

**PENERAPAN TERAPI KELOMPOK TERAPEUTIK KOMBINASI PROJECT  
BASED LEARNING UNTUK MENINGKATKAN INISIATIF  
DAN KREATIVITAS REMAJA**

**Keksi Girindra Swasti, Wahyudi Mulyaningrat, Hasby Pri Choiruna,  
Reza Fajar Amalia**

Universitas Jenderal Soedirman Purwokerto

E-mail: keksi.swasti@unsoed.ac.id

**Abstrak**

*Kondisi pandemi Covid-19 memberikan dampak yang sangat luas pada berbagai aspek kehidupan, termasuk pendidikan. Metode pembelajaran berubah dari sistem pembelajaran luring menjadi daring. Perubahan ini memberikan dampak yang cukup serius pada peserta didik, dimana siswa menjadi lebih pasif, kurang termotivasi untuk melakukan interaksi sosial, dan mengalami ketergantungan terhadap gadget. Kondisi tersebut berdampak terhadap perkembangan siswa yang merupakan generasi penerus bangsa. Pengabdian ini ditujukan pada kelompok remaja awal untuk menstimulasi perkembangan remaja, menumbuhkan inisiatif, kreativitas, serta menciptakan iklim interaksi yang positif. Metode yang diterapkan pada pengabdian ini adalah memberikan pendidikan kesehatan dilanjutkan dengan kegiatan Terapi Kelompok Terapeutik yang dikombinasi dengan Project Based Learning (TKT + PjBL). Pengabdian dilakukan selama dua bulan, diawali dengan identifikasi peserta bersama guru BK. Hasil koordinasi disepakati sasaran kegiatan adalah siswa kelas 8 sejumlah 48 yang mewakili kelas A sampai F. Pendidikan kesehatan berupa penyampaian materi tentang tumbuh kembang remaja, permasalahan remaja, dan tips menjadi remaja sukses. Sedangkan kegiatan TKT + PjBL dilakukan dalam 6 sesi: 1) brain storming, mengidentifikasi permasalahan remaja; 2) mendiskusikan solusi terhadap permasalahan dan merancang karya inovatif; 3) pelatihan pembuatan media edukasi; 4) membuat produk karya berupa media edukasi; 5) sosialisasi hasil karya inovatif; 6) presentasi. Seluruh kegiatan dilakukan secara offline dengan pendampingan fasilitator. Pada akhir kegiatan dihasilkan 6 karya inovatif berupa poster dan video edukasi. Kesimpulan dari pengabdian masyarakat ini adalah terapi kelompok terapeutik kombinasi project based learning efektif meningkatkan inisiatif, kreativitas, dan iklim interaksi yang positif pada remaja.*

*Kata Kunci: Project based learning, remaja, terapi kelompok terapeutik*

**Abstract**

*The covid-19 pandemic has had a very broad impact on various aspects of life, including education. The learning method changed from an offline learning system to an online one. This change has a serious impact on students, where students become more passive, less motivated to engage in social interactions, and experience dependence on gadgets. This condition has an impact on the development of students who are the next generation of the nation. This devotion is aimed at early adolescent groups to stimulate adolescent development, foster initiative, creativity, and create a positive interaction climate. The method applied to this service is to provide health education followed by Therapeutic Group Therapy activities combined with Project Based Learning (TKT + PjBL). The service was carried out over a two-month period, starting with the identification of participants with BK teachers. Coordination result agreed that the target of the activity was 8th grade students, a total of 48 who represented classes A to F. Health education in the form of delivering material on adolescent growth and development, adolescent problems, and tips on becoming a successful teenager. Meanwhile, TKT + PjBL activities are carried out in 6 sessions: 1) brain storming, identifying adolescent problems; 2) discussing solutions to problems and designing innovative works; 3) training on making educational media; 4) create work products in the form of educational media; 5) socialization of innovative works; 6) presentation. All activities are carried out offline with the assistance of facilitators. At the end of the activity, 6 innovative works were produced in the form of posters and educational videos. The conclusion of this community service is that project-based learning combination therapeutic group therapy effectively enhances initiative, creativity, and a positive interaction climate in adolescents.*

*Keywords: Project based learning, adolescent, therapeutic group therapy*

## PENDAHULUAN

Kondisi pandemi Covid-19 memberikan dampak yang sangat luas pada berbagai aspek kehidupan, termasuk pendidikan. Pemerintah Indonesia menerapkan kebijakan pembatasan sosial berskala besar yang diikuti oleh perubahan sistem pendidikan. Proses pembelajaran yang biasanya dilakukan secara tatap muka (luring) di sekolah menjadi pembelajaran daring. Proses pembelajaran dilakukan dengan menggunakan jaringan internet melalui media gadget. Siswa menerima materi pembelajaran dan mengerjakan tugas pembelajaran melalui berbagai aplikasi internet seperti *WhatsApp*, *google meet*, *google class room*, atau *youtube*. Metode pembelajaran daring dilakukan untuk menghindari penyebaran Covid-19 dengan tidak melakukan interaksi langsung antar siswa maupun antara guru dan peserta didik. Pembelajaran secara daring telah berlangsung selama 3 semester (1,5 tahun).

Kondisi ini berangsur membaik, kegiatan pembelajaran tatap muka di sekolah mulai dilakukan secara bertahap. Namun, permasalahan yang dirasakan saat ini adalah adanya perubahan sikap dan respon siswa, khususnya siswa kelas 8. Siswa kelas 8 mengawali pendidikan di Sekolah Menengah Pertama pada masa pandemi, dimana mereka belum pernah mengalami belajar di sekolah dan bertemu langsung dengan teman maupun guru. Berbeda dengan siswa kelas 9 yang sudah melewati pembelajaran tatap muka selama satu tahun sebelum datang masa pandemi. Sedangkan siswa kelas 7, baru saja memasuki tahun ajaran baru. Sebagai siswa baru, keberadaan mereka di SMP adalah sebagai siswa yang masih berada pada masa orientasi. Kondisi ini menjadi pemicu munculnya respon yang lebih kuat pada siswa kelas 8.

Hasil wawancara dengan tiga orang guru diperoleh informasi bahwa pada pekan awal pembelajaran tatap muka siswa kelas 8 menunjukkan respon yang berbeda dari siswa kelas 7 dan 9. Saat guru memasuki kelas, siswa dalam kondisi duduk diam di kursinya, tidak saling berinteraksi antarsiswa. Saat guru mengucapkan salam, hampir tidak ada siswa yang menjawab salam, sehingga guru mengulangi salam 2 sampai 3 kali. Siswa pun tidak berinisiatif untuk mengeluarkan buku pelajaran saat pelajaran dimulai dan baru mengeluarkan buku saat diperintah oleh guru. Siswa juga cenderung pasif saat tidak memahami pembelajaran. Guru pun mengeluhkan sikap siswa yang cenderung abai dengan tugas yang diberikan, walaupun sudah diingatkan.

Permasalahan ini tidak dapat diabaikan begitu saja, mengingat siswa SMP berada pada masa perkembangan remaja. Remaja adalah masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Pada periode ini terjadi perubahan yang pesat dan kompleks. Remaja mengalami perubahan pada aspek biologis, kognitif, bahasa, emosi, kepribadian, moral, spiritual, sosial, bakat, dan kreativitas. Pencapaian aspek-aspek perkembangan tersebut memberi pengaruh terhadap pembentukan identitas diri remaja. Identitas diri menjadi pondasi bagi tahap perkembangan selanjutnya (Erikson, 1968). Kegagalan mencapai identitas diri dapat membuat remaja mengalami krisis identitas berkepanjangan (Erikson, 1968). Oleh karena itu, perlu upaya untuk membantu remaja mencapai kemampuan pada setiap aspek perkembangan tersebut.

Melihat kondisi tersebut, kami dari institusi pendidikan tinggi merasa tergerak untuk dapat menjalin kerjasama dengan pihak sekolah guna meningkatkan inisiatif, kreativitas, dan iklim hubungan yang positif pada remaja melalui kegiatan terapi kelompok terapeutik

yang dikombinasi dengan *project based learning*. Terapi Kelompok Terapeutik (TKT) dapat diberikan pada remaja untuk meningkatkan keterampilan dan kemampuan aspek-aspek perkembangannya. Remaja belajar cara yang efektif untuk meningkatkan dan mencegah krisis perkembangan dan stres (Townsend, 2014). Terapi kelompok terapeutik juga dapat membantu remaja memenuhi kebutuhan secara positif dan mencapai identitas dirinya (Stuart, 2016). Sedangkan *Project Based Learning* merupakan metode pembelajaran yang memberikan kesempatan peserta didik untuk mengeksplorasi diri, melakukan penilaian, membuat interpretasi dan sintesis untuk menghasilkan karya baru. Kegiatan ini diharapkan dapat menstimulasi perkembangan remaja, menumbuhkan inisiatif, kreativitas, serta menciptakan iklim interaksi yang positif.

## METODE

### a. Tahap Persiapan

Sebelum melaksanakan kegiatan, beberapa persiapan dilakukan. Persiapan meliputi diskusi menetapkan tujuan yang ingin dicapai, bentuk kegiatan dan target peserta. Diskusi menyepakati bentuk kegiatan adalah pendidikan kesehatan, dan terapi kelompok terapeutik yang dikombinasi dengan *project based learning*.

### b. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan dilakukan dalam tiga tahap. Tahap pertama adalah identifikasi peserta kegiatan yang dilakukan oleh Tim PKM dan Guru BK. Kegiatan identifikasi dilakukan pada tanggal 28 Juli 2022 dan diperoleh peserta sejumlah 48 orang yang mewakili siswa kelas 8A, 8B, 8C, 8D, 8E, dan 8F. Tahap kedua adalah pelaksanaan pendidikan kesehatan. Pertemuan dilakukan secara luring pada tanggal 12 Agustus 2022. Pertemuan dihadiri oleh seluruh pengabdian berjumlah 5 orang, ibu kepala sekolah, guru, dan siswa. Jumlah kehadiran dari guru dan siswa sebanyak 55 orang. Acara dibagi menjadi 2 sesi berisikan pemberian materi diikuti dengan sesi tanya jawab. Materi yang disampaikan pada pendidikan kesehatan yaitu: tumbuh kembang remaja, permasalahan remaja, dan tips menjadi remaja sukses. Tahap ketiga adalah kegiatan terapi kelompok terapeutik yang dikombinasi dengan *project based learning*. Peserta dibagi dalam 6 kelompok, setiap kelompok terdiri dari 8 anggota dan didampingi oleh seorang fasilitator. Kegiatan dilakukan dalam 6 sesi dengan waktu kegiatan per sesi 60 – 90 menit. Sesi pertama dilakukan pada tanggal 21 September 2022. Pada sesi ini kelompok melakukan *brainstorming* membahas permasalahan remaja yang ada di lingkungan sekitarnya. Sesi kedua dilakukan pada tanggal 22 September 2022, kelompok melanjutkan diskusi untuk membahas *problem solving* dari masalah yang sudah disepakati pada diskusi sebelumnya, serta merancang karya inovatif sebagai strategi penyelesaian masalah. Sesi ketiga dilaksanakan pada tanggal 27 September 2022. Kegiatan sesi ini adalah pelatihan membuat media edukasi menggunakan aplikasi. Pelatihan dilakukan secara berkelompok oleh masing-masing fasilitator. Kegiatan dilakukan di laboratorium komputer. Sesi keempat dilakukan tanggal 28 - 30 September 2022. Pada sesi ini peserta membuat media edukasi dengan pendampingan minimal dari fasilitator. Sesi kelima dilakukan tanggal 5 Oktober 2022, kelompok berlatih presentasi dengan pengarahan dari fasilitator. Sesi keenam adalah sosialisasi hasil karya inovatif yang dilakukan di aula sekolah. Setiap kelompok melakukan presentasi dihadapan teman-teman angkatannya menggunakan media edukasi yang dihasilkan dari kegiatan TKT + PjBL. Guna meningkatkan motivasi peserta, kegiatan TKT + PjBL ini dilakukan dalam bentuk kompetisi. Penilaian dilakukan selama proses kegiatan dari sesi 1-6.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Terapi kelompok terapeutik merupakan terapi kelompok yang memfasilitasi anggotanya untuk berbagi pengalaman, saling membantu, dan menyelesaikan dengan cara yang efektif dan adaptif (Stuart, 2016). Terapi kelompok terapeutik bertujuan membantu anggotanya merubah perilaku maladaptif menjadi adaptif serta membentuk identitas diri (Stuart, 2016). Kegiatan terapi kelompok terapeutik kombinasi *project based learning* ini dilakukan dalam kelompok kecil yang

terdiri dari 8 anggota. Kelompok yang hanya terdiri dari 8 anggota, membuat seluruh anggota berpartisipasi aktif dalam kegiatan. Jumlah anggota kelompok harus cukup untuk memberikan kesempatan setiap anggota menyampaikan dan mendengarkan pendapat. Jumlah yang terlalu besar akan mengurangi kesempatan anggota kelompok berargumentasi dan menganalisis informasi. Sedangkan jumlah yang terlalu kecil akan mengurangi kedalaman pembahasan (Stuart, 2016). Proses yang dilakukan pada kegiatan ini menstimulus perkembangan kognitif remaja. Menurut Waterman (1992) pencapaian perkembangan kognitif berperan penting dalam pembentukan identitas diri remaja.

Aktivitas kelompok juga menstimulus perkembangan sosial remaja. Hal ini sesuai pendapat Winwood, (2009) yang menyatakan melalui terapi kelompok remaja belajar membangun suatu hubungan yang sehat, yang akhirnya mendorong kearah kesadaran akan masa depan. Intervensi kelompok sangat berhasil dilakukan pada remaja karena remaja lebih siap menerima pendapat dari teman sebaya daripada dari orang dewasa (Schmied & Tully, 2009). Kelompok bermanfaat membantu interaksi antar teman sebaya yang menekankan pada pentingnya hubungan. Selain itu, norma kelompok dapat memberikan pengaruh yang sangat kuat terhadap sosialisasi, dimana anggota dapat mengalami bekerjasama dengan orang lain dan berlatih untuk mendengarkan.



**Gambar 1. Aktivitas terapi aktivitas kelompok kombinasi *project based learning* sesi 1. Siswa melakukan brain storming mengidentifikasi permasalahan remaja.**

Pembuatan media edukasi juga menstimulasi remaja mengembangkan bakat seninya berupa seni menulis, mendesain poster, dan membuat video edukasi menggunakan aplikasi di internet. Melalui bakat memungkinkan seseorang mencapai prestasi tertentu. Bakat dapat membentuk identitas diri yang unik yang mungkin tidak dimiliki oleh orang lain. Bakat tersebut dapat mempengaruhi pilihan karir, perkembangan karir, dan tipe pekerjaan (Mahoney, 2001). Jika bakat adalah potensi yang dimiliki individu sebagai penggabungan antara faktor bawaan dan faktor lingkungan. Kreativitas adalah kemampuan individu untuk menghasilkan sesuatu yang baru yang belum pernah dilakukan sebelumnya. Pembuatan media edukasi berupa poster dan video merupakan hal yang baru pertama kali dilakukan oleh remaja di SMP Negeri 2 Karanglewas. Pengalaman ini menjadi kesempatan bagi remaja untuk mengeksplorasi segala kelebihan dan kekurangan diri untuk menemukan identitas dirinya. Kreativitas yang terbangun pada diri remaja juga akan menjadikan remaja pribadi yang mandiri, semangat, dan menyukai tantangan (Rosmawati, 2018). Produk yang dihasilkan dari kreativitas tersebut akan dapat meningkatkan kepercayaan diri remaja.



Gambar 2. Siswa dibimbing oleh fasilitator membuat media edukasi menggunakan aplikasi canva.

Pembuatan media edukasi mengharuskan anggota kelompok mencari referensi untuk materi pembuatan media edukasi. Bahan bacaan tersebut kemudian dipelajari dan dibuat resume untuk kemudian disajikan dalam bentuk tulisan yang berbeda yaitu poster dan video. Dalam membuat poster individu harus mampu menyampaikan pesan dengan bahasa yang ringkas namun mudah dipahami oleh pembaca.



Gambar 3. Poster hasil karya inovatif kelompok yang digunakan sebagai media edukasi di sekolah.

Proses diskusi yang berlangsung selama kegiatan TKT melatih kemampuan remaja untuk berkomunikasi dengan kelompok sebaya. Metode pembelajaran PjBL melengkapi kemampuan remaja dalam berbahasa secara lisan. Kemampuan tersebut dilatih melalui kegiatan mempresentasikan media edukasi.



**Gambar 5.** Kegiatan presentasi kelompok menggunakan hasil karya inovatif.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Anugerah, E. G., Wahyuni, N. I., & Mas' ud, I. (2017). Penerapan Target Costing dalam Pengelolaan Biaya Produksi untuk Optimalisasi Laba. *E-Journal Ekonomi Bisnis dan Akuntansi*, Vol. 4, No. 1, pp. 19-23. <https://doi.org/10.19184/ejeba.v4i1.4554>
- Arifin, N.I., Karamoy, H., & Kalalo, M. (2016). Analisis target costing dalam upaya pengurangan biaya produksi untuk peningkatan laba kotor pada Mandala Bakery, *Jurnal Berkala Ilmiah Efisiensi*, Vol. 16, No. 03, pp. 635-646.
- Atkinson, A.A., Bauker, R.D., Kaplan, R.S., Young, S.M. (1997). *Management Accounting*. United States of America: Apprenctice-Hall.
- Bereketli, I. & Genevois, M. (2013). An integrated QFDE approach for identifying improvement strategies in sustainable product development, *Journal of Cleaner Production*, Vol. 54, September 1, pp. 188-198.
- Brooks, G., Heffner, A., & Henderson, D. (2014). A SWOT Analysis Of Competitive Knowledge From Social Media For A Small Start-Up Business. *Review of Business Information Systems (RBIS)*, 18(1), 23-34. <https://doi.org/10.19030/rbis.v18i1.8540>
- Bhimani, A., & Bromwich, M. (2003). *Management Accounting in the Digital Economy*, New York: Oxford University Press.
- Dekker, H., & Smidt, P. (2003). A survey of the adoption and use of target costing in Dutch firms, *International Journal of Production Economics*, 84, pp. 293–305.
- Gagne, M. L., & Discenza, R. (1995). Target Costing, *Journal of Business & Industrial Marketing*, Vol. 10, No. 1, 1995, pp. 16-22.
- Hansen, D. R., & M. M. Mowen (2007). *Managerial Accounting*. 8<sup>th</sup> edition. United States of America: Thomson Higher Education.
- Hergeth, H. (2002). Target Costing In The Textile Complex, *Journal of Textile and Apparel, Technology and Management*, Vol.2, Issue:4, Fall 2002, pp. 1-10.
- Horngren, C. T., S. M. Datar, dan M. Rajan. (2015). *Cost Accounting: A Managerial Emphasis*. 15<sup>th</sup> edition. London: Pearson Education, Inc.
- Hosseinpour, A. & Peng, Q. (2015). A Benchmark-based method for sustainable product design, *Benchmarking: an International Journal*, Vol. 22. Issue: 4, pp. 643-664.
- Innes, J., (2009). *Handbook of Management Accounting*, London: Elsevier CIMA Publishing.
- Keast, D.R.; Fulgoni, V.L.; Nicklas, T.A.; O'Neil, C.E. (2013). Food Sources of Energy and Nutrients among Children in the United States: National Health and Nutrition Examination Survey 2003–2006. *Nutrients* 5, 283-301.
- Little, B. (2016). Benchmark report reveals trends in corporate learning and development, *Industrial and Commercial Training*, Vol. 48, No. 5, pp. 225-230.
- Morgan, M. J. 1993). A case study in target costing: Accounting for Strategy, *Management Accounting*, Vol.5, Issue 5, May 1993, pp. 20-24.
- Prakoso, A., & O. A. Wardhaningrum. (2019). Perancangan Kalkulasi Biaya Produksi di Usaha Cipta Mandiri, *Jurnal Inovasi Sosial & Pengabdian kepada Masyarakat*, Vol. 2, No. 1, April 2019, pp. 47-61. [https://doi.org/10.22236/syukur\\_vol2/is1pp47-61](https://doi.org/10.22236/syukur_vol2/is1pp47-61)
- Remery, M., Mascle, C. and Agard, B. (2012). A new method for evaluating the best product end-of-life strategy during the early design phase, *Journal of Engineering Design*, Vol. 23, No. 6, pp. 419-441.

Siregar, B., *et al.* (2013). *Akuntansi Biaya*. Edisi Kedua. Jakarta: Salemba Empat.

Supriyadi, H. (2013). *Penerapan Target costing dalam Upaya Pengurangan Biaya Produksi untuk Peningkatan Laba Perusahaan*. Jakarta: Universitas Islam Negeri Hidayatullah.