
Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Mengatasi Insecurity Pada Siswa SMA

Suci Prasasti¹, Donosuko², Elma Rusita Dewi³

Prodi Bimbingan Konseling^{1,2,3}
Universitas Tunas Pembangunan Surakarta
suciprasasti@gmail.com

ABSTRACT

In the phenomenon of insecurity in adolescents at SMA Muhammadiyah 1 Sragen, there are several students who feel insecure and have low self-confidence. By observing and interviewing several students who are insecure they reveal things they are uncomfortable with such as physical issues, one's intelligence, the inability to follow the lifestyle of a circle of friends which causes self-doubt. The method used is to use group guidance services with the song "spoken inwardly" as a medium in the implementation of group guidance services. By using song media, the message conveyed will be easy to understand, just as the Tuter Batin song has a meaning about self love, namely humans are reminded to love and accept themselves as a whole. As a result, students feel helped because they get different services at school.

Keywords: *Group guidance, insecurity, high school students*

ABSTRAK

fenomena insecure pada remaja di SMA Muhammadiyah 1 Sragen terdapat beberapa siswa merasa insecure dan memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah. Dengan melakukan observasi dan wawancara kepada beberapa siswa yang mengalami insecure mereka mengungkapkan hal-hal ketidaknyamanannya seperti halnya fisik, kepintaran seseorang, ketidakmampuan mengikuti gaya hidup lingkaran pertemanan sehingga menimbulkan ketidakpercayaan diri. Metode yang dilakukan adalah menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan lagu "tutur batin" sebagai media dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok. Dengan menggunakan media lagu, pesan yang disampaikan akan mudah dimengerti seperti halnya lagu Tutur Batin memiliki makna tentang self love yaitu manusia diingatkan untuk mencintai dan menerima diri sendiri secara utuh. Hasilnya siswa merasa terbantu karena mendapatkan layanan yang berbeda di sekolah.

Kata kunci: Bimbingan kelompok, insecurity, siswa SMA

Submitted: 2023-01-07	Revised: 2023-01-11	Accepted: 2023-01-27
-----------------------	---------------------	----------------------

PENDAHULUAN

Dalam proses pencarian jati diri, remaja mulai menunjukkan eksistensi diri mereka untuk mendapatkan pengakuan dan keberadaannya terutama dalam pergaulannya. Salah satu bentuk permasalahan pergaulan di antara remaja yaitu memaksakan diri untuk mengikuti pola hidup dari kelompoknya sehingga remaja seringkali tidak bisa menjadi diri sendiri secara utuh, hal inilah yang menimbulkan rasa ketidaknyamanan atau insecure pada diri remaja. Insecure dapat dilihat dari kondisi psikis di mana seseorang merasa tidak nyaman, dan menganggap dunia sebagai hutan yang menggancam, berbahaya dan hal ini menimbulkan rasa cemas, tidak bahagia, tidak percaya diri dan merasa di tolak.

Perasaan insecure berlebih yang dialami individu itu sendiri bisa mengakibatkan gangguan mental (mental illness) dan akhirnya dapat berdampak kefatalan serius. Pemahaman yang sekarang ini masih kurang atau minim menanggapi hal semacam ini

tentunya akan berdampak terhadap fisik atau jiwa individu tersebut. Kondisi ini menunjukkan bahwa perasaan insecure tinggi atau berlebihan sangat berpotensi buruk pada nasib individu apabila tidak ditanggulangi dan ditindaklanjuti secara cepat dan tepat.

Kegiatan pengabdian ini, tim menemukan fenomena insecure pada remaja di SMA Muhammadiyah 1 Sragen terdapat beberapa siswa merasa insecure dan memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah. Dengan melakukan observasi dan wawancara kepada beberapa siswa yang mengalami insecure mereka mengungkapkan hal-hal ketidaknyamanannya seperti hal nya fisik, kepintaran seseorang, ketidakmampuan mengikuti gaya hidup lingkaran pertemanan sehingga menimbulkan ketidakpercayaan diri.

Berdasarkan fenomena di atas, tim tertarik mengadakan kegiatan pengabdian masyarakat di SMA Muhammadiyah Sragen dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok yang disesuaikan dengan kondisi di lokasi dan sasaran kegiatan.

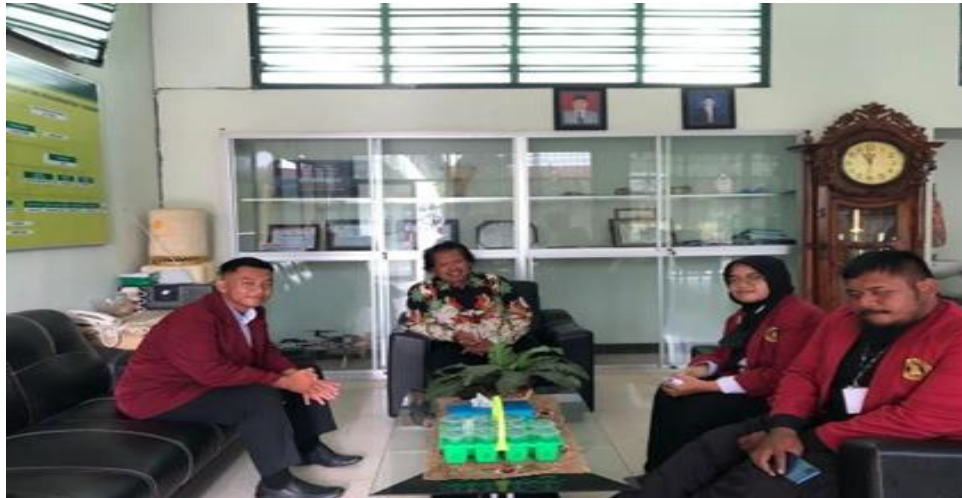
METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Dalam memecahkan masalah dan merealisasikan ide-ide yang telah direncanakan kami menentukan langkah-langkah yang telah dilaksanakan di SMA Muhammadiyah Sragen khususnya melibatkan warga desa lain. Metode yang dilakukan adalah menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan lagu "tutur batin" sebagai media dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok. Dengan menggunakan media lagu, pesan yang disampaikan akan mudah di mengerti seperti halnya lagu Tutur Batin memiliki makna tentang self love yaitu manusia diingatkan untuk mencintai dan menerima diri sendiri secara utuh.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Jadwal Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat program studi bimbingan konseling Universitas Tunas Pembangunan Surakarta ini berlangsung selama 1 bulan yaitu 3 Oktober 2022 sampai dengan 5 Nopember 2022 dan dihadiri oleh 6 orang yang menjadi peserta kegiatan. Semua peserta mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat ini dengan antusias karena diharapkan dengan kegiatan pengabdian masyarakat ini akan terjalin hubungan kerjasama yang harmonis antara SMA Muhammadiyah Sragen dengan FKIP UTP Surakarta khususnya program studi bimbingan konseling.



Kegiatan pengabdian ini dilakukan di SMA Muhammadiyah 1 Sragen merupakan salah satu SMA Swasta di Kabupaten Sragen yang tepatnya beralamat di JL. Raya Sukowati No. 106, Sine, Kecamatan Sragen, Kabupaten Sragen, Jawa Tengah, Kode Pos 57213 dengan nomor telepon (0271) 495827. SMA Muhammadiyah 1 Sragen memiliki alamat email dan website sekolah www.smamuh1srg.sch.id sebagai sarana komunikasi atau informasi sekolah. SMA Muhammadiyah 1 Sragen memiliki siswa dengan jumlah kelas X = 155 siswa, kelas XI = 107 siswa dan kelas XII = 115 siswa.



SMA Muhammadiyah 1 Sragen untuk saat ini menggunakan kurikulum Merdeka. Kurikulum tersebut diberikan atau diterapkan kepada seluruh siswa mulai dari siswa kelas X sampai dengan kelas XII. Kemudian untuk sistem pembelajarannya saat paska Pandemi COVID-19 ini SMA 1 Muhammadiyah Sragen sudah masuk secara penuh

2. Hasil Kegiatan

a. Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok merupakan salah satu teknik bimbingan yang berusaha membantu individu agar dapat mencapai perkembangannya secara optimal sesuai dengan kemampuan, bakat, minat, serta nilai-nilai yang dianutnya dan dilaksanakan dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok ditujukan untuk

mencegah timbulnya masalah pada siswa dan mengembangkan potensi diri siswa (Romlah, 2001: 3). Winkel & Hastuti (2012: 547), menjelaskan bahwa bimbingan kelompok adalah kegiatan kelompok diskusi yang menunjang perkembangan pribadi dan perkembangan sosial masing-masing individu-individu dalam kelompok, serta meningkatkan mutu kerja sama dalam kelompok guna aneka tujuan yang bermakna bagi para partisipan.



Maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada sejumlah individu dalam bentuk kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk membahas topik tertentu yang dipimpin oleh pemimpin kelompok bertujuan menunjang pemahaman, pengembangan dan pertimbangan pengambilan keputusan atau tindakan individu. Asas-asas yang ada dalam layanan bimbingan kelompok diantaranya sebagai berikut: asas kesukarelaan, asas keterbukaan, asas kegiatan, asas kekinian, asas kenormatifan, asas kerahasiaan.



Kemudian untuk topik atau materi yang digunakan dalam bimbingan kelompok itu ada 2. Yang pertama topik bebas, maksudnya yaitu pemilihan materi atau topik dilakukan secara tiba-tiba sesuai dengan kesepakatan awal antara pemimpin kelompok (konselor) dengan anggota kelompok. Pemimpin kelompok sebelumnya juga tidak mempersiapkan materinya. Selanjutnya yang kedua adalah topik tugas, dimana sebelumnya pemimpin kelompok sudah mempersiapkan topik dan materi yang akan

dibahasnya dengan anggota kelompok,

Dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat di SMA Muhammadiyah 1 Sragen kali ini, tim melaksanakan satu kali pemberian layanan bimbingan kelompok dengan topik tugas dengan tema "Meningkatkan pemahaman diri dengan permainan ular tangga PADEDI (Paham Dengan Diri)" yang disesuaikan dengan kondisi permasalahan siswa di kelas tersebut. Selanjutnya di berikan layanan bimbingan kelompok dengan mengangkat tema tentang "Yuk Jangan lagi Insecure" yang di selipkan lagu tutur batin by Yura Yunita sebagai media dalam pemberian layanan bimbingan kelompok.

3. Hambatan dan Solusi

Selama kegiatan pengabdian di SMA Muhammadiyah 1 Sragen, Tim dari program studi Bimbingan Konseling Universitas Tunas Pembangunan Surakarta selain memperoleh banyak sekali pengalaman yang luar biasa menarik juga hambatan /kendala yaitu:

1. Kurangnya fasilitas pendukung

Fasilitas pendukung di SMA Muhammadiyah 1 Sragen kurang mendukung, contohnya tidak tersedianya LCD proyektor, sound system di masing-masing ruang kelas, hal ini juga menjadi hambatan untuk Tim program studi Bimbingan Konseling UTP Surakarta dalam memberikan layanan kepada siswa karena sebagian besar proses pemberian layanan terutama layanan klasikal memerlukan media yang dapat di lihat dengan jelas oleh banyak siswa.

2. Tidak adanya jam pelajaran untuk BK

Tidak adanya jam pelajaran BK yang terprogram sedikit menjadi kendala Tim Prodi BK UTP Surakarta dalam memberikan layanan. Dengan adanya jam khusus masuk ke ruang kelas bertemu dan memberikan layanan kepada siswa sehingga bisa lebih mengenal dan berinteraksi kepada siswa dengan lebih mendalam.



Solusi dari hambatan di atas dapat di atasi dengan cara :

- a. Memberikan layanan Bimbingan Konseling di jam mata pelajaran kosong terutama pada layanan bimbingan klasikal.

- b. Mengenai sarana prasarana yang kurang mendukung untuk penunjang layanan klasikal tim menggunakan/mengirimkan media baik itu PPT/Video melalui WhatsApp Group masing-masing kelas.



2. Inovasi Selama Kegiatan PPL BK

Inovasi yang dilakukan tim pada saat kegiatan PPL BK di SMA Muhammadiyah 1 Sragen yaitu mengisi layanan Bimbingan Konseling dengan memberikan permainan "Serah Terima" dan Bimbingan Kelompok dengan permainan Ular Tangga "PADEDI" (Paham Dengan Diri) dimana sekolah tersebut guru BK tidak memiliki jam tersendiri sehingga siswa merasa senang apabila di isi layanan BK melalui permainan edukasi dan tentunya tetap berisi layanan dalam Bimbingan Konseling.



Kesimpulan

Berdasarkan serangkaian kegiatan yang telah dilaksanakan tim selama melaksanakan pengabdian masyarakat Bimbingan dan Konseling di SMA Muhammadiyah 1 Sragen, dapat disimpulkan yang pertama dari segi sarana dan prasarana di SMA Muhammadiyah 1 Sragen cukup memadai. Dari segi tenaga pendidik di SMA Muhammadiyah 1 Sragen sudah baik dalam melaksanakan tanggung jawabnya dalam waktu mengajar. Dari segi pengelolaan administrasi sekolah dan administrasi BK di SMA Muhammadiyah 1 Sragen sudah cukup

baik dan berjalan secara sistematis dan sebagaimana mestinya. Sedangkan dari segi interaksi antara guru dengan guru, guru dengan murid, murid dengan murid di SMA Muhammadiyah 1 Sragen juga sudah berjalan dengan baik dan teratur.

DAFTAR PUSTAKA

- Fiah Rifda El. Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling . 2015. Yogyakarta: Idea Press.
- Gibson Robert L. & Marianne H. Bimbingan dan Konseling. 2010. Yogyakarta: PustakaBelajar.
- Romlah, Tatik. 2001. Teori dan Praktek Bimbingan dan Konseling Kelompok. Malang:Universitas Negeri Malang Press.
- Sunaryo Kartadinata, 2010. Penataan Pendidikan Profesional Konselor dan Layanan Bimbingan dan Konseling dalam Jalur Pendidikan Formal. Jakarta : Depdiknas
- Winkel W. S & Hastuti. Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan. 2013. Yogyakarta: Media Abadi.