

“Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang:
Promosi Layanan Konseling Berbasis Kabar Gembira dalam Era Pluralisme”

Memaknai Kehidupan Melalui Konseling Memaknai Eksistensialisme berbasis Nilai Budaya *Nrimo Ing Pandum* untuk Meningkatkan *Self Esteem* Siswa Remaja Berstatus Sosial Ekonomi Bawah

Achmad Miftachul ‘Ilmi

Universitas Negeri Malang
e-mail: miftachulilmi199931@gmail.com

Abstrak: Berbagai fakta dan literatur menunjukkan bahwa status sosial ekonomi turut menyumbang terjadinya problematika remaja, salah satunya rendahnya *self-esteem*. Padahal masyarakat Indonesia zaman dahulu dikenal dengan sifat penerimaan, kesabaran, dan kebersyukuranya. Salah satu falsafah yang dijadikan acuan hidup tersebut adalah *nrimo ing pandum*. Selain itu, pendekatan konseling eksistensial juga memiliki peranan penting dalam memaknai sebuah kehidupan. Tujuan penelitian ini yaitu (1) mendeskripsikan konsep konseling kelompok dengan pendekatan eksistensialisme; (2) mendeskripsikan nilai-nilai budaya *nrimo ing pandum*; (3) ditemukan problematika siswa remaja dari status sosial ekonomi bawah; (4) mengkonstruksi konseling kelompok eksistensialisme berbasis nilai budaya *nrimo* untuk meningkatkan *self-esteem* siswa berstatus sosial ekonomi bawah. Penulisan artikel ini menggunakan *literature review* dengan mengkaji 16 artikel yang sesuai. Analisis artikel tersebut menemukan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan eksistensial berbasis nilai budaya *nrimo ing pandum* diprediksi mampu untuk memaknai kehidupan siswa remaja berstatus sosial ekonomi bawah yang berpengaruh pada peningkatan *self-esteem*. Konstruksi konseling ini dapat dilakukan dengan empat sesi, dimana jumlah setiap pertemuan tentunya disesuaikan dengan kebutuhan anggota kelompok. Adanya *literature review* ini dapat dijadikan oleh konselor ataupun peneliti lain dalam menambah wawasan terkait konsep konseling kelompok eksistensial berbasis nilai budaya *nrimo* dalam meningkatkan *self-esteem* siswa remaja berstatus sosial ekonomi bawah.

Kata Kunci: Konseling Kelompok Eksistensial, Nilai Budaya *Nrimo*, Pemaknaan Hidup, *Self-Esteem*, Sosial Ekonomi Bawah.

Era revolusi industri 4.0 memberikan pengaruh yang sangat luar biasa khususnya dalam bidang pendidikan, dimana teknologi berkembang pesat mewarnai setiap kehidupan (Nastiti & Abdu, 2020). Pesatnya pengembangan teknologi mengakibatkan tidak terbandungnya arus globalisasi di Indonesia (Mastra dkk., 2021; Nasution, 2017). Hal tersebut diperparah dengan adanya pandemi Covid-19 dengan segala kebijakan yang dibuat oleh pemerintah (Maria & Novianti, 2020). Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) mengungkapkan bahwa ekonomi dan pendidikan menjadi salah satu sektor yang begitu terdampak oleh Covid-19. Menurut Dewi & Sadjiarto (2021) roda perekonomian tentu saja berdampak pada pada sektor pendidikan. Banyak orang tua dari siswa di Indonesia yang mengalami penurunan perekonomian sehingga berdampak pada kekurangan pemenuhan kebutuhan siswa (Sakti, 2021)

Menurut Kurnianto & Rahmawati (2020) pemenuhan kebutuhan ketika pembelajaran daring sangat menentukan kualitas psikologis siswa. Faktanya

banyak siswa yang mengalami permasalahan psikologis seperti motivasi belajar rendah, terlambat mengumpulkan tugas, enggan bersekolah, murung, dan menarik diri dari lingkungan (Andiarna & Kusumawati, 2020; Cahyani dkk., 2020; Mutiara, 2021). Di sisi lain, tingkat sosial ekonomi orang tua juga berpengaruh terhadap prestasi belajar dan minat siswa untuk melanjutkan studi pada jenjang yang lebih tinggi (Mufida & Effendi, 2019). Padahal faktanya banyak individu dari keluarga sosial ekonomi bawah dapat menempuh pendidikan tinggi dan berhasil mencapai cita-citanya (Karnadi, 2018).

Melihat fenomena tersebut, peran bimbingan dan konseling sangat diperlukan di sekolah dalam membantu siswa mengatasi permasalahannya (Rasyid & Muhiid, 2020). Hal tersebut, sejalan dengan tujuan pendidikan nasional, yang mana konselor diarahkan untuk dapat mengembangkan dan merubah perilaku peserta didik menjadi pribadi yang unggul (Permendikbud, 2014). Menurut Putra (2018) permasalahan yang sering terjadi pada siswa remaja dengan status sosial ekonomi bawah adalah rendahnya *self-esteem*. *Self-esteem* merupakan kecenderungan seseorang dalam memandang diri yang memiliki kemampuan untuk mengatasi tantangan dalam kehidupannya (Blascovich dkk., 1991). Salah satu cara untuk individu dapat memiliki *self-esteem* yang tinggi yaitu dengan selalu memaknai segala kehidupannya dengan hal yang positif (Setyarini & Atamimi, 2011).

Layanan bimbingan dan konseling yang tepat untuk mengatasi permasalahan siswa adalah konseling (Corey, 2017). Menurut Wahyuni dkk. (2018) implementasi layanan konseling memerlukan sebuah pendekatan agar tujuan yang diinginkan konselor dan konseli dapat tercapai. Salah satu pendekatan konseling yang masih sering digunakan dan efektif dalam peningkatan kebermaknaan hidup yaitu konseling eksistensial dalam *setting* kelompok (Batubara, 2020; Dachmiati & Amalia, 2017; Sabrina, 2017). Hal tersebut dikarenakan pendekatan ini memiliki kontribusi besar dalam membangun pemahaman diri, kesadaran diri, potensi diri, kebebasan, dan tanggung jawab terhadap pilihan-pilihan hidupnya (Jansen dkk., 2016).

Masyarakat Jawa sangat menjunjung tinggi nilai-nilai budaya yang telah turun temurun digunakan dalam berperilaku di lingkungan (Maharani, 2018; Pambudi, 2016). Salah satu nilai budaya Jawa yang relevan dengan konsep konseling eksistensialisme adalah *nrimo ing pandum* (Nugroho, 2018). *Nrimo ing pandum* adalah sikap penerimaan secara penuh terhadap kejadian masa lalu, sekarang, dan akan datang. Penggunaan *nrimo ing pandum* merupakan upaya untuk mengurangi kekecewaan terhadap peristiwa yang mengecewakan (Endraswara, 2003; Prayekti, 2019). Nilai *nrimo ing pandum* bukan merupakan sikap apatis, melainkan sebuah dibutuhkan sebuah usaha keras yang kemudian hasilnya diserahkan kepada Tuhan (Pambudi, 2016).

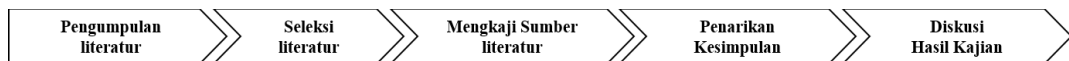
Selama ini belum ada penelitian terdahulu yang secara khusus menggunakan pendekatan konseling kelompok eksistensial berbasis nilai *nrimo ing pandum* dalam meningkatkan kebermaknaan hidup yang berpengaruh pada *self-esteem* siswa remaja berstatus sosial ekonomi bawah. Tujuan penelitian ini yaitu (1) mendeskripsikan konsep konseling kelompok dengan pendekatan

“Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang: Promosi Layanan Konseling Berbasis Kabar Gembira dalam Era Pluralisme”

eksistensialisme; (2) mendeskripsikan nilai-nilai budaya *nrimo ing pandum*; (3) ditemukan problematika siswa remaja dari status sosial ekonomi bawah; (4) mengkonstruksi konseling kelompok eksistensialisme berbasis nilai budaya *nrimo* untuk meningkatkan *self-esteem* siswa berstatus sosial ekonomi bawah. Adanya kajian literatur ini dapat digunakan sebagai dasar oleh konselor dan peneliti lain dalam menggunakan konseling eksistensial untuk meningkatkan kebermaknaan hidup dan *self-esteem* siswa dari sosial ekonomi bawah.

2. Metode

Metode penelitian yang digunakan dalam penyusunan artikel ini adalah *literature review*. Metode *literature review*, yaitu sebuah metode untuk mengidentifikasi, mengkaji, serta menafsirkan hasil temuan yang diperoleh melalui literatur-literatur terdahulu (Hsieh & Shannon, 2005). Terdapat 5 tahapan dalam pelaksanaan *literature review*, terdiri atas (1) pengumpulan literatur, dilakukan dengan berbagai *search engine* seperti Scencedirect, Springerlink, Google Scholar, WoS, DOAJ, dan Garuda. Kata kunci yang digunakan adalah “konseling eksistensial”, “problematika siswa remaja”, “budaya *nrimo ing pandum*”, “status sosial ekonomi bawah”, “*self-esteem*”; (2) seleksi literatur, diberikan batasan literatur penelitian minimal 2016 dengan bahasa Indonesia, Inggris, dan lainnya; (3) mengkaji sumber literatur; (4) penarikan hasil kajian; dan (5) diskusi hasil kajian. Tahapan penelitian tersebut secara ringkas dapat divisualisasikan dengan gambar bagan berikut.



Gambar 1. Tahapan Penelitian *Literature Review*

Dari proses *literature review* akan dihasilkan kajian data sekunder. Hasil dari *literature review* yang sudah dilakukan seleksi literatur kemudian dikombinasikan dan dikaji lebih lanjut untuk memperoleh konstruksi konsep konseling eksistensial dengan *setting* kelompok dalam memaknai hidup yang muaranya pada peningkatan *self-esteem* siswa dengan status sosial ekonomi bawah.

3. Hasil

Berdasarkan hasil penelusuran literatur didapatkan artikel awal sebanyak 40, selanjutnya dilakukan seleksi literatur didapatkan 16 artikel yang dapat dikaji sebagai konsep awal antara konseling kelompok eksistensialisme, nilai *nrimo ing pandum*, dan *self-esteem*. Adapun literatur yang didapatkan dan dikaji sebagai berikut.

Tabel 1. Rancangan Setiap Sesi Konseling Eksistensial *Setting* Kelompok

No	Penulis	Tahun	Judul	Sumber
1	Sakti, S. A.	2021	Persepsi Orang Tua Siswa Terhadap Pembelajaran Daring pada Masa Pandemi Covid 19 di Yogyakarta	Jurnal Obsesi: Jurnal

“Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang:
Promosi Layanan Konseling Berbasis Kabar Gembira dalam Era Pluralisme”

No	Penulis	Tahun	Judul	Sumber
				Pendidikan Anak Usia Dini
2	Nuraini, F., dkk.	2021	How Does a Father Construe Nrimo Ing Pandum Makaryo Kan Nyoto Philosophy In Early-Childhood? An Interpretative Phenomenological Analysis.	URNAL INDRIA (Jurnal Ilmiah Pendidikan Prasekolah dan Sekolah Awal)
3	Mutiara, D. N. E	2021	Ampak Covid-19 (Coronavirus Disease 2019) terhadap Proses Pembelajaran dan Psikologis Bagi Siswa.	Scholaria: Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan
4	Yulianti, A.	2020	Konseling Kelompok dengan Pendekatan Eksistensial untuk Meningkatkan Kebermaknaan Hidup Orang dengan HIV-AIDS (ODHA)	AL-IRSYAD
5	Batubara, J.	2020	Model Konseling Eksistensial untuk Meningkatkan Kebermaknaan Hidup	Universitas Pendidikan Indonesia
6	Prayekti, P.	2019	Konseptualisme dan Validasi Instrumen Narimo Ing Pandum (Studi Pada SMK Jetis Perguruan Tamansiswa Yogyakarta)	JBTI: Jurnal Bisnis: Teori dan Implementasi
7	Hasna, A	2019	Konseling Kelompok dengan Pendekatan Eksistensial Humanistik untuk Melatih Penyesuaian Diri Melalui Randai dari Minangkabau	Jurnal Ilmiah POLYGLOT
8	Wathaniyah, N.	2018	Konseling Eksistensial Humanistik Berbasis Nilai Filosofis Budaya Lombok untuk Meningkatkan <i>Self-Esteem</i> Remaja	Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling
9	Maharani, R	2018	Penerapan Falsafah Narimo Ing Pandum dalam Pendekatan Person-Centered untuk Mengatasi Depresi Remaja.	Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling
10	Nugroho, I. S.	2018	Pendekatan Eksistensial-Humanistik Berbasis Nilai Budaya Jawa “Narimo Ing Pandhum” untuk Mereduksi Kecemasan Remaja di Era Disrupsi	rosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling

“Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang: Promosi Layanan Konseling Berbasis Kabar Gembira dalam Era Pluralisme”

No	Penulis	Tahun	Judul	Sumber
11	Chotimah, dkk.	2017	Pengaruh Status Sosial Ekonomi Orang Tua terhadap Prestasi Belajar Siswa (Studi Kasus Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Jember Tahun Ajaran 2016/2017).	Jurnal Pendidikan Ekonomi: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan, Ilmu Ekonomi dan Ilmu Sosial
12	Nasution, R. D	2017	Pengaruh Perkembangan Teknologi Informasi Komunikasi terhadap Eksistensi Budaya Lokal.	urnal Penelitian Komunikasi dan Opini Publik
13	Sabrina, R	2017	Konseling Eksistensial untuk Meningkatkan Kebermaknaan Hidup pada Penderita Skizofrenia: Studi Kasus.	Seminar ASEAN (2nd Psychology & Humanistic)
14	Jansen, dkk.	2016	The Impact of Existential Vulnerability for Nursing Home Doctors In End-Of-Life Care: A Focus Group Study	Patient Education and Counseling
15	Pambudi, A. N.	2016	Hubungan Nilai Budaya Jawa Rukun dan Nrimo dengan Subjective <i>Well-Being</i> Suku Jawa.	University of Muhammadiyah Malang
16	Kusniawati, M	2016	Pengaruh Status Sosial Ekonomi Orang Tua dan Literasi Ekonomi terhadap Perilaku Konsumsi Siswa Kelas X IPS di SMA Negeri 2 Tuban	urnal Pendidikan Ekonomi (JUPE)

4. Pembahasan

Konseling Kelompok dengan Pendekatan Eksistensialisme

Menurut Corey (2017) konseling eksistensial berfokus pada kondisi manusia yang mencakup kesanggupan untuk menyadari diri, bebas memilih untuk menentukan nasib sendiri, kebebasan dan tanggung jawab, kecemasan sebagai suatu unsur dasar, pencarian makna yang unik di dalam dunia yang tak bermakna, berada sendiri dan berada dalam hubungan dengan orang lain, dan kecenderungan mengaktualkan diri. Konseling kelompok eksistensial memfokuskan pada tanggung jawab anggota kelompok. Anggota kelompok bertanggungjawab atas cara mereka berperilaku, yang mana memberikan cerminan bertindak di dunia (Sharf, 2012). Dalam sebuah kelompok, para anggota kelompok dapat saling membantu dalam pemecahan masalah dengan melihat pola-pola yang dimunculkan dalam proses konseling. Anggota

“Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang:
Promosi Layanan Konseling Berbasis Kabar Gembira dalam Era Pluralisme”

kelompok dapat melihat diri mereka sendiri melalui pendapat orang lain (Yulianti, 2020).

Menurut Corey (2017) terdapat enam dimensi positif dalam diri manusia yang dapat membantu dalam aktualisasi diri yaitu (1) kapasitas akan kesadaran diri; (2) kebebasan serta tanggung jawab; (3) menciptakan identitas dirinya dan menciptakan hubungan yang bermakna dengan orang lain; (4) usaha pencarian makna; (5) kecemasan sebagai suatu kondisi hidup; (6) kesadaran akan kematian dan ketiadaan. Dalam pandangan eksistensial menganggap bahwa apabila seseorang mampu menjalankan keenam fungsi dimensi dengan benar maka orang itu dikatakan memiliki pribadi yang sehat. Beberapa ciri-ciri seseorang memiliki pribadi sehat yaitu seperti berpikir positif, dapat dipercaya, kreatif, dan mampu memahami diri sendiri (Hasna, 2019; Wathaniyah, 2018). Sedangkan konsep pribadi tidak sehat adalah individu yang memiliki sifat-sifat negatif seperti tidak mampu memahami diri sendiri, tidak produktif, tidak dapat dipercaya, dan tidak dapat mengontrol diri (Anwar, 2011).

Konseling eksistensial tidak memiliki teknik khusus dalam pelaksanaannya. Menurut Corey (2017) konseling eksistensial menekankan pada pembinaan hubungan antara pemimpin dan anggota kelompok. Dalam hal ini pemimpin kelompok hendaknya memiliki sikap empati, respek, memberikan dukungan, dorongan, keterbukaan, dan kepedulian yang tulus. Adapun langkah-langkah pelaksanaan konseling kelompok dengan pendekatan eksistensial.

Tabel 2. Tahap-Tahap Konseling Eksistensial dalam *Setting* Kelompok

No	Tahap	Tujuan	Alternatif Kegiatan
1	Tahap pembentukan	Menumbuhkan suasa hangat dan menumbuhkan minat anggota kelompok dalam berpartisipasi	<ul style="list-style-type: none"> • Mengucapkan salam. • Berdoa. • Ketua kelompok menyampaikan waktu kegiatan yang akan berlangsung. • Saling memperkenalkan diri.
2	Tahap Orientasi dan Eksplorasi	Mendapatkan pemahaman terkait kegiatan konseling kelompok yang akan dilakukan.	<ul style="list-style-type: none"> • Pemimpin kelompok menyampaikan tujuan konseling kelompok • Pemimpin kelompok menjelaskan cara-cara dan asas-asas kegiatan konseling kelompok • Setiap anggota kelompok diberi kesempatan untuk menyampaikan harapan dan tujuannya dalam mengikuti kegiatan konseling kelompok.
3	Tahap Transisi	Terbebaskannya anggota dari perasaan ragu, makin	<ul style="list-style-type: none"> • Pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya.

“Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang:
Promosi Layanan Konseling Berbasis Kabar Gembira dalam Era Pluralisme”

No	Tahap	Tujuan	Alternatif Kegiatan
		mantapnya kebersamaan kelompok.	<ul style="list-style-type: none"> • Menawarkan sambil mengamati kesiapan anggota sudah siap pada tahap selanjutnya • Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota.
4	Tahap Kerja	Terselesaikannya masalah anggota kelompok	<ul style="list-style-type: none"> • Mempersilahkan anggota kelompok untuk mengemukakan masalah pribadi masing-masing secara bergantian • Memilih/menetapkan masalah yang akan dibahas terlebih dahulu • Berdiskusi untuk memecahkan permasalahan secara berkelompok
5	Tahap Akhir	Melakukan evaluasi terkait pelaksanaan konseling kelompok	<ul style="list-style-type: none"> • Pemimpin kelompok dan anggota mengemukakan kesan dan hasil hasil kegiatan. • Mengemukakan pesan dan harapan. • Membahas kegiatan lanjutan. • Pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan telah diakhiri/selesai.

Sumber: Corey (2017)

Menurut Devi (2015) terdapat kelebihan dan kekurangan konseling kelompok eksistensial yaitu (1) dapat digunakan bagi anggota kelompok yang mengalami kekurangan dalam perkembangan dan kepercayaan diri; (b) adanya kebebasan anggota kelompok untuk mengambil keputusan sendiri atas pertimbangan kelompok; (c) Bersifat pembentukan kepribadian, hati nurani, sikap, analisis terhadap fenomena sosial; (d) pendekatan terapi eksistensial lebih cocok digunakan pada perkembangan anggota kelompok seperti masalah kegagalan, pengucilan, ketakutan akan kematian. Sedangkan kelemahan dalam konseling eksistensial adalah (a) dalam pelaksanaannya tidak memiliki teknik yang tegas; (b) membutuhkan waktu yang lama karena berfokus kepada anggota kelompok; (c) terlalu percaya pada kemampuan anggota kelompok dalam mengatasi masalahnya.

Nilai-Nilai dari Budaya *Nrimo Ing Pandum*

Nrimo Ing Pandum memiliki arti filosofis menerima dan tidak mengeluhkan segala kekurangan yang dimiliki. Tiga aspek psikologis yang membentuk filosofi *nrimo ing pandum* adalah kebersyukuran, kesabaran, dan penerimaan (Maharani, 2018). Syukur merupakan bentuk emosi positif atas limpahan karunia dari Tuhan yang mempengaruhi kebiasaan seseorang dalam bertindak di lingkungannya (Nugroho, 2018). Sabar merupakan sandaran nilai yang digunakan individu dalam menghadapi sebuah permasalahan ketika marah (Prayekti, 2019). Sedangkan *nrimo* adalah keyakinan bahwa manusia hanya sekedar menjalani hidup dan Tuhan yang

“Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang: Promosi Layanan Konseling Berbasis Kabar Gembira dalam Era Pluralisme”

menentukan (Nuraini dkk., 2021). Sikap *nrima ing pandum* sudah sangat melekat dalam kesadaran sosial dan cocok diinternalisasikan pada siswa dengan berlatar belakang budaya Jawa (Nugroho, 2018; Prayekti, 2019).

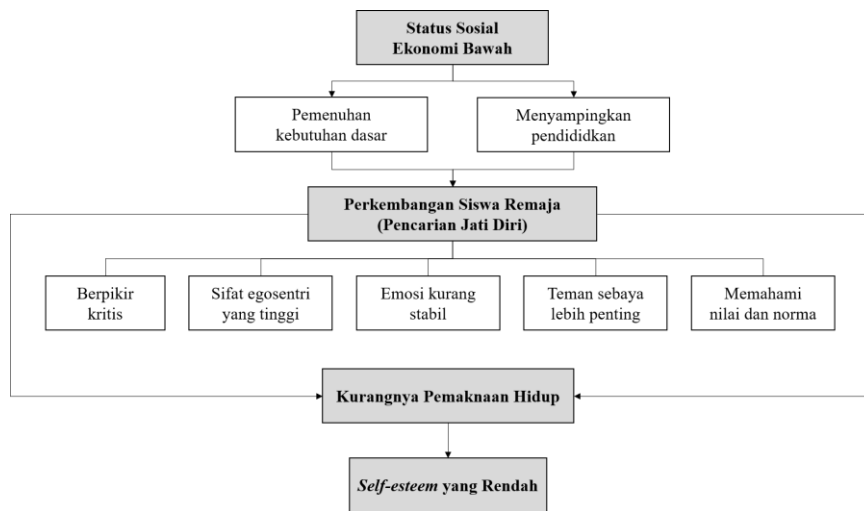
Menurut Endraswara (2003) karakter dasar orang Jawa adalah *attitude of receive* dengan mengangkat segala sesuatu sesuai kesadaran kejiwaan, tanpa merasa *nggrundel* (berbicara tentang ketidaksetujuan di belakang). Implementasi nilai tersebut dapat diterapkan dalam konseling, dimana konselor mengajarkan siswa untuk dapat menerima dengan tulus apa yang didapatkan. Jika ingin mendapatkan lebih, maka dibutuhkan usaha lebih (Putri, 2018). Hasil dari penerapan nilai *nrimo ing pandum* adalah kemampuan untuk melihat hal positif dibalik sebuah kejadian, meningkatkan rasa berserah kepada Tuhan, dan menumbuhkan kekuatan hidup. Nilai *nrimo ing pandum* bukan merupakan sikap apatis, melainkan sebuah usaha kerja keras yang kemudian hasilnya diserahkan kepada Tuhan (Pambudi, 2016).

Problematika Siswa Remaja Berstatus Sosial Ekonomi Bawah

Menurut Chotimah dkk. (2017) terdapat tiga hal yang berpengaruh pada perkembangan pendidikan siswa yaitu keluarga, masyarakat, dan pemerintah. Status sosial ekonomi tentu memiliki peran terhadap perkembangan anak. Status sosial ekonomi orang tua meliputi tingkat pendidikan, pekerjaan, dan penghasilan (Al Zuhry & Ghofur, 2021). Menurut Kerbo & Coleman (2006) tingkatan status sosial ekonomi terdiri dari atas status sosial ekonomi atas dan bawah. Keluarga dengan sosial ekonomi bawah akan cenderung berfokus pada pemenuhan kebutuhan pokok dan menyampingkan pentingnya pendidikan bagi anak (Kusniawati, 2016). Dengan tuntutan seperti itu, anak yang memiliki *self-esteem* rendah akan cenderung gagal dalam menjalankan studinya (Hamamy, 2021). Namun beda halnya jika anak memiliki *self-esteem* yang tinggi, maka pengaturan akan diri sendiri dan lingkungan dapat dilaksanakan dengan baik (Afifah dkk., 2021). Muaranya adalah pencapaian perkembangan yang optimal.

Permasalahan rendahnya *self-esteem* pada remaja juga disebabkan oleh masa perkembangannya. Masa remaja juga disebut masa pencarian jati diri dimana remaja menganggap standar kelompok jauh lebih penting dari segalanya (Widyaningtyas, dkk., 2018). Perkembangan masa remaja khususnya siswa SMP sangatlah kompleks, kognitif siswa berada pada tahapan operasional formal yang menyebabkan individu lebih kritis dan memiliki sifat egosentris yang tinggi (Suryani, 2017; Papalia, dkk., 2015; Piaget, 2013). Emosi siswa SMP juga kurang stabil, dimana individu mudah terpengaruh oleh emosi negatif. Emosi labil yang sering dimunculkan oleh anak SMP antara lain: tergesa-gesa, bernaafsu, sentimental, khawatir dan bimbang (Purnamingtyas dan winingsih, 2020; Fitriani, 2019). Pada masa ini, siswa sudah tidak tertarik lagi untuk melakukan aktivitas bersama orang tua dan individu cenderung menganggap standar teman sebaya lebih penting (Santrock, 2017; Hurlock, 2014). Berdasarkan pada aspek perkembangan moral, siswa SMP sudah dapat memahami suatu norma dan aturan yang berlaku di masyarakat (Kemdikbud, 2016; Setiyowati, dkk., 2019; Kohlberg, 1995).

“Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang: Promosi Layanan Konseling Berbasis Kabar Gembira dalam Era Pluralisme”



Gambar 2. Problematika Siswa Remaja Berstatus Sosial Ekonomi Bawah (Olahan Peneliti, 2021)

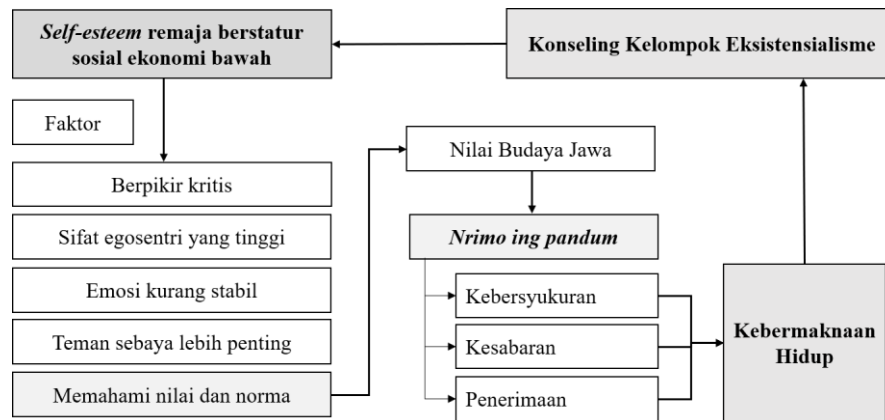
Berdasarkan gambar 2, dapat disimpulkan bahwa siswa remaja yang berasal dari keluarga ekonomi bawah akan cenderung memiliki problematika terkait harga diri (*self-esteem*) karena kurangnya pemaknaan dalam hidup. Menurut Frankl (2011) pemaknaan hidup merupakan keyakinan dalam diri manusia dan aktualisasi bakti diri untuk merealisasikan potensinya. Dengan memaknai setiap kehidupan dalam hal ini adalah bersyukur atas apapun yang telah diberikan oleh Tuhan, maka siswa akan dapat merealisasikan potensinya sebagai bentuk peningkatan *self-esteem*.

Konstruksi Konseling Eksistensialisme *Setting* Kelompok berbasis Nilai *Nrimo Ing Pandum* dalam Memaknai Kehidupan guna Meningkatkan *Self-Esteem* Siswa Remaja Berstatus Sosial Ekonomi Bawah

Konseling eksistensial *setting* kelompok bertujuan untuk membantu anggota kelompok dapat memahami dirinya secara otentik dan sadar akan eksistensi dari segala pengalamannya (Corey, 2017). Siswa remaja yang berstatus sosial ekonomi bawah akan cenderung memiliki *self-esteem* yang rendah, sebab mereka akan sedikit mendapatkan dukungan emosional dan penerimaan sosial yang memadai (Rogers dkk., 2021). Salah satu cara yang dapat dilakukan siswa remaja berstatus sosial ekonomi bawah dalam meningkatkan *self-esteem* agar dapat memiliki perkembangan optimal adalah dengan melakukan pemaknaan dalam kehidupannya. Pemaknaan kehidupan dapat membantu individu untuk mendapatkan kebebasan dalam pengambilan sikap positif dengan cara mengaktualisasikan nilai-nilai yang sudah dijalani semasa kehidupannya (Frankl, 2011). Melalui konseling kelompok eksistensial, anggota kelompok akan dapat mempelajari makna dari setiap kisah kehidupan yang muaranya adalah peningkatan *self-esteem*.

Impelementasi konseling kelompok eksistensialisme pada siswa berlatar budaya jawa diprediksi lebih efektif jika menggunakan filosofi *nrimo ing pandum*. Adapun hubungan antara peningkatan *self-esteem* siswa remaja berstatus ekonomi bawah melalui pemaknaan hidup dengan konseling kelompok eksistensialisme berbasis nilai budaya *nrimo ing pandum* digambarkan sebagai berikut.

“Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang: Promosi Layanan Konseling Berbasis Kabar Gembira dalam Era Pluralisme”



Gambar 2. Hubungan *self-esteem* melalui pemaknaan hidup dengan konseling kelompok eksistensialisme berbasis nilai budaya *nrimo ing pandum* (Olahan Peneliti, 2021)

Rancangan konstruksi konseling kelompok eksistensial berbasis budaya *nrimo ing pandum* dalam memaknai kehidupan guna meningkatkan *self-esteem* siswa remaja berstatus sosial ekonomi bawah mengadopsi dari Nugroho (2018); Sa’adah (2020); dan Yuliatun, (2020). Rancangan intervensi dilakukan selama empat sesi dengan jumlah pertemuan menyesuaikan perkembangan anggota kelompok. Setiap sesi menggunakan lima tahapan dalam konseling kelompok eksistensial yaitu (1) tahap pembentukan; (2) tahap orientasi dan eksplorasi; (3) tahap transisi; (4) tahap kerja; dan (5) tahap akhir. Jumlah anggota kelompok terdiri atas 4-8 siswa yang memiliki *self-esteem* rendah dari siswa berstatus sosial ekonomi bawah. Secara lebih rinci empat sesi konseling kelompok eksistensial dalam memaknai kehidupan guna meningkatkan *self-esteem* siswa remaja berstatus sosial ekonomi bawah dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 3. Rancangan Setiap Sesi Konseling Eksistensial *Setting* Kelompok

No	Sesi	Deskripsi
1	Sesi Satu	Pemimpin kelompok membantu anggota kelompok dalam mengidentifikasi dan mengklarifikasi asumsi mereka terhadap dunia melalui falsafat <i>nrimo ing pandum</i> . Anggota kelompok diajak mendefinisikan cara pandang agar eksistensi mereka diterima. Pemimpin kelompok mengajarkan anggota kelompok untuk bercermin pada eksistensi mereka dan melihat peran mereka dalam hal penciptaan masalah dalam kehidupannya.
2	Sesi Kedua	Anggota kelompok didorong agar bersemangat untuk lebih dalam melihat sumber dan otoritas, sebagai bentuk pemaknaan hidup. Semangat ini akan memberikan anggota kelompok pemahaman baru dan restrukturisasi nilai dan sikap mereka untuk mencapai kehidupan yang lebih baik dan dianggap pantas.

“Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang: Promosi Layanan Konseling Berbasis Kabar Gembira dalam Era Pluralisme”

No	Sesi	Deskripsi
3	Sesi Ketiga	Berfokus pada tindakan apa yang akan anggota kelompok lakukan atas dasar hasil setiap pertemuan. Anggota kelompok didorong untuk mengaplikasikan nilai atau makna barunya dengan jalan yang lebih konkret. Anggota kelompok biasanya akan menemukan kekuatan untuk menjalani eksistensi kehidupannya yang lebih baik sesuai tujuan
4	Sesi Empat	Pemimpin kelompok memfokuskan untuk melakukan evaluasi secara keseluruhan mulai pada sesi pertama hingga ke tiga. Hasil akhir dari sesi empat adalah pemaknaan hidup yang positif dan peningkatan <i>self-esteem</i> anggota kelompok.

5. Kesimpulan

Konseling eksistensial berfokus pada kondisi manusia yang mencakup pada enam dimensi positif dalam diri manusia untuk aktualisasi diri yaitu (1) kapasitas akan kesadaran diri; (2) kebebasan serta tanggung jawab; (3) menciptakan identitas dirinya dan menciptakan hubungan yang bermakna dengan orang lain; (4) usaha pencarian makna; (5) kecemasan sebagai suatu kondisi hidup; (6) kesadaran akan kematian dan ketiadaan. Problematika siswa remaja berstatus sosial ekonomi bawah yaitu rendahnya *self-esteem* yang berpengaruh pada tindakan kesehariannya. Salah satu cara untuk meningkatkan *self-esteem* siswa remaja yaitu dengan melakukan pemaknaan untuk setiap kehidupannya. Berdasarkan kajian literatur, penggunaan konseling eksistensialisme berbasis nilai *nrimo ing pandum* diprediksi mampu dalam peningkatan kebermaknaan hidup siswa berstatus sosial ekonomi bawah yang berpengaruh dalam peningkatan *self-esteem*. Adapun konsep rancangan intervensi menggunakan konseling kelompok eksistensial berbasis nilai *nrimo ing pandum* dilakukan selama empat sesi dengan jumlah pertemuan menyesuaikan perkembangan anggota kelompok. Dalam penulisan kajian artikel ini masih memiliki keterbatasan terkait implementasi konsep yang ditawarkan. Oleh karena itu dibutuhkan penelitian lanjutan untuk mengkaji lebih dalam terkait penerapan konseling kelompok dengan pendekatan eksistensial berbasis nilai *nrimo ing pandum* untuk membentuk makna hidup dan meningkatkan *self-esteem* siswa remaja berstatus sosial ekonomi bawah.

6. Referensi

- Afifah, A. N. N., Rahardjo, S., & Mahardika, N. (2021). Konseling Gestalt Dengan Teknik Kursi Kosong Untuk Meningkatkan Self Esteem Pada Siswa. *Jurnal Prakarsa Paedagogia*, 4(1).
- Al Zuhry, M. V., & Ghofur, M. A. (2021). Pengaruh Tingkat Pendidikan, Pendapatan Orang Tua, Semangat Belajar, dan Fasilitas Belajar terhadap Prestasi Belajar Siswa di Masa Pandemi. *EDUKATIF: JURNAL ILMU PENDIDIKAN*, 3(5), 2501–2512.
- Andiarna, F., & Kusumawati, E. (2020). Pengaruh pembelajaran daring terhadap stres akademik mahasiswa selama pandemi Covid-19. *Jurnal Psikologi*,

“Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang: Promosi Layanan Konseling Berbasis Kabar Gembira dalam Era Pluralisme”

- 16(2), 139–149.
- Batubara, J. (2020). Model Konseling Eksistensial untuk Meningkatkan Kebermaknaan Hidup. *Doctoral Dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia*.
- Blascovich, J., Tomaka, J., Robinson, J. P., Shaver, P. R., & Wrightsman, L. S. (1991). Measures of self-esteem. *Measures of Personality and Social Psychological Attitudes, 1*, 115–160.
- Cahyani, A., Listiana, I. D., & Larasati, S. P. D. (2020). Motivasi Belajar Siswa SMA pada Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19. *IQ (Ilmu Al-Qur'an): Jurnal Pendidikan Islam, 3*(01), 123–140.
- Chotimah, L. N., Ani, H. M., & Widodo, J. (2017). Pengaruh status sosial ekonomi orang tua terhadap prestasi belajar siswa (Studi kasus siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Jember tahun ajaran 2016/2017). *Jurnal Pendidikan Ekonomi: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan, Ilmu Ekonomi Dan Ilmu Sosial, 11*(1), 75–80.
- Corey, G. (2017). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Cengage Learning.
- Dachmiati, S., & Amalia, R. (2017). Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Self-Esteem Siswa. *Jurnal Fokus Konseling, 3*(2), 148–153.
- Devi, D. F. (2015). Konseling Eksistensial Humanistik untuk meningkatkan makna hidup pada subjek dengan skizofrenia. *Procedia: Studi Kasus Dan Intervensi Psikologi, 3*(2), 1–9.
- Dewi, T. A. P., & Sadjarto, A. (2021). Pelaksanaan Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Basicedu, 5*(4), 1909–1917.
- Endraswara, S. (2003). *Falsafah hidup jawa (Life philosophy of Java)*. Cakrawala.
- Fitriani, E. (2019). Peranan Layanan Bimbingan Kelompok dalam Mengendalikan Emosi dan Etika Komunikasi Siswa SMP Swasta Silinda. *JURNAL PENDIDIKAN DAN PEMBELAJARAN TERPADU (JPPT), 1*(2), 93–105.
- Frankl, V. E. (2011). *Man's search for ultimate meaning*. Random House.
- Hamamy, F. (2021). Hubungan Status Sosial Ekonomi Keluarga terhadap Prestasi Akademik Siswa di Sekolah. *DIDAKTIKA TAUHIDI: Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar, 8*(1), 55–65.
- Hasna, A. (2019). Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Eksistensial Humanistik Untuk Melatih Penyesuaian Diri Melalui Randai Dari Minangkabau. *Jurnal Ilmiah POLYGLOT, 15*(1).
- Hsieh, H.-F., & Shannon, S. E. (2005). Three approaches to qualitative content analysis. *Qualitative Health Research, 15*(9), 1277–1288.
- Hurlock, E. (2014). Perkembangan Anak Edisi Keenam Jilid I. Jakarta. In *Penerbit Erlangga*.
- Jansen, K., Ruths, S., Malterud, K., & Schaufel, M. A. (2016). The impact of existential vulnerability for nursing home doctors in end-of-life care: A focus group study. *Patient Education and Counseling, 99*(12), 2043–2048.
- Karnadi, S. (2018). *Kisah Sukses Inspiratif Tokoh Terkenal Dunia: Pasti Kita*

“Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang: Promosi Layanan Konseling Berbasis Kabar Gembira dalam Era Pluralisme”

- Bisa Seperti Mereka*. Hijaz Pustaka Mandiri.
- Kemdikbud. (2016). *Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan Dan Konseling Sekolah Menengah Pertama (SMP)*.
- Kerbo, H. R., & Coleman, J. W. (2006). *Social problems*. Pearson College Div.
- Kohlberg, L. (1995). *Tahap-tahap Perkembangan Moral, diterjemahkan oleh Drs. John de Santo dan Drs. Agus Cremers SVD*. Kanisius.
- Kurnianto, B., & Rahmawati, R. D. (2020). Hubungan pola asuh Orang Tua terhadap motivasi belajar siswa pada pembelajaran Daring Masa Pandemi. *Seminar Pendidikan Nasional (SENDIKA)*, 2(1).
- Kusniawati, M. (2016). Pengaruh status sosial ekonomi orang tua dan literasi ekonomi terhadap perilaku konsumsi siswa kelas X IPS di SMA Negeri 2 Tuban. *Jurnal Pendidikan Ekonomi (JUPE)*, 4(3).
- Maharani, R. (2018). Penerapan falsafah narimo ing pandum dalam pendekatan person-centered untuk mengatasi depresi remaja. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling*, 2(1), 2015–2212.
- Maria, I., & Novianti, R. (2020). The Effects of Using Gadgets during the Covid-19 Pandemic on Children’s Behaviour. *Atfāluna: Journal of Islamic Early Childhood Education*, 3(2), 74–81.
- Mastra, I. W., Adnyana, I. B. G. B., & Pancawati, L. P. (2021). Determinisme Teknologi Komunikasi dan Globalisasi Media Terhadap Seni Budaya Indonesia. *Widyadari: Jurnal Pendidikan*, 22(1), 182–194.
- Mufida, A., & Effendi, Z. M. (2019). Pengaruh Pendapatan Orang Tua Dan Prestasi Belajar Terhadap Minat Melanjutkan Pendidikan Ke Perguruan Tinggi Pada Siswa Kelas XII Akuntansi SMK Negeri 2 Pariaman. *Jurnal Ecogen*, 2(4), 687–695.
- Mutiara, D. N. E. (2021). Dampak COVID-19 (Coronavirus Disease 2019) Terhadap Proses Pembelajaran dan Psikologis Bagi Siswa. *Scholaria: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 11(3), 200–207.
- Nastiti, F. E., & Abdu, A. R. N. (2020). Kajian: Kesiapan pendidikan Indonesia menghadapi era society 5.0. *Edcomtech*, 5(1), 61–66.
- Nasution, R. D. (2017). Pengaruh perkembangan teknologi informasi komunikasi terhadap eksistensi budaya lokal. *Jurnal Penelitian Komunikasi Dan Opini Publik*, 21(1), 30–42.
- Nugroho, I. S. (2018). Pendekatan Eksistensial-Humanistik berbasis nilai Budaya Jawa “narimo ing pandhum” untuk mereduksi kecemasan remaja di era disrupsi. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling*, 2(1), 46–54.
- Nuraini, F., Purnomo, D., Latif, A., Ishaq, M., Widiastuti, W., & Sofyan, I. (2021). How Does A Father Construe Nrimo Ing Pandum Makaryo Kan Nyoto Philosophy In Early-Childhood? An Interpretative Phenomenological Analysis. *JURNAL INDRIA (Jurnal Ilmiah Pendidikan Prasekolah Dan Sekolah Awal)*, 6(1).
- Pambudi, A. N. (2016). *Hubungan Nilai Budaya Jawa Rukun dan Nrimo dengan Subjective Well-Being Suku Jawa*. University of Muhammadiyah Malang.
- Permendikbud. (2014). 111 Tahun 2014 tentang Bimbingan dan Konseling pada

“Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang: Promosi Layanan Konseling Berbasis Kabar Gembira dalam Era Pluralisme”

- Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah. *Jakarta: Kemendikbud RI.*
- Piaget, J. (2013). *Child's Conception of Space: Selected Works* (4th ed.). Routledge.
- Prayekti, P. (2019). Konseptualisme dan Validasi Instrumen Narimo Ing Pandum (Studi pada SMK Jetis Perguruan Tamansiswa Yogyakarta). *JBTI: Jurnal Bisnis: Teori Dan Implementasi*, 10(1), 31–39.
- Purnamingtyas, K., & Winingsih, E. V. I. (2020). Penerapan Konseling Kelompok Self-Management terhadap Rendahnya Perilaku Sopan Santun Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Papar. *Jurnal BK UNESA*, 11(4).
- Putra, J. S. (2018). Peran Syukur sebagai Moderator Pengaruh Perbandingan Sosial terhadap Self-esteem pada remaja pengguna media sosial. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(2), 197–210.
- Putri, R. K. (2018). Meningkatkan self-acceptance (penerimaan diri) dengan Konseling Realita berbasis Budaya Jawa. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling*, 2(1), 118–128.
- Rasyid, A., & Muhid, A. (2020). Pentingnya E-Counseling dalam Pelayanan BK di Sekolah pada Masa Pandemi Covid-19: Literature Review. *EduPsyCouns: Journal of Education, Psychology and Counseling*, 2(2), 110–116.
- Robert L. S., Otto H. M., K. M. (2007). *Psikologi Kognitif*. Erlangga.
- Rogers, A. A., Ha, T., & Ockey, S. (2021). Adolescents' Perceived Socio-Emotional Impact of COVID-19 and Implications for Mental Health: Results From a US-Based Mixed-Methods Study. *Journal of Adolescent Health*, 68(1), 43–52.
- Sa'adah, D. Z. (2020). Konseling Eksistensial Humanistik untuk Mengurangi Kecemasan Terhadap Masa Depan. *Procedia: Studi Kasus Dan Intervensi Psikologi*, 8(3).
- Sabrina, R. (2017). Konseling Eksistensial untuk Meningkatkan Kebermaknaan Hidup pada Penderita Skizofrenia: Studi Kasus. *Seminar ASEAN (2nd Psychology & Humanistic)*, 19–20.
- Sakti, S. A. (2021). Persepsi Orang Tua Siswa terhadap Pembelajaran Daring pada Masa Pandemi Covid 19 di Yogyakarta. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(1), 73–81.
- Santrock, J. W. (2017). *Life-Span Development* (13th ed.). McGraw-Hill.
- Setiyowati, A. J., Flurentin, E., Santoso, D. B., & Mappiare, A. (2019). Peningkatan Kemampuan Konselor untuk Memfasilitasi Perkembangan Moral Siswa SMP dengan Menggunakan Media Komik Moral. *Abdimas Pedagogi: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(3), 177–186.
- Setyarini, R., & Atamimi, N. (2011). Self-esteem dan makna hidup pada pensiunan Pegawai Negeri Sipil (PNS). *Jurnal Psikologi*, 38(2), 176–184.
- Sharf, R. S. (2012). *Theories of Psychotherapy And Counseling Concepts and Cases. 5Th Edition*. Cengage Learning.
- Wahyuni, S., Yusuf, A. M., & Efendi, Z. M. (2018). The Effectiveness of Group Guidance with Modelling in Increasing The Maturity of Career Choice.

“Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang:
Promosi Layanan Konseling Berbasis Kabar Gembira dalam Era Pluralisme”

International Journal of Research in Counseling and Education, 1(1), 37–46.

Wathaniyah, N. (2018). Konseling Eksistensial Humanistik berbasis nilai filosofis budaya Lombok untuk meningkatkan self-esteem remaja. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling*, 2(1), 321–326.

Widyaningtyas, M. D., Nugroho, K. S., & Sagita, D. (2018). Gaya dan Perilaku Bermedia Remaja Kota Serang dalam Upaya Meningkatkan Kapasitas Diri. *Scientium: Jurnal Ilmiah Dewan Riset Daerah Banten*, 6(2), 116–125. <http://www.drdbanten.org/jurnal/index.php/jurnal/article/view/21>

Yulianti, A. (2020). Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Eksistensial untuk Meningkatkan Kebermaknaan Hidup Orang Dengan HIV-AIDS (ODHA). *AL-IRSYAD*, 10(1), 86–95.

Yuliatun, Y. (2020). Islamic Counseling and the Implementation of Rational Emotive Counseling to Improve Self Confidence (Analysis of Integrative Counseling). *Jurnal Konseling Religi*, 11(1), 159–177.