



Konseling Teman Sebaya untuk Meningkatkan *Lifeskill* Remaja

Mutiara Jais^{1*}, Isep Zaenal Arifin², & Dudy Imanuddin Effendy³

- 1 Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi,
UIN Sunan Gunung Djati, Bandung
2 1 Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi,
UIN Sunan Gunung Djati, Bandung
3 1 Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi,
UIN Sunan Gunung Djati, Bandung
*Email : mutiara.jais20@gmail.com

ABSTRACT

This paper discusses program, implementation, and achievement of peer counseling program to improve lifeskill (life skill) of adolescent at Teenage Youth Counseling Information Center Batujajar Bandung Barat. The method used in this research is descriptive method with qualitative approach. The results found that peer counseling programs at the Youth Adult Youth Counseling Information Center have increased experienced of teenagers in their life kills, physical skills, mental skills, emotional skills, spiritual skills, vocational skills, and skills to face the difficulties, so they become a person who is ready to adapt and be effective in living his daily life and face the future.

Keywords: *Peer Counseling; Lifeskill; Teenagers.*

ABSTRAK

Tulisan ini membahas tentang program, pelaksanaan, dan pencapaian program konseling teman sebaya untuk meningkatkan *lifeskill* (keterampilan hidup) remaja di Pusat Informasi Konseling Remaja, Rumah Remaja Kecamatan Batujajar Kabupaten Bandung Barat. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif analisis dengan pendekatan kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa program konseling teman sebaya di Pusat Informasi Konseling Remaja Rumah Remaja meningkatkan *life skill* (keterampilan hidup) remaja baik keterampilan fisik, keterampilan mental, keterampilan emosional, keterampilan spiritual, keterampilan kejuruan, dan keterampilan menghadapi kesulitan. Keterampilan ini mampu menjadikan para remaja manusia yang siap beradaptasi serta efektif dalam menjalani kehidupan sehari-hari dan menghadapi masa depan.

Kata Kunci : Konseling Teman Sebaya; *Lifeskill*; Remaja.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi seseorang dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada tahun 2010, data sensus penduduk menunjukkan jumlah remaja umur 10 sampai 24 tahun sangat besar, yaitu sekitar 64 juta atau 27,6% dari jumlah penduduk Indonesia yang berjumlah 237,6 juta jiwa (Sensus Penduduk, 2010). Melihat jumlah dari remaja yang sangat besar, maka remaja sebagai generasi penerus bangsa perlu dipersiapkan menjadi manusia yang sehat secara jasmani, rohani, mental, spiritual dan generasi yang siap menghadapi tantangan. Masa remaja merupakan masa transisi seseorang dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada tahun 2010, data sensus penduduk menunjukkan jumlah remaja umur 10 sampai 24 tahun sangat besar, yaitu sekitar 64 juta atau 27,6% dari jumlah penduduk Indonesia yang berjumlah 237,6 juta jiwa (Sensus Penduduk, 2010). Melihat jumlah dari remaja yang sangat besar, maka remaja sebagai generasi penerus bangsa perlu dipersiapkan menjadi manusia yang sehat secara jasmani, rohani, mental, spiritual dan generasi yang siap menghadapi tantangan.

Sebuah data menunjukkan bahwa sebanyak 10.3% dari 3,594 remaja di 12 kota besar di Indonesia telah melakukan hubungan seks bebas, data tersebut hasil penelitian Yayasan Kesuma. Penelitian di berbagai kota besar di Indonesia, sekitar 20 hingga 30 % remaja mengaku pernah melakukan hubungan seks bebas. Celakanya, Kabupaten Bandung Barat memiliki remaja sebanyak 432.000 dari sekitar 1.600.000 penduduk. Lama pendidikan di Kabupaten Bandung Barat hanya sampai kelas 2 SMP yakni kisaran 14 atau 15 tahun. Dengan rendahnya pendidikan tersebut maka banyak sekali remaja yang terjerumus dalam pergaulan bebas, juga menjadi pengangguran yang seolah tidak memiliki tujuan hidup. Konsep perang candu yang merusak generasi muda sangat berhasil meredupkan masa depan remaja. Dari jumlah remaja tersebut, masih banyak remaja yang menikah dibawah usia ideal atau nikah dini. Kehamilan tidak diinginkan menjadi kasus paling banyak. Minum-minuman keras, perkelahian antar kampung, dan penyalahgunaan narkoba juga menjadi masalah remaja. Remaja kini banyak sekali yang tidak memiliki cita-cita, tidak mengenali kelebihan dan kekurangan pada diri sendiri sehingga membuat remaja sulit untuk mengeksplor kemampuan dan mengendalikan emosi (Hasil Observasi tanggal 17 November 2017).

Pada kenyataannya, saat seorang remaja mendapatkan sebuah masalah, mereka lebih banyak curhat kepada teman sebaya daripada ke orangtua mereka atau para ahli. Remaja cenderung memilih teman sebayanya sebagai orang terdekat untuk membicarakan masalah-masalah yang dihadapi, Hal ini disebabkan karena

sesama remaja dianggap bisa saling mengerti dan tahu persis lika-liku masalah itu karena jenjang umur yang tidak jauh dan tingkat pengalaman yang sama. Santrock mengatakan perkembangan kehidupan sosial remaja ditandai

dengan gejala meningkatnya pengaruh teman sebaya dalam kehidupan mereka, lebih dari 40% pada usia 7 s.d 11 tahun anak berhubungan dengan teman sebayanya (Desmita, 2006: 219). Untuk merespon fenomena dan solusi permasalahan remaja, pemerintah (cq. BKKBN) telah melaksanakan dan mengembangkan program penyiapan kehidupan berkeluarga bagi remaja. Program PKBR tersebut dilaksanakan melalui wadah Pusat Informasi Konseling dan Remaja salah satunya PIKR Rumah Remaja. Untuk mewujudkan remaja yang mampu mengatasi masalah yang ada pada dirinya, serta mampu menghadapi tantangan kedepan yang akan semakin berat, maka pada diri remaja tersebut perlu ditanamkan kecakapan-kecakapan dalam hidup (life skills).

PIKR Rumah Remaja merupakan salah satu dari sekian banyak PIK-Remaja yang tersebar di seluruh Kecamatan di Indonesia. Lahirnya PIK-R Rumah Remaja untuk memberi solusi konkrit terhadap kompleksitas permasalahan remaja terutama permasalahan TRIAD KRR. PIKR Rumah Remaja memiliki visi mewujudkan tegar remaja dalam rangka tercapainya keluarga berkualitas. Visi tersebut menciptakan salah satu misi yaitu layanan konseling dengan pendekatan teman sebaya. Visi dan misi tersebut selaras dengan arah kebijakan program PKBR yaitu “Mewujudkan Tegar Remaja Dalam Rangka Tegar Keluarga Untuk Mencapai Keluarga Kecil Bahagia Sejahtera”. Ciri-ciri tegar remaja adalah remaja yang menunda usia perkawinan, remaja berperilaku sehat, terhindar dari resiko TRIAD KRR (Seksualitas, Napza dan Nikah Muda) bercita-cita mewujudkan keluarga kecil bahagia dan sejahtera serta menjadi contoh, model, dan idola juga sumber informasi bagi teman sebayanya.

Remaja memiliki banyak masalah pada masanya, remaja saat ini tidak bisa menjaga kesehatan tubuhnya dengan baik. Tidak memperhatikan makanan yang dikonsumsi, jam tidur yang tidak teratur, dan kebiasaan merokok yang sudah tidak bisa ditinggalkan. Tidak hanya dalam hal fisik, tingkat spiritual remaja di kecamatan Batujajar saat ini masih harus diperbaiki, seperti pengajian-pengajian yang diacuhkan, bahkan kewajiban sholat lima waktu pun masih diacuhkan. Remaja seharusnya menjadi agen perubahan, salah satunya mengutamakan kejujuran dan keterampilan. Keterampilan merubah hobi menjadi usaha sudah cukup baik di lingkungan kecamatan Batujajar, namun masih banyak pula yang mengutamakan akademik sehingga melupakan keterampilan yang menggunakan kreatifitas. Mereka tidak mengetahui hobi yang bermanfaat dan tidak mengetahui bakat yang dimiliki sehingga membuat mereka malas dan akhirnya tidak berbuat apa-apa. Masa remaja adalah masa pencarian jati diri, keadaan emosi yang masih

labil sehingga tidak bisa menghadapi kesulitan dan memilih pergi meninggalkan masalah dengan cara yang negative seperti bergabung dengan geng motor atau hal negative lainnya (Hasil wawancara dengan pengurus PIKR Remaja dan Duta GenRe jalur masyarakat Kecamatan Batujajar tanggal 17 Desember 2017).

PIKR Rumah Remaja memiliki strategi ramah remaja yaitu pengelolaan rumah remaja dengan prinsip dari, oleh dan untuk remaja yang melahirkan pelayanan konseling teman sebaya. Pelayanan konseling teman sebaya tersebut memiliki banyak dampak positif pada berbagai aspek kehidupan remaja. Bahkan, dapat menjadi jembatan penghubung antara konselor profesional yang ada untuk membantu remaja mengatasi masalah-masalahnya. Selain itu remaja yang menjadi konselor sebaya mampu membantu remaja mengatasi masalah-masalahnya. Selain itu remaja yang menjadi konselor sebaya mampu membantu remaja tegar menghadapi masalah dan mampu mengambil keputusan terbaik bagi dirinya termasuk untuk menunaikan tugas perkembangannya.

PIKR Rumah Remaja memberikan dan mengembangkan pelayanan konseling teman sebaya pada remaja. Hal tersebut sebagai upaya memberi keterampilan bagi remaja agar bisa menghadapi berbagai tantangan dan menyelesaikan tugas perkembangan.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, dapat dirumuskan beberapa rumusan masalah: bagaimana kondisi lifeskill remaja baik sebelum maupun sesudah diberikannya program konseling teman sebaya di Pusat Informasi Konseling Rumah Remaja Kecamatan Batujajar?

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif, dengan menganalisis hasil pengumpulan data melalui observasi dan wawancara dengan konselor sekaligus Pembina, serta konseli di Pusat Informasi Konseling Rumah Remaja.

LANDASAN TEORITIS

Landasan teoritis ini yaitu berkaitan dengan teori bimbingan yang dikemukakan oleh ASCA (*American School Counselor Assosiation*) (Nurihsan, 2007 : 10) menyebutkan bahwa konseling ialah hubungan tatap muka yang bersifat rahasia, penuh dengan sikap penerimaan dan pemberian kesempatan dari konselor kepada konseli.

Disisi lain konseling adalah upaya bantuan yang diberikan seorang pembimbing yang terlatih dan berpengalaman, terhadap individu-individu yang membutuhkannya, agar individu tersebut berkembang potensinya secara optimal,

mampu mengatasi masalahnya, dan mampu menyesuaikan diri terhadap lingkungan yang berubah (Wilis, 2004: 18).

Konseling teman sebaya merupakan salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling yang termasuk ke dalam layanan responsif. Layanan responsif memiliki tujuan untuk membantu peserta didik agar dapat memenuhi kebutuhannya, dan memecahkan masalah yang dihadapinya, baik berupa hambatan atau kegagalan dalam mencapai tugas-tugas perkembangannya (Suherman, 2009: 26).

Adapun dalam layanan bimbingan dan konseling istilah konseling teman sebaya diartikan sebagai konseling yang dilakukan oleh anggota PIK terhadap anggota yang lainnya. Anggota yang menjadi konselor teman sebaya diberikan pembinaan oleh konselor. Anggota yang menjadi pembimbing berfungsi sebagai mentor atau tutor yang membantu anggota lain dalam memecahkan masalah yang dihadapinya, baik akademik maupun non akademik. Disamping itu ia juga berfungsi sebagai mediator yang membantu konselor dengan memberikan informasi tentang kondisi, perkembangan atau masalah anggota yang perlu mendapat pelayanan bantuan bimbingan atau konseling (Penataan Pendidikan Profesional Konselor dan layanan bimbingan konseling dalam jalur pendidikan formal, 2008:228).

Teman sebaya merupakan faktor yang sangat berpengaruh terhadap kehidupan pada masa-masa remaja. (Laurson, 2005: 137). Penelitian yang dilakukan Buhrmester (Santrock, 2004: 414) menunjukkan bahwa pada masa remaja kedekatan hubungan dengan teman sebaya meningkat secara drastis, dan pada saat yang bersamaan kedekatan hubungan remaja dengan orang tua menurun secara drastis. Hasil penelitian Buhrmester dikuatkan oleh temuan Nickerson & Nagle (2005: 240) masa remaja komunikasi dan kepercayaan terhadap orang tua berkurang, dan beralih kepada teman sebaya untuk memenuhi kebutuhan akan kelekatan (*attachment*).

Komponen dalam proses konseling adalah konselor. Untuk menjadi konselor dalam program konseling teman sebaya ada beberapa syarat seorang konselor sebaya (BKKBN, 2008: 18), sebagai berikut: Berpengalaman sebagai pendidik sebaya; mempunyai minat yang sungguh-sungguh untuk membantu konseli (teman sebaya); Terbuka pada pendapat orang lain; menghargai dan menghormati konseli (teman sebaya); peka terhadap perasaan orang dan mampu berempati; dapat dipercaya dan mampu memegang rahasia; perasaan stabil dan kontrol diri yang kuat; memiliki pengetahuan yang luas mengenai tumbuh kembang remaja, dan pengetahuan tentang keterampilan hidup; memiliki keterampilan dalam, pertama menciptakan suasana yang aman, nyaman, dan menimbulkan rasa percaya konseli terhadap konselor, kedua melakukan

komunikasi interpersonal, yaitu hubungan timbal balik yang bercirikan: komunikasi dua arah, memperhatikan aspek verbal dan no-verbal, mendengar secara aktif, penggunaan pertanyaan untuk menggali informasi, perasaan dan pikiran, membantu konseli dalam pengambilan keputusan. Menerapkan keterampilan hidup baik fisik, emosi, spiritual, emosiaonal, *adversity* dan *vocational* dalam kehidupan sehari-hari. Sudah mengikuti pelatihan konselor sebaya.

Komponen yang kedua adalah konseli. Konseli sadar bahwa dirinya mempunyai kekurangan atau masalah yang memerlukan seseorang untuk membantunya, maka dia mempunyai harapan terhadap konselor agar dapat membantu masalah yang dihadapinya (Willis, 2011: 111). Konseli dalam proses konseling teman sebaya adalah remaja,, seseorang yang berusia 10-24 tahun konseli sukarela, yakni konseling yang hadir atas kesadaran diri sendiri, berhubung ada maksud dan tujuannya. Menyesuaikan diri dengan konselor, mudah terbuka, dan berusaha mengemukakan dengan jelas permasalahannya. Karakteristiknya konseli ini adalah (Lindeman, dalam Satriyah, 2015: 32) : Keadaan fisik yang menderita, tak bisa tidur, kehilangan nafsu makan, pencernaan terganggu; perasaan hampa, tegang, lelah, hilang rasa kehangatan dan menjauh dari orang banyak; Kadang-kadang timbul perasaan bersalah terhadap kejadian atau kegagalan yang ia alami atau menyalahkan diri secara berlebihan. Berubah pola-pola kegiatan, gelisah, tanpa arah, mencari aktivitas tanpa motivasi untuk meneruskannya (tidak bisa mengembangkan keterampilan hidup yang dimiliki).

Proses konseling adalah peristiwa yang tengah berlangsung dan memberi makna bagi konselor dan konseli (Willis, 2004: 50). Secara umum proses konseling dibagi atas tiga tahapan : Tahap Awal Konseling. Adapun proses konseling tahap awal dilakukan konselor sebagai berikut : membangun hubungan konseling yang melibatkan konseli; memperjelas dan mendefinisikan masalah; menegosiasi kontrak. Tahap pertengahan (tahap kerja). Tahap ini memfokuskan pada : penjelajahan masalah konseli dan bantuan apa yang diberikan berdasarkan penilaian kembali apa-apa yang telah dijelajah tentang masalah konseli. Menilai kembali masalah konseli akan membantu konseli memperoleh perspektif baru, alternatif baru, yang mungkin berbeda dengan sebelumnya, dalam rangka mengambil keputusan dan tindakan. Untuk menjelajahi dan mengeksplorasi masalah, isu, dan kepedulian konseli lebih jauh (Willis, 2004: 52). Tahap Akhir Konseling (tahap tindakan).Adanya perubahan perilaku konseli kearah yang lebih positif, sehat, dan dinamik; Adanya rencana hidup masa yang akan datang dengan program yang jelas; Terjadinya perubahan sikap positif, bersikap realistic, dan percaya diri.

Dalam proses pelaksanaan konseling teman sebaya pada umumnya menggunakan teknik dasar. Teknik dasar tersebut mencakup mendengarkan aktif,

merefleksikan perasaan-perasaan atau pengalaman, menjelaskan, dan hadir bagi konseli dan menggali informasi konseli dengan bertanya (Chodijah, 2016: 84). Teknik konseling yang dapat digunakan pada proses konseling teman sebaya adalah (Willis, 2004, 173) :

Konseling teman sebaya merupakan program untuk remaja dalam memecahkan masalah dan mendengarkan secara aktif untuk memberikan dukungan kepada teman sebaya dalam bekerja sama meningkatkan keterampilan hidup. Konseling teman sebaya berperan penting bagi remaja, karena remaja menceritakan masalah- masalahnya kepada teman sebaya (Santrock, 2004: 60).

Ciri- ciri keberhasilan konseling teman sebaya untuk meningkatkan *lifeskill* (keterampilan hidup) remaja adalah : Keterampilan fisik, remaja sudah bisa menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Keterampilan mental, remaja sudah bisa meningkatkan kepercayaan diri, selalu berfikir positif, dan dapat mengelola stress dalam menghadapi permasalahan hidup, anggota PIKR pun sudah cenderung terampil dalam mengambil keputusan dan memecahkan masalah. Keterampilan emosional, anggota PIKR sudah dapat mengekspresikan diri secara tegas, dapat berkomunikasi dengan baik dengan orang lain. Memiliki keterampilan sosial yakni dapat bekerja sama, berkomunikasi dengan empati, dan membangun hubungan harmonis dengan lingkungan sekitar. Keterampilan spiritual, anggota PIKR yang sudah mengikuti program konseling teman sebaya dapat memahami bahwa hidupnya adalah untuk memperoleh keridhoan dari Tuhannya. Kemampuan spiritual terlihat pada perkembangan kesadaran dan pemahaman manusia terhadap diri, orang lain, dan alam, yang berujung pada peningkatan kesadaran dan pemahaman akan kebesaran Penciptanya. Keterampilan kejuruan, remaja berwirausaha sesuai dengan bakat, minat dan hobinya untuk mendapatkan penghasilan, remaja mampu mengembangkan potensi dirinya, bakat dan hobinya sehingga dapat mendatangkan penghasilan untuk memenuhi kebutuhan hidupnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pusat Informasi Konseling Rumah Remaja berkedudukan di Kabupaten Bandung Barat. Sekretariat Rumah Remaja terletak di Kampung Citrabapang RT 003 RW 09 Desa Giri Asih Kecamatan Batujajar Kabupaten Bandung Barat. Pada tanggal 12 Juni 2017 Rumah Remaja sudah terdaftar secara resmi sebagai organisasi kemasyarakatan yang bekerja dibidang social kemasyarakatan sesuai dengan Undang- Undang Nomor 17 tahun 2013 tentang organisasi kemasyarakatan dan peraturan Menteri dalam negeri nomor 33 tahun 2012; Peraturan Pemerintah Nomor 58 tahun 2016. Rumah remaja adalah organisasi yang berazaskan Pancasila dan bersifat independen.

Rumah Remaja yang dipimpin oleh Ai Hamidah memiliki visi dan misi

sebagai berikut : Rukun (Berakhlak Mulia di dalam pergaulan sesama anggota). Ramah (Ramah terhadap lingkungan sekitar dan tamu yang berkunjung. Maju (Kreatif, Inovatif, dan berprestasi). aya (Populis dan bermanfaat). Misi Rumah Remaja yaitu : Membina manajemen internal dan eksternal; Membina kepedulian terhadap lingkungan insan dan alam; Membina pengetahuan wawasan, dinamis, dan inovatif; Menjaga citra dari populis dan bermanfaat. Pada tahun 2009 Rumah Remaja menjadi juara terbaik I dalam lomba PIK-Remaja tingkat Jawa Barat. Masih pada tahun yang sama menjadi juara terbaik II pada lomba PIK-Remaja tingkat Nasional. Pada tanggal 12 Februari 2018 PIKR Rumah Remaja berulang tahun yang ke 13. PIKR Rumah Remaja sampai saat ini masih menjadi PIK Percontohan jalur masyarakat di Indonesia.

Kemitraan dengan organisasi kepemudaan dan organisasi lainnya. Sampai bulan Januari 2018 tercatat sudah beberapa organisasi yang menjalin kerjasama secara intensif dengan PIKR Rumah Remaja yaitu GP Anshor, PPBI, IKMAL, Insan Candikia, RIZMA Perum Batujajar Indah, BKPRMI Batujajar, FORMAS, Ikatan Remaja Masjid Al-Ikhlas, Bani Shaleh, Baitul Mu'ti, Komisi Penanggulangan AIDS KBB, Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR), Puskesmas Batujajar, Imah Rancage KBB, BNK KBB, HIPMI KBB, IBI KBB, Polsek Batujajar.

Program Konseling Teman Sebaya untuk Meningkatkan *Lifeskill* Remaja.

Kondisi keterampilan hidup remaja di Pusat Informasi Konseling Rumah Remaja sebelum mengikuti konseling teman sebaya yang diperoleh dari data observasi, wawancara dan catatan lapangan menunjukkan bentuk-bentuk keterampilan hidup yang tidak diterapkan dalam kehidupan sehari-hari dengan baik oleh remaja. Adapun keterampilan hidup yang tidak berkembang pada remaja yaitu :

Tabel 1. Kondisi Keterampilan Hidup Remaja Sebelum Proses Konseling

Jenis Keterampilan Hidup	Keterampilan Hidup Remaja
Keterampilan Fisik	Remaja tidak menerapkan waktu tidur dengan baik (Suka begadang untuk hal-hal yang tidak bermanfaat seperti main games di HP, berselancar didunia maya seperti Instagram, Twitter, dan Facebook hanya untuk mengetahui info tentang artis bukan tentang ilmu pengetahuan) Remaja selalu mengkonsumsi makanan instan yang mengandung bahan penyedap, pengawet, dan pewarna yang berlebihan dalam kehidupan sehari-hari.

	<p>Remaja sering menunda waktu makan (menggabungkan waktu sarapan dengan makan siang atau makan siang dengan makan malam karena malas untuk makan atau karena tidak bisa mengatur waktu dengan baik)</p> <p>Remaja tidak melakukan olahraga secara rutin (remaja lebih memilih untuk menghabiskan waktu pagi untuk menonton televisi dan nyaman bersama HP)</p> <p>Remaja laki-laki memiliki kebiasaan merokok (sebagian dari mereka menganggap bahwa bentuk solidaritas dengan teman adalah dengan merokok bersama dan cara menghargai teman adalah dengan menerima tawaran untuk merokok)</p> <p>Remaja tidak peduli dengan kesehatan tubuh (remaja kadang memaksakan untuk tetap beraktifitas dengan kondisi tubuh yang sudah tidak sehat) tidak memedulikan hak tubuh.</p>
Keterampilan Mental	<p>Remaja nyaman dengan kemalasannya (malas beraktifitas, malas belajar, dan sulit untuk keluar dari zona nyaman)</p> <p>Remaja tidak pandai dalam mengelola stress (mudah panik ketika mendapatkan permasalahan, dan mudah marah karena tidak bisa mengatur emosi dengan baik)</p> <p>Tidak percaya diri dengan kemampuan yang dimiliki (seringkali remaja tidak menghargai kemampuan yang dimiliki, justru lebih sering merendahkan diri sendiri dengan menganggap dirinya tidak memiliki hal yang bisa di manfaatkan dan menganggap dirinya tidak berguna)</p> <p>Keras kepala (bertahan pada pendapat sendiri baik dalam keadaan benar ataupun salah)</p> <p>Sulit menerima saran dan pendapat orang lain</p> <p>Murung dalam menghadapi hidup</p> <p>Pesimis dalam menjalankan kehidupan sehari-hari</p> <p>Tempramen (pemarah yang berlebihan)</p> <p>Sulit mengatur waktu dalam beraktifitas</p> <p>Memiliki ketakutan dalam hidup yang berlebihan</p> <p>Mudah putus asa dan tidak memiliki harapan dalam hidup</p> <p>Merendahkan diri dengan melakukan hal yang tidak baik seperti malas belajar, berbohong, bolos sekolah atau kuliah.</p>
Keterampilan Emosional	<p>Sulit mengatasi perbedaan di lingkungan sekitar</p> <p>Komunikasi yang buruk dengan teman, rekan kerja, dan orang tua</p>

	<p>Menutup diri dari lingkungan sekitar</p> <p>Kurang bersosialisasi baik disekolah, universitas maupun dalam bermasyarakat</p> <p>Belum bisa menjadi pemimpin yang baik</p> <p>Kurangnya kemampuan dalam kerja sama dengan orang lain</p> <p>Mengasingkan diri</p> <p>Mudah sakit hati karena perkataan dan perilaku orang lain terhadap dirinya</p> <p>Tidak memiliki teman baik untuk berbagi cerita dan menjalani hidup.</p>
Keterampilan Spiritual	<p>Jarang melakukan sholat 5 waktu</p> <p>Tidak mengikuti kajian tentang agama</p> <p>Tidak bisa membaca dan menulis Al Quran dengan baik (tidak memiliki motivasi untuk mempelajari)</p> <p>Malas untuk beribadah</p> <p>Tidak yakin akan kuasa Allah SWT dengan sering mengeluh dan tidak menerima dengan lapang dada kuasa Allah jika ketetapanannya tidak sesuai dengan keinginannya.</p> <p>Tidak bersungguh-sungguh dalam menerapkan aturan agama dalam kehidupan sehari-hari (hanya menunaikan aturan agama yang dirasa nyaman dan mengabaikan aturan agama yang merepotkan bagi dirinya)</p>
Keterampilan Kejuruan	<p>Tidak ada semangat dalam menumbuhkan minat dan mengembangkan bakat</p> <p>Tidak memiliki keberanian untuk berbisnis sesuai dengan kesukaan</p> <p>Belum memaksimalkan kemampuan dalam berkarya</p> <p>Belum mengetahui cara untuk menemukan potensi yang ada didalam diri</p> <p>Bekerja secara paksa, tidak sesuai dengan passion</p>
Keterampilan Mengambil Keputusan	<p>Memiliki kesulitan dalam mengambil keputusan</p> <p>Sering mengambil keputusan yang mengecewakan dan berakhir dengan penyesalan</p> <p>Tidak memiliki tujuan, harapan dan cita-cita dalam menjalani hidup</p>

Tidak mengambil keputusan yang tepat untuk hidupnya, yang terpenting baginya menyenangkan

Sumber : Hasil Wawancara Penelitian

Keterampilan hidup adalah kemampuan seseorang dalam mengatasi setiap problema hidup dan menjalankan kehidupan secara wajar tanpa ada rasa tertekan kemudian secara aktif mencari solusi sehingga dan akhirnya mampu mengatasi permasalahannya. Kecakapan hidup (*lifeskill*) diartikan sebagai kecakapan yang dimiliki seseorang untuk mau dan berani menghadap problema hidup dan penghidupan secara wajar. Tanpa merasa tertekan, kemudian secara pro aktif dan kreatif mencari serta menemukan solusi sehingga akhirnya mampu mengatasinya (Dirjen PLSP, Direktorat Tenaga Teknis, 2003). Dengan demikian *lifeskill* dapat dinyatakan sebagai kecakapan untuk hidup, istilah hidup, dan tidak semata-mata memiliki kemampuan tertentu saja (*vocational skills*), namun ia harus memiliki kemampuan dasar pendukungnya secara fungsional seperti : membaca, menulis, menghitung, merumuskan, dan memecahkan masalah, mengelolah sumber daya, bekerja dalam tim, terus belajar di tempat kerja, dan mempergunakan teknologi (Satori, 2002).

Pelaksanaan Konseling Teman Sebaya untuk Meningkatkan *Lifeskill* (Keterampilan Hidup) Remaja.

Konseling teman sebaya merupakan salah satu program yang ada di Pusat Informasi Konseling Rumah Remaja yang memiliki tujuan salah satunya untuk meningkatkan keterampilan hidup remaja. Konseling teman sebaya memiliki prinsip dari, untuk, dan oleh remaja. Konselor dan konselinya adalah teman sebaya. Proses konseling ini merupakan kegiatan yang diberikan oleh seorang konselor sebaya yang sudah terlatih secara face to face atau tatap mata langsung kepada remaja anggota PIKR Rumah Remaja dalam rangka memberikan bantuan agar remaja dapat meningkatkan keterampilan hidupnya dalam kehidupan sehari-hari. Mengentaskan permasalahan, mengembangkan bakat dan mengambil keputusan dalam hidupnya. Dalam hal ini, konselor membantu konseli menemukan potensi yang ada pada diri dan membimbing untuk mengatasi permasalahan dengan melakukan konseling individu yang dirasa sangat efektif dalam meningkatkan keterampilan hidup remaja. Dengan adanya program konseling teman sebaya remaja bisa lebih nyaman dalam menceritakan masalah keterampilan hidup kepada temannya yang disebut sebagai konselor. Dalam konseling teman sebaya terdapat komponen-komponen yakni, konselor, konseli dan metode konseling.

Konselor merupakan komponen inti dan faktor pendukung dalam keberhasilan kegiatan proses konseling. Konselor yang baik harus memiliki

kemampuan bersikap tenang ketika bersama orang lain, memiliki rasa empati, menciptakan rasa nyaman agar remaja yang ingin bercerita bisa mendapatkan konseling yang lebih terbuka. Konselor di PIKR Rumah Remaja sudah memenuhi kriteria tersebut. Konselor teman sebaya menjadikan remaja merasa didengarkan dan keberadaannya dianggap ada karena konselor tidak lengah dan memberikan respon-respon positif, memberikan dorongan atau motivasi agar perubahan remaja dalam hal keterampilan hidup mengalami perubahan kearah positif.

Konselor sebaya di PIKR Rumah Remaja memposisikan diri sebagai kakak, adik, teman, bahkan sahabat terhadap konseli atau remaja yang sedang melakukan konseling teman sebaya. Konselor berusaha menggunakan keterampilan, kepribadian, dan wawasannya untuk menciptakan situasi konseling yang menyenangkan. Setelah berhasil menciptakan proses konseling yang menyenangkan, konselor berusaha untuk memberikan alternatif- alternatif pilihan yang sesuai dengan kondisi dan situasi konseli. Konselor membantu konseli untuk mempertimbangkan alternative secara realistik. Ada beberapa konselor yang menggunakan dengan pendekatan agama untuk membuat konseli tersentuh hatinya. Konselor sebaya membuat situasi proses konseling demikian hangat, dan penuh kejujuran sehingga konseli mampu memahami keadaan diri dan bersemangat mengemukakan ide dalam perencanaan hidupnya.

Konseli, Dalam buku konseling individual, Sofyan Willys menyatakan bahwa seorang konseli sadar bahwa dirinya mempunyai kekurangan atau masalah yang memerlukan seseorang untuk membantunya, maka dia mempunyai harapan terhadap konselor agar dapat membantu masalah yang dihadapinya. Hasil wawancara menyatakan bahwa konseli merupakan individu yang sedang mengalami permasalahan dan membutuhkan bantuan orang lain. Dalam permasalahan keterampilan hidup remaja tidak bisa dengan baik memahami dirinya sendiri dan tidak mengetahui potensi serta bakat yang dimiliki sehingga sering mengambil keputusan yang salah dalam hidupnya.

Karakteristik konseli yang disebutkan dalam buku konseling kelompok menyatakan bahwa keadaan konseli berubah-ubah pola kegiatan, gelisah, tanpa arah, dan mencari motivasi untuk meneruskannya. Karakteristik konseli yang seperti itu menjadi karakteristik terbanyak di PIKR Rumah Remaja. Hal tersebut yang membuat konseli akhirnya memutuskan untuk mengikuti program konseling teman sebaya.

Anggota PIKR Rumah Remaja merasa nyaman ketika melakukan konseling teman sebaya karena merasa sangat didengarkan oleh konselor sebaya, tidak dihakimi dan tidak dipandang sebelah mata. Berdasarkan wawancara yang dilakukan bahwa anggota PIKR lebih mudah terbuka dengan teman sebaya,

mereka lebih bersemangat menceritakan keluh kesah mengenai permasalahan keterampilan hidupnya dengan konselor sebaya karena teman sebaya memandang permasalahan dengan sudut pandang yang sama. Keeratan, keterbukaan dan perasaan senasib yang muncul di antara sesama remaja dirasa membuat proses konseling lebih menyenangkan bagi konseli.

Metode Konseling, dalam proses pelaksanaan konseling teman sebaya pada umumnya menggunakan teknik dasar. Teknik tersebut yang dapat menentukan keberhasilan konseling teman sebaya. Berdasarkan hasil wawancara pada tanggal 21 Januari 2018 kepada konselor sebaya di PIK R Rumah Remaja dalam melakukan konseling dengan teman sebaya yaitu menggunakan metode konseling individu. Konseling teman sebaya dilakukan bisa kapan saja, terutama saat sedang berkumpul di ruang sekretariat PIK R Rumah Remaja. Proses konseling teman sebaya bertujuan untuk memberikan suatu *treatment* kepada konseli agar konseli mampu menyelesaikan masalah keterampilan hidupnya sedangkan konselor hanya mengetuk simbol – simbol yang ada pada diri konseli. Dikutip dari buku Landasan Bimbingan dan Konseling oleh Syamsu Yusuf dan Ahmad Juntika Nurihsan bahwa dalam teknik bimbingan dan konseling terdapat beberapa tahapan dalam proses konseling : Tahap pertama dalam proses konseling merupakan tahap persiapan, mempersiapkan media yang akan digunakan dalam proses kegiatan konseling teman sebaya berupa tempat, ruangan untuk melakukan konseling teman sebaya. Selanjutnya tahap untuk membangun hubungan konseling dengan melibatkan konseli yang mengalami masalah. Dalam pelaksanaan proses konseling yang peneliti lakukan dan amati yaitu di PIK Remaja bersifat informal namun tetap menerapkan unsur-unsur konseling. Sebelum konseli datang menghampiri, konselor sebaya mempersiapkan keterampilan mendengarkan dengan baik, memahami secara penuh, dan merespon secara positif.

Ketika konseli menghampiri konselor, konselor menyambut kedatangannya dengan ramah, serta memberikan senyuman. Disamping itu konselor menciptakan suasana akrab dan bersahabat agar terciptanya *Rapport* dalam proses konseling agar konseli merasa nyaman saat bercerita, setelah berbincang-bincang dengan santai dan hanyut didalamnya, konseli terlihat nyaman sehingga tidak ada sekat diantaranya untuk bercerita dan serta adanya kontak mata agar lebih terfokus bahwa konselor mendengarkan keluhan dan cerita yang dikatakan oleh konseli. Kontak mata sangat diperlukan bagi seorang konselor untuk mendengarkan dengan seksama pembicaraan konseli tersebut, agar merasa diperhatikan.

Dalam buku konseling individual, Sofyan Willis mengatakan bahwa langkah-langkah yang ada di tahap awal yaitu Attending, mendengarkan, empati, refleksi, eksplorasi, bertanya, menangkap pesan utama, dan mendorong minimal. Berdasarkan hasil observasi tanggal 11 Februari 2018 menunjukkan bahwa

eksplorasi dan menangkap pesan utama yang disebutkan di tahap awal belum mampu dilakukan di tahap awal dan baru terlaksana di tahap kerja. Sehingga memberi dorongan minimal pun baru bisa dilakukan di tahap kerja. Konselor sebaya di PIKR Rumah Remaja lebih menekankan untuk menciptakan suasana hangat terlebih dahulu di tahap awal.

Pada tahap kerja, Sofyan Willis menyatakan bahwa langkah-langkah yang harus dilakukan adalah menyimpulkan sementara, memimpin, memfokuskan, konfrontasi, menjernihkan, memudahkan, mengarahkan, dorongan minimal, mengambil inisiatif, memberi informasi, dan menafsirkan. Berdasarkan hasil wawancara pada konselor sebaya tanggal 11 Februari 2018 mengatakan bahwa ada tahap pertengahan dalam proses konseling teman sebaya ini adalah menilai kembali masalah konseli agar konselor bisa membantu konseli dalam memperoleh pemahaman baru, alternatif baru, yang mungkin berbeda dengan sebelumnya. Tahap ini konselor sebaya menjelajahi dan mengeksplorasi masalah lebih dalam. Penjelajahan masalah ini agar konseli memiliki perspektif dan alternatif baru terhadap masalah keterampilan hidup yang dirasakannya. Pemahaman baru ini akan membantu konseli dalam membuat keputusan dan menentukan tindakan yang akan digunakan untuk mengatasi masalah keterampilan hidup dan melakukan perubahan dalam mengatasi masalahnya.

Dalam tahap ini konselor menjaga hubungan agar tetap baik selama proses konseling berlangsung. Ketika konselor berupaya kreatif dengan keterampilannya, konseli akan tetap merasa nyaman. Hal yang penting bagi konselor untuk memelihara keramahan, empati, dan keikhlasan untuk menerima bantuan sehingga konseli dapat merasa terbantu dalam menemukan berbagai alternatif sebagai upaya dalam menyelesaikan masalah keterampilan hidup dan pengembangan diri.

Ada beberapa konselor yang melakukan teknik konseling nya dengan menggambarkan sosok teladan atau contoh orang dengan masalah yang sama dan sudah mampu menyelesaikan permasalahannya. Konselor menjelaskan langkah-langkah yang dilakukan oleh seseorang yang dijadikan teladan dan konseli bisa bercermin kemudian bisa mengambil langkah-langkah yang tepat untuk dirinya. Disamping itu, layanan ini melakukan teknik *client centered* yaitu proses konseling ditujukan kepada konseli yang terpusatnya dari pengungkapan masalah, sampai mengatasi, dan memecahkan masalahnya sendiri tanpa ada paksaan dari pihak luar, konselor hanya mengetuk simbol- simbol pada konseli agar konseli memahami tanggung jawabnya sendiri dengan rasional pada diri konseli, dengan tujuan dalam konsep pokok *client centered* ini juga difokuskan kepada tanggung jawab dan kesanggupan konseli untuk menemukan cara-cara menghadapi kenyataan secara lebih penuh, sehingga konseli mampu memahami dirinya sendiri dan dapat

menemukan tingkah laku yang lebih pantas dan lebih baik bagi dirinya sendiri.

Pada proses kerja ini konseli mampu terbuka pada masalah dan pengalaman yang konseli rasakan selama ini, sehingga konseli mampu percaya untuk menjadi pribadi dengan keterampilan hidup yang lebih baik untuk dapat menyelesaikan masalah yang dihadapi sekarang atau nanti, serta tidak selalu menyalahkan keadaan yang selama ini konseli rasakan serta konseli mampu untuk memandang masa depan yang lebih baik lagi untuk bisa keluar dari zona kecemasannya.

Selama proses konseling, konselor hanya menanyakan pertanyaan-pertanyaan yang ringan hingga menumbuhkan rasa nyaman dan konseling dapat terbuka dengan seluruh permasalahannya. Proses konseling terjalin sangat hangat, dikarenakan adanya rasa bersahabat, tidak formal, serta membangkitkan semangat dan rasa humor. Setelah konseli mengemukakan permasalahan yang ada pada diri konseli selama ini, konselor hanya menanyakan itu perbuatan baik atau tidak sehingga ia sendiri yang menjawab perilaku ia selama ini. Selama proses konseling, konselor berusaha merasakan apa yang dirasakan konseli dan memahami akan keadaan diri serta masalah yang dihadapi konseli. Konselor memberikan alternative dengan berbagai rekomendasi yang sesuai dengan permasalahannya.

Tahap yang terakhir merupakan tolak ukur dalam proses konseling yang dilakukan yaitu menurunnya kecemasan yang sebelumnya dirasakan oleh konseli. Adanya perubahan perilaku dalam merencanakan hidup konseli kearah yang lebih positif, sehat, praktis, terencana, dan berguna. Tahap akhir konseling konselor dan konseli membuat kesimpulan mengenai proses konseling teman sebaya sehingga konseli memiliki rencana dan dapat menentukan setiap langkah dalam hidupnya, menyusun program yang berisi kegiatan-kegiatan yang dapat meningkatkan kualitas hidupnya. Menyusun rencana tindakan yang akan dilakukan berdasarkan kesepakatan yang telah terbangun dari proses konseling dan membuat perjanjian untuk pertemuan berikutnya. Konselor dan konseli mengakhiri konseling dengan kesepakatan bersama dan menentukan waktu untuk bertemu lagi dan melihat seberapa jauh rencana konseli terealisasi dan peningkatan keterampilan hidup pada konseli. Dalam proses pelaksanaan konseling teman sebaya pada umumnya menggunakan teknik dasar. Teknik dasar tersebut mencakup mendengarkan aktif, merefleksikan perasaan-perasaan atau pengalaman, menjelaskan, dan hadir bagi konseli dan menggali informasi konseli dengan bertanya (Chodijah, 2016: 84).

Pencapaian Konseling Teman Sebaya untuk Meningkatkan *Lifeskill* Remaja

Pusat Informasi Konseling Rumah Remaja merupakan organisasi berbasis sosial masyarakat untuk remaja. PIK R Remaja menjadi wadah untuk remaja dalam mengembangkan keterampilan hidupnya. Program konseling teman sebaya

terhadap remaja dalam meningkatkan keterampilan hidup dinilai cukup berhasil. Remaja yang sudah mengikuti konseling teman sebaya sudah mengalami perubahan sikap dalam menerapkan keterampilan hidup secara optimal.

Konseling teman sebaya memiliki prinsip dari, untuk, dan oleh remaja. Konselor dan konseli nya adalah teman sebaya. Proses konseling ini merupakan kegiatan yang diberikan oleh seorang konselor sebaya yang sudah terlatih secara *face to face* atau tatap mata langsung kepada remaja anggota PIKR Rumah Remaja dalam rangka memberikan bantuan agar remaja dapat meningkatkan keterampilan hidupnya dalam kehidupan sehari-hari. Mengentaskan permasalahan, mengembangkan bakat dan mengambil keputusan dalam hidupnya. Dalam hal ini, konselor membantu konseli menemukan potensi yang ada pada diri dan membimbing untuk mengatasi permasalahan dengan melakukan konseling individu yang dirasa sangat efektif dalam meningkatkan keterampilan hidup remaja. Dengan adanya program konseling teman sebaya remaja bisa lebih nyaman dalam menceritakan masalah keterampilan hidup kepada temannya yang disebut sebagai konselor.

Dalam proses konseling teman sebaya memiliki tiga tahap yaitu, tahap awal, tahap kerja, dan tahap akhir. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara ada beberapa tahap yang tidak terlaksana dengan baik seperti langkah di tahap awal baru terlaksana di tahap kerja, dan terkadang konselor kehilangan fokus untuk beberapa waktu karena konseli yang sulit terbuka dan konselor harus berusaha mencari alternatif untuk membuat konseli nyaman dan terbuka. Sofyan Willis mengatakan indikator keberhasilan konseling adalah menurunnya kecemasan konseli, mempunyai rencana hidup yang praktis, pragmatis, dan berguna, dan mengadakan kembali pertemuan untuk mengecek hasil pelaksanaan rencananya.

Berdasarkan hasil wawancara konseling teman sebaya dapat meningkatkan keterampilan hidup remaja. Dalam keterampilan fisik, anggota PIKR yang sudah mengikuti konseling teman sebaya cenderung sudah bisa memilih makanan dalam kehidupan sehari-hari, mengatur pola tidur dan jam istirahat dengan baik sehingga dapat menerapkan pola hidup sehat. Dalam keterampilan mental, anggota PIKR dapat meningkatkan kepercayaan diri setelah melakukan konseling teman sebaya, selalu berfikir positif, dan dapat mengelola stress dalam menghadapi permasalahan hidup, anggota PIKR pun sudah cenderung terampil dalam mengambil keputusan dan memecahkan masalah.

Dalam keterampilan emosional, anggota PIKR sudah dapat mengekspresikan diri secara tegas, dapat berkomunikasi dengan baik dengan orang lain. Memiliki keterampilan sosial yakni dapat bekerja sama, berkomunikasi dengan empati, dan membangun hubungan harmonis dengan lingkungan sekitar.

Dalam keterampilan spiritual, anggota PIKR yang sudah mengikuti program konseling teman sebaya dapat memahami bahwa hidupnya adalah untuk memperoleh keridhoan dari Tuhannya. Kemampuan spiritual terlihat pada perkembangan kesadaran dan pemahaman manusia terhadap diri, orang lain, dan alam, yang berujung pada peningkatan kesadaran dan pemahaman akan kebesaran Penciptanya.

Dalam keterampilan kejuruan, remaja berwirausaha sesuai dengan bakat, minat dan hobinya untuk mendapatkan penghasilan, remaja mampu mengembangkan potensi dirinya, bakat dan hobinya sehingga dapat mendatangkan penghasilan untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. Dalam keterampilan menghadapi kesulitan, remaja sudah mampu mengatasi permasalahannya dan meninggalkan kesulitan masa lalunya dan menyelesaikan tantangan dalam hidupnya. Setelah mengikuti program konseling teman sebaya remaja sudah mampu menjadi manusia yang siap beradaptasi serta efektif menjalani kehidupan sehari-hari dan masa depannya. Remaja yang sudah mengikuti kegiatan konseling teman sebaya mampu memahami dan menerima keadaan dirinya sehingga mampu menentukan pilihan sikap dan tindakan yang akan diambil serta merealisasikan pilihannya tersebut. Remaja dapat menyesuaikan antar kebutuhan dengan segala yang ada dalam lingkungan, dapat menyesuaikan diri dengan berbagai lingkungan baik lingkungan sekolah, rumah, maupun masyarakat. Konseling teman sebaya membuat anggota PIKR atau remaja menyadari akan keunikan dirinya, kebutuhan sosial, kebutuhan emosi sehingga mempelajari hal tersebut demi memenuhi tugas-tugas perkembangannya. menemukan minat dan melatih keterampilan demi meningkatkan kualitas kinerja dari bidang keterbakatan dan minatnya.

Cara evaluasi pelaksanaan program konseling teman sebaya tidak berbeda dengan pelaksanaan program konseling individu pada umumnya. Mengenai evaluasi, terdiri dari beberapa hal, yaitu: 1) konseli menilai rencana perilaku yang akan dibuatnya; 2) konseli menilai perubahan perilaku yang telah terjadi pada dirinya; 3) konseli menilai proses dan tujuan konseling (Sofyan Willis, 2004: 54). Dengan evaluasi proses konseling teman sebaya dapat dilihat apakah konseling ini berhasil atau tidak dan konseling ini sesuai yang diharapkan dengan melihat perubahan-perubahan yang positif pada objek setelah mengikuti kegiatan konseling teman sebaya. Adanya komponen, teknik dan teknik konseling selama proses konseling teman sebaya berlangsung adalah sesuatu yang esensial untuk keberhasilan suatu konseling. Sebaliknya, apabila ada sesuatu komponen yang tidak menunjang maka akan menjadi faktor penghambat suatu konseling teman sebaya pada remaja di Pusat Informasi Konseling Rumah Remaja.

Ciri- ciri keberhasilan konseling teman sebaya untuk meningkatkan lifeskill

(keterampilan hidup) remaja adalah : Keterampilan fisik, remaja sudah bisa menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Keterampilan mental, remaja sudah bisa meningkatkan kepercayaan diri, selalu berfikir positif, dan dapat mengelola stress dalam menghadapi permasalahan hidup, anggota PIKR pun sudah cenderung terampil dalam mengambil keputusan dan memecahkan masalah. Keterampilan emosional, anggota PIKR sudah dapat mengekspresikan diri secara tegas, dapat berkomunikasi dengan baik dengan orang lain. Memiliki keterampilan sosial yakni dapat bekerja sama, berkomunikasi dengan empati, dan membangun hubungan harmonis dengan lingkungan sekitar. Keterampilan spiritual, anggota PIKR yang sudah mengikuti program konseling teman sebaya dapat memahami bahwa hidupnya adalah untuk memperoleh keridhoan dari Tuhannya. Kemampuan spiritual terlihat pada perkembangan kesadaran dan pemahaman manusia terhadap diri, orang lain, dan alam, yang berujung pada peningkatan kesadaran dan pemahaman akan kebesaran Penciptanya. Keterampilan kejuruan, remaja berwirausaha sesuai dengan bakat, minat dan hobinya untuk mendapatkan penghasilan, remaja mampu mengembangkan potensi dirinya, bakat dan hobinya sehingga dapat mendatangkan penghasilan untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. Keterampilan menghadapi kesulitan, remaja sudah mampu mengatasi permasalahannya dan meninggalkan kesulitan masa lalunya dan menyelesaikan tantangan dalam hidupnya. Setelah mengikuti program konseling teman sebaya remaja sudah mampu menjadi manusia yang siap beradaptasi serta efektif menjalani kehidupan sehari-hari dan masa depannya. Remaja yang sudah mengikuti kegiatan konseling teman sebaya mampu memahami dan menerima keadaan dirinya sehingga mampu menentukan pilihan sikap dan tindakan yang akan diambil serta merealisasikan pilihannya tersebut. Remaja dapat menyesuaikan antar kebutuhan dengan segala yang ada dalam lingkungan, dapat menyesuaikan diri dengan berbagai lingkungan baik lingkungan sekolah, rumah, maupun masyarakat. Konseling teman sebaya membuat anggota PIKR atau remaja menyadari akan keunikan dirinya, kebutuhan sosial, kebutuhan emosi sehingga mempelajari hal tersebut demi memenuhi tugas-tugas perkembangannya. menemukan minat dan melatih keterampilan demi meningkatkan kualitas kinerja dari bidang keterbakatan dan minatnya. Keterampilan berfikir rasional mencakup antara lain: keterampilan menggali dan menemukan informasi dan mengambil keputusan serta keterampilan memecahkan masalah secara kreatif. Untuk mengembangkan potensi yang ada pada diri masing-masing individu, dalam arti bahwa keterampilan yang diberikan harus dilandasi oleh keterampilan belajar (Learning skills) (Hidayanto, 2002).

PENUTUP

Penelitian ini tentang program bimbingan kelompok, pelaksanaan program konseling teman sebaya, dan hasil atau pencapaian mengenai konseling teman sebaya untuk meningkatkan *lifeskill* (keterampilan hidup) remaja di Pusat Informasi Konseling Rumah Remaja, dan berdasarkan uraian yang telah peneliti paparkan dari hasil penelitian tersebut dengan menggunakan pendekatan kualitatif, maka peneliti mengambil kesimpulan bahwa program konseling teman sebaya di Pusat Informasi Konseling Rumah Remaja dilaksanakan sesuai dengan teori yang telah dipaparkan dan kebutuhan remajapusat informasi konseling, remaja merasa nyaman menjalani kehidupannya setelah mengikuti konseling teman sebaya.

Kondisi remaja di PIKR Rumah Remaja mengalami masalah internal mengenai keterampilan hidup, yakni remaja tidak dapat memahami realitas kehidupan yang ada, tidak bisa mengenali kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya, tidak bisa menerima dan mempelajari pengalaman yang dihadapi dalam hidupnya, serta tidak dapat membangun rasa kepercayaan diri pada diri sendiri. Beberapa remaja sulit membangun komunikasi dengan orang lain bahkan tidak memiliki hubungan yang baik dengan lingkungan rumah, sekolah maupun masyarakat. Remaja tidak bisa menerapkan keterampilan hidup dengan optimal sehingga hal tersebut membuat remaja tidak mampu menghadapi permasalahannya dan tidak dapat menyelesaikan tugas perkembangannya dengan baik. Proses konseling teman sebaya dalam meningkatkan *lifeskill* keterampilan hidup remaja di PIKR Rumah Remaja dilakukan dalam tiga tahap oleh seorang remaja yang sudah mendapatkan pelatihan sebagai konselor sebaya. Metode yang digunakan adalah metode konseling individu. Tahapan- tahapan tersebut meliputi: Tahap Awal, Tahap Pertengahan atau Tahap Kerja, dan Tahap Akhir.

Hasil konseling teman sebaya dalam meningkatkan *lifeskill* (keterampilan hidup) remaja di PIKR Rumah Remaja adalah adanya peningkatan bidang *lifeskill* yang dialami oleh remaja. Konseling teman sebaya dapat meningkatkan keterampilan hidup remaja baik dalam keterampilan fisik, keterampilan mental, keterampilan emosional, keterampilan spiritual, keterampilan kejuruan, dan keterampilan menghadapi kesulitan. remaja sudah mampu mengatasi permasalahannya dan meninggalkan kesulitan masa lalunya dan menyelesaikan tantangan dalam hidupnya. Sehingga dari hasil penelitian bahwa program konseling teman sebaya terhadap remaja dengan keterampilan hidup yang lemah terdapat peningkatan dalam keterampilan hidup. Adanya perubahan dalam diri konseli bahwa dalam diri konselinya memiliki kesadaran akan hakikat dan tanggung jawab atas dirinya, keluarga, dan remaja yang baik dengan membangun rasa kepercayaan diri sebagai modal awal untuk menyusun langkah-langkah dalam menggapai cita-citanya. Setelah mengikuti program konseling teman sebaya remaja sudah mampu menjadi manusia yang siap beradaptasi serta efektif menjalani

kehidupan sehari-hari dan masa depannya.

DAFTAR PUSTAKA

- BKKBN. (2008). *Modul pelatihan konseling kesehatan reproduksi remaja bagi calon konselor sebaya*. Direktorat Remaja dan Perlindungan Hak-Hak Reproduksi, BKKBN.
- BPS. (2010). *Data Statistik Indonesia. Jumlah Penduduk menurut Kelompok Umur, Jenis Kelamin, Provinsi, dan Kabupaten/Kota*, 2005. Diakses pada tanggal 16 Januari 2018. Dari <http://demografi.bgs.go.id/>.
- Chodijah, S. (2016). *Filsafat Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Mimbar Pustaka.
- Laursen, E.K. (2005). *Rather Than Fixing Kids-Build Positive Peer Cultures*
- Nickerson, A.B. & Nagle, R.J. (2005). *Parent and Peer Attachment in Late Childhood and Early Adolescence. Journal of Early Adolescence*. 25. (2). 223-249. Sage Publications
- Nurihsan, A.J. (2009), *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling*, Bandung: Refika Aditama.
- Santrock, J.W., (2012). *Psikologi Pendidikan*. Salemba Humanika, Jakarta.
- Santrock, J.W. (2003). *Adolescence. Perkembangan Remaja*. Edisi Keenam. Jakarta: Erlangga.
- Satriah, L. (2014) *Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Bandung: Kasidah Cinta.
- Hajir, T. (2012). *Konseling Islam: Studi terhadap Posisi dan Peta Keilmuan dalam Ilmu Dakwah: Academic Journal for Homiletic Studies*, 6(20), 226-248.
- Willis,S.S. (2013). *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta.