

Seminar Nasional Hasil Pengabdian kepada Masyarakat

26 November 2022, Hal. 1850-1856

e-ISSN: 2686-2964

Program Pelatihan Pengembangan Resiliensi Siswa dengan Art Counseling

Amien Wahyudi, Febritresna Nuraini, Ajib Busrol Mustofa, Siti Partini Suardiman, Amirul Ihsan

ABSTRAK

Pandemi covid 19 menimbulkan beragam masalah yang terjadi pada siswa sekolah. Berangkat dari fenomena inilah, maka sangat penting untuk meningkatkan resiliensi siswa agar bisa bangkit dan beradaptasi dengan kondisi dan lingkungan yang ada pasca pandemic covid 19. Tujuan dari pengabdian ini adalah untuk meningkatkan resiliensi siswa pasca pandemic covid 19 dengan menggunakan *Art Counseling*. *Art Counseling* selama ini dikenal efektif untuk meningkatkan resiliensi siswa sehingga dalam pengabdian ini, pendekatan ini dipilih untuk meningkatkan resiliensi siswa. Metode pengabdian yang dilakukan meliputi ; 1) Koordinasi dengan sekolah, 2) penyebaran skala kebutuhan, 3) pelatihan art counseling, 4) pelatihan pengembangan SDM, dan 5) pendampingan peserta didik, proses pendampingan terhadap siswa dilaksanakan menggunakan grup whatsapp. Mahasiswa yang dilibatkan dalam kegiatan ini sebanyak dua mahasiswa bimbingan dan konseling yang membantu dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian. Hasil pengabdian ini telah dipublikasi dalam kanal *Youtube*. Dampak yang didapatkan dari pelatihan ini adalah siswa dapat terbuka dengan problematika yang dihadapinya dan mengambil keputusan terhadap apa yang seharusnya dilakukan di masa depan serta sambutan positif oleh mitra pengabdian.

Kata Kunci ; *Art Counseling; Siswa Sekolah dan Resiliensi Siswa*

PENDAHULUAN

Pandemi Covid 19 berdasarkan data yang ada telah banyak berkurang. Tetapi dampaknya yang dirasakan masih dapat terasa oleh peserta didik. Trauma atau ketakutan dan kecemasan yang muncul selama pandemik biasanya tidak mudah untuk dihilangkan bagi ingatan individu atau siswa. Problematika siswa yang muncul pasca pandemik bisa meliputi problematika pribadi, social, belajar dan karir. Hal ini disebabkan karena selama pandemi proses belajar, pengembangan pribadi dan pematangan social menjadi sangat terbatas.

Resiliensi dipandang sebagai kemampuan bertahan individu untuk memperkirakan dan bangkit dari masalah yang dihadapi (Afsharpour & Aghdasi, 2021; Anakwe & Dikko, 2018; Ungar, 2019, 2019). Sedangkan tidak resiliensi dipandang sebagai gambaran ketidak tahanan individu untuk bertahan dari masalah yang dihadapinya dari waktu ke waktu (Andersen & Prokkola, 2021; Boardman et al., 2008; King & Burrows, 2021; Silverman et al., 2021). Sejalan dengan pendapat tersebut, ahli lainnya menyatakan bahwa “masalah merupakan sprit dalam kehidupan, tidak ada kehidupan yang tanpa masalah, hanya saja yang jadi masalah adalah bagaimana kemampuan individu tersebut bangkit dari keterpurukan atas masalah yang dihadapi (Andel, 2011). Ahli lainya juga mengemukakan bahwa risiiliensi “Mengacu pada pola adaptasi individu yang positif dalam menghadapi permasalahan yang terjadi, setidaknya ada dua kondisi untuk menggambarkan ketahanan individu dalam beradaptasi tersebut yaitu a) kesiapan individu dalam beradaptasi terhadap permasalahan yang telah terjadi dan b) kemampuan individu untuk terus berfungsi sebagai manusia dalam menghadapi masalah tersebut (Arslan, 2019; Coronado-Hijón, 2017; Frisby et al., 2020; Ungar, 2019).

Para ahli juga mengemukakan bahwa resiliensi sangat dipengaruhi oleh beberapa hal yaitu: 1) Hubungan interpersonal yang baik, 2) Adanya hubungan sosial dan memiliki kepercayaan diri untuk terus memperluas hubungan dengan individu lainnya, 3) Memiliki sumberdaya internal seperti optimisme dan pemikiran yang positif, 4) Spritualitas yang tinggi meliputi religiulitas (Rahman et al., 2021; Tokazhanov et al., 2021). Keberfungsian individu sangat penting saat menghadapi masalah, individu yang berfungsi dengan baik akan cepat menyesuaikan diri dengan masalah yang sedang dihadapi, optimisme untuk dapat bertahan saat menghadapi masalah menjadi keharusan karena sesungguhnya Allah SWT telah berfirman“Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan” (Asy Syarh, 5). Ayat al quran ini memberikan informasi bahwa setiap permasalahan ada jalan keluranya, sehingga individu yang sedang mengalami masalah diminta untuk mencari jalan keluar tersebut dan bersabar atas masalah yang sedang di hadapinya.

Permasalahan resiliensi dan motivasi individu pasca Covid 19 dapat di tangani dengan berbagai pendekatan. Diantara nya adalah pendekatan *Art Counseling*. Profesional kesehatan mental lebih cenderung mengintegrasikan kegiatan seni dalam pekerjaan mereka dengan anak-anak daripada pekerjaan mereka dengan orang dewasa. Insiden penggunaan yang lebih besar pada anak-anak mungkin mencerminkan pandangan bahwa kegiatan seni adalah seperti anak-anak, memiliki sedikit relevansi dengan usia lain kelompok (Gladding & Newsome, 2003). Pekerja kesehatan mental juga dapat menahan diri untuk tidak menggunakan seni dalam konseling pada individu karena banyak orang dewasa merasa tidak memadai tentang keterampilan mereka atau malu untuk mengekspresikan diri secara artistik. Namun demikian, ada banyak manfaat yang terdokumentasi dari menggunakan seni sebagai bagian dari rencana perawatan individu (Gladding & Newsome, 2003)[6].

Proses menciptakan gambar untuk mewakili pengalaman batin terinspirasi oleh Jung (1965), yang menggambar, melukis, dan memahat representasi mimpi dan pengalaman fantasi. Berdasarkan nilai psikologis yang dia temukan secara pribadi dari menjelajahi gambar, Jung kemudian mendorong pasiennya untuk membuat gambar visual dari mereka pengalaman batin sendiri (Edwards, 2001). Penggunaan gambar dalam konseling tidak terbatas pada terapis yang terlatih dalam psikologi Jung. Konselor dari berbagai orientasi teoretis dapat memberi klien kesempatan untuk membuat gambar untuk memfasilitasi pelepasan pengalaman emosional atau traumatis yang mungkin terjadi ditekan.

France dan Allen (1997) menggunakan pendekatan Gestalt untuk pembuatan gambar dengan klien remaja yang mengganggu untuk membantu meningkatkan kesadarannya tentang perasaan dan reintegrasi kekuatan yang saling bertentangan menjadi diri yang lebih sehat. Pendekatan ini terdiri dari empat langkah: pemanasan, aksi, berbagi, dan berdialog. Pada tahap pemanasan, klien berbicara tentang kekhawatiran atau dilema tertentu serta pikiran dan perasaan mereka tentang kekhawatiran tersebut. Pada tahap aksi, klien diajak untuk membuat gambar yang mewakili perhatiannya. Setelah gambar dibuat, klien membagikan apa yang telah mereka gambar dengan konselor.

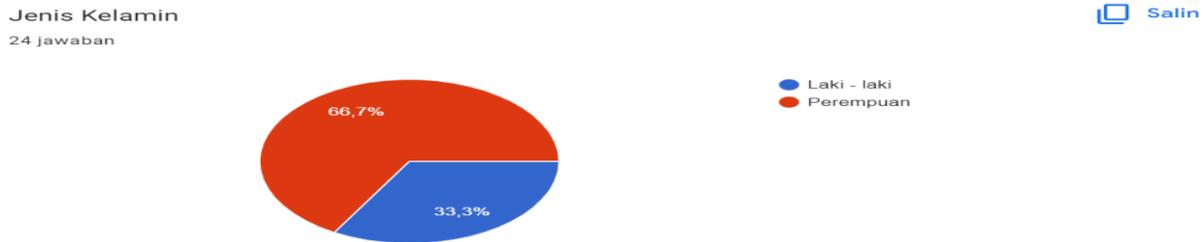
Langkah ini diikuti dengan berdialog, dengan konselor mengajukan pertanyaan spesifik untuk membantu klien mengeksplorasi kemungkinan yang terkait dengan gambar. Konselor mungkin ajukan pertanyaan seperti berikut: "Apa yang dikatakan gambar itu kepada Anda?" "Apa yang kamu sadar sekarang?" "Berapa energi bayangan itu?" "Apa yang hilang?" Atau, konselor dapat mendorong klien untuk memilih objek tertentu dalam gambar dan permainan peran benda-benda itu. Kadang-kadang, bermanfaat bagi konselor untuk memainkan peran sebagai salah satu dari gambar (Newsome et al., 2005). Pengalaman membuat gambar seperti ini membantu mengatasi dilema ke dalam perspektif, memberikan kesempatan untuk wawasan, dan mengungkapkan kemungkinan tambahan dan pilihan untuk hidup.

METODE DAN PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan kegiatan dengan membentuk sebuah kelompok yang dipilih berdasarkan penyebaran skala resiliensi. Lokasi kegiatan bertempat di SMA Muhammadiyah 1 Prambanan. Skala resiliensi yang disebarkan kepada peserta didik mendapatkan 24 peserta didik yang mengisi skala resiliensi. Dari 24 siswa kemudian dipilih 7 siswa yang telah disesuaikan dengan kriteria untuk mengikuti kegiatan pelatihan art counseling dalam rangka meningkatkan resiliensi siswa pasca covid 19. Kegiatan ini dilakukan oleh dosen yang memiliki keahlian dalam bidang konseling dan pengembangan Sumber Daya Manusia. Selain dosen kegiatan ini juga dibantu oleh mahasiswa yang membantu proses kegiatan pengabdian. Kegiatan dilaksanakan sebanyak 400 menit dengan menggunakan system blended learning. Dalam proses pengabdian kegiatan tatap muka langsung diselenggarakan di dalam ruang bimbingan dan konseling dan kegiatan secara daring dilakukan dengan menggunakan platform google meet, sedangkan proses pendampingan menggunakan platform whashap group.

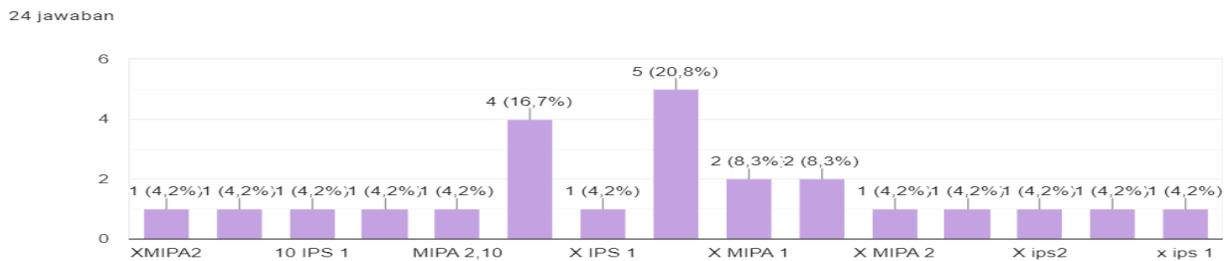
HASIL, PEMBAHASAN DAN DAMPAK

Data responden kegiatan berdasarkan jenis kelamin



Gambar 1 Sebaran Peserta Berdasarkan Jenis Kelamin

Data sebaran responden berdasarkan kelas



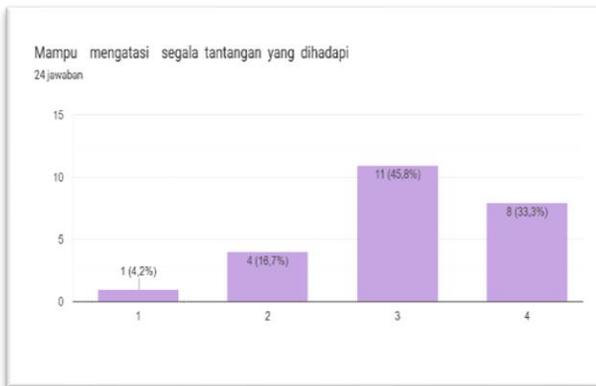
Gambar 2 Sebaran Peserta Berdasarkan Kelas

Setelah didapatkan data secara keseluruhan maka kemudian dilakukan pelatihan Art Counseling. Berikut ini beberapa gambar yang digambar peserta pelatihan Art Counseling ini.

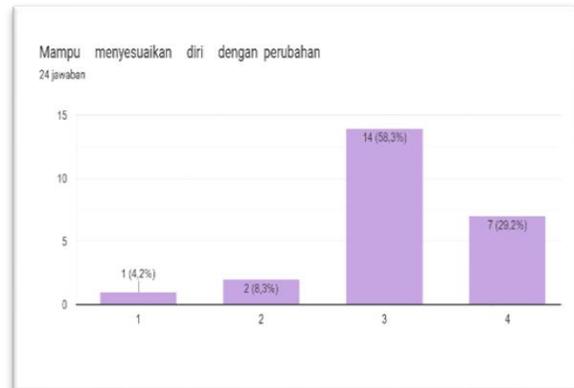


Gambar 3. Beberapa Hasil Art Counseling

Hasil pelatihan ini didahului dari deskripsikan nilai penyebaran skala yang didapatkan dari peserta didik yang diisi dan diintegrasikan dengan google form, adapun hasil yang ditunjukkan diperoleh melalui Skala Resiliensi. Adapun dalam hal ini akan ditampilkan berdasarkan skala 1, yaitu sebagai berikut :



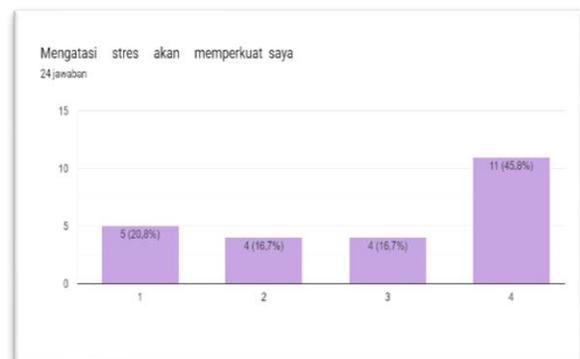
Gambar 4. Data pernyataan 1.



Gambar 5. Data pernyataan 2.



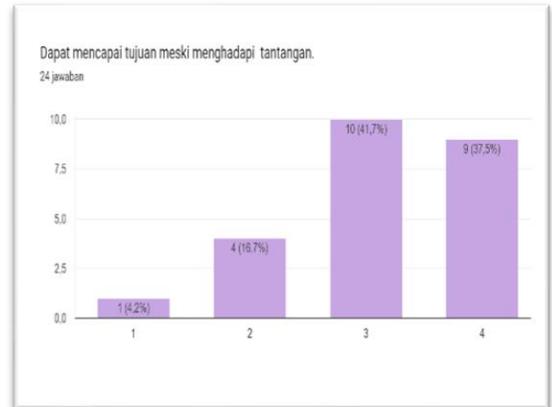
Gambar 6. Data pernyataan 3.



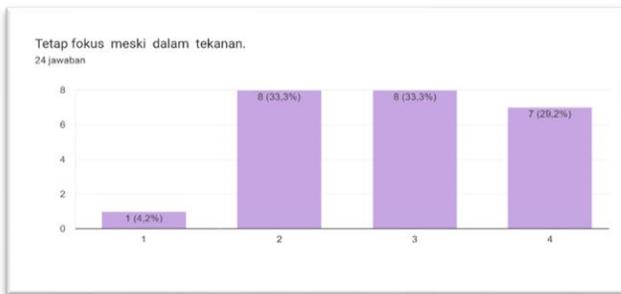
Gambar 7. Data pernyataan 4.



Gambar 8. Data pernyataan 5.



Gambar 9. Data pernyataan 6.



Gambar 10. Data pernyataan 7.



Gambar 11. Data pernyataan 8.



Gambar 11. Data pertanyaan 9.



Gambar 12. Data pertanyaan 10.

Berdasarkan data data di atas diketahui bahwa sebaran kemampuan individu bervariasi antara satu pertanyaan dengan pertanyaan lainnya. Bila dilihat dari sebaran pertanyaan di atas maka sebaran pertanyaan nomor 7 memiliki pemerataan dalam jawaban. Ini menunjukkan bahwa kemampuan siswa dalam merespon pernyataan tersebut merata atau seimbang.

SIMPULAN

Berdasarkan data dari peserta didik yang memberikan respon terhadap Skala Resiliensi yang disebarkan dalam usaha meningkatkan resiliensi, didapatkan bahwa dari dua puluh empat peserta secara garis besar memiliki kemampuan dalam menghadapi stresor pasca pandemi. Berdasarkan hal ini maka sangat penting untuk menjaga dan mengembangkan potensi siswa agar terus berkembang sesuai dengan tugas perkembangannya siswa.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih disampaikan kepada 1) Pemberi dana pengabdian pada masyarakat yaitu Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan, 2) Mitra pengabdian SMA 1 Muhammadiyah Prambanan.

DAFTAR PUSTAKA

- Afsharpour, S., & Aghdasi, A. (2021). A comparative study of the effectiveness of reality therapy and existential therapy on the resilience of women with breast cancer. *Women and Family Studies*, 14(52), 19–40.
- Anakwe, A. I., & Dikko, S. (2018). An overview of resilience and academic achievement of adolescents in Nigeria. *KIU Journal of Humanities*, 2(2 (B)), 95–101.
- Andel, R. (2011). Resilience in Aging: Concepts, Research, and Outcomes. *JAMA*, 305(17), 1810–1813.
- Andersen, D. J., & Prokkola, E.-K. (2021). Introduction: Embedding borderlands resilience. In *Borderlands Resilience* (pp. 1–18). Routledge.
- Arslan, G. (2019). Mediating role of the self-esteem and resilience in the association between social exclusion and life satisfaction among adolescents. *Personality and Individual Differences*, 151, 109514.
- Boardman, J. D., Blalock, C. L., & Button, T. M. (2008). Sex differences in the heritability of resilience. *Twin Research and Human Genetics*, 11(1), 12–27.
- Coronado-Hijón, A. (2017). Academic resilience: A transcultural perspective. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 237, 594–598.
- Edwards, M. (2001). *Jungian analytic art therapy*.
- Frisby, B. N., Hosek, A. M., & Beck, A. C. (2020). The role of classroom relationships as sources of academic resilience and hope. *Communication Quarterly*, 68(3), 289–305.
- Gladding, S. T., & Newsome, D. W. (2003). Art in counseling. *Handbook of Art Therapy*, 243–253.
- King, D. D., & Burrows, D. (2021). Resilience in the Goal Hierarchy: Strategy Change as a Form of Perseverance. In *Work Life After Failure?: How Employees Bounce Back, Learn, and Recover from Work-Related Setbacks* (pp. 99–108). Emerald Publishing Limited.
- Newsome, D. W., Henderson, D. A., & Veach, L. J. (2005). Using expressive arts in group supervision to enhance awareness and foster cohesion. *The Journal of Humanistic Counseling, Education and Development*, 44(2), 145–157.
- Rahman, M. A., Yusoff, M. S. B., Roslan, N. S., Mohammad, J. A.-M., & Ahmad, A. (2021). Development and validation of the medical professionals resilience scale. *BMC Health Services Research*, 21(1), 1–9.
- Silverman, H. J., Kheirbek, R. E., Moscou-Jackson, G., & Day, J. (2021). Moral distress in nurses caring for patients with Covid-19. *Nursing Ethics*, 28(7–8), 1137–1164.
- Tokazhanov, G., Tleuken, A., Durdyev, S., Otesh, N., Guney, M., Turkyilmaz, A., & Karaca, F. (2021). Stakeholder based weights of new sustainability indicators providing pandemic resilience for residential buildings. *Sustainable Cities and Society*, 75, 103300.

Ungar, M. (2019). Designing resilience research: Using multiple methods to investigate risk exposure, promotive and protective processes, and contextually relevant outcomes for children and youth. *Child Abuse & Neglect*, 96, 104098.