

Periode : Semester Ganjil 2022/2023
Tahun : 2023
Skema abdimas : Abdimas Unggulan Program Studi
Kode Renstra : Pembangunan Manusia dan Daya Saing Bangsa
(HDC)

LAPORAN PENGABDIAN MASYARAKAT

“Pendampingan Kegiatan Bimbingan Konseling
Melalui Kegiatan Psikodrama Di SMP 1945 Jakarta



Safitri M	0014085901
Sulis Mariyanti	0319036701
Dessy Prastyani	0310127904
Janu Ridho W	20160701007
Muhammad Fajri F	20170701050
Windriati S P	20170701097
Febry Fadhlán	20180701108
Muhammad Denies	20190701052

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ESA UNGGUL JAKARTA
2022

HALAMAN PENGESAHAN
PROPOSAL PENGABDIAN MASYARAKAT

- | | |
|-------------------------------|--|
| 1. Judul Kegiatan | : "Pendampingan Kegiatan Bimbingan KOnseling Melalui Kegiatan Psikodrama di SMP 1945 Jakarta |
| 2. Nama mitra sasaran | : SMP 1945 Jakarta |
| 3. Ketua Tim | |
| a. Nama | : Dra Safitri M M.Si |
| b. NIDN | : 0014085901 |
| c. Jabatan Fungsional | : Lektor |
| d. Fakultas/Prodi | : Psikologi /Psikologi |
| e. Telepon | : 0811913238 |
| f. e.Mail | : safitri@esaunggul.ac.id |
| 4. Jumlah Anggota Dosen | : 2 dosen |
| 5. Jumlah Anggota Mahasiswa | : 5 mahasiswa |
| a. Lokasi Kegiatan Mitra | |
| b. Kabupaten/Kota | : Jakarta Pusat |
| c. Provinsi | : DKI Jakarta |
| 6. Periode/Waktu Kegiatan | : 25 September 2022 |
| 7. Luaran yang dihasilkan | : Laporan Pengabdian Masyarakat |
| 8. Usulan/Realisasi anggaran | |
| a. Dana Internal UEU | : |
| b. Sumber lain | : - |
| c. Biaya Kegiatan keseluruhan | : |

Mengetahui
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Esa Unggul



Yuli Asmi Rozali M.Psi, Psikolog

NIDN : 200110148

Jakarta 3 Februari 2023
Ketua Pelaksana

Dra Safitri M M.Si
NIP/NIK 0014085901

RINGKASAN

SMP 1945 Jakarta yang berlokasi di Jl H Awaludin Jakarta Pusat merupakan salah satu SMP yang juga merasakan dampak dari pandemic Covid 19 serta aturan penerimaan siswa rayonisasi, yang membuat murid sekolah ini berkurang drastis dalam jumlah . Hanya ada 3 kelas masing-masing 1 kelas untuk tiap tingkatan. Meskipun demikian mulai tahun ajaran baru ganjil 2022/2023 mulai diadakan bimbingan konseling terjadwal untuk setiap kelasnya

Guna mendukung program ini maka diajukan pendampingan bimbingan konseling melalui psikodrama bersama mahasiswa psikologi Universitas Esa Unggul. Sebelum dan setelah kegiatan siswa diminta untuk memilih perasaan yang dirasakan dan tingkat semangat mengikuti kegiatan.

Hasil kegiatan memperlihatkan kegiatan psikodrama efektif, terlihat dari perbedaan perasaan siswa sebelum dan setelah kegiatan yang menjadi lebih baik. Begitu juga ada peningkatan semangat

PENDAHULUAN

Sekolah Menengah Pertama (SMP) 1945 merupakan salah satu sekolah swasta di Kawasan JI H Awaludin Jakarta Pusat, dimana kegiatan sekolah dilakukan pada gedung yang sama dengan MI Al Ittihad, sehingga pelaksanaan belajar dilakukan pada siang hari mulai jam 13.00 sampai 17.00. SMP 1945 juga merasakan dampak dari pandemic Covid 19 serta aturan penerimaan siswa rayonisasi.

Pandemi Covid 19 dirasakan dalam pemanfaatan teknologi sebagai media pembelajaran daring. Ekonomi keluarga yang mayoritas kekurangan, menjadikan pembelajaran selama Pandemi Covid 19 menjadi tantangan yang bisa berdampak pada masalah psikologis siswa. Meskipun saat ini pembelajaran sudah mulai kembali tatap muka, ada beberapa siswa yang tidak mendaftar kembali, dan dampak stress pada siswa masih terasa seperti kehadiran siswa yang belum maksimal.

Siswa SMP 1945 mayoritas berasal dari lingkungan sekitar dimana perekonomian keluarga mayoritas menengah ke bawah, Siswa diantaranya berasal dari lingkungan pinggir rel kereta api, dimana banyak perilaku yang tidak baik yang dicontohkan lingkungan baik tentang etika ataupun kata-kata yang tidak pantas. Sehingga perilaku siswa terlihat banyak yang kurang baik. . Perlu adanya bimbingan dan arahan guru agar siswa bisa berperilaku baik. Disamping itu aturan penerimaan rayonisasi membuat jumlah siswa menurun drastis, sehingga jumlah siswa per kelas juga tidak banyak. Bahkan ada anggapan bahwa sekolah ini hanya sekolah buangan , mengakibatkan semangat siswa terlihat kurang kuat saat proses pembelajaran

Beberapa kegiatan telah dilakukan untuk menangani masalah di atas, salah satunya memberlakukan kegiatan bimbingan konseling terjadwal. Bimbingan dan konseling di sekolah mempunyai dua fungsi, yaitu fungsi pencegahan dan fungsi pengentasan. Menurut Glen yang dikutip oleh Makarao (2010) konseling adalah suatu proses di mana konselor membantu konseli (klien) agar individu dapat memahami dan menafsirkan fakta-fakta yang berhubungan dengan pemilihan, perencanaan, dan penyesuaian diri sesuai dengan kebutuhan individu. Jadi tujuan konseling itu sendiri difokuskan untuk mengajak seseorang memecahkan permasalahan. Tentu saja yang memecahkan permasalahan itu adalah seseorang itu sendiri, atau klien dapat mengambil keputusan sendiri dan juga bertanggung jawab terhadap berbagai persoalan yang dihadapinya melalui dinamika konseling. Untuk itu perlu dilakukan program bimbingan dan konseling yang tepat di sekolah

PERMASALAHAN

Perubahan zaman yang ditandai dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi selalu mengakibatkan perubahan sosial. Sebagai anak yang berada dalam keluarga tidak mampu seringkali kemampuan orang tua dalam pengasuhan kurang, apalagi banyak juga orang tua yang tidak punya banyak waktu mendampingi anaknya, sedangkan lingkungan sekitar rumah tidak mendukung. Jadwal sekolah di siang hari juga menyebabkan banyak siswa yang merasakan hambatan untuk melaluinya. Untuk itu diperlukan bimbingan di sekolah melalui bimbingan konseling yang dapat membantu siswa untuk bisa berperilaku yang lebih baik. Permasalahan yang ada SMP 1945 adalah bagaimana melakukan bimbingan konseling terjadwal dalam kelas yang menyenangkan yang dapat membant untuk meningkatkan potensi siswa

SOLUSI PERMASALAHAN

Berdasarkan permasalahan diatas, maka untuk menjawab permasalahan yang ada di SMP 1945 maka kegiatan pengabdian masyarakat yang diusulkan dari Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul berupa pendampingan kegiatan bimbingan konseling melalui kegiatan psikodrama untuk memperkenalkan kegiatan bimbingan konseling yang menyenangkan. Kegiatan psikodrama dapat meningkatkan kemampuan verbal/bahas, kemampuan kinetik tubuh, kemampuan interpersonal (interaksi sosial), melatih kerjasama tim, kemampuan memproses informasi, mengikuti arahan, dan menambah kepercayaan diri. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memotivasi konseli, menarik minat dan perhatian konseli, memberikan kesempatan untuk mengeksplorasi situasi dimana mereka mengalami emosi, perbedaan pendapat dan permasalahan dalam lingkungan sosial, memberi kesempatan untuk bertanya, mengembangkan kemampuan komunikasi dan melatih konseli berperan aktif dalam kehidupan nyata

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan berupa intervensi ke dalam program Yayasan Humanisti agar bisa terjadi perubahan sosial bagi siswa SMP 1945. Dalam perubahan sosial terencana, Philip Kotler (dalam Safitri, 2010)) membagi perubahan social atas lima (5) elemen yaitu : *caused* (penyebab perubahan), *change agency* (agen perubahan), *change target* (target perubahan), *channels* (saluran perubahan) dan *change strategy* (strategi perubahan). Ada tiga cara strategi

perubahan yaitu *Power/Coercion* (kekerasan / paksaan), *Persuasif* / bujukan / mempengaruhi dan *Edukasi* / pendidikan,

Untuk mendukung tujuan tersebut Tim dari Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul akan melakukan bimbingan konseling melalui kegiatan psikodrama untuk siswa SMP 1945

PELAKSANAAN KEGIATAN

Kegiatan pelaksanaan bimbingan konseling melalui kegiatan psikodrama dilaksanakan pada jadwal bimbingan konseling dalam kelas yaitu pada hari Rabu 21 September 2022. Kegiatan dilakukan di salah satu kelas di SMP 1945. Peserta adalah seluruh siswa kelas VII, VIII dan IX yang hadir pada hari itu.

Kegiatan dilakukan Bersama mahasiswa Psikologi Universitas ESa Unggul yang tergabung dalam kelompok Art Simetri Bukan Main dibawah BEM Psikologi

Sebelum memulai kegiatan psiko drama, siswa diminta menuliskan perasaan yang dirasakan (takut, cemas, biasa saja, senang dan senang sekali) dan semangat yang dimiliki dengan angka 1-10 .

EVALUASI KEGIATAN

Kegiatan psikodrama dilakukan bersama-sama dengan dimulai dari pengenalan cara grup Art Symetri, yaitu memperagakan gerak yang disukai (super hero, tari dsb) sambil menyebutkan nama. Setelah berkenalan dilanjutkan dengan bertepuk tangan ala gerimis sampai badai. Bercermin merupakan kegiatan lanjutan, satu siswa melakukan gerakan yang diikuti siswa lainnya seolah sedang bercermin. Braingym juga menjadi ice breaker yang menyenangkan. Selanjutnya siswa diminta untuk memilih gerakan sesuai dengan perasaan (senang, sedih, marah), siswa diminta untuk berganti-ganti perasaan. Kemudian Siswa diminta untuk berkelompok dan bergaya seperti properti misal kelompok 1 properti ruang tamu yaitu kipas angin, lampu, , televisi dsb, atau property kelas missal bangku, meja papan tulis dsb. Terahir dengan kelompok yang ada, siswa berdiskusi dipimpin 1 mentor untuk saling bercerita tentang cita-cita. Mentor menguatkan bahwa setiap siswa boleh mempunyai cita-cita apapun dan yakinlah bahwa semua itu dimungkinkan untuk diraih. Acara ditutup dengan meminta siswa untuk menuliskan perasaan dan semangatnya setelah melakukan semua kegiatan

Hasil pelaksanaan psikodrama yang mengukur perasaan siswa sebelum dan setelah kegiatan :

Tabel 1

Perasaan Siswa Sebelum dan Setelah Kegiatan Psikodrama

Perasaan sbml	Perasaan setelah Psikodrama			Total
Psikodrama	Biasa Saja	Senang	Senang Sekali	
Cemas	1	0	0	1
Takut	3	0	0	3
Biasa Saja	10	9	7	26
Senang	0	6	6	12
Total	14	15	13	42

Berdasarkan tabel diatas terlihat diawal kegiatan masih ada siswa yang cemas dan takut, dan belum ada yang mempunyai perasaan senang sekali. Setelah kegiatan, tidak ada siswa dengan perasaan cemas dan takut. Paling tidak siswa sudah lebih merasakan perasaan biasa saja, dan sudah lebih banyak yang senang, bahkan senang sekali

Hasil Chi square perasaan siswa sebelum dan setelah pelaksanaan psikodrama menunjukkan nilai sig p 0,025 ($< 0,05$), jadi perasaan siswa sebelum dan setelah psikodrama tidak sama, ada perbedaan perasaan menjadi lebih baik

Hasil uji beda semangat siswa sebelum dan setelah pelaksanaan psikodrama dengan metoda Wilcoxon (data semangat siswa sebelum dan setelah psikodrama tidak normal) menunjukkan sig p 0,000 ($< 0,05$). Jadi ada perbedaan semangat siswa sebelum dan setelah pelaksanaan yang menunjukkan angka lebih tinggi

Psikodrama dengan menghadirkan mahasiswa Psikologi yang tergabung dalam Art Symetri memberikan pengalaman pada siswa untuk berinteraksi dengan kelompok baru. Berawal dari pengenalan diri yang unik, siswa diajak untuk berekspresi mengeluarkan perasaan dan mengenali emosi, melatih otak kanan kiri dengan braingym yang pada akhirnya bisa mengajak setiap siswa untuk memperagakan dirinya mewakili benda misal lampu, kursi dsb.

Saat berdiskusi tentang cita-cita, terlihat siswa bisa berkomunikasi dengan nyaman bersama mentor masing-masing, dan merasakan kegiatan ini menyenangkan dan terlihat berat berpisah dengan mentor saat diskusi dinyatakan selesai, bahkan ada yang sudah berbagi Instagram agar bisa lanjut berhubungan

Hasil ini sejalan dengan hasil penelitian Vita Purnamasari dkk (2019) bahwa ada pengaruh konseling kelompok dengan teknik psikodrama terhadap resolusi konflik siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Petarukan tahun ajaran 2018/2019. Dan juga sejalan dengan penelitian Safitri (2017) yang memperlihatkan bahwa konseling dengan Psikodrama dan Hipnoterapi memperlihatkan ada perubahan yang signifikan dalam perasaan, tingkat persoalan, kemauan dan kemampuan memecahkan persoalan sebelum dan setelah kegiatan

SIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan bimbingan konseling melalui kegiatan psikodrama efektif, memperlihatkan ada perbedaan perasaan dan semangat siswa sebelum dan setelah kegiatan. Kegiatan ini bisa dilakukan untuk mengisi kegiatan bimbingan konseling terjadwal.

DAFTAR PUSTAKA

- Safitri (2010); Base line untuk menentukan program intervensi di kampung lio Depok, Jurnal Psikologi vol 8, Media Ilmiah Psikologi Universitas Esa Unggul
- M Safitri, Luthfi Aziz, Siwi Winanti(2017) , Model KOnseling Psikodrama Dan Hipnoterapi Untuk Meningkatkan Potensi Mahasiswa; E-Journal Widya Eksakta; Vol 11 hal 48-55
- Vita Purnamasari, Desi Maulia (2019). Konseling Kelompok Dengan Teknik Psikodrama Terhadap Resolusi Konflik Siswa. Empati: Jurnal Bimbingan dan Konseling; Vol 6 No 1

Lampiran Daftar Hadir Peserta Kegiatan

DAFTAR HADIR
KEGIATAN PSIKODRAMA
RABU 21 SEPT 2022
SNP 1945 DKT

NO	NAMA	KELAS	TTD
1.	Aisyah Maulidah FB	IX	<i>[Signature]</i>
2.	Ecsya Kayla Atmaja	IX	<i>[Signature]</i>
3.	KRANA. Cinta. Menhari	IX	<i>[Signature]</i>
4.	Kamilah	IX	<i>[Signature]</i>
5.	Sabrina Salsabila	IX	<i>[Signature]</i>
6.	Zalukha Nur Aliyah	IX	<i>[Signature]</i>
7.	Auf Akhmad Fadillah	IX	<i>[Signature]</i>
8.	Valian Sayoga	IX	<i>[Signature]</i>
9.	Fauzyah Nurul Aini	IX	
10.	Rafael Pedrosa herlangga	IX	
11.	M. ALFian	IX	AL
12.	m. Fauzan	IX	Fauzan
13.	Rivky Dwi Hima Wan	IX	Rivky
14.	Winata	00. IX	<i>[Signature]</i>
15.	M. Ghandi. Ix	IX	<i>[Signature]</i>
16.	Matah Saskya bellamy	7	SW
17.	Sasqia Nadatul Nisya	71	Sasqia
18.	M. AL-aadri MAMTAZ Lori	8	MAZA
19.	Randi Cahya dinasa	7	Randi
20.	ZACKY SuFYan	7	<i>[Signature]</i>
21.	Muhammad RAIFI	7	RAIFI
22.	hafi2 maulana	8	<i>[Signature]</i>
23.	Reno	8	

Universitas
Esa Unggul

DAFTAR HADIR
KEGIATAN PSICODRAMA
RABU, 21 SEPT 2022.
SMK 1945 JKT

NO	NAMA	KELAS	TTD
1	Fauziah Nurul aini	9	Elukh.
2	Rafael Pedrosa Herlangga	IX (9)	Pmth
3	FIGO	IX	Es
4	Citra Lutfia Sari'rs	VIII	Cupara
5	Reva anansyah	VIII	Buat.
6	Fitri Ramadhani	VIII	Fest
7	ANGGA MATULESYA	VIII	an
8	Redesa Keyla Putri	VIII	Kunz
9	Rivky Dwi Himawar	IX	Rin
10	Ihcmal Al Barawi	VII	byamal
11	Libran Ibrahimovic	VII	Ab
12	Raihan Faris Saputra	VII	Rh
13	Lionel Pattinama	VII	Locees
14	Muhammad Adam nursoni	VII	Adm
15	Muthoharoh Zuhro	VII	MZ
16	Nury Syahrana	VII	Nury
17	SYAKIRA aswan Riani	VII	SYAKIRA
18	Nayla Farisena	VII	NF
19	Bunga Maharashita . S	VII	BMS
20	RITQI RIZQULIAH	8	RITQI

PABU, 21 SEPT 2022
SMP 1945 TAIKALTA

11

Lampiran Foto Kegiatan

