

PEMBERDAYAAN KONSELOR SEBAYA STRATEGI PENANGANAN MASALAH REMAJA

Ridni Husnah¹, Aminah Aatinaa Adyatma², Anggelista Lammabue Panjaitan³

^{1,2,3}) Program Studi Sarjana dan Pendidikan Ilmu Profesi Bidan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Awal Bros
e-mail: ridnih2@gmail.com

Abstrak

Masa remaja adalah masa yang sangat rentang dengan berbagai permasalahan. Tujuan dari kegiatan ini adalah membentuk kelompok konselor sebaya di posyandu remaja guna membantu mensosialisasikan peran dan fungsi bimbingan konseling, meningkatkan kompetensi diri (pribadi yang positif) agar mampu menjadi konselor, membantu memecahkan permasalahan teman sebaya melalui kegiatan konseling. Pelaksanaan program pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 17 September dan 24 September 2023 yang berlokasi di Posyandu Remaja Healthy Teenagers dengan melibatkan 8 Kader Remaja. Metode kegiatan yang dipilih adalah dengan metode pelatihan dan pendampingan dengan strategi ceramah, *focused group discussion*, *role play* dan simulasi. pelaksanaan kegiatan ini telah mampu meningkatkan performansi bimbingan konseling melalui kegiatan konseling sebaya. Selain itu kegiatan ini memberikan penghargaan dan perhatian terhadap Remaja dengan melakukan kegiatan positif dalam bimbingan konseling di Posyandu Remaja, Kader juga dapat mengantisipasi munculnya perilaku negatif remaja (kenakalan remaja).

Kata kunci: Konselor Sebaya, Remaja

Abstract

Adolescence is a very spanned period with various problems. The purpose of this activity is to form a peer counselor group at the youth posyandu to help socialize the role and function of counseling guidance, improve self-competence (positive personality) to be able to become a counselor, help solve peer problems through counseling activities. The implementation of this service program will be carried out on September 17 and September 24, 2023 located at the Healthy Teenagers Youth Posyandu involving 8 Youth Cadres. The method of activities chosen is the method of training and mentoring with lecture strategies, *focused group discussion*, *role play* and simulation. The implementation of this activity has been able to improve the performance of counseling guidance through peer counseling activities. In addition, this activity provides appreciation and attention to adolescents by carrying out positive activities in counseling guidance at the Youth Posyandu, cadres can also anticipate the emergence of negative adolescent behavior (juvenile delinquency).

Keywords : Peer Counselor, Youth

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa yang sangat rentang dengan berbagai permasalahan baik masalah pribadi, belajar, sosial dan karir. Permasalahan remaja tidak hanya menjadi tanggungjawab keluarga tetapi juga tanggungjawab sekolah sebagai lembaga pendidikan formal. (salmiati, 2018)

Remaja berperan penting dalam pembangunan dan dapat meningkatkan daya saing penduduk di era globalisasi. Data demografi menunjukkan bahwa remaja merupakan populasi yang besar dari penduduk dunia. Masa remaja merupakan suatu fase tumbuh kembang yang dinamis dalam kehidupan seorang individu. Masa ini merupakan periode transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang ditandai dengan percepatan perkembangan fisik, psikologis, emosional, dan sosial.

Dengan perkembangan teknologi dan remaja, tidak menutup kemungkinan adanya dampak negatif. Perkembangan teknologi dan arus globalisasi melalui internet yang sangat mudah diakses remaja turut memberikan kontribusi terhadap perilaku pada remaja (Cindoswari & Diana, 2019). Perilaku seks bebas yang kini sudah bukan menjadi hal yang asing bagi remaja, perilaku kekerasan dan perkelahian, perilaku anti sosial karena dampak dari media sosial, tindakan cyber bullying dan permasalahan sosial yang terjadi tentu dampak dari perkembangan teknologi (Aini, 2019). Hal ini menjadi sulit terkontrol orang dewasa ketika remaja tidak terbuka dan lebih bertindak sesuai dengan pikirannya yang kurang matang

Kelompok teman sebaya sebagai lingkungan sosial bagi remaja (siswa) mempunyai peranan yang cukup penting bagi perkembangan kepribadiannya. Peranan itu semakin penting, terutama pada saat

terjadinya perubahan dalam struktur masyarakat pada beberapa dekade terakhir ini yaitu: 1) perubahan struktur keluarga, dari keluarga besar ke keluarga kecil; 2) adanya kesenjangan antara generasi tua dan generasi muda; 3) ekspansi jaringan komunikasi di antara kawula muda dan; 4) panjangnya masa atau penundaan memasuki masyarakat orang dewasa (Musyirifin, 2020). Permasalahan teman sebaya merupakan faktor yang sangat berpengaruh terhadap kehidupan pada masa-masa remaja. Pernyataan tersebut dapat dipahami karena pada kenyataannya remaja dalam masyarakat modern seperti sekarang ini menghabiskan sebagian besar waktunya bersama dengan teman sebaya mereka (Ismiyati et al., 2022).

Hubungan sebaya memiliki peranan yang kuat dalam kehidupan remaja. Fokus dari hubungan sebaya adalah bagaimana seseorang dapat diterima dalam suatu pertemanan dengan teman yang memiliki kesamaan dalam usia, latar belakang ataupun nasib. Hubungan dapat terjadi dengan eratnya. Bahkan hubungan ini dapat memberikan kenyamanan serta kepercayaan antar sebaya.

Permasalahan remaja tidak hanya menjadi tanggungjawab keluarga tetapi juga menjadi tanggungjawab sekolah sebagai lembaga pendidikan formal remaja (Haris & Auliya, 2019). Sekolah memiliki unit bimbingan dan konseling yang memiliki peran dan fungsi yang strategis dalam pola pembentukan karakter dan perilaku sukses saat belajar di sekolah. Namun masih sedikit siswa yang mengakses jasa dan layanan bimbingan konseling di sekolah untuk mampu membantu menyelesaikan masalahnya dan mengembangkan potensinya, sehingga perlu adanya strategi yang tepat agar siswa dapat mengembangkan diri dan menyelesaikan masalah.

Salah satu strategi yang dapat digunakan adalah dengan membentuk kelompok konselor sebaya. Sekolah juga merupakan lembaga peralihan yang mempersiapkan remaja untuk berpindah dari kehidupan keluarga yang tunduk kepada bimbingan dan perlindungan dengan kekuasaan orang tua, menuju kepada kehidupan masyarakat yang berdiri sendiri, yang penuh dengan berbagai macam persaingan. Hal ini dapat dipahami karena periode remaja merupakan periode yang sangat dekat dengan peer group, membutuhkan pengakuan dari kelompok atau teman sebaya dan membutuhkan identitas baru yang bisa meningkatkan harga dirinya (Shohib et al., 2016). Dalam terminology konseling, kegiatan saling bantu dan saling mendukung diantara sesama teman sebaya dalam menghadapi berbagai persoalan hidup dan atau dalam mengembangkan potensi diri disebut dengan konseling sebaya (peer counseling).

Kegiatan ini juga dimaksudkan untuk menjalin komunikasi yang lebih baik antara konselor, tim pengabdian (mentor) dan pihak kampus, agar kerjasama yang dilakukan ini dapat berkesinambungan untuk kepentingan masyarakat yang lebih luas. Disamping itu kegiatan ini juga untuk melakukan tindakan prevensi terhadap perilaku negatif yang mungkin muncul dalam diri siswa dan memberikan pencerahan terhadap perkembangan informasi psikososial di luar (Sari et al., 2019).

Tujuan dari kegiatan ini adalah membentuk kelompok konselor sebaya di posyandu remaja guna membantu mensosialisasikan peran dan fungsi bimbingan konseling, meningkatkan kompetensi diri (pribadi yang positif) agar mampu menjadi konselor, membantu memecahkan permasalahan teman sebaya melalui kegiatan konseling. Target yang ingin dicapai dari pelaksanaan kegiatan ini adalah: a) Remaja mempunyai kemampuan dan keterampilan bimbingan dan konseling; b) Adanya keterlibatan aktif para siswa dalam kegiatan yang dikelola oleh bimbingan dan konseling di sekolah; c) Berubahnya persepsi dan sikap negatif siswa terhadap lembaga bimbingan dan konseling; d) Mendorong mitra sekolah untuk mengoptimalkan peran dan fungsi bimbingan dan konseling melalui ketersediaan sumber daya yang dimiliki; e) Tumbuhnya perilaku positif para siswa yang ditumbuhkan melalui peran sosial secara langsung dalam memecahkan permasalahan teman sebaya.

METODE

Pelaksanaan program pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 17 September dan 24 September 2023 yang berlokasi di Posyandu Remaja Healthy Teenagers dengan melibatkan 8 Kader Remaja, yang melatih Kader dari Posyandu Remaja Healthy Teenagers tersebut sebagai calon konselor sebaya. Metode kegiatan yang dipilih adalah dengan metode pelatihan dan pendampingan dengan strategi ceramah, focused group discussion, role play dan simulasi.

Kegiatan ceramah mengutamakan pemberian materi secara lisan dan tulis kepada peserta dengan memberikan kesempatan untuk saling berdiskusi dan bertanya terhadap materi yang disampaikan agar peserta dapat memahami terhadap materi yang disampaikan.

Focused Group Discussion, diskusi grup ini difokuskan kepada peserta agar mereka dapat mengutarakan opini dan pendapat pada suatu permasalahan tertentu secara terarah, diskusi terbentuk menjadi 2 kelompok dan masing-masing kelompok didampingi oleh mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Awal Bros. Pelaksanaan FGD ini berlangsung selama 30 menit, peserta diminta untuk berdiskusi mengenai masalah yang sudah dirancang pemateri sehingga peserta memiliki pemahaman baru tentang berbagai masalah dari berbagai sudut pandang dalam kelompok. Diskusi akan terarah karena masing-masing kelompok akan didampingi oleh mahasiswa.

Kegiatan selanjutnya adalah role play, merupakan suatu permainan yang dirancang dan disusun dalam suatu skenario untuk memberi kesempatan kepada peserta melakukan suatu peran tertentu sehingga memperoleh pengalaman tidak simbolik semata. Ketika melakukan role play, peserta dituntut mampu menghayati suatu peran tertentu, mencoba dan merasakan menjadi seseorang tertentu dalam suatu proses sehingga dapat lebih memahami dan punya gambaran aplikasinya. Skenario yang dibuat adalah peserta ditempatkan pada situasi menjadi konselor sebaya untuk mendapatkan pengalaman baru dan nyata tentang proses konseling sebaya.

Kegiatan selanjutnya adalah simulasi, setelah kegiatan role play dilaksanakan, selanjutnya adalah simulasi. Dalam simulasi, setting yang dihadapi akan menjadi nyata yang akan dihadapi peserta di masa yang akan datang. Peserta akan diminta melakukan sesuatu yang benar-benar akan dilakukan dalam waktu dekat, sementara peserta yang lain memainkan peran sebagai orang lain yang nanti akan terlibat dalam proses yang disimulasikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini telah dilaksanakan dengan baik sesuai rencana yang telah disiapkan. Kegiatan dimulai dengan persiapan. Adapun persiapan yang dilakukan meliputi:

1. Melakukan sosialisasi terhadap mitra kegiatan untuk memastikan keberlangsungan kegiatan ini dengan mengungkapkan time agenda dan hal-hal yang menjadi konsekuensi kegiatan tersebut
2. Melakukan koordinasi dan TOT (training for trainer) tentang pelatihan konseling sebaya kepada tim kader sebaya yang akan membantu program pengabdian ini secara berkelanjutan.
3. Tim mempersiapkan 2 mahasiswa untuk menjadi trainer dan pendamping kegiatan konseling sebaya;
4. Mempersiapkan materi pelatihan dan pembuatan pedoman konseling sebaya yang akan diberikan kepada seluruh peserta dan mitra kegiatan.

Dalam tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini sesuai dengan rencana pelaksanaan dan kesepakatan dengan mitra kegiatan. Tahapan kegiatan tersebut antara lain:

1. Pembuatan pedoman konseling sebaya: Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan bekal kepada peserta agar dapat melakukan kegiatan konseling sebaya dengan lebih praktis. Pedoman ini berisikan tentang petunjuk praktis dalam melakukan konseling sebaya disertai dengan gambar praktek konseling dan lampiran contoh proses konseling. Disamping itu pedoman juga dilengkapi dengan contoh kasus masalah remaja beserta petunjuk cara menyelesaikannya melalui konseling sebaya. Pedoman ini diberikan kepada seluruh peserta dan pengurus panti asuhan sebagai mitra kegiatan pengabdian ini. Diharapkan pedoman ini dapat dijadikan referensi bagi pelaksanaan konseling sebaya untuk memudahkan pengembangan kelompok konseling sebaya di Kabupaten Poso;
2. Pelatihan dasar: Kegiatan berikutnya adalah melakukan pelatihan dasar konseling sebaya untuk mitra kegiatan. Tujuan dari kegiatan ini adalah :
 - a. Memperkenalkan program konseling sebaya sebagai alternatif pemecahan masalah (problem solving) bagi para remaja,
 - b. Memberikan pengetahuan dan pemahaman tentang proses konseling sebaya,
 - c. Membentuk karakteristik dasar seorang konselor sebaya,
 - d. Meningkatkan kepekaan terhadap lingkungan sekitar.

Selanjutnya adalah pelatihan lanjutan, Sesuai dengan tujuan dilakukannya kegiatan pengabdian ini dan hasil evaluasi dari pelatihan dasar konseling sebaya, maka dibutuhkan adanya pelatihan lanjutan. Kegiatan ini bertujuan untuk:

1. Meningkatkan kompetensi dan keterampilan peserta dalam kegiatan konseling sebaya,
2. Membentuk karakter remaja (konselor sebaya) yang sesuai dengan kebutuhan program konseling,

3. Mensosialisasikan teknik konseling sebaya sebagai salah satu alternatif pemecahan masalah bagi remaja. Pelatihan lanjutan dibutuhkan dalam rangka melakukan identifikasi permasalahan yang dirasakan dan dijumpai dalam aplikasi kegiatan konseling sebaya.

Disamping itu pengabdian Masyarakat ini juga diharapkan oleh mitra kegiatan untuk meningkatkan penguasaan materi dan aplikasi konseling sebaya agar dapat diterapkan dengan baik sesuai kaidah di tempat masing-masing, sehingga dalam kegiatan ini banyak dilakukan role play dan simulasi kegiatan konseling. Tahap selanjutnya adalah Program pendampingan merupakan kegiatan yang disusun sebagai sebuah paket kegiatan untuk memastikan bahwa peserta melakukan kegiatan konseling dan memiliki kemampuan dasar yang dibutuhkan saat melakukan konseling sebaya.

Seorang konselor tentunya perlu memiliki sikap empati, keterbukaan, serta menjadi pendengar yang baik. Oleh karena itu, dalam memberikan layanan konseling dibutuhkan keterampilan komunikasi yang baik. Untuk mendapatkan sikap tersebut dapat dilakukan pelatihan terlebih dahulu pada konselor sebaya. Pelatihan konselor sebaya dapat meningkatkan kesadaran diri atau self-awareness terhadap perilaku berisiko pada remaja (Yuliasari, 2020).

Secara teoritis, pembentukan dan penerapan konselor sebaya ini merupakan salah satu pemanfaatan dari fungsi teman sebaya. Seperti dikatakan sebelumnya fungsi teman sebaya dapat dibedakan menjadi tiga yaitu: 1) Sebagai sumber informasi mengenai dunia di luar keluarga; 2) Sumber kognitif, untuk pemecahan masalah dan perolehan pengetahuan; 3) Sumber emosional, untuk mengungkapkan ekspresi dan identitas diri. Hal yang menjadi fungsi terpenting dalam sebaya adalah memberikan sumber informasi dan perbandingan tentang dunia luar keluarga. Anak-anak menerima umpan balik tentang kemampuan mereka dari grup sebaya mereka (Desiani, 2020). Melalui sebaya remaja belajar menjadi pasangan-pasangan yang terampil dan sensitif dalam hubungan dekat dengan membentuk persahabatan yang erat dengan sebaya terpilih.

Disamping itu kegiatan ini juga untuk menjembatani informasi terbaru berkaitan dengan permasalahan yang dihadapi oleh teman-teman sebayanya dan permasalahan individu saat melakukan kegiatan konseling, sehingga tim pengabdian masyarakat dapat menyusun langkah-langkah baru dan membantu penyelesaian masalah yang dihadapi oleh peserta dan mitra. Program pendampingan dimaksudkan untuk memberikan penguatan secara psikososial agar konselor sebaya dapat dengan mandiri dan percaya diri melakukan kegiatan konseling. Selain itu kegiatan pendampingan juga digunakan untuk melakukan sharing terhadap permasalahan yang dihadapi konseli dan permasalahan individu dalam melakukan kegiatan bimbingan dan konseling. Program pendampingan dilakukan selama tiga kali sesuai dengan kesepakatan mitra untuk memberikan pendampingan terhadap kegiatan konseling di lokasi masing-masing.

Kegiatan ini juga dimaksudkan untuk menjalin komunikasi yang lebih baik antara konselor, tim pengabdian (mentor) dan pihak kampus, agar kerjasama yang dilakukan ini dapat berkesinambungan untuk kepentingan masyarakat yang lebih luas. Disamping itu kegiatan ini juga untuk melakukan tindakan prevensi terhadap perilaku negatif yang mungkin muncul dalam diri siswa dan memberikan pencerahan terhadap perkembangan informasi psikososial di luar (Sari et al., 2019).

Saat melakukan pemberian informasi terkait konseling, sering kita temui beberapa kader remaja atau kader sebaya masih kesulitan dalam berkomunikasi dan pemberian solusi dalam mengatasi masalah yang di hadapi oleh teman sebayanya, namun dengan memberikan pelatihan-palatihan terkait pemberian konseling dan konselor sebaya akan membuat remaja terbiasa dan dapat memberikan saran tepat pada sasaran masalah yang di hadapi oleh teman sebayanya.

Kompetensi yang dimiliki mampu mencegah timbulnya perilaku negatif lainnya yang dimiliki oleh sebagian remaja. Selain itu timbul kemampuan baru dalam aspek psikososial yang selama ini kurang berkembang yaitu memahami diri dan orang lain serta mau terlibat dalam masalah yang dihadapi orang lain. Di pihak sekolah mulai muncul gerakan mengembangkan kegiatan lain selain konseling, yaitu mengoptimalkan kegiatan bimbingan untuk menjembatani dan menghilangkan persepsi negatif terhadap bimbingan dan konseling.



Gambar 1. Pemberian Informasi Kepada Kader Remaja terkait Konselor Sebaya dan Focused Group Discussion

SIMPULAN

Berdasarkan implementasi kegiatan pengabdian masyarakat dan evaluasi dengan mitra dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan kegiatan ini telah mampu meningkatkan performansi bimbingan konseling melalui kegiatan konseling sebaya. Selain itu kegiatan ini memberikan penghargaan dan perhatian terhadap Remaja dengan melakukan kegiatan positif dalam bimbingan konseling di Posyandu Remaja, Kader juga dapat mengantisipasi munculnya perilaku negatif remaja (kenakalan remaja). Kegiatan ini juga mampu memberikan nilai tambah dalam bidang pengetahuan dan keterampilan untuk Remaja sehingga dapat membantu tugas Kader dan konseling. Berdasarkan kegiatan yang telah dilakukan, program pengabdian masyarakat perlu disempurnakan agar sesuai dengan rencana atau planning dan memiliki pengembangan kegiatan yang lebih luas.

SARAN

Untuk melakukan pendekatan lebih dekat oleh kader remaja di posyandu Remaja lebih sering melakukan pertemuan dan pemberian materi yang lebih seru agar lebih banyak remaja yang tertarik menjadi kader remaja

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim Penulis mengucapkan terima kasih kepada lembaga pengabdian pada Masyarakat (LPPM) Universitas Awwal Bros yang telah mendanai kegiatan pengabdian ini sehingga terlaksana dengan baik. Kami juga berterima kasih kepada Kader Posyandu Remaja Healthy Teenagers yang sudah mau berpartisipasi dan memberi izin kepada kami untuk mengajarkan terkait konselor sebaya pada kader remaja sebaya.

DAFTAR PUSTAKA

- Shohib, M., Firmanto, A., Kusuma, W. A., & Martasari, G. I. (2016). Pendampingan Kelompok Konselor Sebaya Di Kota Batu.
- Rafiola, R. H., Sari, P., Siregar, K., Mori, J., & Tuasikal, S. (2022). Pemberdayaan Konselor Sebaya Sebagai Strategi Penanganan Masalah Remaja (Vol. 01, Issue 01).
- Noer, R. M., Herawaty Purba, N., & Suryadartiwi, W. (2021). Edukasi Sadari (Pemeriksaan Payudara Sendiri) Sebagai Deteksi Dini Pencegahan Kanker Payudara Pada Remaja Putri. 5(2).
- Kepala, S., Sumberdiren, S., Garum, K., & Blitar, K. (2017). Konselor Sebaya: Pemberdayaan Teman Sebaya Dalam Sekolah Guna Menanggulangi Pengaruh Negatif Lingkungan. In *Brilliant: Jurnal Riset Dan Konseptual* (Vol. 2, Issue 1). [Http://Www.Jurnal.Unublitar.Ac.Id/](http://Www.Jurnal.Unublitar.Ac.Id/)
- Salmiati, I. B. M. I. B. (2018). Matappa: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat History Artikel. *Pengabdian Kepada Masyarakat History Artikel*.
- Rosita, R., Ikawati, N., & Saleh, S. (2023). Penyuluhan Tentang Pubertas Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Pada Remaja. *Jmm (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(1), 213.
- Ismiyati, I., Sutianingsih, H., Rusyanti, S., Kurniawati, R., & Andriani, D. A. (2022). Pemberdayaan Remaja Dalam Pengelolaan Kesehatan Reproduksi Pada Layanan Konseling Sebaya. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 278–285.
- Abdullah. (2018). *Transformasi: Jurnal Kepemimpinan Dan Pendidikan Islam Volume: 2 Nomor 1 Desember 2018 Urgensi Pendidikan Agama Dalam Keluarga* 1–16.
- Rara Cindoswari, A., & Diana, D. (2019). Peran Media Massa Terhadap Perubahan Perilaku Remaja Di Komunitas Kpopers Batam. *Hasil Pemikiran Dan Penelitian*, 5(2), 275–285. Www.Journal.Uniga.Ac.Id

- Khurun Aini Fakultas Psikologi Dan Kesehatan, D., & Walisongo Semarang, U. (2019). Penerapan Cognitive Behaviour Therapy Dalam Mengembangkan Kepribadian Remaja Di Panti Asuhan. In Jurnal Ilmu Dakwah (Vol. 39, Issue 1).
- Zaen Musyirifin. (2020). Strategi_Pengendalian_Kerentanan_Sosial.
- Sari, P., Utami, F. P., & Khusana, I. K. A. (2019). Experiential Learning Model And Awareness Training Model To Increase Student Multicultural Competence. *Konseli : Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 6(2), 167–174.