

# PELATIHAN MENGATASI COMMUNICATION APPREHENSION DENGAN MENGGUNAKAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK (PADA ANAK-ANAK DI PONDOK PESANTREN YATIM ALIF TSALATSA SURAKARTA)

Oleh :

**Eko Adi Putro**

Universitas Slamet Riyadi Surakarta

icoboss16@gmail.com

## ABSTRACT

*There are symptoms of children in Alif Tsalatsa Surakarta experienced communication apprehension from the counseling interview conducted by the author to some children in the boarding school is a number of children when chatting with friends, as if the conversation is cornered him and then away from the crowd and choose alone when his friend was just joking. In addition one of the children said that if communicating with his friend even if it was just a casual conversation he felt confused to position himself, if gathered together in a small group between lodgers look worried, depressed from the sweaty hands, and nervous looking confused in starting the conversation and was afraid the topic was unattractive. In addition, if there is a problem with his friend, the student does not dare to express his heart. He prefers silence because when spoken of he is afraid of tipping the problem and afraid if the child is abandoned his friends. The training of group guidance services is able to cope with communication apprehension (In Children In Alif Tsalatsa Surakarta). Method of Implementation in this community service activities is with the provision of services group guidance. by using the game in this activity is in every meeting will discuss the topic of the task of the theme of communication in the process of its activities inserted game put forward by Suwarjo and Eliasa are: a) chain word; b) Our Picture; c) Trips of the Three Disabled; d) Continue my story; e) Standing Together. The Meaning of the Game has to do with the theme presented.*

*Key Words ; Group Guidance, Communication Apprehension*

## PENDAHULUAN

### 1. Analisis Situasi

Kegiatan komunikasi merupakan kegiatan sehari-hari yang paling banyak dilakukan oleh manusia sebagai makhluk sosial. Sejak bangun tidur di pagi hari sampai tidur lagi di larut malam, sebagian besar dari waktu kita digunakan untuk berkomunikasi dengan manusia yang lain. Komunikasi dalam kehidupan sehari-hari memegang peranan yang penting, karena setiap saat semua orang atau kelompok sudah tentu melakukan interaksi. Bila tak ada komunikasi maka yang akan terjadi

dalam kehidupan adalah ketidakharmonisan maupun ketidakcocokkan.

Dalam komunikasi antar pribadi seseorang kadang-kadang mempunyai ketakutan untuk melakukan komunikasi. Orang yang demikian dalam istilah komunikasi disebut *communication apprehension*. *Communication apprehension* ini dalam realitasnya merupakan suatu bentuk perilaku yang normal. Namun, apabila *communication apprehension* tersebut sudah bersifat patologis, maka individu tersebut akan

menghadapi permasalahan pribadi yang serius, seperti misalnya usaha untuk selalu menghindari berkomunikasi dengan orang lain yang pada akhirnya akan mengarah pada ketidakinginan individu tersebut untuk berkomunikasi dengan orang lain.

Tidak setiap anak beruntung dalam menapaki hidupnya, beberapa anak dihadapkan pada pilihan bahwa anak harus berpisah dari keluarganya karena sesuatu alasan, seperti menjadi yatim, piatu atau bahkan yatim piatu, tidak memiliki sanak keluarga yang mau atau mampu mengasuh, dan terlantar. Hal ini mengakibatkan kebutuhan psikologis anak menjadi kurang dapat terpenuhi dengan baik, terutama jika tidak adanya orang yang dapat dijadikan panutan atau untuk diajak berbagi, bertukar pikiran dalam menyelesaikan masalah.

Pondok Pesantren Yatim Alif Tsalatsa Surakarta Surakarta berdiri sebagai wujud usaha untuk membantu meningkatkan kesejahteraan sosial anak yatim dan anak dari keluarga tidak mampu. Anak-anak yang ditampung dalam Pondok Pesantren Yatim tersebut yaitu anak-anak yang tidak lagi mempunyai ayah, atau keduanya serta anak-anak dari keluarga miskin sehingga orang tua tidak mampu memberikan kehidupan yang layak bagi anak. Pondok Pesantren Yatim ini berperan dalam membina dan mendidik anak-anak seperti menyekolahkan anak di lembaga pendidikan formal yang ada di lingkungan

Pondok Pesantren Yatim, memberikan pendidikan keterampilan dan pembinaan keagamaan.

Terdapat gejala-gejala anak-anak di Pondok Pesantren Yatim tersebut mengalami *communication apprehension* dari hasil wawancara konseling yang dilakukan penulis kepada beberapa anak di pondok pesantren tersebut adalah sejumlah anak ketika mengobrol dengan teman, seolah-olah pembicaraan tersebut memojokkannya ia lalu menghindar dari kerumunan itu dan memilih sendiri padahal temannya itu hanya bercanda. Selain itu salah satu anak mengatakan bahwa jika berkomunikasi dengan temannya sekalipun itu hanya mengobrol biasa ia merasa bingung untuk memosisikan dirinya, jika berkumpul bersama dalam suatu kelompok kecil antar penghuni pondok terlihat khawatir, tertekan dari tangan yang selalu berkeringat, serta gugup nampak bingung dalam memulai pembicaraan dan takut topik pembicaraannya tidak menarik. Selain itu jika ada masalah dengan temannya, mahasiswa tersebut tidak berani mengutarakan isi hatinya. Ia lebih memilih diam karena jika dibicarakan ia khawatir akan memperuncing masalah dan takut jikalau anak tersebut ditinggalkan teman-temannya.

Bimbingan kelompok adalah salah satu dari layanan bimbingan dan konseling yang mana layanan bimbingan ini diberikan kepada sekelompok orang

dengan konselor sebagai pemimpin kelompok. Kelompok secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari konselor sebagai narasumber yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari sebagai individu maupun pelajar, anggota keluarga dan masyarakat.

Dalam layanan bimbingan kelompok, anak-anak pondok pesantren diajak bersama-sama mengemukakan pendapat tentang topik-topik yang dibicarakan dan mengembangkan secara bersama permasalahan yang dibicarakan pada kelompok. Sehingga terjadi komunikasi antar individu di kelompoknya kemudian mahasiswa dapat mengembangkan sikap dan tindakan yang diinginkan dapat terungkap dalam kelompok.

Bertolak dari latar belakang seperti di atas, maka penulis akan mengetengahkan Pelatihan Mengatasi *Communication Apprehension* Dengan Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok ( Pada Anak-Anak Di Pondok Pesantren Yatim Alif Tsalatsa Surakarta )

## 2. Rumusan Masalah

Berdasarkan analisis situasi di atas maka permasalahan yang harus dipecahkan dalam program pengabdian masyarakat adalah “bagaimana metode pelatihan layanan bimbingan kelompok yang mampu mengatasi *communication apprehension* anak-anak di Pondok Pesantren Yatim Alif Tsalatsa Surakarta ?”

## 3. Tujuan

Tujuan umum dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk melaksanakan Tri Darma Perguruan Tinggi, sedangkan tujuan khusus adalah memberikan metode pelatihan layanan bimbingan kelompok yang mampu mengatasi *communication apprehension* anak-anak di Pondok Pesantren Yatim Alif Tsalatsa Surakarta.

## 4. Manfaat

Bagi Lembaga Perguruan Tinggi Program Studi BK SIUNISRI dapat terjalin kemitraan dalam melaksanakan Tri Darma Perguruan Tinggi dengan Pondok Pesantren Yatim Alif Tsalatsa Surakarta

## METODE DAN PELAKSANAAN

Metode dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah dengan pemberian layanan bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok ini melalui 4 tahap yaitu tahap pembentukan (awal), peralihan, pelaksanaan kegiatan dan tahap pengahiran, diharapkan dengan tahap-tahap yang disebutkan di atas penelitian ini pelaksanaan bimbingan kelompok dapat berjalan secara sistematis, sehingga runtut dan terarah.

Adapun kerangka kerja bimbingan kelompok dengan menggunakan permainan dalam kegiatan ini adalah dalam setiap pertemuan akan membahas topic tugas bertemakan *communication* yang dalam proses kegiatannya diselipkan permainan

yang dikemukakan oleh Suwarjo dan Eliasa yaitu : a) Kata berantai; b) Our Picture; c) Perjalanan Tiga Orang cacat; d) Lanjutkan ceritaku; e) Berdiri Bersama. Makna Permainan tersebut mempunyai kaitan dengan tema yang diketengahkan.

Pelaksanaan bimbingan kelompok dengan menggunakan permainan dilakukan sebanyak 6 kali pertemuan. Adapun pelaksanaan dari bimbingan kelompok dengan menggunakan permainan setiap pertemuannya dapat dijabarkan sebagai berikut :

1. Pertemuan awal pelaksanaan bimbingan kelompok dengan Topik tugas materi pembahasannya yaitu Pendiam. Pemberian permainan “Kata Berantai” tujuan dari permainan ini adalah selain sebagai relaksasi permainan ini juga mampu menghantarkan pada topik yang diketengahkan pada kegiatan ini. Makna yang dapat diambil dari permainan ini adalah anak mampu mengetahui arti pentingnya berkomunikasi dalam kehidupan serta mampu mengetahui dampak negative ketika dalam berinteraksi tidak ada komunikasi hanya diam menjadi pendiam;
2. Pertemuan kedua menengahkan topik tugas dengan materi pembahasan “pemalu” memberikan permainan “Our Picture”, makna yang dapat diambil dari permainan ini adalah

siswa mampu mengetahui arti pentingnya berkomunikasi dalam kehidupan serta mampu mengetahui sifat pemalu biasanya membuat seseorang kehilangan kesempatan, kurang mendapat kesenangan dan terkucil dari hubungan sosial. sifat pemalu dapat membawa banyak kerugian;

3. Topik yang dibahas dalam bimbingan kelompok pertemuan ketiga ini adalah topik tugas dengan tema “demam panggung” memberikan permainan “Lanjutkan Ceritaku”, makna yang dapat diambil dari permainan ini mencoba melatih anggota kelompok berbicara di depan umum;
4. Memberikan permainan “Berdiri Bersama” tujuan dari permainan ini adalah selain sebagai relaksasi permainan ini juga mampu menghantarkan pada topik yang diketengahkan pada kegiatan ini. Makna yang dapat diambil dari permainan ini adalah pentingnya kebersamaan, kepercayaan diri seseorang bisa berkembang diantaranya Individu perlu dicintai tanpa syarat, Setelah selesai permainan dilanjutkan dengan menengahkan topik tugas dengan tema “percaya diri” yang bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada anggota kelompok mampu memahami konsep tentang percaya diri, mengetahui dampak yang

ditimbulkan dari sifat percaya diri, serta memahami cara meningkatkan kepercayaan diri;

5. Memberikan permainan “perjalanan tiga orang cacat” dengan menggunakan sarana 3 buah sapu tangan dan kapas. Makna yang dapat diambil dari permainan ini adalah adanya banyak perbedaan antarmanusia sebenarnya merupakan anugerah dari Allah SWT. Perbedaan terdapat di mana-mana, di dalam maupun di luar organisasi, baik yang formal maupun yang non-formal, menghargai perbedaan pendapat untuk meraih tujuan bersama. Setelah selesai permainan dilanjutkan dengan mengetengahkan topik bebas dengan tema “perbedaan pendapat” yang mempunyai tujuan untuk memberikan pemahaman kepada anggota kelompok mampu memahami konsep tentang perbedaan pendapat, mengetahui dampak yang ditimbulkan dari perbedaan, serta anggota kelompok memahami cara mengatasi perbedaan pendapat.
6. Mengetengahkan topik tugas dengan tema “*positif thinking*” yang bertujuan memberikan pemahaman kepada anggota kelompok mampu memahami konsep tentang Positif Thinking,.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun hasil dari program pengabdian kepada masyarakat Pelatihan Mengatasi Communication Apprehension Dengan Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok ( Pada Anak-Anak Di Pondok Pesantren Yatim Alif Tsalatsa Surakarta ) adalah sebagai berikut

Pelaksanaan bimbingan kelompok dengan menggunakan permainan dilakukan sebanyak 6 kali pertemuan diikuti oleh 8 anak. Adapun pelaksanaan dari bimbingan kelompok dengan menggunakan permainan setiap pertemuannya dapat dijabarkan sebagai berikut :

### 1. Pertemuan Pertama

Dilaksanakan pada tanggal 23 Agustus 2017 yang bertempat di Ruang Pondok Pesantren Yatim Alif Tsalatsa Surakarta Pada pertemuan pertama pemimpin kelompok menekankan pada tahap pembentukan dengan saling memperkenalkan diri dan memberikan penjelasan mengenai kegiatan bimbingan kelompok. Pada tahap awal ini pemimpin kelompok dan anggota kelompok saling memberikan pertanyaan untuk saling mengenal satu sama lain. Memberikan permainan “Kata Berantai” tujuan dari permainan ini adalah selain sebagai relaksasi permainan ini juga mampu menghantarkan pada topik yang diketengahkan pada kegiatan ini. Makna yang dapat diambil dari

permainan ini adalah siswa mampu mengetahui arti pentingnya berkomunikasi dalam kehidupan serta mampu mengetahui dampak negative ketika dalam berinteraksi tidak ada komunikasi hanya diam menjadi pendiam. Mereka tampak antusias mengikuti permainan ini. Setelah selesai permainan dilanjutkan dengan menengahkan topik “pendiam” yang mana di dalamnya menjelaskan dampak yang ditimbulkan dari sikap diam serta bagaimana mengatasi sikap pendiam.

Pada pelaksanaan bimbingan kelompok pada pertemuan pertama dinamika kelompok mulai nampak namun masih belum utuh karena ada beberapa anggota kelompok yang masih terlihat mereka masih malu untuk mengungkapkan pendapatnya, mereka baru mulai berpendapat setelah ditunjuk oleh pemimpin kelompok. Malu bertanya, lebih banyak pasif dalam proses bimbingan kelompok. Keenganan untuk mengemukakan pendapat dan bertanya dalam diskusi, hal ini dikarenakan berada dalam situasi lingkungan dan orang baru yang dikenalnya. Pemahaman anggota kelompok tentang pendiam dapat dikatakan cukup, karena ada beberapa anggota yang mengaku masih bingung dan belum paham betul. Secara keseluruhan anggota kelompok merasa sedikit memperoleh pemahaman baru

mengenai bimbingan kelompok pada umumnya dan pendiam pada khususnya. Anggota kelompok merasa sangat tertarik untuk melakukan kegiatan bimbingan kelompok lanjutan yang akan dilakukan.

## **2. Pertemuan Kedua**

Dilaksanakan pada tanggal 30 Agustus 2017 yang bertempat di Ruang Pondok Pesantren Yatim Alif Tsalatsa Surakarta. Sebelum memulai kegiatan ini peneliti mempersiapkan fasilitas (sarana) yang diperlukan dalam penelitian ini seperti papan tulis, kertas karton dan spidol. Memberikan permainan “Our Picture”, makna yang dapat diambil dari permainan ini adalah siswa mampu mengetahui arti pentingnya berkomunikasi dalam kehidupan serta mampu mengetahui sifat pemalu biasanya membuat seseorang kehilangan kesempatan, kurang mendapat kesenangan dan terkucil dari hubungan sosial. sifat pemalu dapat membawa banyak kerugian. Mereka tampak antusias mengikuti permainan ini. Awalnya para anggota bingung itu permainan apa, tetapi setelah dijelaskan oleh pemimpin kelompok kemudian para anggota mulai tertarik. Para anggota kelihatan menikmati permainan, dan suasana menjadi menyenangkan karena ada beberapa anggota yang dihukum.

Setelah selesai permainan dilanjutkan dengan mengetengahkan topik tugas dengan materi pembahasan “pemalu” yang didalamnya membahas tentang pemalu beserta dampak yang ditimbulkan jika menjadi orang pemalu dan tips bagaimana mengatasi sikap pemalu. Pemberian materi ini bertujuan memberikan pemahaman kepada anggota kelompok tentang konsep sifat pemalu, anggota kelompok mengetahui dampak negative yang ditimbulkan dari sifat pemalu, anggota kelompok memahami cara mengatasi sifat pemalu.

### **3. Pertemuan Ketiga**

Dilaksanakan pada tanggal 8 September 2017 yang bertempat di Ruang Pondok Pesantren Yatim Alif Tsalatsa Surakarta. Mempersiapkan fasilitas (sarana) lembar cerita sebelum kegiatan ini dimulai. Memberikan permainan “Lanjutkan Ceritaku”, makna yang dapat diambil dari permainan ini mencoba melatih anggota kelompok berbicara di depan umum Mereka seksama mengikuti permainan ini, mereka sangat menikmati permainan ini dengan berusaha menunjukkan performancennya untuk bercerita.

Topik yang dibahas dalam bimbingan kelompok pertemuan ketiga ini adalah topik tugas dengan tema “demam panggung”. Adapun tujuan mengetengahkan topik “demam panggung” ini adalah: memberikan

pemahaman kepada anggota kelompok mampu memahami konsep tentang demam panggung, anggota kelompok mengetahui dampak negative yang ditimbulkan dari demam panggung, Anggota kelompok memahami cara mengatasi demam panggung.

Dinamika kelompok pada pertemuan ini mulai berkembang dengan baik, ini ditandai dengan mulai aktif berpartisipasi dalam kegiatan bimbingan kelompok. Muncul kesediaan seluruh anggota kelompok untuk mengemukakan pendapat dan performance mereka di depan kelompok. Sehingga komunikasi dalam kelompok sudah mulai berjalan dengan baik.

### **4. Pertemuan Keempat**

Dilaksanakan pada tanggal 15 September 2017 yang bertempat di Ruang Pondok Pesantren Yatim Alif Tsalatsa Surakarta. memberikan permainan “Berdiri Bersama” tujuan dari permainan ini adalah selain sebagai relaksasi permainan ini juga mampu menghantarkan pada topik yang diketengahkan pada kegiatan ini. Makna yang dapat diambil dari permainan ini adalah pentingnya kebersamaan, kepercayaan diri seseorang bisa berkembang diantaranya Individu perlu dicintai tanpa syarat. Untuk perkembangan harga diri yang sehat dan langgeng, mereka harus merasa bahwa dirinya dihargai karena

keadaanya yang sesungguhnya, bukan yang seharusnya, atau seperti yang diinginkan orang lain, bila individu merasa aman, mereka akan mencoba mengembangkan kemampuannya dengan menjawab tantangan serta berani mengambil resiko yang menarik, untuk mengembangkan rasa percaya diri terhadap segala hal, individu perlu jelas mengalami dan bereksperimen dengan beraneka hubungan diri yang dekat dan akrab di rumah, teman sebaya, Individu membutuhkan dorongan dan pembinaan bagaimana menggunakan sumber daya yang mereka miliki.

Setelah selesai permainan dilanjutkan dengan mengetengahkan topik tugas dengan tema “percaya diri” yang bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada anggota kelompok mampu memahami konsep tentang percaya diri, mengetahui dampak yang ditimbulkan dari sifat percaya diri, serta memahami cara meningkatkan kepercayaan diri.

Dinamika kelompok pada pertemuan kelompok ini sudah baik ini ditandai dengan keaktifan anggota kelompok mengupas bersama-sama dalam kelompok tentang percaya diri, manfaat mempunyai sikap percaya diri dan bagaimana meningkatkan kepercayaan diri.

#### **5. Pertemuan Kelima**

Dilaksanakan pada tanggal 22 September 2017 yang bertempat di

Ruang Pondok Pesantren Yatim Alif Tsalatsa Surakarta. Memberikan permainan “perjalanan tiga orang cacat” dengan menggunakan sarana 3 buah sapu tangan dan kapas. Makna yang dapat diambil dari permainan ini adalah adanya banyak perbedaan antarmanusia sebenarnya merupakan anugerah dari Allah SWT. Perbedaan terdapat di mana-mana, di dalam maupun di luar organisasi, baik yang formal maupun yang non-formal, menghargai perbedaan pendapat untuk meraih tujuan bersama. Mereka antusias mengikuti permainan ini.

Pada pelaksanaan bimbingan kelompok pada pertemuan kelima dinamika kelompok dirasa sudah terbentuk. Terlihat dari antusias anggota kelompok selama proses kegiatan. Semua anggota kelompok terlihat aktif dan bergantian berpendapat.

#### **6. Pertemuan Keenam**

Dilaksanakan pada tanggal 29 September 2017 yang bertempat di Ruang Pondok Pesantren Yatim Alif Tsalatsa Surakarta. permainan “positif thinking” tujuan dari permainan ini adalah selain sebagai relaksasi permainan ini juga mampu menghantarkan pada topik yang diketengahkan pada kegiatan ini. Makna yang dapat diambil dari permainan ini adalah menyadari jika berpikir positif dan berhenti mengkhawatirkan segala sesuatu adalah sesuatu yang penting dilakukan dalam

meraih suatu keberhasilan, baik untuk menjadi pemimpin atau saat kita memimpin. Oleh karena itu, latihlah diri Anda untuk terus berpikir positif.. Mereka antusias mengikuti permainan ini.

Pada pertemuan terakhir pelaksanaan bimbingan kelompok dinamika kelompok semakin baik. Antusias anggota kelompok masih terjaga dengan adanya berbagai pendapat dan tanggapan yang variatif. Mereka terlihat percaya diri dengan pendapat yang mereka utarakan. Dalam pertemuan terakhir ini terlihat bahwa sudah penurunan communication apprehension yang signifikan pada anggota kelompok.

Berdasarkan hasil pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat yang berjudul pelatihan mengatasi communication apprehension dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok ( pada anak-anak di Pondok Pesantren Yatim Alif Tsalatsa Surakarta ), maka dapat diambil kesimpulan bahwa pelatihan mengatasi communication apprehension dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok bisa membantu anak-anak Pondok Pesantren Yatim Alif Tsalatsa Surakarta dalam mengatasi communication apprehension.

Berdasarkan simpulan di atas, disarankan kepada : 1) Masyarakat pada umumnya bisa memanfaatkan layanan bimbingan kelompok dengan

menggunakan permainan untuk mengatasi communication apprehension. 2) Universitas Slamet Riyadi Surakarta pada khususnya mengoptimalkan layanan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan permainan untuk mengatasi communication apprehension di kalangan mahasiswa. Memasukkan pada kegiatan kerabmaru maupun konsultasi dengan orang tua mahasiswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- De Vito. *Komunikasi Antarmanusia*. Jakarta : Karisma Publising Group. . 2011
- McCroskey, James., at al. 2009. . *Human Communication. A Publication of the Pacific and Asian Communication Association. Vol. 11, No. 4*,
- Prayitno,. *Layanan Bimbingan Dan Konseling Kelompok (Dasar Dan Profil)*. Padang: Ghalia Indonesia. 2005
- Romlah, Tatiek. *Teori Dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Padang.. 2001.
- Sugiyono. *Komunikasi Antar Pribadi*. Semarang: UNNES Press. 2005.
- Suwarjo dan Eliasa, Eva. *Permainan (Games) dalam Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta : Paramitha Publishing.. 2011.
- W. Santrock, John. 2006. *Life- Span Development Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta: Erlangga.
- Winkel, W. S. 2005. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan (Edisi Revisi)*. Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana Indonesia.