

Konseling Kelompok dan Lomba-lomba untuk Meningkatkan Sikap Positif terhadap Takdir pada Anak-anak Korban Banjir di Kecamatan Keruak

Ridwan

Dosen Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Hamzanwadi

(ridwan0761@gmail.com)

Abstrak

Artikel ini tujuannya adalah untuk mengubah sikap negatif anak-anak yang menderita psikis mereka akibat bencana alam, dengan menyalahkan takdir, menjadi sikap positif. Sikap tersebut ditingkatkan melalui konseling kelompok dan lomba-lomba. Tujuan tersebut penting dicapai terutama usia-usia anak yang dibantu berkisar antara usia 12 sampai 17 tahun, di mana sebagian mereka mengalami trauma. Gejala-gejala yang ditunjukkan mereka ialah sikap malas belajar, kadang melamun, dan membayangkan kejadian buruk yang dialami. Untuk itu, dipilih pendekatan konseling yang variatif; mulai dari konseling religius, kemudian dengan pendekatan lomba harian dan lomba untuk meraih prestasi. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi dan studi dokumen. Melalui konseling kelompok dan hadiah-hadiah dari lomba maka sikap positif mereka terhadap takdir makin meningkat.

Kata kunci: konseling kelompok, anak korban bencana, lomba, takdir

PENDAHULUAN

Bimbingan dan konseling memiliki sejumlah layanan, dengan jangkauan yang luas baik dalam *setting* sekolah ataupun luar sekolah (masyarakat) (Yusuf, 2019). Ia memiliki struktur program mulai dari layanan dasar, layanan responsif, layanan perencanaan individual, dan dukungan sistem (Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan, 2014; Bhakti, 2015). Diantara layanan tersebut layanan responsif adalah untuk memenuhi kebutuhan mendesak, atau darurat (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2016; Purwaningrum, 2018). Ia merespons dengan segera untuk memenuhi kebutuhan warga sekolah atau masyarakat, terutama yang sangat membutuhkan.

Oleh karena itu program bimbingan dan konseling menyiapkan sejumlah program, dan ia tidak ditujukan untuk sekolah saja. Maka dengan menggunakan konsep dasar tersebut dan berdasarkan kebutuhan para siswa korban pasca banjir di dusun Bintang Oros Desa Sebung kecamatan Keruak, di kemukakan latar belakang sebagai berikut.

1. Menurut hasil survei dan wawancara dengan warga dan tokoh setempat bahwa mereka telah dilanda banjir besar akibat hujan terus menerus selama tiga hari. Tinggi banjir sekitar setinggi dada orang dewasa, dimana hal ini dibuktikan dengan bekas kotoran air pada tembok rumah warga.

2. Hasil wawancara menunjukkan bahwa warga tersebut sudah banyak mendapatkan bantuan berupa sembako dan lain-lain, tetapi anak-anak mereka masih mengalami gangguan psikis, misalnya malas belajar, malas mengaji, banyak melamun, dan tugas tugas lain dilalaikan. Gejala gejala tersebut menunjukkan adanya trauma pada mereka.

Keadaan trauma anak-anak, yang berupa perasaan cemas atas pengalaman buruk yang mereka alami (Ridwan, 2019), itu kemudian berkembang menjadi pikiran yang tidak masuk akal, dan membingungkan mereka. Orang cemas dan takut merasa tidak tenang, merasa khawatir terhadap kemungkinan terjadi sesuatu lagi (Bali, 2021). Jadi ia dikuasai oleh perasaan negatif sehingga belum dapat beraktivitas normal. Oleh karena itu perlu diatasi dengan membangun kesadaran baru, yang dicapai melalui kesadaran diri masing-masing (Saepuloh dan Asiyah, 2022). Dalam hal ini perlu dibangun kesadaran rasional 'mengapa bencana menimpaku'. Mereka perlu belajar tentang menghadapi keadaan dengan penyikapan positif. Dengan kata lain, bersikap positif terhadap takdir yang menimpa.

Bahwa setiap hari manusia dihadapkan kepada empat takdir, yakni takdir nikmat, takdir taat, takdir maksiat dan musibah (Ibnu Atha'illah as-Sakandari, 2019). Takdir adalah ketetapan atau ketentuan dari Tuhan, di mana ada takdir yang dapat diubah dan ada yang tidak dapat diubah (Amiruddin, 2021; Fadhlurrahman dan Febriani, 2021; Abdullah, 2020; Thalib, 2015). Takdir yang tidak dapat lagi diubah adalah kejadian banjir yang menimpa, sementara sikap seseorang akibat dari banjir masih dapat diubah. Kesemua takdir itu perlu disikapi dengan sabar dan syukur. Oleh karena itu, terhadap keadaan yang menimpa anak-anak tersebut, diperlukan konseling kelompok, dimana materinya adalah tentang sikap menghadapi bencana sekaligus membentengi diri, dan mencari solusi terhadap kebutuhan darurat.

Bahwa untuk melupakan kejadian dan menatap dengan positif kedepan maka mereka perlu dimotivasi, diberi penguatan (Muslihati, 2019) dan aktif beraktivitas. Salah satunya adalah dengan mengikuti lomba-lomba untuk mengembangkan potensi positif mereka. Mereka perlu disibukkan untuk mempersempit peluang untuk melamun atau berkhayal. Untuk itu lomba yang diperlukan adalah yang terkait dengan aktivitas harian, aktivitas rutin, dan lomba prestasi yang membutuhkan persiapan mental yang lebih baik.

Bahwa lomba adalah salah satu teknik permainan yang efektif diterapkan dalam konseling (Ariantini dan Suriata, 2019). Demikian juga hadiah lomba adalah salah satu penghargaan dan penguatan (Muslihati, 2019), agar sikap dan tingkah laku positif dapat diulang secara terus menerus. Namun terkadang masalahnya adalah bagi siswa yang tidak punya peluang dapat hadiah, padahal mereka telah berusaha berbuat

dan menghasilkan bahan-bahan yang akan dilombakan. Oleh karena itu dalam pengabdian kepada masyarakat ini ditekankan bahwa semua peserta dapat mendapat hadiah jika berhasil menunjukkan apa yang diminta dalam lomba. Artinya semua bisa menang bila menunjukkan hasil karya, tidak mesti harus berkualitas, yang penting ada dari hasil keringat sendiri.

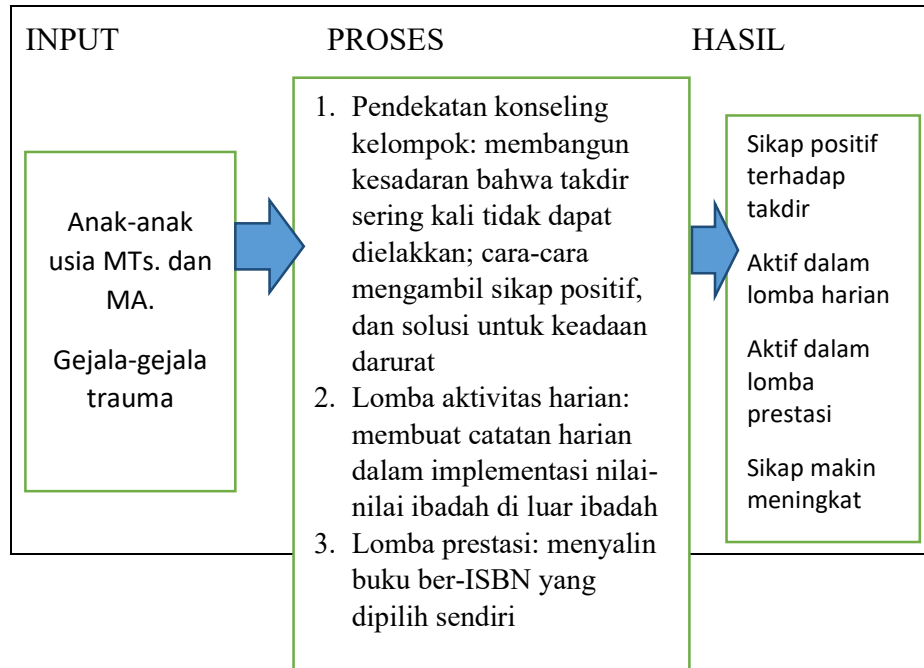
Dengan demikian, maka tujuan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk mengubah sikap negatif terhadap takdir, dan meningkat menjadi sikap positif. Tujuan ini sangat penting dicapai agar subjek yang mengalami dapat kembali beraktivitas secara normal.

METODE

Untuk mencapai tujuan, maka pengabdian pada masyarakat ini menggunakan tiga cara, yakni dengan pendekatan konseling kelompok, lomba harian dan lomba prestasi. *Pendekatan konseling kelompok.* Tujuan pendekatan ini ialah: (1) untuk membangun kesadaran ‘mengapa bencana menimpaku’; (2) menentukan upaya yang paling tepat untuk membentengi diri bila bencana muncul lagi, dan (3) mencari solusi terhadap kebutuhan mendesak. Tujuan ini dicapai melalui aktivitas dinamika kelompok dengan topik ditentukan oleh pengabdian, dan topik bebas oleh anggota kelompok.

Lomba aktivitas harian. Lomba yang dilakukan merupakan tindak lanjut dari hasil konseling kelompok. Bentuk lombanya adalah mengimplementasikan nilai-nilai ibadah dalam shalat wajib ke dalam aktivitas belajar di sekolah dan luar sekolah. Tujuan ini dicapai dengan cara: (1) peserta diminta untuk menghafalkan terjemah ayat-ayat dari QS. al-Fatihah, (2) peserta diminta untuk mengaitkan terjemah ayat-ayat tersebut ketika mempelajari materi pelajaran tertentu; (3) peserta membuat catatan harian, yang ditulis dalam buku harian; (4) mempresentasikan catatan harian dalam pertemuan konseling berikutnya; (5) pemberian hadiah kepada catatan harian yang terbaik.

Tahapan kegiatan. Pada umumnya, kegiatan dijalankan dengan tiga tahap utama, yakni tahap input, proses dan hasil. Rincian tahapan sebagai berikut.



Skema model konseling kelompok untuk meningkatkan sikap positif terhadap takdir pada anak-anak korban bencana alam

Lomba prestasi. Berdasarkan hasil konseling di atas pula, maka lomba aktivitas dilanjutkan dengan lomba untuk meraih prestasi. Bentuk lombanya ialah: (1) menyalin buku terbitan resmi (buku ber-ISBN) dengan jumlah halaman minimal 100 halaman; (2) waktu untuk menuliskannya (menyalinnya) adalah 15 hari; (3) kriteria pemenang: semua peserta bisa menang bila memenuhi dua ketentuan di atas.

Subjek. Peserta pengabdian ini adalah 13 orang murid, terdiri dari 10 orang murid Madrasah Tsanawiyah (M.Ts) dan 3 orang Madrasah Aliyah (MA). Terdiri dari lima orang laki-laki dan delapan perempuan. Mereka ini semuanya bertempat tinggal di dusun Oros desa Sebung Kecamatan Keruak Lombok Timur. Berdasarkan informasi bahwa mereka mengalami gangguan psikis, dan cenderung trauma setelah dilanda banjir besar dalam beberapa waktu yang lalu.

Teknik pengumpulan dan analisis data. Data tentang aktivitas subjek dalam konseling dan lomba-lomba diperoleh dengan teknik wawancara, observasi dan studi dokumen. Semua aktivitas tersebut dikumpulkan dan dianalisis datanya dalam enam kali pertemuan konseling. Bentuk data bersifat kualitatif dan kuantitatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bimbingan dan Konseling Kelompok Komunitas

Tiga program dijalankan dalam pengabdian ini, yakni konseling untuk membangun kesadaran rasional mengapa terjadi bencana, lomba aktivitas harian, dan lomba prestasi. Pada program pertama, konseling kelompok diawali dengan bimbingan “klasikal”. Bimbingan ini diikuti oleh 21 orang, terdiri dari 17 siswa Madrasah Tsanawiyah (MTs), empat siswa Madrasah Aliyah (MA), dan seorang mahasiswa. Terdiri dari tujuh laki dan 14 perempuan. Pada bimbingan ini para peserta diajak untuk menjawab pertanyaan apa, mengapa dan bagaimana. Pada akhir bimbingan kelompok mereka diajak berpikir mengapa Tuhan menurunkan musibah, dan berpikir untukantisipasi ke depan.

Hasil bimbingan kelompok ditindak lanjuti dengan konseling kelompok. Kegiatan ini dilajalakan dalam dua kali sesi. Jumlah peserta 12 orang. Yakni untuk mendalami lebih jauh untuk mereka yang membutuhkan layanan khusus, seperti konseling ini. Peserta diajak untuk memikirkan diri mereka lebih jauh, dan apakah memerlukan konseling individu. Konseling dijalankan dengan melakukan asesmen masalah untuk seorang peserta, kemudian membangun kesadaran akan masalahnya dan akhirnya diterapkan teknik untuk mengatasi, serta tindak lanjutnya. Pada akhirnya disepakati untuk memecahkan problem bersama dengan mengadakan lomba harian. Hasil kegiatan konseling diberikan kuiz utuk mengetahui perubahan sikap mereka terhadap takdir yang diterima.

Lomba Aktivitas Harian

Kegiatan lomba disepakati adalah untuk membangun ketahanan fisik dan mental. Kegiatan ini dijalankan dalam dua kali pertemuan. Materi lomba berupa aktivitas ibadah harian, yakni shalat dan secara khusus memahami terjemah ayat-ayat Qur'an Surah al-Fatihah. Kegiatan diawali dengan membaca terjemah ayat-ayat demi ayat, kemudian meminta mereka untuk menghafal, dan lombanya ialah “Membaca dengan baik dan benar Surah al-Fatihah di dalam shalat, dan buktikan bahwa dengan itu dapat selamat dan sukses dalam belajar.” Peserta diminta untuk mewujudkan ayat-ayat tersebut dalam aktivitas belajar mereka. Dan yang dinilai sebagai bahan lomba adalah catatan harian tentang pencapaian mewujudkan makna ayat-ayat tersebut, menurut pemahaman mereka.

Dari 13 peserta yang hadir, maka lima peserta yang menunjukkan catatan harian mereka. Kriteria penilaian ialah setiap peserta yang menunjukkan hasilnya akan mendapatkan hadiah, dan yang lengkap catatannya akan mendapat hadiah yang lebih besar. Dari lima yang dinilai, maka ada tiga peserta yang lengkap catatan hariannya.

Lomba Prestasi

Di sini disebut lomba prestasi karena membutuhkan persiapan yang lebih baik, dan kemampuan mental yang lebih tinggi. Bunyi lombanya ialah “Menyalin sebuah buku yang ber-ISBN, dengan jumlah halaman minimal 100, dengan masa waktu menuliskan ulang adalah 15 hari.” Persiapan yang diperlukan ialah buku yang akan ditulis ulang, kesiapan mentalnya ialah perlu sabar, dan minat untuk memilih buku tertentu.

Lomba prestasi diikuti oleh 12 orang, laki-laki tiga orang dan delapan orang perempuan. Yakni empat orang siswa MA dan delapan siswa MTs. Dari jumlah yang hadir, maka hanya lima peserta yang menunjukkan, dan satunya ragu-ragu. (Yang terakhir ini ternyata buku yang hendak ditulis ulang itu berjumlah 500 halaman lebih). Dari lima peserta yang ikut, maka ada empat yang mampu menyalin buku kurang dari 200 halaman (dan minimal 115), dan satu orang 200 halaman lebih. Mereka semua mendapat hadiah. Ketika hadiah diberikan, hadir beberapa orangtua mereka.

Berikut ini dikemukakan hasil program kegiatan konseling kelompok untuk meningkatkan sikap positif terhadap takdir, di mana hal tersebut dirangkai dengan kegiatan lomba.

Tabel Perubahan sikap subjek terhadap takdir setelah mengikuti konseling kelompok dan lomba-lomba

Konseling kelompok		Lomba Harian		Lomba Prestasi		Perubahan sikap
Peserta	Sikap	Peserta	Hasil	Peserta	Hasil	
A	Positif	A	Juara	A	TM	SM
B	Positif	B	Juara	B	Juara	SM
C	Positif	C	TM	C	TM	M
D	Positif	D	TM	D	TM	M
E	Positif	E	Juara	E	Juara	SM
F	Positif	F	TM	F	TM	M
G	Positif	G	TM	G	TM	M
H	Positif	H	TM	H	TM	M
I	Positif	I	Juara	I	Juara	SM
J	Positif	J	Juara	J	Juara	SM
K	Positif	K	TM	K	Juara	SM
L	Positif	L	TM	L	TM	M
M	Positif	M	TM	M	TM	M

Keterangan: TM = tidak melaporkan; SM = sangat meningkat; M = meningkat

Hasil konseling kelompok dengan sikap positif di atas, yang diperoleh dari hasil observasi saat konseling, ditunjukkan oleh terbentuknya proses berpikir positif

untuk menghadapi kejadian. Juga setiap peserta dibimbing untuk secara rasional mampu memikirkan urutan kejadian, yakni mengapa Tuhan menurunkan musibah datang, apa hubungannya dengan pelanggaran (maksiat) yang dilakukan oleh warga setempat, dan akibat-akibatnya. Peserta menerima musibah itu sebagai takdir, dan kemudian bersikap positif, karena telah membuktikan (atau bahkan menyaksikan) bahwa sebelum musibah banyak maksiat dilakukan oleh warga di lingkungannya. Bahwa musibah itu terjadi dengan izin Allah akibat pelanggaran yang dilakukan manusia (lihat QS. At-Taghabun [64]: 11). Berikut ini sebagian hasil wawancara konseling untuk membangun kesadaran, di mana pesertanya adalah siswa MTs.

Konselor: apakah adik-adik tahu bahwa kalau musibah itu terjadi karena perbuatan manusia?

Konseli: (beberapa konseli saling lihat, dan tidak ada yang memberi respons)

Konselor: mungkin adik (sambil menunjuk) dapat menjawabnya

Konseli: Ya Pak, ... sewaktu pulang sekolah, saya melihat banyak orang di sawah itu yang mabuk

Konselor: melihat sendiri?

Konseli : Ya Pak

Konselor: apakah mereka masih muda atau ada juga orang-orang tua?

Konseli: ada yang muda dan ada yang tua

Konselor: apakah adik-adik tahu bahwa berbuat maksiat itu dapat mendatangkan musibah?

Konseli: (beberapa peserta merespons hampir serempak) ... Ya Pak!

Konselor: kalau begitu ada yang dapat menjelaskan mengapa musibah datang? Bapak minta si X menjawabnya

Konseli X: ... Tuhan tidak menurunkan musibah kalau manusia tidak melakukan maksiat, dan akibat musibah itu maka banyak orang menderita

Konselor: Bagus sekali ... terima kasih"

Konselor berusaha untuk meneguhkan peserta konseling kelompok tersebut, adalah karena sesuai dengan firman Allah yang termuat dalam al-Qur'an. Bahwa Allah menurunkan musibah itu karena akibat ulah manusia sendiri (lihat QS. Al-Qashash [28]: 47); dan terjadinya adalah karena izin Allah, maka barangsiapa yang beriman, Allah akan memberi petunjuk kepada hatinya (lihat QS. At-Taghabun [64]: 11). Oleh karena itu, melalui konseling di atas dibangun kesadaran untuk beriman kepada Allah melalui lomba harian.

Hasil kegiatan lomba harian menunjukkan bahwa siswa yang menunjukkan catatan harian, sikap mereka lebih positif dan makin meningkat. Peserta ini tidak hanya menunjukkan bukti fisik catatan harian, tetapi ia mampu membangun pikiran bahwa ibadah yang dilakukan menunjang prestasi. Ketika mereka membaca sebagian catatan hariannya, tampak di wajahnya semangat baru bahwa ia dapat melakukannya

dengan cara terbaik. Hal ini juga dikuatkan dengan hadiah, sehingga perubahan sikap positif makin meningkat dan menjadi kebiasaan barunya (Muslihati, 2019). Dengan inilah peserta dapat melupakan secara berangsur kejadian bencana yang dialami.

Akhirnya bahwa hasil kegiatan lomba prestasi menunjukkan bahwa peserta mampu berprestasi pasca bencana. Prestasi ini mereka raih dengan keuletan dan kesabaran mereka dalam menulis ulang buku cetakan. Ini juga menunjukkan bahwa terjadi peningkatan sikap positif terhadap takdir, di mana hidup manusia adalah dari takdir yang satu ke takdir yang lain (Nuraini dan Khairunnisa, 2020). Artinya, peserta dapat menerima musibah yang terjadi karena sudah takdir Tuhan (Amiruddin, 2021; Fadhlurrahman dan Febriani, 2021; Abdullah, 2020; Thalib, 2015). Dengan perubahan ke sikap positif dan makin meningkat sikap mereka inilah maka tujuan pengabdian dapat dicapai.

KESIMPULAN

Bahwa Bimbingan dan Konseling tidak hanya diperuntukan untuk warga sekolah, tetapi juga warga masyarakat yang membutuhkan. Di dalam komponen layanan, dikenal adanya layanan responsif; yakni program bimbingan dan konseling berupaya memberikan respons segera, untuk memenuhi kebutuhan mendesak atau darurat. Oleh karena itu, terhadap kebutuhan warga masyarakat yang menderita akibat banjir, terutama anak-anak yang menderita gangguan psikis mereka, perlu dibantu dengan memberikan layanan konseling dengan pendekatan religius, yakni untuk membangun kesadaran dan mengubah sikap negatif mereka terhadap takdir. Konseling tersebut dilanjutkan dengan lomba-lomba untuk membangun semangat baru dalam menyikapi keadaan. Dengan lomba-lomba dan hadiah yang diperoleh peserta dapat makin meningkatkan sikap positif; bahwa takdir dapat diubah sehingga dapat menjalani aktivitas dengan lebih baik. “Aku akan lari dari takdir Allah menuju takdir Allah yang lain”, demikian ucapan Umar bin Khattab ra. Demikianlah yang dicapai oleh peserta pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Qur'anul Karim Mushaf Tafhim al-Qur'an Darul Amal.* (2015)
- Abdullah, M. (2020). Implementasi Iman kepada al-Qadla dan al-Qadar dalam Kehidupan Umat Islam. *Taklim: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 2(1), 11-19
- Ariantini, N. Suriata (2019). Konstruksi permainan tali luek sebagai teknik empowering konseling model Kipas. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Borneo*, 1(2),

- Amiruddin (2021). Takdir dalam perspektif al-Qur'an. *Al-Kauniyah: Jurnal Ilmu Alquran dan Tafsir*, 2(2), 1-12
- Bali, EN., dkk. (2021). Pendampingan psikosial anak korban bencana di Sekolah Alam Manusak. *Kelimutu Journal of Community Service (KJCS)*, 1(1), 1-7
- Bhakti, C.P. (2015). Bimbingan dan Konseling Komprehensif: dari paradigma menuju aksi. *Jurnal Fokus Konseling*, 2(2), 21-30
- Fadhlurrahman dan Febriani. (2021). Perspektif korban banjir tentang takdir bencana dan sesuai dengan Qu'an Surah an-Nisa ayat 78-79 (Studi Kasus). *Citizen Jurnal*, 2(1)
- Ibnu Atha'illah as-Sakandari. (2019). *Al-Hikam Kitab Tasawuf Sepanjang Masa*. Penerjemah Imam Firdaus. Jakarta Selatan: Rene Tuross
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2016). *Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Pertama*. Jakarta.
- Muslihati (2019). Peran Bimbingan dan Konseling dalam pendidikan penguatan karakter pada sekolah menengah kejuruan. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 4(2). 101-108
- Nuraini dan Khairunnisa. (2020). Penafsiran Ayat-Ayat Takdir dalam Al-Qur'an. *Tafse: Journal of Qur'anic Studies*, 5(1), 17-35
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia nomor 111 tahun 2014 tentang Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah. Jakarta
- Purwaningrum, R. (2018). Bimbingan dan Konseling Komprehensif sebagai Pelayanan Prima Konselor. *Jurnal Ilmiah Konseling*, 18(1), 30-39
- Ridwan. (2019). *Konseling Kasus*. Bandung: Alfabeta
- Saepuloh, A., dan Asiyah, D. (2022). Layanan konseling kelompok dengan teknik refleksi sebagai upaya meningkatkan kesadaran diri siswa. *Gema Wiralodra*, 2(3), 20-29
- Thalib, MD. (2015). Takdir dan Sunnatullah (Suatu Kajian Tafsir Maudhu'i). *al-Ishlah: Jurnal Pendidikan Islam*, 2(5), 1-10