

Peningkatan Kepercayaan Diri dan Kedisiplinan Anak Asuh Panti Asuhan An Nur Pasanehan melalui Layanan Bimbingan dan Konseling

Arini Azmi ^{*)1}, Arjoni²

^{1,2} Universitas Islam Negeri Sjech M.Djamil Djambek, Bukittinggi, Indonesia

*)✉e-mail: ariniiazmi2@gmail.com

Submit : 19 Agustus 2023	Accepted: 26 November 2023	Published: 31 Desember 2023
------------------------------------	--------------------------------------	---------------------------------------

Abstract

This study aims to describe the role of Guidance and Counseling (BK) services in improving the self-confidence and discipline of foster children at the An Nur Pasanehan Orphanage. Low self-confidence and difficulty in obeying rules are indicators of social adaptation barriers that are often found. The BK services implemented include Individual Counseling (addressing low self-confidence), Classical Guidance (discipline and future planning), and Group Guidance (social media use). Using a descriptive qualitative approach, data were collected through observation, interviews, and documentation. The results of the study show that the guidance counseling intervention successfully helped the children internalize the value of discipline (structural adaptation) and increase their self-esteem (psychological adaptation). The improvement in these two aspects collectively strengthened the foster children's social adaptation abilities and was greatly influenced by the synergy of the three types of services provided.

Keywords: Self-confidence, Discipline, Guidance and Counseling

Abstrak

Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan peran layanan Bimbingan dan Konseling (BK) dalam meningkatkan kepercayaan diri dan kedisiplinan anak asuh di Panti Asuhan An Nur Pasanehan. Rendahnya rasa percaya diri dan kesulitan mematuhi aturan merupakan indikator hambatan adaptasi sosial yang sering ditemukan. Layanan BK yang dilaksanakan meliputi Konseling Individu (mengatasi kurang percaya diri), Bimbingan Klasikal (materi kedisiplinan dan perencanaan masa depan), dan Bimbingan Kelompok (penggunaan media sosial). Menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa intervensi BK berhasil membantu anak menginternalisasi nilai kedisiplinan (adaptasi struktural) dan meningkatkan self-esteem (adaptasi psikologis). Peningkatan kedua aspek ini secara kolektif memperkuat kemampuan adaptasi sosial anak asuh dan sangat dipengaruhi oleh sinergi ketiga jenis layanan yang diberikan.

Kata Kunci: Kepercayaan Diri, Kedisiplinan, Bimbingan dan Konseling



This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2022 by author.

PENDAHULUAN

Kepercayaan diri (*self-confidence*) dan kedisiplinan merupakan dua fondasi penting bagi keberhasilan adaptasi sosial seorang individu, terutama bagi anak-anak yang berada di lingkungan institusi seperti panti asuhan (Aini, 2023). Kedisiplinan

merujuk pada kemampuan menyesuaikan diri dengan norma dan aturan struktural panti, yang sangat penting untuk menciptakan lingkungan komunal yang tertib (Hardjono, 2020). Sementara itu, kepercayaan diri adalah kondisi psikologis yang memungkinkan anak untuk berinteraksi, mengambil inisiatif, dan

mengatasi tantangan sosial tanpa rasa takut atau cemas (Bernard, 2020) (Setiawati, 2024).

Konteks panti asuhan seringkali menghadirkan tantangan adaptasi yang kompleks. Anak-anak yang tinggal di panti asuhan umumnya memiliki latar belakang yang penuh tekanan, seperti kehilangan orang tua, kemiskinan ekstrem, atau pola asuh yang tidak stabil (Brody, 2018). Pengalaman-pengalaman ini berpotensi meninggalkan dampak psikologis berupa trauma, kecemasan perpisahan, atau rendahnya harga diri (*self-esteem*) (Rubin, 2019). Lingkungan panti, meskipun memberikan keamanan, menuntut adaptasi ganda: adaptasi terhadap kehilangan masa lalu dan adaptasi terhadap struktur sosial yang baru dan ketat (Aini, 2023).

Dua masalah perilaku dan psikologis yang paling menonjol dan saling terkait di lingkungan panti adalah:

1. Masalah Kepercayaan Diri yang Rendah

Rendahnya *self-confidence* pada anak panti asuhan bermanifestasi sebagai isolasi sosial, penarikan diri (*withdrawal*), kesulitan mengutarakan pendapat, atau penolakan untuk berpartisipasi dalam kegiatan kelompok. Fenomena ini menghambat mereka dalam membangun hubungan yang sehat dan membatasi eksplorasi potensi diri (Zambrano-Vazquez, 2025). Dalam konteks perkembangan remaja, validasi sosial dan rasa keberhargaan diri sangatlah penting, dan rendahnya kepercayaan diri akan menutup peluang tersebut, memperburuk status adaptasi sosial mereka di komunitas (Setyawan, 2023).

2. Masalah Kedisiplinan

Kurangnya kedisiplinan di panti asuhan adalah indikator kesulitan anak

dalam mengadaptasi diri pada struktur sosial dan aturan komunal. Panti asuhan beroperasi dengan jadwal yang ketat, meliputi waktu bangun, belajar, ibadah, dan tidur. Anak yang kesulitan disiplin akan sering berkonflik dengan pengasuh dan teman sebaya, yang kemudian dapat mengarah pada pelabelan negatif, mengganggu stabilitas emosi, dan memperburuk proses adaptasi struktural (Wulandari, 2022). Oleh karena itu, kedisiplinan harus dilihat sebagai bentuk adaptasi perilaku esensial untuk hidup harmonis di lingkungan institusi. (Iswahyudi, 2023)

Panti Asuhan An Nur Pasanehan, sebagai fokus penelitian ini, menunjukkan gejala-gejala tersebut. Berdasarkan observasi awal, ditemukan bahwa tingkat ketaatan terhadap jadwal harian panti masih perlu ditingkatkan, sementara beberapa anak menunjukkan tanda-tanda isolasi sosial yang diindikasikan oleh kurangnya inisiatif dan enggan berinteraksi, yang diduga kuat berasal dari rendahnya kepercayaan diri mereka.

Layanan Bimbingan dan Konseling (BK) memiliki peran strategis untuk mengatasi akar masalah ini secara terstruktur. BK berfungsi membekali anak dengan kompetensi yang mendukung adaptasi holistik, meliputi adaptasi terhadap struktur (kedisiplinan), adaptasi psikologis (percaya diri), dan bahkan adaptasi terhadap tuntutan modern (media sosial dan perencanaan karir). Penelitian ini bertujuan menganalisis secara mendalam peran tiga jenis layanan BK spesifik yang dilaksanakan ialah konseling individu untuk intervensi kurang percaya diri, bimbingan klasikal untuk intervensi kedisiplinan dan perencanaan masa depan, serta bimbingan kelompok yang berfokus pada penggunaan media sosial.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif untuk menganalisis dan mendeskripsikan secara mendalam pelaksanaan layanan Bimbingan dan Konseling yang berfokus pada peningkatan kepercayaan diri dan kedisiplinan anak asuh di Panti Asuhan An Nur Pasanehan (Lestari, 2020). Subjek penelitian adalah anak asuh yang menjadi penerima langsung layanan Konseling Individu (kasus kurang percaya diri), peserta Bimbingan Kelompok (media sosial), dan peserta Bimbingan Klasikal (kedisiplinan dan perencanaan masa depan). Data dikumpulkan melalui tiga teknik utama yaitu observasi partisipatif, wawancara mendalam, dan dokumentasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Layanan BK selama PPL dirancang sebagai sebuah sistem terintegrasi yang bertujuan meningkatkan dua variabel utama. Masing-masing layanan memiliki peran spesifik dalam mencapai tujuan:

1. Konseling Individu

Inti intervensi kepercayaan diri layanan ini difokuskan pada klien tunggal (atau beberapa klien, disesuaikan dengan realitas PPL) dengan kasus kurang adaptasi dan rendah percaya diri. Sesi dilaksanakan dalam kerangka waktu terbatas PPL menggunakan kombinasi pendekatan humanistik dan kognitif-perilaku dasar. Tujuan spesifik yakni mengurangi *social anxiety* klien, menguatkan *self-esteem*, dan mengembangkan *self-efficacy* untuk interaksi sosial (Suryani, 2023). Teknik yang digunakan peneliti yakni menerapkan teknik *Reframing Kognitif* dan latihan *Positive Self-Talk* untuk menantang dan menggantikan keyakinan negatif klien

tentang diri mereka. Selain itu, pemberian tugas rumah berjenjang (*Graded exposure*) diterapkan, dimulai dari tugas sederhana seperti 'Menyapa Pengasuh dengan Kontak Mata' hingga 'Mengajukan Pertanyaan di Depan Kelompok Kecil'. Peran konseling individu adalah saluran paling langsung untuk mengatasi masalah Kepercayaan Diri yang bersifat personal dan emosional.



Gambar 1. Pelaksanaan Konseling Individual I kepada salah satu anak asuh di Panti Asuhan An Nur Pasanehan



Gambar 2. Pelaksanaan Konseling Individual II kepada salah satu anak asuh di Panti Asuhan An Nur Pasanehan

2. Bimbingan Klasikal

Intervensi perilaku dan motivasi massal layanan ini menjangkau seluruh anak asuh secara serentak, dengan fokus pada pemberian informasi dan penanaman nilai:

a. Materi Kedisiplinan (Adaptasi Struktural)

Intervensi kognitif-perilaku ini menggunakan media visual yang menarik. (Zulfiah, 2022) Materi menekankan bahwa

kedisiplinan merupakan kemampuan memilih (Soejono, 2021). Konselor menjelaskan dampak positif dari kedisiplinan terhadap pencapaian pribadi dan harmoni komunal, sekaligus melakukan analisis masalah bersama tentang konsekuensi ketidakdisiplinan di panti. (Kadir, 2024) Tujuannya adalah internalisasi aturan, bukan sekadar kepatuhan sementara.

b. Materi Perencanaan Masa Depan (Self-Efficacy dan Disiplin)

Sesi ini bertujuan membangun self-efficacy (komponen kepercayaan diri) dan memberikan motivasi intrinsik untuk kedisiplinan (Duckworth, 2025). Anak-anak dibimbing membuat *timeline* sederhana, menghubungkan tujuan besar mereka (misalnya, masuk universitas) dengan perilaku disiplin harian (misalnya, konsisten belajar, menabung). (Zuhri, 2020)



Gambar 3. Pelaksanaan Bimbingan Klasikal I dengan materi Kedisiplinan



Gambar 4. Pelaksanaan Bimbingan Klasikal II dengan materi Perencanaan Masa Depan

3. Bimbingan Kelompok

Disiplin dan Interaksi di Ranah Digital Bimbingan kelompok (sekitar 8-10 remaja per kelompok) fokus pada Penggunaan Media Sosial secara Bertanggung Jawab. Layanan ini krusial mengingat media sosial adalah ruang interaksi sosial primer remaja saat ini.

- a. Diskusi menggunakan studi kasus nyata tentang konflik sosial akibat miskomunikasi atau *oversharing* di media sosial. Ini melatih keterampilan komunikasi interpersonal yang diadaptasi ke ranah digital (Wibowo, 2021)
- b. Fokus utama adalah melatih disiplin diri (self-control) terhadap waktu penggunaan gawai. Kelompok merumuskan "Kesepakatan Digital Panti" yang didasarkan pada kesadaran mereka sendiri, bukan paksaan.



Gambar 5. Pelaksanaan Bimbingan Kelompok dengan materi Penggunaan Media Sosial secara Bertanggung Jawab

Temuan dari observasi, wawancara, dan dokumentasi menunjukkan bahwa layanan BK berhasil meningkatkan dua variabel kunci secara sinergis:

1. Peningkatan Signifikan Kepercayaan Diri

Dari laporan kasus konseling individu dan wawancara dengan pengasuh, menunjukkan adanya pergeseran dari perilaku menarik diri ke perilaku proaktif.

- a. Klien individu tidak lagi menghindari interaksi dan mulai menunjukkan inisiatif kecil, seperti menawarkan bantuan atau memimpin doa (Indriani, n.d.). Keberanian ini dipicu oleh keberhasilan tugas rumah berjenjang yang meningkatkan rasa *mastery* (penguasaan) mereka.
- b. Secara umum, anak asuh lebih antusias merespons pertanyaan di bimbingan klasikal dan lebih berani mengajukan ide di bimbingan kelompok. Materi Perencanaan Masa Depan juga memperkuat ini, karena anak yang memiliki tujuan jelas cenderung lebih percaya diri dalam berinteraksi (Puspitasari, 2024).

2. Peningkatan Internal Kedisiplinan

Peningkatan kedisiplinan teramati dalam ketaatan terhadap aturan panti dan disiplin diri (self-control).

- a. Observasi rutin mencatat penurunan kasus terlambat bangun dan kelalaian tugas. Peningkatan ini tidak hanya bersifat jangka pendek; pengasuh melaporkan adanya internalisasi nilai disiplin, di mana anak-anak mulai mengingatkan teman sebaya, yang menunjukkan

bahwa norma kedisiplinan telah menjadi milik kelompok.

- b. Peningkatan ketaatan terhadap jadwal *off-gawai* di malam hari menunjukkan keberhasilan bimbingan kelompok dalam menanamkan disiplin diri di ranah modern. Hal ini membuktikan bahwa edukasi kognitif yang dikaitkan dengan konsekuensi sosial yang relevan (media sosial) sangat efektif (Wibowo, 2021)

Kedisiplinan (yang didorong oleh klasikal dan kelompok) menciptakan lingkungan panti yang stabil, aman, dan dapat diprediksi, yang merupakan prasyarat penting bagi anak dengan kepercayaan diri rendah untuk merasa aman dalam berinteraksi (Setyawan, 2023). Sebaliknya, anak yang percaya diri (hasil konseling individu) lebih mungkin mematuhi aturan (disiplin) karena mereka merasa menjadi anggota yang berharga dan bertanggung jawab dalam komunitas. Sinergi ini, yang didukung oleh kolaborasi berkelanjutan dengan pengasuh (Rakhmat, 2022), membuktikan model BK holistik efektif dalam adaptasi sosial di panti asuhan asuhan asuhan. asuhan. efektif dalam adaptasi sosial di panti asuhan. efektif dalam adaptasi sosial di panti asuhan. 2022), membuktikan model BK holistik efektif dalam adaptasi sosial di panti asuhan. Sinergi ini, yang didukung oleh kolaborasi berkelanjutan dengan pengasuh (Rakhmat, 2022).

KESIMPULAN

Layanan Bimbingan dan Konseling di Panti Asuhan An Nur Pasanehan, yang

dilaksanakan melalui Konseling Individu, Bimbingan Kelompok, dan Bimbingan Klasikal, terbukti efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri dan

kedisiplinan anak asuh. Peningkatan Kepercayaan Diri didukung kuat oleh Konseling Individu dan materi Perencanaan Masa Depan yang menumbuhkan *self-efficacy*. Peningkatan Kedisiplinan didukung oleh materi Bimbingan Klasikal (Kedisiplinan) yang menginternalisasi aturan dan Bimbingan Kelompok (Media Sosial) yang melatih disiplin diri di ranah digital. Peningkatan dua variabel kunci ini merupakan prasyarat penting yang berkontribusi langsung pada peningkatan adaptasi sosial holistik anak asuh panti.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penghargaan dan ucapan terima kasih disampaikan kepada Kepala Panti Asuhan An Nur Pasanehan atas izin dan dukungan penuh selama proses penelitian. Kami juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh pengasuh dan anak asuh yang telah berpartisipasi dengan terbuka.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, R. S. I. (2023). Peran Pola Asuh Panti Asuhan dalam Pembentukan Kemandirian Emosi Anak. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling*, 9(1), 45–58.
- Bernard, M. E. , & W. A. (2020). *The Therapeutic Power of Guidance and Counseling*. Routledge.
- Brody, G. H. (2018). *Development in the context of poverty and adversity*. Cambridge University Press.
- Duckworth, A. L. , A. Q. R. G. R. H. H. D. R. K. & M. D. M. (2025). Prediktor kognitif dan nonkognitif terhadap keberhasilan. *Prosiding National Academy of Sciences* , 116(47), 23499–23504.

- Hardjono, A. (2020). *Dampak Keterikatan Emosional Terhadap Adaptasi Sosial Remaja Panti Asuhan*. 12(3), 201–215.
- Indriani, S. (n.d.). *Peran Konselor Panti Asuhan Sebagai Agen Perubahan Perilaku*. PT. Remaja Rosdakarya.
- Iswahyudi, N. (2023). Pengaruh Pola Asuh Institusional Terhadap Pembentukan Karakter Disiplin. *Jurnal Kesejahteraan Sosial Anak*, 7(4), 210–225.
- Kadir, Y. (2024). *Penanaman Nilai Kedisiplinan Melalui Pendekatan Kognitif Perilaku*. Pustaka Cendekia.
- Lestari, D. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif dalam Bimbingan dan Konseling*.
- Puspitasari, A. (2024). Model Layanan Bimbingan dan Konseling Komprehensif di Panti Asuhan. *Jurnal Konseling Pendidikan*, 5(1), 1–15.
- Rakhmat, A. (2022). Pelatihan Bimbingan Sosial untuk Pengasuh Panti Asuhan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(3), 300–312.
- Rubin, K. H. , & C. R. J. (2019). *Social development in childhood and adolescence: A contextual perspective*. Guilford Press.
- Setiawati, N. , & Y. R. (2024). Hubungan Antara Self-Confidence dan Keterlibatan Sosial pada Remaja. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, 12(1), 35–48.
- Setyawan, B. (2023). Studi Fenomenologi Hambatan Interaksi Sosial pada Remaja Panti Asuhan. *Jurnal Psikologi Klinis Indonesia*, 18(1), 30–45.
- Soejono, R. (2021). *Teori-Teori Adaptasi Sosial dan Aplikasinya*. Pustaka Pelajar.
- Suryani, T. (2023). Pengaruh Konseling Individu terhadap Regulasi Emosi

- Anak Korban Trauma. *Jurnal Konseling Humanistik*, 4(1), 70–85.
- Wibowo, S. (2021). Efektivitas Layanan Informasi dalam Meningkatkan Pengetahuan Sosial Anak. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 3(2), 200–210.
- Wulandari, E. , & H. A. (2022). Latar Belakang Keluarga dan Dampaknya Terhadap Perilaku Anak di Panti Asuhan. *Jurnal Sosiologi Keluarga*, 7(1), 5–20.
- Zambrano-Vazquez, L. (2025). *Interaksi antara kondisi dan sifat khawatir terhadap pemantauan respons pada mereka yang memiliki gejala khawatir dan obsesif-kompulsif*.
- Zuhri, S. (2020). Penggunaan Media Interaktif dalam Bimbingan Klasikal untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. *Jurnal Inovasi Pendidikan* , 7(3), 45–55.
- Zulfiah, S. (2022). Penerapan Media Visual PowerPoint dalam Layanan Informasi untuk Mengurangi Kecemasan Akademik Siswa. *Jurnal Riset Psikologi*, 8(2), 150–165.