

SKMR GKPB PHILADELPHIA: PENINGKATAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS ANAK DAN REMAJA SERTA PENINGKATAN KOMPETENSI MENGAJAR GURU

*Listiyani Dewi Hartika¹, Cokorda Tesya Kirana², I Rai Hardika³

¹⁻³Universitas Dhyana Pura

Corresponding author: listiyanidewihartika@undhirabali.ac.id

ABSTRAK

Pembinaan terhadap anak dan remaja melalui kegiatan-kegiatan di sekolah minggu tidak hanya bertujuan untuk membangun iman sejak dini, namun juga membentuk karakter-karakter yang sesuai dengan ajaran Kristiani. Dalam usia yang berbeda-beda, anak hingga remaja memiliki karakteristik dan kebutuhan yang berbeda pula. Perbedaan ini perlu mendapat perhatian khusus agar para guru mengetahui cara untuk menangani anak dengan usia tertentu dan menggunakan metode yang lebih tepat sasaran sesuai tahapan perkembangannya. Program pendampingan, psikoedukasi, dan peningkatan kompetensi guru dilaksanakan dengan menggunakan metode metode ceramah, workshop, konseling, dan test/evaluasi. Adapun hasil yang diperoleh melalui program yang diberikan adalah tingkat kesejahteraan psikologi remaja jemaat Gereja Philadelphia Legian meningkat. Hal ini secara tidak langsung dipengaruhi oleh adanya program psikoedukasi yang diberikan sehingga mereka lebih memahami perlunya mengetahui dan menyadari kondisi kesehatan mental mereka saat ini. Kesadaran ini membuat mereka bersedia untuk bercerita dan menjalani sesi konseling pada program pendampingan yang diberikan. Selain itu untuk para guru, pengetahuan mengenai pertumbuhan dan perkembangan manusia sangat penting untuk mereka bisa memahami bahwa setiap fase memiliki karakteristik dan tugas perkembangannya masing-masing, yang diterjemahkan melalui metode ajar, pemilihan materi ajar, serta manajemen kelas dalam pelaksanaan sekolah minggu di Gereja Philadelphia Legian.

Kata kunci: kesejahteraan psikologis, anak dan remaja, kompetensi mengajar, sekolah minggu

1. Pendahuluan

Pembinaan terhadap anak dan remaja melalui kegiatan-kegiatan di sekolah minggu tidak hanya bertujuan untuk membangun iman sejak dini, namun juga membentuk karakter-karakter yang sesuai dengan ajaran Kristiani. Pembinaan ini juga nantinya berguna bagi perkembangan anak, bukan hanya dari segi rohani, namun juga moral, etika, dan psikologis. Oleh karena itu, penting untuk diperhatikan dalam pengajaran di sekolah minggu terkait muatan-muatan dan metode yang sesuai dengan tahap perkembangan anak. Dalam usia yang berbeda-beda, anak hingga remaja memiliki karakteristik dan kebutuhan yang berbeda pula. Perbedaan ini perlu mendapat perhatian khusus agar para guru mengetahui cara untuk menangani anak dengan usia tertentu dan menggunakan metode yang lebih tepat sasaran sesuai tahapan perkembangannya. Menurut pendekatan psikologi, tahap perkembangan ini juga menentukan kematangan emosi dan pembentukan karakter anak dan remaja hingga dewasa (Ahmadi dan Sholeh, 1991). Apabila

tugas perkembangan di usia tertentu dapat terselesaikan, maka seseorang akan tumbuh menjadi pribadi yang lebih bertanggungjawab, begitu pula sebaliknya. Guru sekolah minggu diharapkan dapat membantu anak-anak binaannya untuk berproses di masing-masing tahap perkembangan yang dijalani. Kondisi yang terjadi saat ini, pemahaman guru sekolah minggu terhadap masa tumbuh kembang anak dan remaja masih cukup rendah, hal ini dibuktikan dengan perolehan skor test yang masih rendah. Sebagian besar guru, yaitu sebanyak 12 orang dari 20 orang guru memperoleh skor 40 dari skala 100, yang berarti bahwa hanya 40% tingkat pemahaman mereka terhadap karakteristik perkembangan peserta didiknya. Hal ini akan menghambat proses pengajaran yang akan diberikan, karena metode yang digunakan mungkin kurang sesuai dengan karakteristik dan perkembangan para peserta didik.

Dalam usaha untuk dapat memaksimalkan proses belajar anak dan remaja di sekolah minggu, selain membantu pada proses pendampingan, diharapkan guru juga memiliki kompetensi mengajar yang mumpuni. Kompetensi guru adalah salah satu aspek yang terpenting karena guru dituntut mampu untuk merencanakan dan melakukan proses pembelajaran, menilai proses dan hasil pembelajaran (Sri, 2011). Secara umum kompetensi mengajar meliputi kompetensi pedagogi, kompetensi sosial, kompetensi pribadi, dan kompetensi profesional.

Selain meningkatkan kompetensi guru, guna memaksimalkan tumbuh kembang anak dan remaja serta mencapai tujuan dari sekolah minggu itu sendiri, perlu juga dilakukan pendampingan yang tepat kepada para peserta didik secara emosi. Menimbang juga pemukiman atau tempat tinggal para jemaat berada di area pariwisata, yaitu di seputaran kawasan wisata Kuta, Legian, Seminyak, maka sedikit banyak pengaruh dari perkembangan pariwisata akan berdampak pada sisi psikologis masyarakatnya. Kelompok yang paling rentan terkena imbas adalah anak-anak dan remaja, karena kelompok ini sangat mudah meniru. Pihak sekolah minggu menjelaskan bahwa para remaja banyak yang gaya hidupnya berbeda dengan orang tua mereka, mereka lebih modern dengan cara pikir yang bertolak belakang dengan para orang tua sehingga ketika ada masalah mereka enggan bercerita pada orang tua atau orang yang lebih tua usianya dari mereka. Selain itu anak-anak dan remaja juga mendapatkan sedikit *quality time* dengan keluarga karena orang tua banyak juga yang bekerja di sektor pariwisata dengan jam kerja yang cukup panjang. Kondisi ini membuat beberapa anak menjadi terhambat berkembang dan juga ada beberapa yang mengalami kendala sosial (hasil wawancara NN, 12 Juli 2024). Menilik kebutuhan yang disampaikan oleh narasumber, maka pendampingan psikologi dan psikoedukasi perlu diberikan kepada para remaja

dan anak-anak, dengan tujuan dapat membentuk pemahaman baru dan membenahi pemahaman mereka mengenai pentingnya kemantapan konsep diri dan pentingnya mengetahui kesehatan mental di usia remaja, pentingnya berbagi agar kesejahteraan psikologis diri dapat tercapai, serta dapat membantu mengatasi hambatan perkembangan anak

2. Metode Pelaksanaan

Metode penelitian berisi bahan-bahan utama yang digunakan dalam penelitian dan metode-metode yang digunakan dalam pemecahan permasalahan termasuk metode analisis.

Metode yang digunakan dalam program kemitraan ini adalah metode ceramah, workshop, konseling, dan test/evaluasi. Secara rinci metode pada masing-masing tahapan akan dijelaskan sebagai berikut:

1. Pendampingan Psikologis dan psikoedukasi

Pendampingan psikologis akan diawali dengan kegiatan psikoedukasi mengenai peningkatan kemampuan individu untuk menjadi pribadi yang sehat dan positif. Psikoedukasi akan diberikan melalui model ceramah. Psikoedukasi ini diharapkan dapat membuka wawasan remaja untuk mengerti bahwa menjaga kesehatan psikologis adalah hal yang penting dan akan berdampak pada kemampuan diri untuk menjadi lebih baik/lebih positif, selain itu juga membuka wawasan remaja bahwa berbagi cerita ke ahli atau orang terdekat yang dapat dipercaya adalah hal yang baik dan bukan aib. Kegiatan psikoedukasi akan dilakukan selama 1 hari. Setelah kegiatan psikoedukasi akan dilanjutkan dengan proses asesmen diri dengan mengisi *booklet wellbeing* untuk melihat masalah apa yang sekiranya dimiliki oleh remaja dan menjadi materi konseling mereka secara individual. Pengisian booklet dapat dilakukan selama 1 minggu dengan tujuan partisipan dapat mengenali dengan baik permasalahan apa yang dialami serta dampaknya pada keseharian mereka. Sedangkan untuk anak-anak, proses konseling akan langsung dilakukan sesuai dengan catatan yang diberikan oleh guru, dengan pertimbangan anak-anak akan lebih sulit untuk memahami permasalahan dirinya.

2. Seminar Pentingnya Tumbuh Kembang Anak dan Remaja

Kegiatan seminar diberikan dengan metode ceramah yang didahului oleh pretest. Soal-soal yang diberikan saat pretest adalah seputaran pengetahuan mengenai pertumbuhan dan perkembangan anak dan remaja. Kegiatan ini diberikan sebagai pemahaman awal kepada para guru mengenai pentingnya memahami setiap fase perkembangan individu yang nantinya akan berdampak juga pada proses belajar individu. Dengan meningkatnya pemahaman guru diharapkan

nantinya guru dapat merancang dan memilih metode dan materi ajar yang sesuai dengan usia peserta didik dan karakteristik perkembangan peserta didik. Kegiatan seminar ini ditutp dengan diberikannya posttest.

Untuk olah data hasil tes akan dilakukan dengan olah data statistik dekriptif untuk menhetahui sebaran frekuensi hasil pretest dan posttes pada alat ukur soal pemahaman tumbuh kembang anak dan remaja. Untuk hasil evaluasi pretest dan posttest dampak psikoedukasi dan pendampingan psikologis pada anak dan remaja akan dilakukan uji t atau uji beda.

3. Hasil dan Pembahasan

Adapun hasil dari proses kegiatan dan program yang sudah dilaksanakan dalam PKM ini adalah sebagai berikut:

Hasil yang diperoleh dari program ini, khususnya pada peserta remaja adalah ada perbedaan kondisi wellbeing partisipan daroi sebelum diberikan edukasi dan dilakukan konseling dengan sesudah kegiatan dilaksanakan. Berikut hasil olah data statistik terhadap skor *wellbeing* para peserta (25 orang) berdasarkan nilai pretest dan posttestnya:

Tabel 1. Perbandingan Skor Pretest dan Posttest Wellbeing

Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
			Lower	Upper			
-8.200	2.708	.542	-9.318	-7.082	-15.140	24	.000

Hasil pengukuran menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara kondisi sebelumdiberikan progran psikoedukasi dan pendampingan psikologis dengan kondisi sesudah program diberikan. Hal ini menunjukkan bahwa kondisi kesejahteraan psikologi ramaja mengalami peningkatan. Hal ini disebabkan karena kesadaran mereka terhadap pentingnya mengetahui kondisi kesehatan juga meningkat setelah mereka mendapatkan psikoedukasi. Bagi remaja kesejahteraan yang terpenting bagi hidupnya adalah memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi dibandingkan dengankesejahteraan fisik dan mental.

Kesejahteraan psikologis merupakan hal yang penting untuk di perhatikan. Karena, kesejahteraan psikologis merupakan pusat dari banyak penekanan baik dalam lingkungan keluarga maupun dalam lingkungan Masyarakat (Deviana, 2023). Mami & Suharman (2015), menyatakan bahwa remaja yang memiliki kesejahteraan psikologis tinggi merasa mampu dalam menjalani hidup, mendapatkan dukungan, puas dengan kehidupan dan mempunyai perasaan yang bahagia.

Untuk peserta anak, ada 2 orang anak yang mengikuti konseling dengan latar masalah kurang berani/merasa minder jika berhadapan dengan orang lain. Mereka merasa takut bila bertemu orang baru dan pada akhirnya sering kali membuat mereka tidak mau melakukan apa yang menjadi tugas mereka dan sering dimarah oratua karena hal ini. Proses konseling yang diberikan dilakukan sebanyak 2 sesi, untuk hasil awal mereka mencoba membiasakan diri untuk berani menatap orang baru dan jika diajak bicara berlatih untuk berani menjawab. Kondisi ini tidak dapat dikatakan berhasil dalam waktu singkat karena dasar masalahnya adalah terkait dengan perubahan perilaku dan kognitif.

Hasil dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat untuk aktivitas seminar pentingnya tumbuh kembang anak dan remaja adalah adanya perubahan skor jawaban benar dari soal yang diberikan antara sebelum diberikan seminar dengan sesudah diberikannya seminar kepada 20 orang guru, dengan hasil sebagai berikut:

Tabel.2. Frekuensi Skor Pretest

Skor Pretest	Frequency	Percent
10	0	0
20	0	0
30	4	4
40	12	12
50	1	1
60	0	0
70	1	1
80	2	2
90	0	0
100	0	0
Missing	0	0.000

Tabel.3. Frekuensi Skor Posttest

Skor Pretest	Frequency	Percent
10	0	0
20	0	0
30	0	0
40	0	0
50	0	0
60	0	0
70	0	0
80	2	2
90	3	3
100	15	15
Missing	0	0.000

Dengan perolehan hasil di atas dapat disimpulkan bahwa kegiatan pembekalan yang diberikan mampu meningkatkan pengetahuan para guru sekolah minggu dan pendamping remaja, khususnya yang terkait dengan aspek psikologi anak dan remaja sebagai bekal keterampilan bagi para guru dalam melakukan pendampingan, pendidikan dan pengajaran.

4. Simpulan

Adapun kesimpulan yang dapat diambil dari kegiatan yang sudah dilaksanakan adalah Tingkat kesejahteraan psikologi remaja jemaat Gereja Philadelphia Legian meningkat. Hal ini secara tidak langsung dipengaruhi oleh adanya program psikoedukasi yang diberikan sehingga mereka lebih memahami perlunya mengetahui dan menyadari kondisi kesehatan mental mereka saat ini. Kesaran ini membuat mereka bersedia untuk bercerita dan menjalani sesi konseling pada program pendampingan yang diberikan. Selain itu untuk para guru, pengetahuan mengenai pertumbuhan dan perkembangan manusia sangat penting untuk mereka bisa memahami bahwa setiap fase memiliki karakteristik dan tujuannya masing-masing. Peran guru dan orangtua adalah memstimulasi dan memfasilitasi anak untuk bisa membantu mereka menuntaskan tugas perkembangannya, baik dalam setting formal maupun informal. Pemahaman ini dapat membantu guru untuk menyesuaikan pendekatan, metode, dan materi ajar yang mereka buat untuk mengajar di sekolah minggu.

Saran yang dapat diberikan saat ini adalah remaja diberi kesempatan dan bantuan yang profesional terkait dengan kondisi kesehatan mental mereka. Usia

remaja adalah usia peralihan dengan banyak tantangan dan tugas perkembangan yang harus diselesaikan. Kondisi ini sangat berpotensi menurunkan kondisi kesehatan mental remaja dan tingkat kesejahteraan psikologisnya. Saran lain bagi guru adalah dengan pengetahuan yang sudah dimiliki hendaknya para guru dapat mengamplifikasikan dalam kelas sekolah minggu yang diampu, termasuk juga dalam mempersiapkan materi ajar.

Daftar Rujukan

- Ahmadi, Abu dan Munawar Sholeh (1991). Psikologi Perkembangan, Jakarta: Rineka Cipta.
- Deviana, M., Umari, T., & Khadijah, K. (2023). Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Remaja. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 5(1), 3463–3468. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v5i1.11563>.
- Jones, L. (2007). *The student-centered classroom*. New York: Cambridge University
- Kementerian Pendidikan Nasional Direktorat Jenderal Peningkatan Mutu Pendidik Dan Tenaga Kependidikan. (2011). Pedoman Pelaksanaan Kerja Guru.
- Loma. (1998). *Loma's competency dictionary*
- Mami, L., & Suharman. (2015). Harga Diri, Dukungan Sosial dan kesejahteraan Psikologis Perempuan Dewasa masih Lajang. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 4, No.3, 216-223.
- Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia No. 16 Tahun 2007 tentang Standar Kualifikasi Akademik dan Kompetensi Guru.