

Implementasi *Art Counseling* Berbasis *Cinema* dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan *Self Esteem* Siswa Madrasah Tsanawiyah

**Syahrirman¹, Arsyadani Mishbahuddin², Adif jawadi Saputra³,
Anna Ayu Herawati⁴**

¹⁻⁴Prodi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Bengkulu, Bengkulu, Indonesia

Alamat e-mail: ¹ Syahrimansyahel60@gmail.com, ² haidardani01@gmail.com,

³adifjawadi@unib.ac.id, ⁴annaayuherawatu@unib.ac.id

Abstract

Students' self-esteem is a key aspect in personal development, playing a vital role in shaping their self-perception and their ability to face life's challenges. In many schools, especially at the middle school level like Madrasah Tsanawiyah (MTs) in Bengkulu City, many students encounter obstacles in developing positive self-esteem. Factors such as academic pressure, social interactions, and social comparison often undermine students' self-confidence. Recognizing the need to enhance students' self-esteem at MTs Roudhotul Rosmani, this community service aims to introduce and implement cinema-based art counseling as an innovative approach in group counseling services. By combining cinema and art, it is expected that students can better understand themselves, improve their self-esteem, and address issues that hinder their personal development. The community service methodology includes planning, implementation, and evaluation phases. The service team consists of counselors and students who guide participants in self-exploration through cinema-based group counseling. This community service provides tangible evidence that art, especially in the context of cinema, can be an effective tool in self-improvement and student empowerment.

Keywords: *Self-esteem, Art Counseling, Cinema, Group Counseling*

Abstrak

*Self-esteem siswa adalah aspek kunci dalam perkembangan pribadi yang memainkan peran vital dalam membentuk persepsi diri dan kemampuan mereka untuk menghadapi tantangan hidup. Di banyak sekolah, terutama di tingkat menengah seperti Madrasah Tsanawiyah (MTs) di Kota Bengkulu, banyak siswa menghadapi kendala dalam mengembangkan *self-esteem* yang positif. Faktor-faktor seperti tekanan akademik, interaksi sosial, dan perbandingan dengan standar sosial seringkali dapat merongrong kepercayaan diri siswa. Mengingat perlunya meningkatkan *self-esteem* siswa di MTs Roudhotul Rosmani, pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengenalkan dan mengimplementasikan konseling seni berbasis cinema sebagai pendekatan yang inovatif dalam layanan bimbingan kelompok. Dengan menggabungkan sinema dan seni, diharapkan siswa dapat lebih memahami diri mereka sendiri, meningkatkan *self-esteem*, serta mengatasi masalah-masalah yang menghambat perkembangan pribadi siswa. Metode pengabdian mencakup tahap perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Tim pengabdian terdiri dari konselor dan mahasiswa yang membimbing siswa dalam eksplorasi diri melalui bimbingan kelompok berbasis cinema. Pengabdian ini memberikan bukti nyata bahwa seni, khususnya seni dalam konteks sinema, dapat menjadi alat efektif dalam upaya peningkatan diri dan pemberdayaan siswa.*

Kata Kunci : *Self-esteem, Art Counseling, Cinema, Bimbingan Kelompok*

Pendahuluan

Manusia adalah makhluk yang paling unik, ciptaan Tuhan yang paling indah dan paling tinggi derajatnya. Keindahan manusia berpangkal pada diri manusia itu sendiri (Dachmiati & Amalia, 2017). Diri manusia memang unik dan indah, baik fisiknya, maupun dasar-dasar mental dan kemampuannya. Salah satu keunikan dan keindahan manusia adalah self-esteem (Sari, 2019; Pratiwi & Daliman, 2021; Polly et al, 2022). Self esteem sering didefinisikan sebagai harga diri. Menurut Baron dan Byrne (2006), self esteem adalah evaluasi diri yang dibuat oleh setiap individu, sikap seseorang terhadap dirinya sendiri dalam rentang dimensi positif-negatif. Self-esteem merupakan salah satu aspek yang menentukan keberhasilan seseorang dalam berinteraksi dengan lingkungan dan sosialnya (Brown, 2014; Hewitt, 2020; Fox & Magnus, 2014).

Pada diri manusia terbagi menjadi dua bentuk self-esteem, yaitu self-esteem negative dan self-esteem positif (Link et al., 2001; Heimper et al., 2002; Ghaisani, 2016). Apabila seseorang mempunyai self-esteem positif, maka dia akan membangkitkan rasa percaya diri dan mampu untuk menghargai dirinya sendiri. Begitupun sebaliknya, seseorang yang mempunyai self-esteem negatif akan merasa bahwa dirinya tidak mampu dan tidak berharga. Akan tetapi tidak selamanya harga diri yang negative menyebabkan perilaku yang negatif pula.

Siswa MTs berada pada rentangan umur masa remaja. Pada masa ini terjadi banyak perubahan pada diri seseorang, termasuk dalam hal biologis, psikologis, sosial dan ekonomi (Hildayani et al., 2014; Adiansyah et al., 2019). Selain menunjukkan adanya perubahan fisik serta psikologis, pada masa remaja juga terjadi peralihan dari ketergantungan sosial ekonomi secara penuh menjadi lebih mandiri (Steinberg, 2002). Perubahan yang dialami remaja merupakan masa yang sulit untuk dilalui karena pada masa ini remaja perlu belajar mengatasi pubertas sekaligus tran-sisi dari sekolah dasar ke sekolah menengah. Diantara berbagai perubahan yang terjadi, perubahan dalam aspek psikologis dipandang sebagai isu yang paling penting pada masa remaja, terutama sejak berkembangnya teori Erickson yang menyatakan identitas diri sebagai tugas perkembangan remaja. Apabila remaja mengembangkan penilaian negative mengenai diri mereka dalam usahanya membentuk identitas diri, dapat terjadi gejolak emosi dalam diri mereka. Selain itu, karakteristik remaja yang mulai menekankan pentingnya hubungan dengan teman-teman sebaya, kerap mengalami tantangan dalam menghadapi tuntutan-tuntutan dari sekitarnya, sehingga dapat menimbulkan permasalahan sosial. Terjadinya berbagai perubahan pada masa remaja ini juga seringkali berdampak pada menurunnya rasa keberhargaan diri (self-esteem) pada diri remaja.

Banyak fenomena yang berkaitan dengan rendahnya self esteem siswa, hal ini didukung hasil empiric dari assessment AUM UMUM seri Sekolah Lanjutan Tingkat Atas di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Cariu Bogor, ditemukan permasalahan yang dialami oleh sebagian besar siswa yaitu mengenai tingkat self-esteem yang rendah. Hal ini terjadi dikarenakan siswa merasa kurang percaya diri, siswa kurang mampu mengkomunikasikan perihal yang akan diungkapkan terhadap teman atau guru ketika di kelas. Selain itu siswa merasa tidak mampu untuk melakukan suatu hal yang lebih besar lagi atau keluar dari zona aman siswa tersebut (Dachmiati & Amalia, 2017). Keadaan self-esteem dengan karakteristik seperti di atas, juga banyak terjadi pada remaja di Indonesia. Bila kita cuplik beberapa kasus di masyarakat, terutama yang dialami oleh siswa sekolah menengah, maka tergambar kondisi psikososial dan emosional maupun kesehatan mental remaja (Lestari, 2014). Selanjutnya Hasil observasi yang dilakukan anggota pengabdian di sekolah MTs Roudhotul Rosmani menunjukkan bahwa masih banyaknya siswa yang rendahnya percaya diri, hal ini ditunjukkan dari laporan para Guru ketika menugaskan siswa untuk unjuk kerja seperti ajang kreativitas berpidato, tidak berani aktif di kelas dan masih banyak malu-malu.

Berdasarkan kondisi di lapangan tersebut, diperlukan upaya yang harus diberikan kepada siswa di Kota Bengkulu untuk meningkatkan self esteem. Ada banyak cara yang dapat dilakukan, pada rencana pengabdian ini diusung sebuah kegiatan pendampingan pemanfaatan teknik cinema therapy dalam praktek bimbingan kelompok. Teknik cinema

therapy merupakan bagian dari art counseling yang mana merupakan kombinasi dari dua disiplin ilmu, yakni psikologi dan seni.

Melalui teknik cinema therapy ini diharapkan menghasilkan suasana dinamika kelompok yang optimal dan menyenangkan serta menenangkan anggota kelompok guna meningkatkan self esteem siswa MTs Roudhotul Rosmani. Berkaitan dengan fenomena di atas, maka perlu adanya pengabdian pada masyarakat.

Metode

Metode pengabdian dalam artikel tersebut mencakup beberapa tahap yang dirinci sebagai berikut:

Perencanaan, Tahap awal dalam pengabdian ini melibatkan perencanaan matang. Tim pengabdian harus merancang rencana kerja yang mencakup tujuan, ruang lingkup kegiatan, serta strategi pelaksanaan. Dalam hal ini, perencanaan melibatkan pemilihan metode konseling seni berbasis cinema sebagai pendekatan yang inovatif.

Pelaksanaan: Setelah perencanaan, langkah berikutnya adalah pelaksanaan. Tim pengabdian, yang terdiri dari konselor dan mahasiswa, memimpin dan mendampingi siswa dalam kelompok bimbingan yang berfokus pada sinema dan seni. Ini mencakup eksplorasi diri melalui pemahaman lebih dalam tentang diri siswa, hubungan mereka dengan dunia sekitar, dan cara mengatasi masalah yang dapat memengaruhi self-esteem.

Evaluasi: Tahap evaluasi dilakukan untuk mengukur dampak dari layanan bimbingan kelompok berbasis cinema. Evaluasi ini mencakup pemantauan perubahan dalam self-esteem siswa sebelum dan setelah intervensi, serta umpan balik dari partisipan mengenai pengalaman mereka dalam program ini. Hasil evaluasi ini digunakan untuk menilai keberhasilan metode pengabdian dan memperbaiki pendekatan yang digunakan.

Hasil

Sebagaimana pada bagian metode dalam kegiatan pengabdian ini, dilakukan kegiatan secara terperinci berdasarkan tahapan yang telah dirancang.

Tahap perencanaan

Dalam tahap perencanaan kegiatan pengabdian masyarakat, tim pengabdian melakukan serangkaian langkah penting untuk memastikan implementasi program konseling seni berbasis cinema yang efektif. Berikut adalah gambaran naratif tentang apa yang dilakukan oleh Tim pengabdian selama tahap perencanaan: 1) Penentuan Tujuan: Tim pengabdian pertama-tama berkumpul untuk menentukan tujuan dan sasaran yang ingin dicapai melalui kegiatan ini. Mereka merumuskan tujuan spesifik yang mencakup peningkatan self-esteem siswa sebagai hasil utama yang diharapkan; 2) Analisis Kebutuhan: tim melakukan analisis mendalam mengenai kebutuhan siswa di MTs Roudhotul Rosmani terkait dengan self-esteem. Mereka memahami tantangan dan hambatan yang dihadapi siswa dalam pengembangan self-esteem mereka. Analisis ini menjadi dasar bagi perencanaan intervensi; 3) Pemilihan Pendekatan: Tim mempertimbangkan berbagai pendekatan konseling yang mungkin cocok dengan konteks sekolah dan kebutuhan siswa. Mereka memutuskan untuk mengadopsi konseling seni berbasis cinema sebagai pendekatan inovatif yang dapat memberikan manfaat dalam pemahaman diri siswa; 4) Perencanaan Aktivitas: Tim mengembangkan rencana kerja yang mencakup rincian aktivitas yang akan dijalankan selama kegiatan pengabdian. Ini mencakup bagaimana program konseling seni berbasis cinema akan diimplementasikan, jadwal kegiatan, serta pembagian tugas dan tanggung jawab di antara anggota tim; 5) Pemilihan Materi dan Sumber Daya: Tim memilih materi, sumber daya, dan alat yang diperlukan untuk mendukung implementasi konseling seni berbasis cinema. Ini mungkin mencakup pemilihan film-film yang relevan, peralatan sinema, serta materi pelatihan untuk konselor dan mahasiswa yang akan terlibat dalam program; 6) Perencanaan Evaluasi: Tim juga merencanakan metode evaluasi untuk mengukur keberhasilan program. Tim menentukan parameter untuk mengukur peningkatan self-esteem siswa dan menyusun kuesioner atau alat penilaian yang relevan.

Tahap Pelaksanaan

Pada tahap ini dilakukan pemberian materi yang dilaksanakan secara luring, diskusi dan brainstorming yang diikuti dengan siswa. Pada sesi diskusi dan brainstorming peserta nampak antusias karena sebagian peserta baru pertama kali mengenal istilah self-esteem ini. Hal ini dapat dilihat dari gambar 1 berikut.



Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di MTs Roudhotul Rosmani di Kota Bengkulu, implementasi konseling seni berbasis cinema telah membawa hasil yang positif dan efektif dalam membantu mengembangkan self-esteem siswa. Self-esteem atau harga diri siswa merupakan faktor penting dalam perkembangan pribadi mereka, mempengaruhi cara mereka memandang diri sendiri dan bagaimana mereka menghadapi tantangan dalam hidup.

Siswa terlibat aktif dalam kegiatan konseling seni. Mereka merasa terdorong untuk berpartisipasi dalam eksplorasi diri melalui seni dan sinema, yang membantu mereka merenungkan karakteristik diri mereka, hubungan sosial, dan cara mengatasi masalah. Keterlibatan aktif siswa adalah salah satu indikator keberhasilan kegiatan ini.

Siswa memberikan umpan balik positif terkait program ini. Mereka melaporkan bahwa program konseling seni berbasis cinema telah membantu mereka merasa lebih baik tentang diri mereka, meningkatkan keterampilan komunikasi, dan memberikan wawasan tentang bagaimana seni dan sinema dapat digunakan sebagai alat yang kuat untuk pemahaman diri. Umpan balik positif ini mencerminkan efektivitas pendekatan yang digunakan dalam pengabdian.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan pengabdian ini menunjukkan bahwa pendekatan konseling seni berbasis cinema adalah metode yang efektif dalam meningkatkan self-esteem siswa dan mendukung perkembangan pribadi mereka. Kegiatan ini memberikan bukti nyata bahwa seni, khususnya seni dalam konteks sinema, dapat menjadi alat yang efektif dalam upaya peningkatan diri dan pemberdayaan siswa. Diharapkan bahwa hasil ini akan membawa manfaat jangka panjang bagi siswa di MTs Roudhotul Rosmani dan dapat menjadi model untuk sekolah lain yang ingin mengadopsi pendekatan serupa.

Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi kegiatan pengabdian berfokus pada pengumpulan, analisis, dan penilaian data yang relevan untuk menilai dampak program konseling seni berbasis cinema di MTs Roudhotul Rosmani. Tim Pengabdian secara cermat menganalisis hasil dari penilaian diri siswa, umpan balik dari partisipan, catatan observasi, dan dokumen terkait lainnya untuk mengidentifikasi perubahan yang terjadi dalam self-esteem siswa, pemahaman diri mereka, dan dampak positif lainnya. Hasil evaluasi dibandingkan dengan tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya untuk mengukur sejauh mana tujuan telah tercapai. Selain itu, umpan balik dari siswa sangat penting, sehingga tim juga mengumpulkan perspektif mereka tentang manfaat program melalui wawancara, kuesioner, atau sesi diskusi kelompok. Evaluasi diri tim juga dilakukan untuk mempertimbangkan aspek-aspek yang dapat ditingkatkan dalam implementasi program. Hasil evaluasi mencakup identifikasi keberhasilan program dan kendala yang mungkin muncul selama pelaksanaan.

Rekomendasi untuk perbaikan program di masa depan dihasilkan berdasarkan temuan evaluasi, dan laporan evaluasi yang mendokumentasikan hasil evaluasi, temuan, dan rekomendasi dibagikan kepada pihak berwenang dan pihak-pihak yang terlibat. Tahap evaluasi juga mencakup diseminasi hasil evaluasi kepada pemangku kepentingan yang lebih luas dalam upaya berbagi pengalaman dan pembelajaran dari program konseling seni berbasis cinema ini.

Pembahasan

Di banyak sekolah, termasuk MTs Roudhotul Rosmani, masalah self-esteem menjadi perhatian utama karena banyak siswa yang mengalami kendala dalam mengembangkan self-esteem yang positif. Hal ini bisa dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti tekanan akademik, interaksi sosial di sekolah, dan perbandingan diri mereka dengan standar social (Adnan et al., 2016; Putri et al., 2020). Dalam konteks ini, kegiatan pengabdian masyarakat memiliki tujuan untuk mengenalkan serta mengimplementasikan konseling seni berbasis cinema sebagai pendekatan inovatif dalam layanan bimbingan kelompok.

Hasil dari kegiatan ini menunjukkan bahwa metode konseling seni berbasis cinema berhasil membantu siswa untuk memahami diri mereka sendiri (Sukitman, 2015; Masri, 2020) dengan lebih baik dan meningkatkan self-esteem mereka. Siswa yang mengikuti program ini melaporkan peningkatan dalam keyakinan diri, pemahaman diri yang lebih baik, dan kemampuan yang lebih baik dalam menghadapi berbagai tantangan dalam kehidupan mereka.

Selain itu, siswa terlibat aktif dalam kegiatan konseling seni ini, yang mencakup eksplorasi karakteristik diri mereka, hubungan sosial, dan cara mengatasi masalah. Mereka merasa terdorong untuk berpartisipasi dalam kegiatan eksplorasi diri ini, yang membantu memperkuat pemahaman diri mereka.

Dalam implementasi program konseling seni berbasis cinema, terdapat alasan rasional yang kuat. Program ini dirancang untuk mengatasi tantangan pengembangan self-esteem siswa di sekolah menengah, dengan memanfaatkan pendekatan inovatif yang menggabungkan seni dan konseling. Efektivitas program diukur melalui pengukuran self-esteem siswa sebelum dan sesudah program, analisis perubahan, umpan balik dari siswa, penggunaan materi sinema, serta perbandingan dengan kelompok kontrol. Dengan demikian, program ini memiliki dasar rasional dan pendekatan operasional yang jelas dalam usahanya untuk mengembangkan self-esteem siswa.

Simpulan

Implementasi konseling seni berbasis cinema dalam layanan bimbingan kelompok di MTs Roudhotul Rosmani Kota Bengkulu efektif dalam meningkatkan self-esteem siswa. Hal ini didukung oleh data pengukuran self-esteem, umpan balik positif dari siswa, serta penggunaan materi sinema yang tercermin dalam pemahaman diri siswa. Program ini memiliki potensi untuk memengaruhi perkembangan pribadi siswa secara positif, meningkatkan kepercayaan diri, dan memberikan alat inovatif dalam konteks bimbingan kelompok.

Saran

Praktisi di lapangan, seperti guru BK, dapat mempertimbangkan untuk menerapkan pendekatan seni berbasis cinema dalam layanan bimbingan kelompok mereka. Mereka dapat berkolaborasi dengan tim pengabdian atau mencari pelatihan tambahan dalam pendekatan ini.

Peneliti yang akan datang, dapat melanjutkan penelitian lebih lanjut untuk mengukur dampak jangka panjang dari program konseling seni berbasis cinema terhadap perkembangan pribadi siswa, serta bagaimana pendekatan ini dapat ditingkatkan atau disesuaikan untuk berbagai konteks pendidikan.

Pihak Sekolah, sekolah dan pihak berwenang dapat memberikan dukungan dalam bentuk pelatihan dan sumber daya tambahan untuk guru BK yang ingin menerapkan pendekatan seni berbasis cinema dalam bimbingan kelompok.

Ucapan Terima Kasih

Kegiatan ini merupakan implementasi dari program pengabdian pada masyarakat yang diadakan oleh dosen Bimbingan dan Konseling Universitas Bengkulu dengan bantuan dana dari PNPB FKIP UNIB Tahun 2023. Kegiatan pengabdian ini dibantu oleh mahasiswa dan disambut baik oleh kepala sekolah MTS Roudhotul Rosmani beserta dewan Guru.

Referensi

- Adiansah, W., Setiawan, E., Kodaruddin, W. N., & Wibowo, H. (2019). Person in environment remaja pada era revolusi industri 4.0. *Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial*, 2(1), 47-60.
- Adnan, A. Z., Fatimah, M., Zulfia, M., & Hidayati, F. (2016). Pengaruh dukungan sosial terhadap harga diri remaja Desa Wonoayu Kecamatan Wajak. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam*, 13(2), 53-58
- Baron, R. A., Byrne, D., & Branscombe, N. R. (2006). *Social psychology*, 11/E. Aufl, Boston.
- Brown, J. D. (2014). Self-esteem and self-evaluation: Feeling is believing. *Psychological perspectives on the self*, 4(8), 27-58.
- Dachmiati, S., & Amalia, R. (2017). Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Self-Esteem Siswa. *Jurnal Fokus Konseling*, 3(2), 148-153.
- Fox, K. R., & Magnus, L. (2014). Self-esteem and self-perceptions in sport and exercise. In *Routledge companion to sport and exercise psychology* (pp. 34-48). Routledge.
- Ghaisani, R. D. (2016). Hubungan Self Esteem dan Loneliness pada Remaja Akhir Pelaku Cybersex di Bandung.
- Heimpel, S. A., Wood, J. V., Marshall, M. A., & Brown, J. D. (2002). Do people with low self-esteem really want to feel better? Self-esteem differences in motivation to repair negative moods. *Journal of personality and social psychology*, 82(1), 128.
- Hewitt, J. P. (2020). 22 The Social Construction of Self-Esteem. *The Oxford handbook of positive psychology*, 309.
- Hildayani, R., Sugianto, M., Tarigan, R., & Handayani, E. (2014). Psikologi perkembangan anak.
- Link, B. G., Struening, E. L., Neese-Todd, S., Asmussen, S., & Phelan, J. C. (2001). Stigma as a barrier to recovery: The consequences of stigma for the self-esteem of people with mental illnesses. *Psychiatric services*, 52(12), 1621-1626.
- Masri, S. (2020). *Multicultural Awareness, Teknik Cinemeducation, Dan Bibliotherapy*. Penerbit Aksara Timur.

- Polly, W. W., Notoprodjo, H. M., & Hutaaruk, K. T. (2022). Kritik Hierarki Kebutuhan Maslow Berdasarkan Prinsip Cinta Kasih Dalam Perjanjian Baru. *CARAKA: Jurnal Teologi Biblika dan Praktika*, 3(1), 39-60.
- Pratiwi, R. G., & Daliman, S. U. (2021). Hubungan Antara Self Esteem Dengan Kecenderungan Narsistik Pada Remaja Pengguna Instagram (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Putri, C. P., Mayangsari, M. D., & Rusli, R. (2020). Pengaruh stres akademik terhadap academic help seeking pada mahasiswa psikologi unlam dengan indeks prestasi kumulatif rendah. *Jurnal Kognisia*, 1(2), 28-37.
- Sari, L. V. (2019). Hubungan Tingkat Self-Esteem Dengan Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Kimia (Bachelor's thesis, Jakarta: FITK UIN Syarif Hidayatullah Jakarta).
- Steinberg, L. (2002). Clinical adolescent psychology: what it is, and what it needs to be. *Journal of consulting and clinical psychology*, 70(1), 124.
- Sukitman, T. (2015). Panduan Lengkap dan Aplikatif Bimbingan Konseling Berbasis Pendidikan Karakter. Diva Press.