CATIMORE
Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat
Vol. 2, No. 2, September, 2023, pp. 68 – 72
e-ISSN: 2962-6870, p-ISSN: 2962-5254
https://doi.org/10.56921/cpkm.v2i2.142

Sharing Session sebagai Upaya Mengembangkan Pemahaman Diri melalui Layanan Konseling Kelompok

Husrin Konadi[1*], Syarifah Ainy Rambe[2]
[1,2] Institut Agama Islam Negeri Takengon, Takengon, Indonesia
E-mail: husrin.konadi92@gmail.com

Info Artikel

Diajukan: 31-07-2023
Diterima: 19-09-2023
Diterbitkan: 30-09-2023

Keywords:
Counseling Services; Self-Understanding; Sharing Sessions

Kata Kunci:
Layanan Konseling; Pemahaman Diri; Sharing Session.

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

Abstract

Self-understanding is a cognitive representation of adolescents regarding self-concept. Self-understanding is very important, because it involves how a person or student perceives himself positively or negatively, good or bad. Sharing sessions are activities that function as a forum for providing information and education. The purpose of this service is to increase students' understanding in optimizing their activities at school and outside of school. The method used is using service-learning techniques, namely activities carried out to increase student participation. The subjects in this activity were class VII students, totaling 7 students consisting of 6 students and 1 female student. The results of this sharing session showed that students' understanding/knowledge related to the importance of understanding themselves and also seen from the increasing enthusiasm of students to take part in several activities carried out at school.

Abstrak

Pemahaman diri merupakan representasi kognitif remaja mengenai konsep diri. Pemahaman diri sangat penting, karena menyangkut bagaimana seseorang atau siswa memandang dirinya positif atau negatif, baik ataupun tidak baik Sharing session merupakan kegiatan yang berfungsi sebagai wadah pemberian informasi dan edukasi. Tujuan pengabdian ini yaitu untuk meningkatkan pemahaman siswa dalam mengoptimalkan aktivitasnya di sekolah maupun diluar sekolah. Metode yang digunakan yaitu menggunakan teknik *service-learning*, yakni kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan partisipasi siswa, Subjek dalam kegiatan ini yaitu siswa kelas VII yang berjumlah 7 siswa yang terdiri dari 6 siswa dan 1 siswi. Hasil dari *sharing session* ini didapat menunjukkan bahwa pemahaman /pengetahuan siswa terkait pentingnya memahami diri senidiri serta juga terlihat dari meningkatnya antusias siswa untuk mengikuti beberapa kegiatan yang dilakukan disekolah.

Pendahuluan

Pemahaman diri adalah kesadaran seseorang mengenai siapa dirinya. Menurut (Suryani & Gunawan, 2018) pemahaman diri merupakan representasi kognitif remaja mengenai konsep diri. Pemahaman diri sangat penting, karena menyangkut bagaimana seseorang atau siswa memandang dirinya positif atau negatif, baik ataupun tidak baik. (Mutia, 2021) menyatakan bahwa salah satu penentu keberhasilan adalah pemahaman diri. Pemahaman diri dapat membedakan manusia dengan makhluk hidup lainnya. Sehingga pemahaman diri ini merupakan hal yang unik. (Ridwan, 2022) menyatakan bahwa pemahaman diri sangat luas tidak hanya mengenai identitas diri, tetapi menyangkut sosial, spiritual, kelebihan dan kekurangan. Pemahaman diri bukanlah suatu hal yang tiba-tiba muncul, namun proses pembentukkan pemahaman diri dipengaruhi oleh interaksi sosial, budaya dan norma yang berlaku. Pemahaman mengenali diri dapat digunakan sebagai tumpuan untuk meningkatkan prestasi belajar, mencapai cita-cita, kegiatan belajar, dan pengambilan keputusan. Sedangkan pengertian pemahaman diri siswa menurut (Hartono & Subawi, 2016) adalah pengenalan yang mendalam mengenai potensi diri yang mencakup nilai, sikap, minat, abilitas, dan kepribadian. Pengenalan tersebut mencakup 2 hal yaitu kelebihan dan kekurangan. Dari uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa pemahaman diri merupakan individu yang mengetahui potensi dirinya yang mencakup potensi fisik (panca indra, dan seluruh anggota badan) dan potensi psikis (kepribadian, ability, minat, nilai, sikap, dll.). Kemudian hal tersebut membuat individu mengetahui arah dan tujuan hidupnya.

Layanan bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok (Sartika & Yandri, 2019). Bimbingan kelompok merupakan suatu layanan yang diberikan oleh individu berjumlah 8-10 orang yang dipimpin oleh seorang pemimpin kelompok dengan membahas topik bersifat secara umum yang sedang hangat untuk dibahas (topik bebas) atau topik yang sudah ditentukan oleh pemimpin kelompok (topik tugas) dengan menggunakan azas kerahasiaan, keterbukaan, dan kesukarelaan (Prayitno et al., 2017). Dengan layanan bimbingan kelompok siswa dapat lebih aktif dan lebih optimal dalam memahami dirinya.

Siswa SMP Damuha Aceh Tengah saat dilaksanakan konseling kelompok, dalam proses berjalanan kegiaatan saat ditanya tentang kelebihan yang dimiliki siswa tersebut hanya menjawab beberapa saja, tetapi pada saat ditanya tentang kelemahan siswa banyak menjawab seperti: saya tidak paham mengenai pelajaran matematika, saya sering malas mengerjakan PR, saya tidak pernah mengikuti lomba, saya sering terlambat berangkat sekolah karena bangun siang dan saya sering dimarahi oleh orangtua. Jawaban ini di sampaikan oleh siswa saat proses bimbingan konseling kelompok selesai pada tanggal 27 Mei 2023 yang dilaksanakan di Sekolah SMP Damuha Aceh Tengah.

Setelah mengetahui kelebihan dan kelemahan dari siswa yang telah diberikan pemahaman melalui konseling kelompok, maka pemberian layanan bimbingan

kelompok tentang pemahaman diri dapat menarik perhatian siswa SMP Damuha Aceh Tengah mengenai materi yang disampaikan, sehingga siswa dapat mengembangkan pemahaman diri secara optimal dan siswa dapat bersikap berdasarkan kelemahan dan kelebihan yang dimilikinya.

Metode

Metode yang digunakan dalam kegiatan *sharing session* ini yaitu menggunakan teknik *service learning* melalui empat langkah, yaitu *Prepraration, Action, Reflection, dan Demonstration.* Lindawati (2022) menyatakan bahwa *sharing session* merupakan kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan partisipasi peserta yang mengikuti *sharing session* tersebut. Untuk subjek dalam kegiatan pengabdian ini yaitu siswa kelas VII yang berjumlah 7 siswa yang terdiri dari 6 siswa dan 1 siswi.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan *Sharing Session* dilakukan pada hari Sabtu, 27 Mei 2023 di ruang kelas SMP Damuha Aceh Tengah, Kegiatan ini dilaksanakan berdasarkan dari arahan kepala sekolah mengenai pengadaan kegiatan guna untuk meningkatkan pemahaman diri siswa. Arahan tersebut sejalan dengan hasil pengamatan Guru SMP Damuha Aceh Tengah yang menunjukkan bahwa rendahnya pemahaman diri siswa di sekolah maupun diluar sekolah. Dari arahan tersebut, maka dilakukanlah *sharing session* terkait bagaimana cara untuk dapat memahami diri siswa itu sendiri.

Tahapan yang pertama yaitu *Preparation* yaitu dengan membuat perencanaan yang matang untuk melakukan proses konseling kelompok dengan menentukan ruangan yang dipakai dan menentukan waktu yang tepat untuk pelaksanaan. Tahapan kedua yaitu *Action*, Tindakan yang dilakukukan terhadap siswa berupa Konseling Kelompok mampu meningkatkan pemahaman diri siswa terhadap pribadi dan memahami lingkungan sekitarnya. Tahapan ketiga yaitu *Reflection*, pada tahapan ini siswa memperoleh pembelajaran pemahaman dalam bentuk pengalaman yang mereka peroleh, pengetahuan, dan keterampilan yang berhubungan dengan kehidupannya sendiri dan lingkungannya. Selanjutnya, tahapan yang terakhir yaitu *Demonstration,* pada tahapan ini siswa menunjukkan pada orang lain bahwa mereka dapat memahami diri sendiri diri dan dapat menyesuaikan dengan lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat.

Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan *sharing session*

Berikut merupakan faktor pendukung dari kegiatan *sharing session* ini:

1. Adanya dukungan dan penerimaan respon positif dari pihak SMP Damuha Aceh Tengah terhadap pelaksanaan kegiatan *sharing session*.
2. Antusias dari para peserta yang ingin mengetahui bagaimana cara untuk dapat memahami diri sendiri dan memposisikan diri di sekolah dan diluar sekolah.
3. Kerja sama yang baik pada tiap guru dalam mendukung dan membantu siswa SMP Damuha Aceh Tengah dalam memahami dirinya sendiri.

Selain faktor pendukung, terdapat pula faktor penghambat dari kegiatan *sharing session* ini, yaitu:

1. Adanya keterbatasan waktu dalam persiapan kegiatan *sharing session*. Kegiatan *sharing session* ini hanya dilakukan dengan 2 hari persiapan.
2. Sulitnya mengontrol siswa setelah istirahat sholat dan makan, dikarenakan beberapa siswa terlambat dan enggan untuk masuk kelas Kembali.

Kesimpulan

Kegiatan *sharing session* diadakan untuk meningkatkan pemahama diri siswa SMP Damuha Aceh Tengah. Materi yang disampaikan disajikan dengan metode ceramah. Kagiatan ini dilakukan selama satu hari yang terdiri dari 4 sesi, yaitu sesi pemaparan materi, sesi tanya jawab peserta, sesi pembuatan mind map oleh siswa, dan pemaparan hasil pembuatan mind map oleh siswa. Dari hasil wawancara dengan guru SMP Damuha Aceh Tengah menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pemahaman/pengetahuan siswa terkait bagaimana Siswa memahami dirinya sendiri.

Dari hasil wawancara dan pengamatan guru terhadap siswa dapat diketahui bahwa siswa menerima dan menangkap dengan baik materi *sharing session* yang

disampaikan. Selain itu peningkatan pemahaman diri pada siswa SMP Damuha Aceh Tengah juga terlihat dari kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah dan diluar sekolah.

Daftar Rujukan

Hartono, M. R., & Subawi, H. (2016). *Pengenalan teknik komposit*. Deepublish.

Mutia, S. (2021). Pelaksanaan Program Layanan Bimbingan Dan Konseling Disekolah. *Intelektualita*, *7*(01).

Prayitno, P., Afdal, A., Ifdil, I., & Ardi, Z. (2017). *Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok yang Berhasil: Dasar dan Profil*.

Ridwan, A. P. (2022). *Pengaruh Keberfungsian Keluarga Terhadap Penerimaan Diri Pada Dewasa Awal Di Kota Makassar*. Universitas Bosowa.

Sartika, M., & Yandri, H. (2019). Pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap konformitas teman sebaya. *Indonesian Journal of Counseling and Development*, *1*(1), 9–17.

Suryani, O. I., & Gunawan, I. M. (2018). Hubungan pemahaman diri dengan sikap percaya diri Pada siswa kelas VIII SMPN 7 Woja. *Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian Dan Kajian Kepustakaan Di Bidang Pendidikan, Pengajaran Dan Pembelajaran*, *4*(2), 188–191.

Tjitropranoto, P. (2005). Pemahaman diri, potensi/kesiapan diri, dan pengenalan inovasi. *Jurnal Penyuluhan*, *1*(1).