada individu-individu yang dibawa bersama-sama dalam kelompok untuk dapat beradaptasi dengan lingkungan tempat mereka tinggal secara berkelompok dan individu. Setiap individu tentunya akan memiliki citra dirinya sendiri dan lingkungan eksternal yang mempengaruhi dirinya. Selain itu, Prayitno juga mengatakan bahwa layanan diadakan dalam suasana kelompok yang memungkinkan individu berkesempatan untuk berdiskusi dan mengurangi masalah yang dihadapi melalui dinamika kelompok. Selain itu, dalam layanan berorientasi kelompok terdapat sarana pengembangan diri untuk dapat melatih berbicara, menanggapi, memberi dan menerima pendapat orang lain, serta mengedepankan sikap dan perilaku yang baku, serta aspek positif lainnya sehingga individu dapat berkembang sesuai dengan potensi mereka, selain itu juga dapat meningkatkan hubungan interpersonal mereka. perilaku komunikasi. Dalam melakukan layanan bimbingan kelompok, setiap anggota tim bimbingan diwajibkan untuk menyatakan apa masalah pribadinya, hal ini bertujuan agar anggota kelompok menjadi jujur dan terbuka, seperti yang dikatakan Prayitno bahwa tujuan bimbingan kelompok adalah untuk melatih individu untuk lebih berani mengemukakan pendapat di depan individu lain, melatih keterbukaan dalam kelompok, melatih kedekatan dengan individu lain, melatih pribadi untuk toleran terhadap orang lain, melatih pribadi untuk memperoleh keterampilan sosial, dan

membantu individu mengenali serta memahami dirinya dalam hubungannya dengan orang lain. Berdasarkan tujuan pelayanan berorientasi kolektif, jelas dari sudut pandangnya bahwa keterbukaan berarti melatih individu untuk jujur baik dengan diri sendiri maupun dengan orang lain, terutama selama fase operasional. Inilah yang disebut konsep diri. Pengertian konsep diri adalah gambaran tentang apa yang individu pikirkan tentang dirinya, pendapat orang lain, dan harapannya sendiri. Dalam upaya untuk berkembang, pengenalan diri sangat penting, yang berarti bahwa pertumbuhan pribadi tidak dapat terjadi tanpa terlebih dahulu mengetahui kekuatan dan kelemahan seseorang. Upaya ini dilandasi oleh persepsi bahwa manusia adalah makhluk yang menentukan dirinya sendiri, artinya memiliki kemampuan untuk menentukan apa yang terbaik bagi dirinya guna meningkatkan kualitas dirinya (Bastaman, 2007).

Bimbingan kelompok yaitu bantuan seorang ahli kepada sekelompok orang, anak-anak, remaja dan dewasa. Dijelaskan oleh Natawidjaja, orientasi kelompok yaitu sebuah proses berkelanjutan mendukung sekelompok orang, sehingga individu-individu dalam kelompok dapat saling memahami, sehingga mereka dapat dan mampu mengarahkan diri sendiri, mampu bertindak, bergerak secara alami, sesuai dengan kebutuhan dan kondisi sekolah, keluarga, masyarakat dan kehidupan pada umumnya. Winkel juga mengatakan, orientasi kelompok adalah pelayanan suportif yang diberikan kepada individu-individu yang dibawa bersama-sama dalam kelompok untuk dapat beradaptasi dengan lingkungan tempat mereka tinggal secara berkelompok dan individu. Setiap individu tentunya akan memiliki citra dirinya sendiri dan lingkungan eksternal yang mempengaruhi dirinya. Selain itu, Prayitno juga mengatakan bahwa layanan diadakan dalam suasana kelompok yang memungkinkan individu berkesempatan untuk berdiskusi dan mengurangi masalah yang dihadapi melalui dinamika kelompok. Selain itu, dalam layanan berorientasi kelompok terdapat sarana pengembangan diri untuk dapat melatih berbicara, menanggapi, memberi dan menerima pendapat orang lain, serta mengedepankan sikap dan perilaku yang baku, serta aspek positif lainnya sehingga individu dapat berkembang sesuai dengan potensi mereka, selain itu juga dapat meningkatkan hubungan interpersonal mereka. perilaku komunikasi. Dalam melakukan layanan bimbingan kelompok, setiap anggota tim bimbingan diwajibkan untuk menyatakan apa masalah pribadinya, hal ini bertujuan agar anggota kelompok menjadi jujur dan terbuka, seperti yang dikatakan Prayitno bahwa tujuan bimbingan kelompok adalah untuk melatih individu untuk lebih berani mengemukakan pendapat di depan individu lain, melatih keterbukaan dalam kelompok, melatih kedekatan dengan individu lain, melatih pribadi untuk toleran terhadap orang lain, melatih pribadi untuk memperoleh keterampilan sosial, dan membantu individu mengenali serta memahami dirinya dalam hubungannya dengan orang lain. Berdasarkan tujuan pelayanan berorientasi kolektif, jelas dari sudut pandangnya bahwa keterbukaan berarti melatih individu untuk jujur baik dengan diri sendiri maupun dengan orang lain, terutama selama fase operasional. Inilah yang disebut konsep diri. Pengertian konsep diri adalah gambaran tentang apa yang individu pikirkan tentang dirinya, pendapat orang lain, dan harapannya sendiri. Dalam upaya untuk berkembang, pengenalan diri sangat penting, yang berarti bahwa pertumbuhan pribadi tidak dapat terjadi tanpa terlebih dahulu mengetahui kekuatan dan kelemahan seseorang. Upaya ini dilandasi oleh persepsi bahwa manusia adalah makhluk yang menentukan dirinya sendiri, artinya memiliki kemampuan

untuk menentukan apa yang terbaik bagi dirinya guna meningkatkan kualitas dirinya (Bastaman, 2007).

Dalam dunia pendidikan, seperti pendidikan formal maupun nonformal pada umumnya, selalu berintikan tentang bimbingan, sebab pendidikan secara umum bertujuan agar individu menjadi lebih kreatif, produktif, dan mandiri. Dengan hal tersebut, aspek individu harus dikembangkan seperti intelektual, moral, sosial, kognitif, dan emosional. Pengertian bimbingan sendiri adalah suatu upaya untuk membantu mengembangkan aspek diri menjadi lebih optimal, harmonis, dan wajar. Dalam hal ini, dari beberapa jenis layanan, bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan yang banyak memberikan manfaat dalam membantu mengentaskan masalah pribadi. Dalam bimbingan kelompok ini memiliki tujuan yaitu :1) Memberikan kesempatan kepada individu belajar hal penting yang berguna bagi dirinya yang berkaitan dengan masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan sosial. 2) Memberikan layanan pemulihan melalui kegiatan kelompok seperti (a) mempelajari masalah manusia pada umumnya, (b) membantu dalam pembentukan emosi, menambah pengetahuan mengenai dinamikakepribadian, dan membantu mengarahkan kembali energi yang terpakai untuk memecahkan masalah tersebut dalam suasana permisif. 3) Mengembangkan diri agar lebih ekonomis dan efektif melalui kegiatan selain bimbingan individual. 4) Untuk melaksanakan layanan konseling individual secara lebih efektif. Dengan mempelajari masalah yang umum dialami oleh individu dan meredakan atau menghilangkan hambatan-hambatan emosional melalui kegiatan kelompok, maka dari itu dengan mempelajarinya saat dalam menyelesaikan masalah individu menjadi lebih mudah. Bimbingan kelompok juga memiliki asas-asas saat mengaplikasikannya antara lain: (1) asas Kerahasiaan, semua baik konselor, konseli dan beberapa orang dalam kelompok harus menyimpan dan merahasiakan apa saja, data dan informasi yang didengar dan dibicarakan dalam kelompok, terutama hal yang tidak boleh dan tidak layak diketahui oleh orang lain. (2) asas keterbukaan, yaitu semua peserta bebas dan terbuka dalam menyampaikan pendapat, ide, saran, dan apa saja yang dirasakannya dan dipikirkannya, tidak merasa takut, malu ataupun ragu-ragu, dan bebas berbicara tentang apa saja, baik tentang dirinya, sekolah, pergaulan, keluarga. (3) asas kesukarelaan, semua peserta dapat menampilkan dirinya secara spontan tanpa disuruh ataupun malu dan dipaksa oleh teman yang lain atau oleh pembimbing kelompok. (4) asas kenormatifan, yaitu semua kegiatan yang dilakukan dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan norma-norma dan peraturan yang berlaku, semua yang dilakukan termasuk pembicaraan dalam bimbingan kelompok harus sesuai dengan norma adat, norma agama, norma hukum, norma ilmu, dan kebiasaan-kebiasaan yang berlaku di masyarakat.

Dalam Artikel yang kami tuliskan ini, kami membuktikan nya dengan membuat program yang dilaksanakan di Panti Asuhan bersama dengan Mahasiswa. Program yang kami buat ini merupakan program GEMA BK atau yang disebut dengan Gerakan Mahasiswa Bimbingan dan Konseling. Gema BK merupakan suatu kegiatan yang dibuat sendiri oleh Mahasiswa program studi bimbingan dan konseling yang pada dasarnya kegiatan ini mengenai kegiatan sosial atau kegiatan dilaksanakan di lingkungan sosial, kegiatan ini tidak hanya sekedar kegiatan yang tidak memiliki tujuan atau manfaat bagi mahasiswa, tetapi kegiatan ini untuk menjadi bekal ketika sudah lulus dan memiliki pengalaman

mengaplikasikan atau mempraktikkan bimbingan kelompok secara Langsung. Kegiatan ini berlandaskan dengan matakuliah yang sudah didapat oleh mahasiswa sebelumnya mengenai Bimbingan dan Konseling, dan yaitu dilaksanakan di Panti Asuhan Salib Putih Sumogawe. Kegiatan Gerakan Bimbingan dan Konseling ini dilaksanakan oleh Mahasiswa yang sebelumnya sudah dibekali dan diberi materi mengenai kegiatan yang akan dilakukan di Panti Asuhan bersama adik-adik yang ada disana. Seperti materi mengenai bimbingan kelompok yang sudah diberikan oleh mahasiswa pada saat pelatihan. Tujuan GEMA BK ini sebagai sarana pelatihan mahasiswa mahasiswi BK FKIP UKSW dengan dengan mengembangkan kemampuan bimbingan kelompok menggunakan metode Psikodrama. Metode psikodrama ini merupakan sebuah metode yang ada pada bimbingan kelompok. Sebenarnya tidak hanya metode psikodrama saja yang ada dalam bimbingan kelompok, tetapi dalam kegiatan GEMA BK ini menggunakan kegiatan psikodrama sesuai dengan kesepakatan kami pada saat membuah program ini. Metode psikodrama sendiri yaitu sebuah metode yang dapat menolong konseling pada saat melakukan bimbingan kelompok yaitu menggunakan permainan peran. Jadi pada saat melakukan bimbingan kelompok konselor dapat mengembangkan metode bermain peran ini atau sebuah terapi tindakan. Metode ini konseli nantinya akan dibantu konselor mengetahui atau menggali dimensi psikologis mengenai masalah-masalah yang sedang dialami oleh konseli atau individu. Dalam metode ini konseli dapat meluapkan perasaannya atau masalah-masalah yang dialaminya dengan cara acting, dalam kegiatan bimbingan kelompok ini untuk merubah perilaku individu dari masalah yang dialaminya, dengan dituangkan pada kegiatan kelompok atau bimbingan kelompok itu tadi dengan metode psikodrama. Dalam program GEMA BK ini mahasiswa mahasiswi mendapatkan ilmu pengetahuan mengenai bimbingan kelompok dengan metode psikodrama, semua itu didapat dari materi yang disampaikan. Selain itu mahasiswa mahasiswi dapat menerapkan bimbingan kelompok menggunakan metode psikodrama dengan sebuah kegiatan praktik layanan yang akan diberikan.

METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian Deskriptif Kualitatif. Metode ini merupakan sebuah tata cara dalam penelitian yang menggunakan data deskriptif yang datanya berupa kata-kata yang didapat dari seseorang peneliti, apa yang diamati dari peneliti tersebut, jadi data yang didapat oleh peneliti merupakan apa yang dapat dilihat secara langsung dari sebuah kejadian-kejadian yang akan diteliti, baik dilakukan wawancara, maupun observasi. Data tersebut tentunya memiliki pengaruh dari peristiwa. Tujuan dari metode deskriptif kualitatif ini bertujuan untuk menjelaskan mengenai sebuah kejadian atau masalah yang akan diteliti oleh peneliti nantinya. Data didapat oleh peneliti dengan benar-benar memahami sebuah kejadian atau peristiwanya, sehingga dapat yang didapat berdasarkan fakta dilapangan dan tidak dibuat-buat oleh peneliti itu sendiri.

Pelaksanaan kegiatan ini dilaksanakan selama 3 kali pertemuan yang dimulai dengan pembekalan materi, pelatihan bimbingan kelompok, dan pelaksanaan bimbingan kelompok di Panti Asuhan Sumogawe Bersama anak Panti Asuhan dengan jumlah seluruhnya 51 peserta. Mengingat terbatasnya waktu penelitian ini hanya dilaksanakan 3 kali pertemuan, pertemuan

pertama dilaksanakan dengan online menggunakan virtual zoom, pertemuan pertama berisikan pemaparan manteri tentang bimbingan kelompok. Lalu pertemuan yang ke dua dilaksanakan dengan online juga menggunakan virtual zoom, pertemuan ke dua ini berisikan pelatihan tentang bimbingan kelompok yang dimana dalam pelatihan ini ada beberapa teknik yang dijelaskan oleh dosen pembimbing. Lalu untuk pertemuan yang ke tiga yaitu pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok di panti asuhan, yang dimana peserta melakukan praktek bimbingan kelompok pada anak panti asuhan. Peserta dibagi kedalam 8 kelompok dan setiap kelompok berisi 3 orang dan beberapa anak panti asuhan yang juga dibagi atau dimasukan kedalam kelompok peserta. Setelah dibagi dalam kelompok, semua kelompok melakukan bimbingan kelompok, didalam kelompok peserta dan anak panti asuhan bisa melakukan bertukar cerita atau sharing. Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok, terdapat juga tanya jawab antar peserta dan anak panti, adanya tanya jawab antar peserta dan anak panti agar terjadinya relasi komunikasi yang baik.

Setelah melakukan bimbingan kelompok lalu mereka mengisi kuisisioner yang dibagikan kepada peserta dan anak panti asuhan. Dalam mengisi kuisisioner ini peserta dan anak panti asuhan diberi waktu 5 menit untuk mengisi. Setelah peserta dan anak panti asuhan mengisi lalu mereka mengumpulkan kuisisioner yang dibagi. Setelah melakukan bimbingan konseling dan mengisi kuisisioner, untuk peserta membuat refleksi kegiatan yang telah terlaksana hari itu, dengan ketentuan tertentu dalam pembuatan refleksi. Dengan mengisi kuisisioner nantinya akan mempermudah untuk melakukan analisis tentang diri peserta dan anak panti. Dalam refleksi tersebut peserta menceritakan informasi tentang diri anak, pengalaman selama melakukan bimbingan konseling, topik yang dipakai dalam melakukan bimbingan kelompok. Dan dari melakukan bimbingan kelompok, peserta dapat memiliki pengalaman yang banyak dan belajar untuk memberikan bimbingan kelompok.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini dilaksanakan di Panti Asuhan Salib Putih Sumogawe yang beralamat di jalan Hasanudin km 4 Salib Putih Salatiga yang saat ini berjumlah 29. Panti Asuhan ini adalah salah satu unit layanan dari Yayasan Sosial Kristen Salib Putih yang merupakan kelanjutan dari pelayanan Wiite Kruis Kolonie yang didirikan pada tanggal 19 Mei 1902. Pendirinya adalah sepasang suami istri berbeda kebangsaan yaitu Bapak Adolph Theodoor Jacobus van Emmerik (Belanda), dan Ibu Alice Cornelia Cleverly (Inggris). Subjek yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 29 anak. Berdasarkan hasil pengalaman setiap kelompok dalam memberikan bimbingan kelompok maka ditindaklanjuti dengan membuat refleksi. Hasil refleksi kelompok disajikan pada tabel 1.

Tabel 1 Hasil Refleksi Pelaksanaan Bimbingan Kelompok

No	Kelompok	Refleksi
1.	Kelompok 1	Jadi kami selaku konselor juga merasa sangat senang dan

	<p>puas dalam melakukan proses bimbingan kelompok. Meskipun ini adalah kali pertama kami melakukan konseling kelompok dan masih ada beberapa hal yang perlu kami perbaiki namun pengalaman memberikan konseling kelompok ini bisa menjadi pelajaran berharga dan pedoman kami dalam melakukan konseling kelompok lagi nantinya. Adik-adik disana menjadi paham mengenai konsep diri yang positif.</p>
2. Kelompok 2	<p>Jadi kami selaku konselor merasa senang dengan adanya kegiatan bimbingan kelompok ini. Kita dapat berinteraksi secara langsung dengan adik adik. Meskipun dari kelompok kami masih banyak kekurangan dalam mempraktikkan bimbingan kelompok nya.</p>
3. Kelompok 3	<p>Setelah melakukan bimbingan kami merasa senang karena anak-anak sangat antusias dengan memberikan wujud timbal balik seperti bertanya, menjawab pertanyaan yang kami ajukan dan anak-anak juga membagikan pengalamannya sehari-hari sehingga materi mudah dimengerti dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Meskipun, kami merasa belum sempurna dalam melakukan bimbingan kelompok, dan kami masih belajar dalam melakukan bimbingan kelompok.</p>
4. Kelompok 4	<p>Kelompok kami merasa sangat senang saat melakukan bimbingan kelompok dengan anak-anak. Meskipun pada saat melakukan bimbingan kelompok ada salah satu anak yang pendiam, tetapi kami tetap mendorong anak tersebut untuk merasa nyaman dengan kelompok kami, dan pada saat proses melakukan bimbingan kelompok anak tersebut mulai nyaman dengan kelompok kami, dan anak-anak lainnya sangat antusias dan merasa senang melakukan bimbingan kelompok dengan kami. Kami tidak tahu apakah kelompok kami sudah benar atau belum dalam melakukan bimbingan kelompok karena kami juga masih belajar dari materi dan pelatihan yang sudah diberikan di tahap 2 dan 3.</p>
5. Kelompok 5	<p>Kelompok kami kegiatannya berjalan dengan baik, anak-anak sangat antusias, meskipun pada bimbingan awal mereka masih terlihat malu dan belum terbuka, namun setelah melakukan sedikit pendekatan anak-anak sudah merasa nyaman dan lebih terbuka. Kelompok kami merasa belum maksimal dalam melakukan bimbingan karena kami belum memiliki banyak pengalaman tentang bimbingan</p>

	kelompok namun kami merasa senang karena dengan ini kami lebih berpengalaman.
6. Kelompok 6	Pada kelompok kami mendapatkan menjadi lebih baik dengan adanya kegiatan ini dapat mengembangkan pengetahuan kami mengenai bimbingan kelompok yang sebelumnya belum kami dapatkan. Meskipun, kami merasa belum maksimal dengan kegiatan bimbingan kelompok ini.
7. Kelompok 7	Kelompok kami mendapatkan pengalaman yang menyenangkan pada saat melakukan bimbingan kelompok di panti asuhan. Kami semaksimal mungkin melakukan bimbingan kelompok dengan baik dan membina suasana yang menyenangkan dengan adik-adik disana. Meskipun kami sudah mendapatkan pembekalan materi dan pelatihan di tahap 2 dan 3. Sebenarnya pada saat melakukan bimbingan kelompok waktu 1 jam masih kurang karena kami sangat senang mengobrol dengan adik-adik dan adik-adik nya merasa sangat antusias.
8. Kelompok 8	Pada kegiatan bimbingan kelompok berjalan dengan lancar kami merasa senang dengan bimbingan kelompok ini meskipun belum memiliki banyak pengalaman mengenai bimbingan kelompok, kami berusaha sebaik mungkin untuk memberikan yang terbaik pada saat bimbingan kelompok. Anak-anak merasa malu pada saat bimbingan namun lama kelamaan mereka merasa nyaman. Pada kegiatan ini membuat kita lebih berpengalaman dan merubah kedepannya menjadi lebih baik.

PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 1 hasil refleksi kelompok dapat dijelaskan bahwa pengalaman pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok di Panti Asuhan Salib Putih Sumogawe adalah berdasarkan anggota kelompok yang menjadi seorang konselor mengatakan bahwa mereka merasa sangat senang dan puas dalam melaksanakan proses bimbingan kelompok. Meskipun ada beberapa halangan yaitu seperti mereka yang menjadi konselor belum memiliki banyak pengalaman mengenai bimbingan kelompok, kurangnya pemahaman mengenai bimbingan kelompok dan masih ada beberapa hal yang perlu mereka perbaiki. Namun, mereka merasa bahwa dengan adanya pengalaman bimbingan kelompok ini menjadi pelajaran yang berharga dan menjadi sebuah pedoman bagi mereka dalam melakukan konseling kelompok lagi nantinya. Mereka, juga sudah merasa bahwa dengan adanya kegiatan bimbingan kelompok ini menambah pengalaman dan ilmu sebagai calon konselor dimasa depan yang baik dan sesuai, karena kegiatan ini memberikan materi mengenai bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama. Selain itu, dengan adanya beberapa

hambatan peserta sudah berusaha semaksimal mungkin untuk memberikan materi dengan baik dan sesuai meskipun mereka belum memiliki banyak bekal. Serta kegiatan ini memberikan sebuah relasi yang sangat bermanfaat ketika bertemu langsung dengan anak-anak panti yang menjadi seorang konseli didalam bimbingan kelompok ini.

Dalam angket hasil refleksi anak-anak di Panti Asuhan Salib Putih Sumogawe binaan kelompok ini dapat meningkatkan pentingnya *Social Support* dalam pengembangan konsep diri. Layanan konseling kelompok diberikan kepada seluruh anak di Panti Asuhan Salib Putih Sumogawe. Hal ini dilakukan baik di halaman belakang dan halaman depan panti asuhan. Saat melakukan kelompok, mereka mencari lokasi yang paling nyaman. Pembagian kelompok diatur menurut tingkat aktivitas dan memiliki dua sub-bab, Dukungan Sosial dan Sistem Pendukung, dengan tema Don't Give Up. Layanan konseling kelompok dalam penelitian kegiatan ini dirancang untuk membantu anak-anak mengembangkan pentingnya *Social Support* dalam mengembangkan konsep diri mereka, sekitar 3-4 anak panti asuhan dan 3 mahasiswa FKIP BK UKSW.

Kegiatan konseling kelompok khususnya bermanfaat bagi anak-anak Panti Asuhan Salib Putih Sumogawe, dimana mereka saling menghormati, menghargai diri sendiri, memperluas wawasan, membentuk dinamika kelompok anggota kelompok, dan mengembangkan tingkat stres individu. Dengan ini anda bisa mendapatkan dukungan emosional dalam situasi stres. Ini sama dengan yang ditemukan Hartina dan Siti yaitu :kegunaan bimbingan kelompok memang sangat besar dan dapat dikemukakan antara lain yaitu melalui bimbingan kelompok, anak-anak dilatih untuk menghadapi sub tugas sama-sama, dalam mendiskusikan sesuatu bersama. Jadi manfaat kepemimpinan kelompok sangat besar, antara lain melalui kepemimpinan kelompok anak dilatih untuk bekerja sama dan berdiskusi. Anak-anak didorong untuk berani mengutarakan pendapatnya dan menghargai pendapat orang lain. Juga, berbicara tentang kesulitan mereka mendorong anak-anak untuk berbicara tentang kesulitan mereka lebih berani. Mereka kemudian menyadari bahwa teman-temannya telah mengalami hal yang sama dan bahwa kelompok tersebut dapat memberikan banyak informasi yang dibutuhkan anak-anak (Hartina, Siti, 2009:8).

Selain itu dengan melakukan bimbingan kelompok anak dapat lebih mengenal diri sendiri, mengevaluasi diri sendiri melalui kelompok teman sebaya, dan anak dapat membandingkan potensi yang dimiliki melalui kelompok. Seperti halnya kepercayaan diri, kurang motivasi diri sendiri, pantang menyerah, dan lain-lain. Bimbingan dihadirkan dalam konteks penemuan diri supaya anak dapat mengenal dirinya sendiri dan secara aktif dan dinamis menerima dirinya sebagai modal untuk lebih mengembangkan potensinya. Individu yang sehat adalah ketika seorang dapat menerima dirinya apa adanya dan menyadari hal-hal positif yang terkait dengan penerimaan tersebut.

Bimbingan ini untuk meningkatkan pentingnya *Social Support* dalam pengembangan konsep diri, layanan konseling kelompok yang diberikan kepada semua anak di Panti Asuhan Salib Putih Sumogawe dirancang untuk mengatasi lingkungan sekitar mereka, lingkungan sosial dan ekonomi, budaya yang dekat dengan mereka dapat secara objektif mengetahui keduanya. Lingkungan fisik, lingkungan ini tidak hanya terkait dengan fisik, tetapi juga dengan nilai dan norma, secara aktif menerima kondisi lingkungan yang berbeda.

Saat melakukan konseling kelompok, setiap anggota kelompok diharapkan dapat mengatakan apa yang menurut mereka tepat dan apa yang perlu didiskusikan dalam kelompok, mengenai hal yang paling sering dialami oleh anak-anak panti asuhan. Dengan mengetahui permasalahan anak-anak panti asuhan, dapat mengetahui hal itu diharap anggota bimbingan kelompok yang lain dapat membantu menyelesaikannya melalui bimbingan kelompok.

SIMPULAN

Berdasarkan artikel diatas dapat disimpulkan bahwa pengalaman pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok di Panti Asuhan Salib Putih Sumogawe para peserta kegiatan sangat merasa terbantu dengan adanya kegiatan tersebut mereka dapat menyalurkan kemampuan bimbingan kelompoknya yang sudah didapatkan saat melakukan perkuliahan dengan bekal pembelajaran yang telah dilakukan mereka dapat memberikan layanan kepada anak panti ditempat tersebut. Selain menyalurkan kemampuan mereka dapat mengasah ketrampilannya untuk dijadikan bekal sebagai calon konselor di masa depan. Dengan begitu mereka siap dan dapat menjalankan pekerjaanya dengan baik. Kegiatan ini dalam bentuk layanan bimbingan yang diberikan kepada kelompok-kelompok kecil yang beranggotakan 3 sampai 4 anak-anak panti yang di maksudkan untuk menolong anak-anak meningkatkan pentingnya sosial suport dalam pengembangan konsep diri, Kegiatan bimbingan kelompok dapat memberikan manfaat yaitu anak-anak Panti Asuhan Salib Putih Sumogawe dapat saling menghargai, menghormati diri sendiri, memperluas wawasan, terbentuk dinamika kelompok bagi para anggota kelompok, dan dukungan emosial dalam situasi stress individu.

UCAPAN TERIMAKASIH

Pertama kami mengucapkan Puji Syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Kuasa. Selain itu kami mengucapkan terimakasih kepada Bp. Spto Irawan S.Pd M.Pd.,MCE. dan Bp. Yustinus Windrawanto, S.Pd., M.Pd. selaku dosen pembimbing, kami juga mengucapkan terimakasih terhadap pihak Panti Asuhan Salib Putih Sumogawe Bp. Erwin Guna Panca Yoga, peserta GEMA BK (Gerakan Mahasiswa Bimbingan dan Konseling), serta pihak lain yang membantu agar penelitian ini berjalan dengan lancar. Artikel ini kami akui masih banyak kekurangan oleh karena itu kami harapkan pembaca juga dapat memberikan masukan terhadap artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayuningtyas, D., & Rayhani, M. (2018). Analisis situasi kesehatan mental pada masyarakat di Indonesia dan strategi penanggulangannya. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 1-10. (<http://ejournal.fkm.unsri.ac.id/index.php/jikm/article/view/241>)
- Buhani, B. (2017). Implementasi Bimbingan Kelompok Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Kelas VIII SMP PGRI Banyuwangi Tahun Pelajaran 2016/2017. *Jurnal Edukasi*, 4(2), 31-37. (<https://jurnal.unej.ac.id/index.php/JEUJ/article/view/5969>)

- Dwi, Y. (2019). Konseling Kelompok dengan Teknik Psikodrama "Nilai Karakter Cinta Damai" untuk Mereduksi Perilaku Agresif Siswa. *Empathy Cons-Journal of Guidance and Counseling*, 1(1), 32-43. (<https://www.e-journal.ivet.ac.id/index.php/emp/article/view/793>)
- Elihami, E. (2019). Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Higher of Think Mahasiswa Berbasis Kampus Merdeka. *EduPsyCouns: Journal of Education, Psychology and Counseling*, 1(1), 79-86. (<https://ummaspul.e-journal.id/Edupsycouns/article/view/324>)
- Fadilah, S. N. (2019). Layanan bimbingan kelompok dalam membentuk sikap jujur melalui pembiasaan. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 3(2), 167-178. (<http://journal.iaincurup.ac.id/index.php/JBK/article/view/1057/pdf>)
- Fitri, E. N., & Marjohan, M. (2017). Manfaat Layanan Konseling Kelompok dalam Menyelesaikan Masalah Pribadi Siswa. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 2(2), 19-24. (<http://www.jurnal.iicet.org/index.php/j-edu/article/view/61>)
- Hamid, I. (2018). Penerapan Teknik Sosiodrama Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa SMK Negeri 8 Makassar. *Jurnal Mimbar Kesejahteraan Sosial*, 1(1). (<https://journal3.uin-lauddin.ac.id/index.php/jmks/article/view/7025>)
- Hayat, A. Pengaruh Metode Bimbingan Agama Terhadap Penanaman Konsep Diri pada Anak Jalanan Di Panti Sosial Bina Remaja (PSBR) Taruna Jaya 2 Dinas Sosial DKI Jakarta (Bachelor's thesis, Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta). (<https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/58691>)
- Hayat, A. *Pengaruh Metode Bimbingan Agama Terhadap Penanaman Konsep Diri pada Anak Jalanan Di Panti Sosial Bina Remaja (PSBR) Taruna Jaya 2 Dinas Sosial DKI Jakarta* (Bachelor's thesis, Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta). (<https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/58691>)
- Jannah, N. (2015). Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dalam Pemilihan Kegiatan Ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Rantau. *Jurnal mahasiswa BK An-nur*, 1(1), 34-43. (<http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=843260&val=13615&title=PELAKSANAAN%20LAYANAN%20BIMBINGAN%20KELOMPOK%20DALAM%20PEMI LIHAN%20KEGIATAN%20EKSTRAKURIKULER%20DI%20SMP%20NEGERI%201%20 RANTAU>)
- Marsela, R. D., & Supriatna, M. (2019). Konsep diri: Definisi dan faktor. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice, and Research*, 3(02), 65-69. (<http://www.jurnal.iicet.org/index.php/j-edu/article/view/184>)
- Maulina, D., & Suhertina, S. Efektivitas Teknik Sosiodrama Dalam Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa. *Jurnal Administrasi Pendidikan & Konseling Pendidikan*, 1(2), 90-98. (<http://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/JAPKP/article/view/9272>)
- Octaviana, I. N., Kiswanto, A., & Hidayati, R. (2020). Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Dalam Bergaul Dengan

- Teman Sebayu. *Jurnal Prakarsa Paedagogia*, 3(1).
(<https://jurnal.umk.ac.id/index.php/JKP/article/view/5153>)
- Oktavianda, M., Husen, M., & Nurbaity, N. (2019). Hubungan Determinasi Diri Dengan Sosial Support Di Dayah Modern Darul 'Ulum Kota Banda Aceh. *JIMBK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan & Konseling*, 4(4).
(<http://www.jim.unsyiah.ac.id/pbk/article/view/13535>)
- Prihartono, A. W., & Sos, S. (2016). Surat kabar & konvergensi media (studi deskriptif kualitatif model konvergensi media pada Solopos). *Jurnal Channel*, 4(1), 105-106.
(<http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=1177804&val=7244&title=Surat%20Kabar%20%20Konvergensi%20Media%20Studi%20Deskriptif%20Kualitatif%20Model%20Konvergensi%20Media%20Pada%20Solopos>)
- Reski, N., Taufik, T., & Ifdil, I. (2017). Konsep diri dan kedisiplinan belajar siswa. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 3(2), 85-91.
(<http://www.jurnal.iicet.org/index.php/j-edu/article/view/184>)
- Saadah, M., Irawan, E., & Fitria, N. (2020). MENINGKATKAN KONSEP DIRI POSITIF SISWA MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK RASIONAL EMOTIF BEHAVIOR. *Jurnal Fokus Konseling*, 6(2), 108-114.
(<https://www.ejournal.umpri.ac.id/index.php/fokus/article/download/1262/996>)
- Salam, A. (2017). *Hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan stres akademik pada siswa* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945).
(<http://repository.untag-sby.ac.id/1159/>)
- Suryani, C. D. (2018). Peningkatan kepercayaan diri melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas X PS2 SMK Negeri 1 Bandung. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 18(3), 252-269. (<https://ejournal.upi.edu/index.php/JER/article/view/14997>)
- Warella, N. I., Desi, D., & Lahade, J. R. (2021). Hubungan Antara Support System Dengan DAS (Depression, Anxiety, Stress) Pada Perempuan Yang Menikah Di Usia Dini Di Kecamatan Sirimau, Kota Ambon. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 6(2).
(https://www.researchgate.net/publication/354526652_Hubungan_Antara_Support_System_Dengan_DAS_Depression_Anxiety_Stress_Pada_Perempuan_Yang_Menikah_Di_Usia_Dini_Di_Kecamatan_Sirimau_Kota_Ambon)
- Wiyarti, P. U. (2019). MENINGKATKAN KONSEP DIRI POSITIF SISWA MELALUI BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEHNIK MIND MAP PADA SISWA KELAS X. MIPA. 9 SMA 1 SEMARANG TAHUN PELAJARAN 2016/2017. *Empati-Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6(1), 91-104.
(<http://eprints.uad.ac.id/21271/1/29.%20Adi%20Nugroho%20%28535-543%29.pdf>)
- Yuliani, W. (2018). Metode penelitian deskriptif kualitatif dalam perspektif bimbingan dan konseling. *Quanta*, 2(2), 83-91. (<http://www.e-journal.stkipsiliwangi.ac.id/index.php/quanta/article/view/1641>)