

Peningkatan Sikap Optimisme Anak Panti Asuhan Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Simulasi

Devita Agustin¹, Sumarwiyah², Sucipto³
Universitas Muria Kudus^{1,2,3}
e-mail: sumarwiyah@umk.ac.id

Info Artikel

Sejarah Artikel

Diterima: 1 April 2020

Revisi: 17 Mei 2020

Disetujui: 19 Juni 2019

Dipublikasikan: 31 Juni 2020

Keyword

Bimbingan Kelompok

Teknik Simulasi

Sikap Optimis

Abstract

Tujuan penelitian ini adalah: 1. Mendeskripsikan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik simulasi dapat meningkatkan sikap optimisme pada anak panti asuhan Nurul Jannah Kudus, 2. Diperoleh peningkatan sikap optimisme terhadap anak panti asuhan Nurul Jannah Kudus melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik simulasi. Penelitian ini didesain dengan menggunakan penelitian tindakan bimbingan konseling (PTBK) dengan subyek penelitian adalah 8 anak panti asuhan Nurul Jannah Kudus yang memiliki permasalahan sikap optimisme. Variabel penelitian ini adalah layanan bimbingan kelompok dan teknik simulasi (Variabel Bebas) dan sikap optimisme anak panti asuhan (Variabel Terikat). Hasil penelitian diketahui sikap optimisme anak panti asuhan Nurul Jannah Kudus pada periode pra siklus memperoleh skor 16,1 (32%) kategori sangat kurang (SK). Pada siklus I mengalami peningkatan dengan memperoleh skor 26 (52%) kategori cukup (C). Kemudian pada siklus II juga mengalami peningkatan dengan memperoleh skor 39 (78%) kategori baik (B). Simpulan peneliti ini sebagai berikut: 1. Aktivitas peneliti dalam memimpin kegiatan layanan bimbingan kelompok teknik simulasi pada siklus I pertemuan pertama memperoleh skor 45 (45%) kategori kurang (K), pertemuan kedua memperoleh skor 54 (54%) kategori cukup (C), dan pertemuan ketiga memperoleh skor 65 (65%) kategori cukup (C). Kemudian pada siklus II pertemuan pertama memperoleh skor 69 (69%) kategori baik (B), lalu pada pertemuan kedua memperoleh skor 76 (76%) kategori baik (B), dan pada pertemuan ketiga memperoleh skor 86 (86%) kategori sangat baik (SB).

Artikel ini dapat diakses secara terbuka dibawah lisensi CC-BY-SA



Pendahuluan

Optimisme merupakan paham keyakinan atas segala sesuatu dari segi yang baik dan menyenangkan dan sikap selalu mempunyai harapan baik di segala hal. Menurut Sukmadinata, dkk (2003: 41) optimisme adalah sikap yang memandang segala sesuatu dari segi positif dan tidak larut dalam kegagalan. Individu yang optimis mampu menghasilkan sesuatu yang lebih baik dari yang telah lalu, tidak takut pada kegagalan dan berusaha untuk tetap bangkit mencoba kembali jika gagal. Optimisme mendorong individu untuk selalu berfikir bahwa sesuatu yang terjadi adalah hal yang baik bagi dirinya. Optimisme berperan penting dalam kesuksesan seseorang. Melalui optimisme yang tinggi kita akan mencapai perkembangan yang baik sehingga dapat meraih cita-cita yang kita inginkan. Perubahan dari perilaku pesimis menjadi perilaku yang optimis tentu saja tidak dapat diperoleh begitu saja, setiap individu perlu melakukan suatu usaha agar dapat optimis.

Anak panti asuhan merupakan anak yang berasal dari keluarga kurang mampu, yatim, piatu, atau yatim piatu yang masih kecil dan belum dewasa, sementara ia masih belum mampu mewujudkan kemaslahatan yang akan menjadi masa depannya. Anak panti asuhan diharapkan memiliki sikap positif dari dalam dirinya untuk mampu bertahan dengan tetap memiliki harapan-harapan yang baik akan masa depan, meskipun dengan kondisi yang dihadapinya. Individu yang memiliki pola pandang positif, memiliki harapan masa depan yang baik meskipun dengan banyak tantangan dan kemalangan dikenal dengan individu yang memiliki sikap optimisme.

Kesulitan yang dihadapi anak panti asuhan sangat beragam, baik dari segi akademik, ekonomi, keluarga maupun sikap dan tingkah laku mereka dalam menyikapi kendala-kendala kehidupan. Sikap pesimis menjadi prioritas paling utama yang harus segera diselesaikan oleh anak panti asuhan, salah satunya adalah ketika anak panti asuhan tidak bersemangat dalam menjalani kehidupan, baik saat ini maupun masa depan mereka dalam hal karir. Begitu pula yang diketahui peneliti, dalam kegiatan observasi yang dilakukan peneliti pada anak di Panti Asuhan Nurul Jannah Kudus pada tanggal 20 November 2018, banyak anak panti asuhan yang merasa pesimis atau tidak optimis dalam menjalani masa depan khususnya dalam hal melangkah menentukan karir. Mereka cemas akan masa depan yang tidak menentu dikarenakan beberapa faktor, baik dari segi keluarga, ekonomi maupun akademis. Mereka takut bersaing dengan kondisi yang mereka alami saat ini. Hal seperti ini dipandang penting sebab sikap optimisme sangat berperan penting dalam mencapai tujuan hidup atau masa depan anak panti asuhan. Orang yang memiliki sikap optimis siap menghadapi tantangan-tantangan dalam kehidupannya. Kurniawan (2009: 26) menyatakan bahwa “orang optimis pantang menyerah, memiliki gairah hidup yang tinggi, berpendirian, dan selalu mencoba ketika menghadapi kegagalan”.

Kegagalan yang dialami anak panti asuhan disebabkan oleh sikap pesimis terhadap dirinya sendiri, yaitu menganggap dirinya tidak berarti dan tidak mampu mencapai harapan yang diinginkannya. Adapun latar belakang masalah yang peneliti ajukan dalam penelitian di Panti Asuhan Nurul Jannah Kudus karena terdapat beberapa anak panti asuhan remaja yang mempunyai sikap optimisme yang rendah. Berdasarkan kenyataan di lapangan yang diperoleh dari hasil wawancara peneliti terhadap pihak panti asuhan dan wawancara peneliti terhadap pengurus serta observasi yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 20 November 2018, diperoleh beberapa anak panti asuhan remaja mempunyai sikap optimisme yang rendah seperti, anak panti asuhan belum memiliki prinsip/pendirian yang kuat, belum berani mencoba ketika mengalami kegagalan, merasa khawatir dan ragu atas kemampuan yang dimiliki, belum melihat kemampuan dan potensi yang ada dalam dirinya, serta belum memiliki keyakinan hidup untuk maju.

Hal seperti ini menandakan bahwa para remaja anak panti asuhan belum mengetahui dan mengenal dengan baik bahwa dirinya adalah seorang anak panti asuhan yang harus mempunyai sikap optimisme, sehingga apabila masalah ini dibiarkan terus-menerus, nantinya akan menimbulkan dampak yang kurang baik, terutama yang berkaitan dengan perkembangan diri anak panti asuhan tersebut, sehingga sikap optimisme anak panti asuhan tersebut perlu ditingkatkan dan dikembangkan agar anak panti asuhan dapat berkembang dan mengoptimalkan kemampuan diri yang dimiliki. Dalam hal ini, peneliti berusaha meningkatkan sikap optimisme anak panti asuhan melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Simulasi.

Layanan bimbingan kelompok merupakan suatu proses pemberian bantuan kepada individu melalui suasana kelompok yang memungkinkan setiap anggota untuk belajar berpartisipasi aktif dalam upaya mencegah timbulnya masalah atau dalam upaya pengembangan pribadi (Rusmana, 2009: 13). Sedangkan menurut Sukardi (2008: 78) layanan bimbingan kelompok, yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan sejumlah peserta didik (konseli) secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu dan/atau membahas secara bersama-sama pokok bahasan (topik) tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman dan kehidupannya sehari-hari dan/atau untuk perkembangan dirinya baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, dan untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan dan/atau tindakan tertentu. Dari dua pendapat di atas, peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa bimbingan kelompok adalah layanan yang diselenggarakan dalam suasana kelompok sehingga anak panti asuhan dapat memperoleh pengalaman, pengetahuan dan informasi yang meliputi segenap bidang bimbingan dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Dalam menyelenggarakan layanan

bimbingan kelompok terdapat beberapa tahap yang harus dilaksanakan. Hal ini bertujuan agar dengan adanya tahapan yang benar maka bimbingan kelompok akan berjalan dengan lancar.

Proses pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik simulasi peneliti melaksanakan sesuai dengan prosedur tahapan. Menurut Prayitno (2004: 18-19) layanan bimbingan kelompok diselenggarakan melalui empat tahap kegiatan yaitu: 1. Tahap pembentukan, 2. Tahap peralihan, 3. Tahap kegiatan, 4. Tahap pengakhiran. Dengan demikian layanan bimbingan kelompok dipandang lebih efektif dalam meningkatkan sikap optimisme anak panti asuhan. Sehingga dengan mengikuti layanan bimbingan kelompok anak panti asuhan dapat memecahkan masalahnya yaitu meningkatkan sikap optimisme anak panti asuhan, dan memperoleh pemahaman yang baik untuk meningkatkan sikap optimisme anak panti asuhan yang rendah agar dapat membuat dirinya merasa optimis dalam mencapai masa depan yang di harapkan. Layanan bimbingan kelompok ini sangat cocok digunakan peneliti dalam menyelesaikan permasalahan yang di alami anak panti asuhan dengan teknik simulasi. Menurut Nata (2009: 192) teknik simulasi adalah permainan tiruan yang menyenangkan sehingga para pelaku berlomba-lomba untuk mencapai tujuan dengan mentaati peraturan yang sudah ditentukan. Simulasi adalah tiruan atau perbuatan yang hanya pura-pura saja (dari fakta simulate yang artinya pura-pura atau berbuat seolah-olah; dan simulation artinya tiruan atau perbuatan yang pura-pura saja).

Dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik simulasi, memudahkan peneliti dalam menyampaikan materi terkait dengan sikap optimisme anak panti asuhan. Bimbingan kelompok memanfaatkan dinamika kelompok dan kesepakatan antar anggota kelompok, dengan adanya tahapan-tahapan dalam bimbingan kelompok dan tahapan-tahapan dalam teknik simulasi membuat sasaran peneliti merasa nyaman dalam mengikuti kegiatan, karena adanya persiapan sebelum adanya pelaksanaan kegiatan. Bimbingan kelompok dengan teknik simulasi erat kaitannya dengan peningkatan sikap optimisme anak panti asuhan, hal tersebut karena teknik simulasi membantu dalam menyelesaikan persoalan-persoalan pribadi. Berkaitan dengan hal tersebut, diharapkan materi dapat diterima, dipahami, dan diaplikasikan anak panti asuhan melalui teknik simulasi berdampak positif dan dapat melekat pada anak panti asuhan Nurul Jannah Kudus.

Alasan digunakannya layanan bimbingan kelompok dengan teknik simulasi karena dapat memberikan pengalaman yang menarik bagi anak panti asuhan dalam memahami konsep pemecahan masalah. Selain itu teknik simulasi dapat memudahkan anak panti asuhan untuk memahami inti materi yang akan dibahas pada kegiatan bimbingan kelompok. Disini anak panti asuhan akan mensimulasikan keadaan yang berkaitan dengan meningkatkan sikap optimisme anak panti asuhan.

Metode Penelitian

Penelitian ini dilakukan di panti asuhan Nurul Jannah Kudus. Dipilihnya lokasi ini dengan alasan panti asuhan tersebut terdapat beberapa anak panti asuhan yang sikap optimismenya rendah. Jenis penelitian yang digunakan peneliti adalah penelitian tindakan bimbingan dan konseling (PTBK), dilakukan dengan metode kualitatif, yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis dari perilaku yang diamati. Dengan demikian dapat diketahui dari hasil observasi, wawancara, dan catatan lapangan. Menurut Sugiyono (2015: 15) metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat postpositivisme, digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek dan hasil penelitian yang kualitatif lebih menekankan makna. Metode kualitatif digunakan untuk mendapatkan data yang sebenarnya terkait dengan permasalahan “Peningkatan Sikap Optimisme Anak Panti Asuhan Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Simulasi di Panti Asuhan Nurul Jannah Kudus”.

Analisis data adalah proses menyeleksi, mengabstrakkan, memfokuskan, mengorganisasikan data secara sistematis dan rasional untuk menampilkan bahan-bahan yang

dapat digunakan untuk menyusun jawaban terhadap tujuan penelitian tindakan kelas. Penelitian tindakan bimbingan dan konseling (PTBK), analisis data dilakukan secara kualitatif dan kuantitatif, yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis dari orang-orang atau perilaku yang diamati. Dengan demikian dapat diketahui dari hasil observasi, wawancara dan catatan lapangan. Menurut Sugiyono (2015: 334) menyatakan analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan dan bahan-bahan lain, sehingga dapat mudah difahami, dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain.

Hasil dan Pembahasan

Sebelum melakukan penelitian tindakan bimbingan dan konseling, peneliti terlebih dahulu melakukan kegiatan pra siklus yaitu observasi dan wawancara pada tanggal 20 November 2018, yang digunakan peneliti sebagai metode pengumpulan data untuk mengetahui kondisi awal anak panti asuhan Nurul Jannah Kudus. Hasil dari kegiatan pra siklus dijadikan acuan peneliti untuk melaksanakan tindakan selanjutnya dalam proses pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik simulasi untuk meningkatkan sikap optimisme anak panti asuhan. Survei awal dilakukan oleh peneliti dengan melaksanakan wawancara dengan pengurus panti asuhan bahwa terdapat delapan anak panti asuhan yang memiliki sikap optimisme rendah. Observasi awal dilakukan untuk mengetahui anak panti asuhan yang memiliki sikap optimisme rendah. Berdasarkan hasil wawancara telah didapatkan informasi dari pengurus panti asuhan yaitu: 1. Anak panti asuhan belum memiliki prinsip/pendirian yang kuat, 2. Belum berani mencoba ketika mengalami kegagalan, 3. Merasa khawatir dan ragu atas kemampuan yang dimiliki, 4. Belum melihat kemampuan dan potensi yang ada dalam dirinya, 5. Belum memiliki keyakinan hidup untuk maju, 6. Kurangnya memiliki pemikiran yang positif. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara maka peneliti dan kolaborator memutuskan delapan anak panti asuhan yang sangat membutuhkan layanan bimbingan kelompok teknik simulasi untuk meningkatkan sikap optimisme anak panti asuhan. Untuk lebih jelasnya, peneliti dapat mengamati kondisi awal anak panti asuhan sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok teknik simulasi, yang peneliti peroleh dari pengumpulan data dan wawancara.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa sikap optimisme anak panti asuhan Nurul Jannah Kudus selama ini banyak anak panti asuhan yang merasa pesimis atau tidak optimis dalam menjalani masa depan. Mereka cemas akan masa depan yang tidak menentu dikarenakan beberapa faktor, baik dari segi keluarga, ekonomi maupun akademis. Mereka takut bersaing dengan kondisi yang mereka alami saat ini. Kondisi sikap optimisme anak panti asuhan Nurul Jannah Kudus berdasarkan hasil wawancara dan observasi adalah sebagai berikut: (1) Anak panti asuhan belum memiliki pandangan yang mengarah, (2) Belum memiliki gairah hidup yang tinggi, (3) Anak panti asuhan belum memiliki prinsip/pendirian yang kuat, (4) Belum berani mencoba ketika mengalami kegagalan, (5) Belum memiliki kepribadian yang terbentuk lebih matang (6) Merasa khawatir dan ragu atas kemampuan yang dimiliki, (7) Belum melihat kemampuan dan potensi yang ada dalam dirinya, (8) Anak panti asuhan belum percaya bahwa mampu melakukan hal-hal yang hebat, (9) Belum selalu memiliki pemikiran yang positif tentang sekelilingnya, (10) Anak panti asuhan belum memiliki keyakinan hidup untuk maju.

Dengan indikator tersebut maka peneliti mengajukan layanan bimbingan kelompok teknik simulasi untuk meningkatkan sikap optimisme anak panti asuhan, hal ini selaras dengan pendapat Romlah yang merumuskan bahwa bimbingan kelompok teknik simulasi sebagai suatu upaya untuk membantu meningkatkan pemahaman tentang sikap optimisme. Berdasarkan analisis data menunjukkan adanya perbedaan sikap optimisme anak panti asuhan setelah di laksanakan layanan bimbingan kelompok teknik simulasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tingkat sikap optimisme anak panti asuhan Nurul Jannah Kudus setelah dilaksanakan layanan bimbingan

kelompok dengan teknik simulasi menjadi lebih baik. Adapun peningkatan sikap optimisme anak panti asuhan dapat dilihat melalui indikator sikap optimisme anak panti asuhan yaitu:

1. Anak Panti Asuhan Memiliki Pandangan yang Mengarah

Bimbingan kelompok dengan teknik simulasi efektif dalam meningkatkan sikap optimisme anak panti asuhan. Pada indikator ini, anak panti asuhan sudah terlihat memiliki pandangan yang mengarah. Ditunjukkan dengan kejadian yang sering terjadi di panti asuhan bahwa terdapat anak panti asuhan yang belum memiliki pandangan yang mengarah. Dan setelah dilakukan bimbingan kelompok dengan teknik simulasi sudah terlihat adanya perubahan perilaku anak panti asuhan yang sudah mulai memiliki pandangan yang mengarah. Hal ini selaras dengan pendapat yang dikemukakan oleh Romlah (2006: 13) tujuan bimbingan kelompok adalah membantu individu menemukan dirinya, mengarahkan diri dan dapat menyesuaikan dengan lingkungannya.

2. Anak Panti Asuhan Memiliki Gairah Hidup yang Tinggi

Bimbingan kelompok dengan teknik simulasi efektif dalam meningkatkan sikap optimisme anak panti asuhan. Pada indikator ini, anak panti asuhan sudah terlihat memiliki gairah hidup yang tinggi. Ditunjukkan dengan kejadian yang sering terjadi di panti asuhan bahwa terdapat anak panti asuhan yang belum memiliki gairah hidup yang tinggi. Dan setelah dilakukan bimbingan kelompok dengan teknik simulasi sudah terlihat adanya perubahan perilaku anak panti asuhan yang sudah mulai memiliki gairah hidup yang tinggi. Hal ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Ahmadi (2005: 90) menyatakan “simulasi bertujuan agar peserta didik bisa merefleksikan realitas atas kehidupan sehari-hari yang menyenangkan melalui suasana bermainnya, maka kondisi tersebut menarik karena secara langsung siswa terlibat secara mendalam dengan kegiatan bimbingan kelompok”.

3. Anak Panti Asuhan Memiliki Prinsip yang Kuat/Berpendirian

Bimbingan kelompok dengan teknik simulasi efektif dalam meningkatkan sikap optimisme anak panti asuhan. Pada indikator ini, anak panti asuhan sudah terlihat memiliki prinsip/pendirian yang kuat. Ditunjukkan dengan kejadian yang sering terjadi di panti asuhan bahwa terdapat anak panti asuhan yang belum memiliki prinsip yang kuat/berpendirian. Dan setelah dilakukan bimbingan kelompok dengan teknik simulasi sudah terlihat adanya perubahan perilaku anak panti asuhan yang sudah mulai memiliki prinsip yang kuat/berpendirian. Hal ini dikuatkan dengan pernyataan anggota kelompok dan setelah dilakukan bimbingan dengan teknik simulasi sudah terlihat adanya perubahan perilaku anak panti asuhan yang sudah memiliki prinsip yang kuat/berpendirian. Hal ini selaras dengan pendapat Kurniawan (2009: 26) prinsip/pendirian yang kuat merupakan suatu ciri orang yang memiliki sikap optimis. Prinsip yang kuat inilah yang akan membentuk seseorang menjadi lebih yakin atas usaha yang dilakukan akan memberikan keberhasilan dalam masa depan.

4. Anak Panti Asuhan Selalu Mencoba Ketika Mengalami Kegagalan

Bimbingan kelompok dengan teknik simulasi efektif dalam meningkatkan sikap optimisme anak panti asuhan. Pada indikator ini, anak panti asuhan sudah terlihat selalu mencoba ketika mengalami kegagalan. Berdasarkan yang sering terjadi di panti asuhan bahwa terdapat anggota kelompok yang belum mencoba ketika mengalami kegagalan. Dan setelah dilakukan bimbingan kelompok dengan teknik simulasi sudah terlihat adanya perubahan perilaku anak panti asuhan yang sudah selalu mencoba ketika mengalami kegagalan. Hal ini selaras dengan pernyataan yang dikemukakan oleh Kurniawan (2009: 26) orang yang optimis akan mengaggap kegagalan bukan akhir dari sebuah usaha akan tetapi menganggap kegagalan adalah sebuah keberhasilan yang tertunda dan akan memicu orang tersebut agar lebih berusaha dalam mencapai keberhasilan hingga masa depan akan menjadi lebih baik.

5. Anak Panti Asuhan Memiliki Kepribadian yang Terbentuk Lebih Matang

Bimbingan kelompok dengan teknik simulasi efektif dalam meningkatkan sikap optimisme anak panti asuhan. Pada indikator ini, anak panti asuhan sudah terlihat memiliki kepribadian yang terbentuk lebih matang. Ditunjukkan dengan kejadian yang sering terjadi di panti asuhan bahwa terdapat anak panti asuhan yang belum memiliki kepribadian yang terbentuk lebih matang. Dan setelah dilakukan bimbingan kelompok dengan teknik simulasi sudah terlihat adanya perubahan perilaku anak panti asuhan yang sudah mulai memiliki kepribadian yang terbentuk lebih matang. Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Prayitno (2012: 150-151) yang menyatakan tujuan layanan bimbingan kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan. Dalam hal ini, sering menjadi kenyataan bahwa kemampuan bersosialisasi dengan seseorang sering terganggu oleh perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang tidak objektif, sempit dan terkukung serta tidak efektif.

6. Anak Panti Asuhan Tidak Merasa Khawatir dan Ragu Atas Kemampuan yang Dimiliki

Bimbingan kelompok dengan teknik simulasi efektif dalam meningkatkan sikap optimisme anak panti asuhan. Pada indikator ini, anak panti asuhan sudah terlihat tidak merasa khawatir dan ragu atas kemampuan yang dimiliki. Ditunjukkan dengan kejadian yang sering terjadi di panti asuhan bahwa terdapat anak panti asuhan yang merasa khawatir dan ragu atas kemampuan yang dimiliki. Dan setelah dilakukan bimbingan kelompok dengan teknik simulasi sudah terlihat adanya perubahan perilaku anak panti asuhan yang sudah mulai tidak merasa khawatir dan ragu atas kemampuan yang dimiliki. Hal tersebut dapat diketahui dengan adanya peningkatan skor pemahaman sikap optimisme anak panti asuhan setelah diadakan bimbingan kelompok menggunakan teknik simulasi. Hal ini dikuatkan dengan pernyataan Ahmadi (2005: 90) menyatakan “simulasi bertujuan agar peserta didik bisa merefleksikan realitas atas kehidupan sehari-hari yang menyenangkan melalui suasana bermainnya, maka kondisi tersebut menarik karena secara langsung siswa terlibat secara mendalam dengan kegiatan bimbingan kelompok”.

7. Anak Panti Asuhan Selalu Melihat Kemampuan dan Potensi yang Ada Dalam Diri

Bimbingan kelompok dengan teknik simulasi efektif dalam meningkatkan sikap optimisme anak panti asuhan. Pada indikator ini, anak panti asuhan sudah selalu melihat kemampuan dan potensi yang ada dalam diri. Hal ini dikuatkan dengan perilaku anak panti asuhan yang sudah melihat kemampuan dan potensi yang ada dalam diri. Hal tersebut dapat diketahui dengan adanya peningkatan skor pemahaman sikap optimisme anak panti asuhan setelah diadakan bimbingan kelompok dengan teknik simulasi. Hal ini selaras dengan pendapat Aziz (2010: 23) yang menyatakan bahwa keyakinan adalah dasar dari sikap optimisme, maka orang yang optimis tidak akan pernah merasa khawatir dan ragu atas kemampuan yang dimiliki saat ini meskipun memiliki suatu keterbatasan dalam dirinya.

8. Anak Panti Asuhan Percaya Bahwa Mampu Melakukan Hal-Hal yang Hebat

Pada indikator ini, anak panti asuhan sudah terlihat percaya bahwa mampu melakukan hal-hal yang hebat. Berdasarkan yang sering terjadi di panti asuhan bahwa terdapat anak panti asuhan yang belum percaya bahwa mampu melakukan hal-hal yang hebat. Dan setelah dilakukan bimbingan kelompok dengan teknik simulasi sudah terlihat adanya perubahan perilaku anak panti asuhan yang sudah mulai percaya bahwa mampu melakukan hal-hal yang hebat. Hal ini selaras dengan pendapat yang dikemukakan oleh Romlah (2006: 13) tujuan bimbingan kelompok adalah membantu individu menemukan dirinya, mengarahkan diri dan dapat menyesuaikan dengan lingkungannya.

9. Anak Panti Asuhan Selalu Memiliki Pemikiran yang Positif Tentang Sekelilingnya

Bimbingan kelompok dengan teknik simulasi efektif dalam meningkatkan sikap optimisme anak panti asuhan. Pada indikator ini, anak panti asuhan sudah memiliki pemikiran yang positif tentang sekelilingnya. Hal ini dikuatkan dengan perilaku anak panti asuhan yang memiliki pemikiran yang positif tentang masa depan, yakin dengan karir di masa depan, tidak berpikir negatif

tentang masa depan, dan selalu berpikir positif dalam segala suasana. Hal ini selaras dengan pendapat yang di kemukakan oleh Prayitno (2012: 150-151) tujuan layanan bimbingan kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan.

10. Anak Panti Asuhan Memiliki Keyakinan Hidup Untuk Maju

Bimbingan kelompok dengan teknik simulasi efektif dalam meningkatkan sikap optimisme anak panti asuhan. Pada indikator ini, anak panti asuhan sudah terlihat memiliki keyakinan hidup untuk maju. Ditunjukkan dengan kejadian yang sering terjadi di panti asuhan bahwa terdapat anak panti asuhan yang belum memiliki keyakinan hidup untuk maju. Dan setelah dilakukan bimbingan kelompok dengan teknik simulasi sudah terlihat adanya perubahan perilaku anak panti asuhan yang sudah mulai memiliki keyakinan hidup untuk maju. Hal ini selaras dengan penelitian sebelumnya telah dilakukan oleh peneliti yang bernama Ramadhani (2017) yang berjudul "Peningkatan Sikap Toleransi Pergaulan Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Permainan Simulasi" mengemukakan bimbingan kelompok dengan teknik simulasi efektif dalam meningkatkan sikap toleransi pergaulan.

Optimisme anak panti asuhan dalam penelitian ini untuk membangun keyakinan anak panti asuhan atas segala sesuatu dari segi yang baik dan menyenangkan dan sikap anak panti asuhan yang selalu mempunyai harapan baik dalam segala hal. Pada saat peneliti melakukan observasi dan wawancara dengan pengurus panti asuhan, informasi yang diterima oleh peneliti yaitu pada kenyataannya anak panti asuhan belum memahami pentingnya bersikap optimis. Timbulnya sikap optimisme anak panti asuhan yang rendah dikarenakan kurangnya kesadaran dari diri individu. Dari permasalahan yang ada peneliti kemudian memberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik simulasi.

Layanan bimbingan kelompok adalah layanan dalam bimbingan dan konseling yang dilakukan secara berkelompok yang dipimpin oleh pemimpin kelompok dengan membahas suatu topik melalui dinamika kelompok. Keberadaan bimbingan dan konseling di panti asuhan sangat diperlukan. Salah satunya untuk memberikan layanan bimbingan dan konseling kepada anak di panti asuhan melalui layanan bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok dengan teknik simulasi dapat secara efektif membantu untuk meningkatkan sikap optimisme anak panti asuhan. Dengan menggunakan teknik simulasi anggota kelompok dapat bermain untuk meningkatkan sikap optimisme anak panti asuhan. Sehingga anggota kelompok lebih mudah dalam memahami topik yang dibahas dalam bimbingan kelompok. Proses pelaksanaan bimbingan kelompok teknik simulasi peneliti melaksanakan sesuai dengan prosedur tahapan, dengan kegiatan tahapan bimbingan kelompok sebagai berikut: 1. Tahap pembentukan., 2. Tahap peralihan., 3. Tahap kegiatan., dan 4. Tahap pengakhiran.

Kegiatan bimbingan kelompok teknik simulasi peneliti melaksanakan sesuai dengan prosedur tahapan, dengan langkah-langkah pelaksanaan teknik simulasi sebagai berikut: 1. Menyediakan alat simulasi (peraga atau bermain) serta kelengkapannya., 2. Fasilitator menjelaskan tujuan dari simulasi dan sekaligus menjadi fasilitator., 3. Menentukan pemegang peran., 4. Menjelaskan aturan dalam melaksanakan simulasi., 5. Bermain dan berdiskusi., 6. Menyimpulkan hasil diskusi., 7. Menutup kegiatan. Dari penjelasan di atas dapat peneliti simpulkan bahwa proses pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik simulasi, tahapan simulasi akan disesuaikan dengan tahapan bimbingan kelompok, kolaborasi tahapan antara keduanya sebagai berikut: Tahap 1 dan 2 dalam teknik simulasi termasuk dalam tahapan bimbingan kelompok tahap pembentukan. Tahap 3 dan 4 dalam tahapan simulasi termasuk dalam tahap peralihan. Tahap 5 dalam simulasi termasuk tahap kegiatan. Tahap 6 dan 7 dalam simulasi termasuk dalam tahap bimbingan kelompok tahap pengakhiran.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan oleh peneliti bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik simulasi diharapkan dapat meningkatkan sikap optimisme anak panti asuhan. Seperti halnya jurnal yang ditulis oleh Irawan (2009) dengan judul “Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Simulasi untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Antar Pribadi Siswa”. Hasil analisis data menunjukkan adanya peningkatan kemampuan berkomunikasi antar pribadi setelah pelaksanaan treatment pada masing-masing siklus dari tiga siklus yang dilaksanakan adalah sebagai berikut: 1. Pada akhir siklus pertama presentase peningkatan kemampuan berkomunikasi antar pribadi dari data awal setelah diberikan perlakuan adalah sebesar 0,375%. 2. Pada akhir siklus kedua setelah diberikan treatment terdapat peningkatan dari siklus pertama sebesar 12,73%. 3. Pada akhir siklus ketiga setelah diberikan treatment persentase peningkatan dari siklus kedua sebesar 49,50%. Berdasarkan hasil analisis data kemampuan berkomunikasi antar pribadi dengan menggunakan teknik simulasi pada layanan bimbingan kelompok dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik simulasi dapat meningkatkan kemampuan berkomunikasi antar pribadi siswa.

Ada pula jurnal yang ditulis oleh Dewana (2018) dengan judul “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Optimisme Keberhasilan Belajar Siswa”. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap optimisme keberhasilan belajar siswa. Metode penelitian ini adalah eksperimental-kuasi dengan desain penelitian yaitu nonequivalen control group group design. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII MTs yang berjumlah 46 siswa, dan dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok eksperimen 23 siswa dan kelompok kontrol 23 siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu cluster sampling. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah angket yang sudah dikoreksi oleh validator. Uji validitas instrumen menggunakan validitas konstruk, sedangkan uji reliabilitas instrumen menggunakan teknik cronbach alpha dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,914. Analisis data menggunakan uji aplikasi SPSS versi 20.00 dengan analisis uji t independent. Berdasarkan hasil perhitungan yang diperoleh t hitung sebesar 3,688 pada derajat kebebasan (df) 44, kemudian dibandingkan dengan t tabel 0,05 adalah 2,01537, maka t hitung > t tabel, $3,688 > 2,01537$, dengan nilai sign 2 tailed < dari nilai kritik 0,05, yaitu $0,001 < 0,05$. Maka dapat diambil keputusan bahwa H_0 ditolak H_a diterima atau dapat dikatakan layanan bimbingan kelompok dapat berpengaruh terhadap optimisme keberhasilan belajar siswa.

Seperti halnya penelitian yang dilakukan oleh Cahyani (2014) dengan judul “Upaya Meningkatkan Optimisme Berpikir Tentang Masa Depan Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Problem Solving Pada Siswa Kelas XI IPS 3 SMA N 1 Jekulo Kudus Tahun Pelajaran 2013/2014” dari hasil penelitian tindakan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving, 8 siswa yang memiliki optimisme berpikir tentang masa depan rendah memperoleh 134 skor/33,50% (sangat kurang). Setelah diberi layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving pada siklus I, optimisme berpikir tentang masa depan siswa meningkat 103 skor/25,75% sehingga menjadi 237 skor/59,25% (cukup). Pada siklus II optimisme berpikir tentang masa depan siswa meningkat 99 skor/24,75% sehingga menjadi 336 skor/84% (sangat baik). Berdasarkan pembahasan analisis data pada pra siklus sampai siklus II mengalami peningkatan 202 skor/50,50% maka dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving dapat meningkatkan optimisme berpikir tentang masa depan pada siswa kelas XI IPS 3 SMA N 1 Jekulo.

Ada pula penelitian yang dilakukan oleh Ramadhani (2017) yang berjudul “Peningkatan Sikap Toleransi Pergaulan melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Permainan Simulasi pada Siswa Kelas XI E3 SMK Negeri 2 Pati tahun pelajaran 2017/2018” dari hasil penelitian pra siklus sikap toleransi pergaulan siswa diperoleh skor rata-rata 8 dengan persentase 21% masuk dalam kategori sangat kurang. Setelah diberi layanan bimbingan kelompok siklus I

diperoleh hasil skor 13,7 dengan persentase 47% kategori kurang, dan mengalami peningkatan 26%. Pada siklus II memperoleh hasil skor 22 dengan persentase 75% termasuk kategori baik dan mengalami peningkatan 28%. Simpulan yang dapat diambil dari hasil penelitian ini adalah layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan simulasi dapat efektif untuk meningkatkan sikap toleransi pergaulan pada siswa kelas XI E3 SMK Negeri 2 Pati tahun pelajaran 2017/2018.

Dari hasil beberapa penelitian yang menjadi bahan acuan penelitian yang berjudul “Peningkatan Sikap Optimisme Anak Panti Asuhan Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Simulasi di Panti Asuhan Nurul Jannah Kudus” menunjukkan adanya pengaruh positif dengan diberikannya layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan sikap optimisme anak panti asuhan. Dengan demikian layanan bimbingan kelompok teknik simulasi dapat meningkatkan sikap optimisme anak panti asuhan.

Simpulan

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik simulasi untuk meningkatkan sikap optimisme anak panti asuhan mengalami peningkatan. Hal ini ditunjukkan pada hasil observasi kolaborator terhadap peneliti pada siklus I memperoleh skor 65 dengan persentase 65% masuk dalam kategori cukup dan pada siklus II memperoleh skor 86 dengan persentase 86% masuk dalam kategori sangat baik. Jadi, hasil observasi kolaborator terhadap peneliti mengalami peningkatan dari siklus I ke siklus II. Sikap optimisme anak panti asuhan Nurul Jannah Kudus mengalami peningkatan setelah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik simulasi dapat diterima karena memenuhi kriteria indikator keberhasilan dalam kategori baik. Dapat terlihat dari aspek keberhasilan yang menjadi indikator dalam penelitian ini yaitu: anak panti asuhan memiliki prinsip yang kuat/berpendirian, selalu mencoba ketika mengalami kegagalan, merasa yakin atas kemampuan dan potensi yang ada dalam diri, anak panti asuhan percaya bahwa mampu melakukan hal-hal yang hebat, memiliki pemikiran yang positif tentang sekelilingnya serta memiliki keyakinan hidup untuk maju. Pada pra siklus memperoleh skor 16,1 dengan persentase 32% dalam kategori sangat kurang (SK). Setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik simulasi pada siklus I meningkat namun masih dalam kategori cukup yaitu memperoleh skor 26 dengan persentase 52%. Pada siklus II sudah masuk dalam kategori baik (B) dengan skor 39 persentase 78%. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan dari siklus I ke siklus II. Untuk mengembangkan penelitian selanjutnya, dalam mengaplikasikan teori-teori bimbingan dan konseling khususnya layanan bimbingan kelompok dengan teknik simulasi untuk meningkatkan sikap optimisme anak panti asuhan dapat lebih baik dalam proses pelaksanaan dan hasil yang dicapai.

Daftar Pustaka

- Ahmadi, Abu dan Prasetya, Joko Tri. 2005. *Strategi Belajar Mengajar*. Bandung: Pusaka Setia.
- Ali, Mohammad dan Asrori, M. 2005. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aziz, Abdul. 2010. *Aktivasi Berpikir Positif*. Yogyakarta: Kota Biru.
- Cahyani, Erlina Dwi. 2014. *Upaya Meningkatkan Optimisme Berpikir Tentang*

- Masa Depan Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Problem Solving Pada Siswa Kelas XI IPS 3 SMA N 1 Jekulo Kudus Tahun Pelajaran 2013/2014*. Skripsi tidak diterbitkan. Kudus: Universitas Muria Kudus.
- Coraltavris, Carolewade. 2007. *Psikologi*. Semarang: Erlangga.
- Dewana, Fatin. 2018. *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Optimisme Keberhasilan Belajar Siswa*. [online], <http://repository.uinsu.ac.id/4151/>, (diakses tanggal 1 Mei 2019)
- Hanurawan, Fattah. 2012. *Psikologi Sosial. (Suatu Pengantar)*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Irawan, Riza. 2009. *Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Simulasi Untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Antar Pribadi Siswa SMA*. [online], <https://eprints.uns.ac.id/6728/>, (diakses tanggal 21 April 2019).
- Kurniawan, Albert. 2009. *Secret Of Positive Thinking*. Jakarta: Abdika Press.
- Nata, Abuddin. 2009. *Perspektif Islam Tentang Strategi Pembelajaran*. Jakarta: Perdana Media Group.
- Prayitno dan Erman, Amti. 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno. 2012. *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling*. Padang: FIP-UNP.
- Purwoko, Budi dan Titin Indah Pratiwi. 2007. *Pemahaman Individu Teknik Non Tes*. Surabaya: Unesa University Press.
- Rahardjo, Susilo dan Gudnanto. 2011. *Pemahaman Individu Teknik Non Tes*. Kudus: Nora Media Entrepise.
- Ramadhani, Fredy Aditya. 2017. *Peningkatan Sikap Toleransi Pergaulan Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Permainan Simulasi Pada Siswa Kelas XI E3 SMKN 2 Pati Tahun Pelajaran 2017/2018*. Skripsi tidak diterbitkan. Kudus: Universitas Muria Kudus.
- Romlah, Tatiek. 2006. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Rusmana, Nandang. 2009. *Bimbingan dan Konseling Kelompok di Sekolah (Metode, Teknik, dan Aplikasi)*. Bandung: Rizqi Press.
- Salahuddin, Anas. 2010. *Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Pustaka Setia.
- Sanjaya, Wina. 2016. *Strategi Pembelajaran*. Jakarta: Kencana.
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Sujarweni, Wiratna. 2014. *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Sukardi, Dewa Ketut. 2002. *Pengantar Pelaksana Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukardi, Dewa Ketut dan Nila Kusmawati. 2008. *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.

-
- Sukiman. 2011. *Penelitian Tindakan Kelas untuk Guru Pembimbing (Bimbingan dan Konseling)*. Yogyakarta: Paramitra Publishing.
- Sukmadinata, dkk. 2003. *Materi Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Mutiara.
- Suryanto, Bondan Agus. 2008. *Six Basic Energy*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Tambunan, Email H. 2007. *Kepribadian Seutuhnya*. Bandung: Indonesia.
- Tohirin. 2011. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Madrasah*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Zamroni, E. (2016). Counseling Model Based on Gusjigang Culture: Conceptual Framework of Counseling Model Based on Local Wisdoms in Kudus. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 6(2), 116-125.
- Zamroni, E. (2016). Urgensi career decision making skills dalam penentuan arah peminatan peserta didik. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 2(2).