

KONSELING KELOMPOK SENI KREATIF VISUAL UNTUK MENINGKATKAN *SELF ESTEEM* KORBAN PERUNDUNGAN

Fatma Malsa Arika¹⁾, Hardi Prasetiawan²⁾
Universitas Ahmad Dahlan
fatma2000001054@webmail.uad.ac.id¹⁾, hardi.prasetiawan@bk.uad.ac.id²⁾

Abstrak

Self esteem berawal dari pribadi manusia yang mengeksplorasi penilaian positif dan pesimis yang digunakan sebagai strategi untuk menunjukkan bagaimana penilaian terhadap dirinya sendiri dengan batasan-batasan yang dimilikinya. (Roberts et al., 2016). Tujuan pada riset ini adalah untuk meningkatkan *self esteem* korban perundungan menggunakan layanan konseling kelompok dengan seni kreatif visual. Konseling kelompok seni kreatif diupayakan dapat membantu meningkatkan *self esteem* korban perundungan sehingga korban perundungan tidak memiliki *self esteem* yang rendah lagi guna mencegah terjadinya perundungan atas dirinya. Dikarenakan salah satu faktor yang menjadikan individu menjadi korban perundungan yaitu *self esteem* yang rendah. Dalam riset ini, peneliti menggunakan metode *literature review* dengan sumber data pencarian jurnal menggunakan *database* Google Scholar dalam mengambil jurnal yang relevan yang diterbitkan dari tahun 2014 sampai 2023. Strategi yang digunakan dalam pencarian jurnal sendiri yaitu dengan menggunakan kata kunci yang disesuaikan dengan topik penulisan. Dari hasil pencarian, penulis memilih 6 jurnal, diantaranya 5 jurnal nasional dan satu jurnal internasional mengenai *self esteem* yang rendah yang menyebabkan perundungan dan layanan konseling kelompok seni kreatif untuk memaksimalkan layanan bimbingan dan konseling. Semakin rendah *self esteem* individu maka tingkat untuk dijadikan korban perundungan semakin tinggi. Layanan konseling kelompok membantu memaksimalkan proses layanan bimbingan dan konseling dalam mengentaskan permasalahan perundungan pada peserta didik.

Kata Kunci: *Konseling kelompok, Harga Diri, Perundungan*

1. Pendahuluan

Masa remaja awal dimulai sejak usia 10-13 tahun (Santrock, 2013). Sebagai periode perubahan alami, mental, dan sosial yang mendalam di antara masa muda dan dewasa, ketidakdewasaan dengan sendirinya menjadi penting. Terdapat berbagai macam perubahan yang terjadi pada masa remaja, salah satunya adalah perkembangan aktual. Mengingat pergeseran aktual yang sedang terjadi, remaja harus memiliki pilihan untuk mengakui keadaan mereka dan benar-benar menggunakan tubuh mereka untuk tujuan ini,

termasuk salah satu tanggung jawab yang menyertai menjadi dewasa. Menurut Wiliam Kay (dalam Yudrik Jahja, 2011), tugas formatif remaja antara lain mengenali ciri-ciri fisiknya sendiri, mencapai kemandirian yang mendalam dari figur dan wali yang berwibawa, mengembangkan keterampilan interpersonal, hidup berdampingan dengan teman sebaya sendiri dan dalam kelompok, serta mampu benar-benar percaya dalam kemampuan sendiri. Anak muda memang tidak bisa lepas dari berbagai persoalan, salah satu persoalan yang sering muncul di kalangan remaja adalah persoalan dalam ranah bimbingan belajar.

Isu remaja di Indonesia sendiri terus meresahkan mengingat telah memicu berbagai tayangan kriminal. Dalam dunia pendidikan sendiri masalah kenakalan remaja yang sering muncul yakni adanya perilaku membolos, mencontek, berbohong, serta yang baru ramai terjadi yaitu maraknya perundungan yang terjadi pada peserta didik sekolah dasar maupun sekolah menengah.

Menurut data yang diambil dari United Nations International Children’s Emergency Fund (UNICEF) pada tahun 2014, 40% anak usia sekolah mengalami kekerasan. 32% benar-benar mengalami kebiadaban, dan 72% lainnya melihat kekejaman (UNICEF 2017). Informasi yang didapat Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) sejak 2011 hingga September 2017 muncul sebanyak 26 ribu peristiwa yang mengganggu. Selain itu, Lesser Chamber Around the World (JCI) Pemda Bogor memberikan data tahun 2016 terlihat bahwa 30-40% anak kecil (SD, SMP, dan SMK) pernah mengalami penyiksaan., serta 60-70% terjadi pada tingkat perguruan tinggi (Nur A’ini & Reny H, 2020).

Remaja yang menjadi korban perundungan kebanyakan memiliki beberapa faktor yang melatar belakangnya. Diantara beberapa faktor tersebut yakni peserta didik yang memiliki kepribadian introvert, dimana peserta didik yang memiliki kepribadian ini lebih berpotensi untuk dijadikan korban perundungan disbanding dengan anak berkepribadian ekstrovert (Satalina, 2014). Selain itu, faktor konsep diri yang rendah juga menjadi salah satu alasan peserta didik menjadi korban perundungan. Adapun konsep diri yang dimaksud yaitu kurangnya rasa percaya diri, kemampuan pada diri sendiri, penampilan, dan lain-lain.

Terdapat pula faktor lain yang muncul dari sekolah yaitu sekolah yang tidak dapat membangun suasana psikologis yang baik dan sehat untuk seluruh anggota sekolah, kontribusi guru yang kurang maksimal dalam menangani permasalahan peserta didik, ketidak konsistenan peraturan yang dibuat dan ditetapkan pihak sekolah serta relasi antar peserta didik yang tidak baik yang menandakan bahwa sekolah tersebut memiliki iklim yang negatif, sehingga sangat berpotensi dengan adanya perundungan (Rahmawati, 2016).

Dari beberapa faktor yang telah dikemukakan dapat disimpulkan bahwasannya penyebab dari perundungan pada peserta didik muncul dari lingkungan bermain maupun lingkungan sekolah peserta didik itu sendiri.

Evaluasi diri disarankan sebagai kepastian bagi siswa yang memiliki rasa tidak aman mengingat kondisi mereka. Siswa-siswa ini seharusnya mengarahkan dan membuat evaluasi atau penilaian terhadap diri mereka sendiri. Ketika dihadapkan dengan intimidasi, sangat penting untuk mengembangkan harga diri remaja di usia muda. Diantara hal-hal yang mungkin dapat meningkatkan kepercayaan diri kaum muda adalah perasaan memiliki, kemampuan, dan harga diri. (Felker, 2013).

Self esteem juga merupakan kebutuhan yang harus ada dalam diri setiap individu. Setiap anak muda perlu merasakan urgensi untuk berada di sini yang dapat membuat dirinya merasa sukses, mampu, serta berguna. Pentingnya kebutuhan ini bagi kaum muda terkait dengan konsekuensi negatif karena tidak menciptakan rasa penghargaan yang konstan.

Self esteem yang positif siap untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa, membuat mereka lebih mudah bergaul, membuat mereka bahagia, memberi mereka harapan, menginspirasi mereka untuk berprestasi di sekolah, mencoba mengatasi hambatan, mampu, dan sukses; Namun, ketika ada rasa ketidakpastian tentang batas, perasaan sia-sia, sinisme, tidak mampu menanggung ujian, atau merasa terpisah dan tidak terlibat, kepastian yang rendah ditunjukkan. (Baret dkk, 2014). Terdapat empat aspek teori dalam *self esteem* menurut Coopersmith (dalam Setiawan, DS, 2012) yaitu *power* atau kekuatan, *significance* atau keberartian, *virtue* atau kebajikan, dan *competence* atau kemampuan.

Semakin maraknya perundungan yang terjadi di dunia pendidikan khususnya di lingkungan sekolah menyadarkan bahwa dibutuhkan konsep dan manajemen yang fantastis dari menampilkan staf dan pendukung. Namun, obat yang dapat mengubah kepercayaan rendah atau negatif menjadi kepercayaan tinggi atau positif harus tersedia. Akibatnya, salah satu strategi yang dapat digunakan untuk meningkatkan kepercayaan yang rendah di lingkungan sekolah adalah staf atau konselor yang mampu dan menasihati guru menggunakan layanan konseling kelompok yang merupakan salah satu layanan dari bimbingan dan konseling itu sendiri.

Kegunaan konseling kelompok itu sendiri menurut Corey (2012) yaitu untuk pengembangan kepribadian peserta didik dalam memecahkan masalah berdasarkan keterampilan sosial, komunikasi, kepercayaan diri, kepribadian serta pengetahuan agama. Konseling kelompok memberikan kesempatan kepada konseli untuk mengungkapkan perasaan yang bertentangan, mengeksplorasi keraguan diri, serta mengidentifikasi minat yang dapat mereka bagikan dengan anggota kelompok lainnya.

Pengertian Konseling kelompok menurut Tohirin (dalam Magrur, Siregar & Silondae, 2020) adalah salah satu tujuan guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam mendorong membantu setiap anggota dalam menyelesaikan masalah individu sehingga hasil terbaik dapat dicapai.

Penggunaan layanan konseling kelompok dalam mengatasi rendahnya *self esteem* yang terjadi akibat perundungan dapat dilakukan pula dengan menerapkan seni kreatif visual didalamnya agar mencapai hasil yang maksimal. Dalam penggunaan seni kreatif visual pada layanan konseling kelompok ini bertujuan untuk peserta didik atau konseli dapat mengungkapkan masalah yang tidak mau atau belum terungkap, melambangkan perasaan, menginspirasi peserta didik untuk pertumbuhan pribadinya, membantunya agar tidak merasa teancam, serta mudah dipadukan dengan gerakan, tulisan, serta citra dalam seni kreatif. (Alhadi & Saputra, 2017).

2. Metode

Metode yang digunakan yaitu dengan metode *literature review*. *Literature review* sendiri dianggap penting karena menjadi landasan berakademi dengan alasan peneliti untuk memutuskan memilih tema maupun judul tertentu. Sumber data pencarian jurnal yaitu

menggunakan *database* Google Scholar. Jumlah jurnal yang *direview* pada penelitian ini yaitu sebanyak 5 jurnal nasional dan 1 jurnal internasional yang terbit tahun terakhir 2018 sampai tahun 2023. Kata kunci yang digunakan untuk memperluas dan mempersempit cakupan pencarian jurnal agar lebih mudah memilih jurnal mana yang akan *direview* yaitu dengan menggunakan kata kunci “konseling kelompok, *self esteem*, perundungan”.

3. Hasil dan Pembahasan

Dari hasil *literature review* yang telah dilakukan, didapatkan 6 jurnal yang terdiri dari 5 jurnal nasional dan 1 jurnal internasional bersumber dari *database* Google Scholar, hasilnya yaitu sebagai berikut:

No	Penulis	Judul	Hasil temuan
1	Masrukoyah. (2018)	<i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> Untuk Meningkatkan <i>Self Esteem</i> Pada Siswa SMP Korban <i>Bulyying</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa diperoleh skor dengan rata-rata 44,1 dalam hasil <i>pretest</i> dikelas eksperimen. Kemudian mendapatkan <i>Treatment</i> , dan setelah mendapatkan <i>treatment</i> diperoleh skor <i>posttest</i> dengan rata-rata 87,5. Kemudian di kelas control juga mengalami peningkatan dengan skor <i>pretest</i> rata-rata 36,9 kemudian diberikan metode ceramah dan mendapatkan dari hasil <i>posttest</i> , dengan skor rata-rata 69,1, kemungkinan siswa yang pernah dilecehkan sangat diuntungkan dengan konseling kelompok berbasis REBT.
2	Saniya. (2019)	Dampak Perilaku <i>Bullying</i> Terhadap Harga Diri (<i>Self Esteem</i>) Remaja di Pekanbaru	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh perilaku menyiksa terhadap kepercayaan pada anak muda, didapatkan p respect = 0,010, pada nilai α 5% (0,05), dan yang direkomendasikan adalah p respect < 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi harapan kepastian, semakin rendah tingkat kemunduran terkait penyiksaan, dan semakin rendah penerimaan kepastian, semakin tinggi tingkat mengatasi gangguan terkait.

3	Lubis, A. A. S. (2018)	Pengaruh Konseling Kelompok Teknik Kreatif Terhadap Self Esteem Kelas VIII SMP Negeri 16 Medan Tahun Ajaran 2018/2019	Hasil penelitian menunjukkan j hitung= 24, dengan $\alpha= 0,05$ dan $n=10$, sehingga nilai j tabel adalah 8. Dari data tersebut terlihat bahwa j hitung > j tabel, dimana $24 > 8$. Data <i>pretest</i> layanan konseling kelompok Teknik kreatif diperoleh skor rata-rata 62,9 sedangkan skor <i>postest</i> diperoleh skor rata-rata 85,2. Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan terhadap pelaksanaan konseling kelompok teknik kreatif terhadap self esteem peserta didik kelas 8 SMP Negeri Medan tahun ajaran 2018/2019.
4	MartSayanez, J., et al., (2020)	<i>Validation of Questionnaires; Prevalence Rates; and Relationship to Self-Esteem, Emphaty and Social Skills: Bullying and Cyberbullying in Adolescents from Disadvantaged Areas</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 4,5% peserta didik melaporkan adanya tindak perundungan, 24,2% melaporkan menjadi korban perundungan, dan 28,7% menjadi korban perundungan. Terjadinya perundungan di Amazonia dibebakan oleh tingkat harga diri yang rendah.
5	A'ini, A. D. N. (2020)	Hubungan Harga Diri dan Pengetahuan Tentang Bullying Dengan Perilaku Bullying Pada Remaja	48,9% responden mengkomunikasikan kepastian tinggi, sesuai hasil. Selain itu, hingga 57,9% responden pernah melakukan perilaku berliku. Dengan nilai $p = 0,000$, ada hubungan yang sangat besar antara perilaku menyiksa di kalangan anak muda dan kepastian. Ada hubungan antara informasi tentang remaja yang dilecehkan, dengan p esteem = 0,002.
6	Jufri, F., & Karneli, Y. (2020)	Kontribusi <i>Self Esteem</i> Terhadap Perilaku <i>Bullyying</i> Siswa	Hasil penelitian menunjukkan $r= 0,512$ dengan koeferensi r square 0,262. Dalam hal ini <i>self esteem</i> berhubungan dengan perilaku <i>bullying</i> , dimana hubungannya berada dalam kisaran, dengan $r = 0,512$ Sementara elemen yang berbeda mewakili 73,8 persen sisanya, variabel kepercayaan bertanggung jawab atas 26,2 persen perilaku menyiksa.

Berdasarkan 6 jurnal yang telah direview mendapatkan hasil bahwasannya seseorang yang memiliki tingkat *self esteem* yang rendah akan mudah dijadikan korban perundungan oleh individu atau kelompok yang lain. Rendahnya harga diri individu terjadi karena beberapa faktor diantaranya yaitu kurangnya penerimaan diri terhadap diri sendiri serta kurangnya dukungan dari orang sekitar. Dalam menangani permasalahan perundungan dengan tingkat *self esteem* yang rendah ini dapat dibantu oleh konselor atau guru bimbingan dan konseling dengan menerapkan seni kreatif visual guna menunjang kemaksimalan proses konseling yang sedang berlangsung.

4. Kesimpulan

Dari hasil riset menggunakan metode *literature review* ini menunjukkan bahwa cukup banyak keterkaitan antara tingkat *self esteem* yang rendah yang menyebabkan individu menjadi korban perundungan dan konseling kelompok seni kreatif visual membantu dalam pemecahan permasalahan tersebut. Riset ini tebtu memiliki keterbatasan seperti kurangnya cakupan yang luas dalam sumber pencarian yang digunakan karena hanya menggunakan Google Scholar. Harapan pada riset selanjutnya yaitu supaya dapat memperluas cakupan pencarian data serta melengkapi dengan kata kunci yang lebih bervariasi.

Daftar Pustaka

- Alfiah, U. N. (2019). The Identification of Bullying Causative Faktor s. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 1(1), 795. <http://jogja.tribunnews.com>
- Alhadi, S., & Saputra, W. N. E. (2017). Integrasi Seni Kreatif dalam Konseling dengan Pemanfaatan Seni Visual. *Jurnal Fokus Konseling*, 3(2), 108. <https://doi.org/10.26638/jfk.384.2099>
- Andriati Reny H, Anissa Duwi Nur A'ini. (2020). Hubungan Harga Diri dan Pengetahuan Tentang Bullying dengan Perilaku Bullying pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Altruistik*, 3(2), 28–37. <https://doi.org/10.48079/vol3.iss2.57>
- Armita, P. (2016). Meningkatkan Kesejahteraan Sosial Anak Jalanan dengan Teori. *Jurnal PKS*, 15(4), 377–386.
- Beddu, H. (2016). Penerapan Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Self Esteem Siswa SMP Negeri 1 Liriaja Kabupaten Soppeng. *Tesis*.

PROSIDING

Seminar Antarbangsa

“Penguatan Karakter Menuju Konselor Multibudaya Dijiwai Nilai-Nilai Religius”

Selasa, 18 Juli 2023

- Ekasari, M. F., Rosidawati, & Jubaedi, A. (2019). Pengalaman Pacaran pada Remaja Awal. *Jurnal Wahana Inovasi*, 8(1), 1–7.
- Febrianti, E & Setyawati, S. (2021). Pemanfaatan Buku Panduan dalam Melaksanakan Konseling Kelompok. *Prosiding Konseling Kearifan Nusantara (KKN)*, 1, 1–6.
- Jufri, F., & Karneli, Y. (2021). Kontribusi Self Esteem terhadap Perilaku Bullying Siswa. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 6(1), 62. <https://doi.org/10.29210/3003750000>
- Martínez, J., Rodríguez-Hidalgo, A. J., & Zych, I. (2020). Bullying and Cyberbullying in Adolescents from Disadvantaged Areas: Validation of Questionnaires; Prevalence Rates; and Relationship to Self-Esteem, Empathy and Social Skills. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(17), 1–17. <https://doi.org/10.3390/ijerph17176199>
- Nurmalasari, Y., & Erdiantoro, R. (2020). Perencanaan dan Keputusan Karier: Konsep Krusial dalam Layanan BK Karier. *Quanta*, 4(1), 44–51. <https://doi.org/10.22460/q.v1i1p1-10.497>
- Rima Rahmadiana, T. U. (2023). Hubungan Perilaku Asertif dengan Penyesuaian Sosial Siswa. *JBKB: Jurnal Bimbingan Konseling Borneo*, 5(1), 11-18. Retrieved from <http://ojs.borneo.ac.id/ojs/index.php/JBKB>
- Saniya, S. (2019). Dampak Perilaku Bullying terhadap Harga Diri (Self Esteem) Remaja di Pekanbaru. *Jurnal Keperawatan Abdurrah*, 3(1), 8–16. <https://doi.org/10.36341/jka.v3i1.767>
- Sutanti, T. (2015). Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok pada Siswa Cerdas Istimewa di SMA Negeri Kota Yogyakarta. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 1(1), 1–16. <https://doi.org/10.24176/jkg.v1i1.293>
- Wicaksana, A., & Rachman, T. (2018). 濟無No Title No Title No Title. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 3(1), 10–27. <https://medium.com/@arifwicaksanaa/pengertian-use-case-a7e576e1b6bf>