

LOSING THEM DOESN'T MAKE US LOSE : THERAPEUTIC GROUPWORK SEBAGAI WADAH BAGI REMAJA YANG MENGALAMI KEHILANGAN, KOLABORASI CENTRA MITRA REMAJA PKBI SUMUT

Najla Yasmin¹, Dra. Berlianti, M.SP²

Program Studi Kesejahteraan Sosial , Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Sumatera Utara

Kota Medan, Indonesia

Email : najlayasmin379@gmail.com¹
berlianti@usu.ac.id²

ABSTRAK

Losing them doesn't make us lose merupakan tema dari therapeutic groupwork yang menjawab dari kasus kesehatan mental pada remaja yang mengalami kehilangan semasa hidupnya dan mengganggu kondisi sejahtera psikis mereka. Therapeutic groupwork ialah salah satu metode utama intervensi pekerja sosial yang bertujuan untuk membantu atau menyembuhkan masalah yang dihadapi klien melalui kelompok (*groupwork*). Metode kegiatan yang dilakukan meliputi pertama *engagement, intake, contract*, kedua *assessment*, ketiga *plan of intervention*, keempat *intervention*, kelima *monitoring*, keenam *evaluation* dan terakhir *termination*. *therapeutic groupwork* akan hadir dengan pendekatan terapi psikoanalisis dengan teknik *talking cure*. Teknik *talking cure* adalah teknik terapi awal yang diciptakan oleh Freud dan Breuer, di mana klien dibina hubungan baik dengan ahli profesional (pekerja sosial, psikolog, dokter) untuk kemudian bercerita tentang pengalaman masa lalunya. Klien didorong untuk mengungkapkan perasaan dan pengalaman yang membuatnya tidak nyaman, sehingga dapat melepaskan tekanan dan memperoleh kelegaan emosional. *Therapeutic groupwork* akan dilakukan dalam beberapa kali pertemuan. Dalam kegiatan ini melibatkan 4 klien yang pernah/sedang mengalami kehilangan, penulis, Relawan Centa Mita Remaja dan Konselor PKBI SUMUT. Therapeutic groupwork ini diharapkan dapat menjadi wadah bagi remaja yang pernah/sedang mengalami kehilangan untuk saling membasuh sehingga mereka tidak merasa terisolasi dan mereka dapat menerima dalam memaknai kehilangan sebagai bagian alami dari daur kehidupan.

Kata Kunci : therapeutic groupwork, remaja, kehilangan

ABSTRACT

Losing them doesn't make us lose is the theme of therapeutic groupwork which answers mental health cases in teenagers who experience loss during their lives and this disturbs their psychological well-being. Therapeutic groupwork is one of the main methods of social worker intervention that aims to help or cure problems faced by clients through groups (groupwork). The methods of activities carried out include first engagement, intake, contract, second assessment, third plan of intervention,

Article History

Received: Juni 2025
Reviewed: Juni 2025
Published: Juni 2025

Plagiarism Checker No
234.KK.443

Prefix DOI :
10.9765/Krepa.V218.3784

Plagiarism Checker No 234
Prefix DOI : Prefix DOI :
10.8734/Krepa.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Krepa



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

fourth intervention, fifth monitoring, sixth evaluation and finally termination. Therapeutic groupwork will be present with a psychoanalytic therapy approach with the talking cure technique. The talking cure technique is an early therapy technique created by Freud and Breuer, where clients are fostered with good relationships with professional experts (social workers, psychologists, doctors) to then tell stories about their past experiences. Clients are encouraged to express feelings and experiences that make them uncomfortable, so that they can release pressure and gain emotional relief. Therapeutic groupwork will be carried out in several meetings. This activity involved 4 clients who had/were experiencing loss, the author, Centa Mita Remaja Volunteers and PKBI SUMUT Counselors. This therapeutic groupwork is expected to be a forum for teenagers who have/are experiencing loss to cleanse each other so that they do not feel isolated and they can accept and interpret loss as a natural part of the life cycle.

Keywords: *therapeutic groupwork, teenagers, loss*

PENDAHULUAN

Kesehatan mental adalah kondisi di mana seseorang menyadari potensi dirinya, mampu mengatasi stres kehidupan sehari-hari, bekerja secara produktif, dan memberikan kontribusi positif bagi masyarakat (WHO, 2022). Aspek ini sangat penting untuk mencapai kehidupan yang sejahtera. Remaja sering kali menghadapi tantangan dalam hal kesehatan mental. Secara global, diperkirakan satu dari tujuh (14%) anak usia 10-19 tahun mengalami gangguan kesehatan mental, namun sayangnya banyak yang tidak menyadari atau mendapatkan perawatan yang dibutuhkan (WHO, 2022).¹ Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 25 Tahun 2014, remaja adalah individu berusia 10-18 tahun², periode yang ditandai dengan perubahan fisik, kognitif, dan psikososial. Meskipun data statistik menunjukkan angka yang lebih rendah dibandingkan masalah kesehatan lainnya, penting untuk menemukan solusi yang tepat agar remaja yang mengalami gangguan kesehatan mental dapat menyadari dan mengatasi masalah tersebut. Salah satu masalah utama yang dapat memicu gangguan kesehatan mental pada remaja adalah perasaan kehilangan.

Kehilangan adalah kondisi di mana seseorang berpisah dengan sesuatu yang sebelumnya dimiliki, baik sebagian maupun sepenuhnya. Remaja sering kali merasa terpuruk dan bingung menghadapi masa depan ketika mengalami kehilangan. Pada saat seperti ini, mereka membutuhkan ruang untuk berbagi dan mendapatkan dukungan positif. Menurut Fadillah R dan Pratiwi A (2024), interaksi positif dengan teman sebaya dapat memberikan dukungan

¹ World Health Organization (WHO). "Kesehatan Mental." (2022, 17 Juni). Diakses pada 4 Juni dari <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

² Peraturan Menteri Kesehatan RI NO 25 tahun 2014

sosial yang memperkuat mereka dalam mengenali identitas sosial³ dan berfungsi secara sosial dengan baik. Oleh karena itu, program yang direncanakan adalah penyelenggaraan *therapeutic groupwork* yang melibatkan remaja sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan. Program ini akan melibatkan Direktur PKBI SUMUT, CMR (Centra Mitra Remaja), klien, dan penulis. Tujuan dari program ini adalah menyediakan ruang bagi remaja untuk mengatasi perasaan kehilangan yang dialami dan memastikan mereka tidak merasa terisolasi dengan masalah pribadi mereka.

METODE

Praktek pekerja sosial menggunakan pendekatan kualitatif digunakan untuk memahami secara mendalam fenomena sosial dan pengalaman klien dalam konteks alami mereka. Pendekatan ini menekankan pada eksplorasi makna dan interaksi sosial melalui data non-numerik seperti wawancara dan observasi, sehingga penulis dapat memperoleh gambaran lengkap dan bermakna mengenai masalah yang dialami klien. Menurut Moleong (2012), Penelitian kualitatif bertujuan memahami fenomena secara holistic dengan deskripsi kata-kata dan bahasa dalam konteks alamiah⁴ sehingga sesuai untuk praktek pekerja sosial yang fokus pada intervensi individual, kelompok dan komunitas.

Metode observasi dan wawancara merupakan teknik utama dalam praktek pekerja sosial untuk mengumpulkan data dan membangun relasi terhadap klien. Observasi membuat pekerja mengamati perilaku, interaksi dan lingkungan klien secara langsung. Sementara itu, wawancara adalah proses interaksi yang bertujuan untuk menggali informasi mendalam tentang masalah atau apapun yang dibutuhkan untuk mengintervensi klien.

TEMPAT DAN WAKTU

Pelaksanaan Therapeutic Groupwork dilakukan dalam empat kali pertemuan.

Tempat : PKBI SUMUT, Jl Multatuli No 34X, Hamdan Kec. Medan Maimun

Waktu Pelaksanaan Kegiatan : April, Mei dan Juni 2025

METODE KEGIATAN

Metode pelaksanaan therapeutic group dilakukan dengan tahapan metode groupwork⁵:

1. Intake, Engagement, Contract

Penulis melakukan praktek pekerja sosial di lembaga swadaya masyarakat yaitu PKBI (Perkumpulan Keluarga Berencana Indonesia) SUMUT. PKBI memiliki program yaitu Klinik PKBI dan CMR (Centra Mitra Remaja). Dalam melakukan praktik kami berkolaborasi dengan salah satu komunitas yang menjadi program PKBI yaitu CMR. Pada tahap ini penulis melakukan pendekatan dengan membangun hubungan yang baik pada relawan-relawan komunitas CMR. Setelah itu penulis juga membuat contract dan mendiskusikan terkait praktek pekerja sosial yang akan dilakukan dengan Direktur PKBI SUMUT dan Peer Leader CMR. Penulis juga menjelaskan bagaimana praktek yang akan dilakukan. Sebenarnya sudah ada rancangan garis

³ Sikumbang, E. S., Saragih, I. A. P., Siregar, P. A., Fadillah, I., Rahmanda, L., Ginting, R. A. B., ... & Winanti, S. F. (2024). Pengaruh Teman Sebaya Terhadap Perkembangan Gender di Kalangan Mahasiswa. *Journal of Gender and Social Inclusion in Muslim Societies*, 5(2), 101-112.

⁴ Lexy, Moleong. 2012. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya

⁵ Muayyadah, S., & Bengkel, B. (2023). Meningkatkan Percaya Diri Anak Panti Asuhan dalam Penggunaan Bahasa Inggris dengan Metode Groupwork. *ABDISOSHUM: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sosial dan Humaniora*, 2(1), 30-36.

besar untuk program apa yang akan dilakukan sehingga dalam melakukan tahap-tahap sudah ada goal yang dibuat. Dalam diskusi dengan Direktur PKBI dan Peer Leader CMR disepakati bahwa project yang akan dilakukan tentang kesehatan mental dengan fokus kasus yaitu remaja -remaja yang mengalami kehilangan semasa hidupnya. Remaja tersebut akan dibuat dalam suatu kelompok sehingga dilakukan dengan metode Groupwork. Project ini dilaksanakan dengan berkolaborasi antar penulis dengan PKBI dan Komunitas CMR.

2. Assessment

Pada tahap ini, penulis melakukan *assessment* dengan beragam bentuk di mana tidak terfokus hanya satu tool saja. Pertama kali penulis melakukan *assessment* dengan dua orang dari komunitas CMR dengan mendiskusikan terkait masalah kesehatan mental khususnya kasus kehilangan yang berdampak bagi remaja. Dua orang dari Komunitas CMR juga termasuk dari kriteria target sasaran dalam groupwork. Adapun pertanyaan yang ditanyakan dalam sesi asesmen dengan relawan CMR yaitu :

1. Masalah apa yang sering dialami oleh remaja?
2. Bagaimana remaja dalam menghadapi masalah tersebut?
3. Hal apa yang membuat remaja terganggu kesehatan mentalnya?
4. Peran teman sebaya sangat penting ketika kita berada pada fase remaja, namun apakah keberadaan teman sebaya selalu membawa dampak positif?
5. Bagaimana pandangan teman-teman terkait kehilangan?
6. Apakah kehilangan dapat menyebabkan hal yang fatal bagi diri remaja?
7. Masalah apa yang sering timbul dalam menghadapi kehilangan?
8. Apa yang teman-teman lakukan ketika mengalami kehilangan?
9. Bagaimana solusi yang tepat apabila remaja sedang merasa sedih akan kehilangan dan merasa tidak memiliki siapa-siapa sebagai tempat untuk berkeluh kesah ?

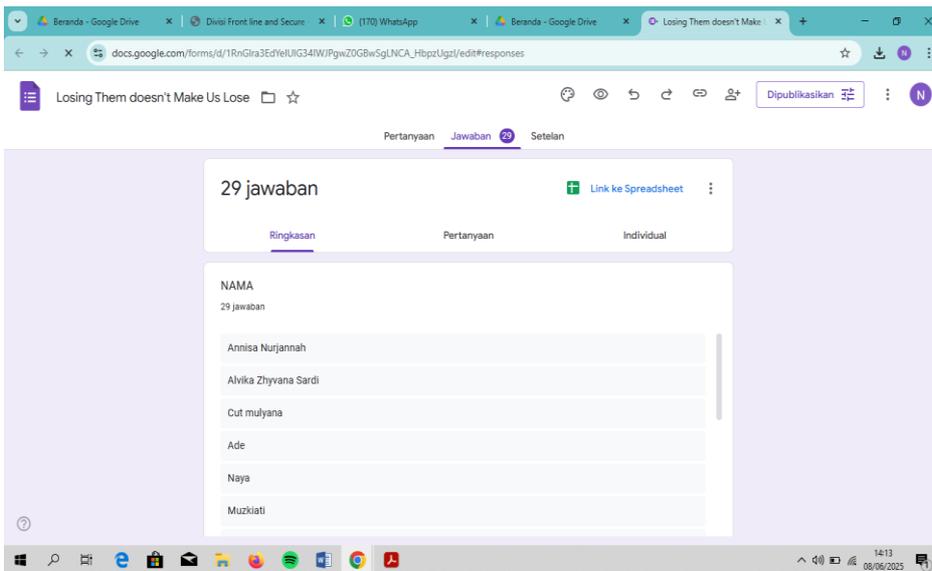


Gambar 1.1 *Assesment*

Setelah melakukan diskusi dengan relawan CMR dan menambah insight terkait project yang akan dijalankan. Hasil dari diskusi tersebut bahwa menurut dua orang relawan CMR berdasarkan pengalaman pribadi dan sekitarnya, kesehatan mental masih jarang mendapatkan fokus dalam penanganan dan kehilangan adalah salah satu akar yang akan melahirkan dampak-dampak baru apabila trauma terhadap kehilangan tidak mendapat solusi yang tepat. Maka al tersebut memperkuat dalam pelaksanaan project, setelah itu penulis mencari individu yang berumur 17-22 tahun yang pernah mengalami kehilangan dan sangat membekas di kehidupannya. Penulis membuat google form dan menyebarkannya melalui teman, komunitas dan lainnya. Adapun pertanyaan-pertanyaan yang tertera dalam google form yaitu :

1. Nama
2. Umur

3. Jenis Kelamin
4. Alamat
5. Apakah anda sering mengalami kehilangan? Jika iya, kehilangan apa saja?
6. Kapan anda terakhir mengalami kehilangan dan kehilangan apa yang kamu alami?
7. Apa dampak yang ditimbulkan di diri anda dari peristiwa kehilangan tersebut?
8. Seberapa besar pengaruh peristiwa kehilangan tersebut pada hidup kamu?
9. Apa yang kamu lakukan ketika mengalami kehilangan?
10. Apakah anda terbuka untuk menceritakan apa yang anda rasakan?



Gambar 1.2 Assessment 2

Setelah menyebarkan google form, penulis mengambil 4 orang yang sesuai dengan kriteria untuk bergabung dalam groupwork yang akan dilakukan. Empat orang tersebut diarahkan untuk datang ke Aula PKBI SUMUT sesuai dengan jadwal yang sudah ditentukan. Dalam pertemuan pertama dilakukan assessment kepada empat orang tersebut dengan *tool* pekerja sosial yaitu *social life road*. *Social life road* ialah alat untuk menggambarkan tentang perjalanan hidup seseorang di mana pada garis gelombang bagian atas menjelaskan tentang hal-hal yang baik atau yang disenangi, sedangkan bagian bawah menjelaskan tentang hal-hal yang kurang disenangi dalam perjalanan hidup atau dari masa lalu. Masing-masing klien diarahkan untuk menggambar dan setelah itu menjelaskan secara bergantian.



Gambar 1.3 Menjelaskan *Assessment Tool*



Gambar 1.4 Klien Menggambar dengan *Tool SLR (Social Life Road)*

3. Plan Of Intervention

Setelah mendapatkan informasi dari *assessment* yang sudah dilakukan, penulis merencanakan untuk membuat *groupwork* yang berorientasi pada penyembuhan. Menurut Benjamin, Bessan dan Watss, (1997) ada tiga perspektif yang berkembang dalam *groupwork* yaitu pertama perspektif yang berorientasi pada penyembuhan seperti *social control groupwork* dan *therapeutic groupwork*, kedua perspektif resipkoral yang biasanya digunakan untuk individu yang mengalami gangguan napza dan ingin mengubah hidupnya, ketiga perspektif yang bertujuan pada tujuan sosial.⁶ Maka dari itu direncanakan intervensi yang akan kehilangan yang ternyata masih membekas dan membutuhkan sesuatu yang bisa menyembuhkan walaupun tidak sepenuhnya. Dalam tahap *assessment* ketika mereka menjelaskan *social life road* yang telah mereka gambar, tiga orang dari mereka mengakui bahwa selama ini mereka tertutup untuk menceritakan baik ataupun buruk pengalaman yang mereka alami karena belum merasakan aman dengan orang ataupun tempat sekitarnya. *Therapeutic groupwork* ini juga dibuat berdasarkan teori hierarki kebutuhan dasar manusia menurut Abraham Maslow yaitu ditingkat kedua terdapat *safety and security needs* di mana salah satu kebutuhan dasar manusia yaitu merasakan keamanan dalam menjalani kehidupan sehari-hari⁷ termasuk untuk berbagi cerita.

Tema dari *groupwork* yang penulis buat yaitu *Losing Them Doesn't Make Us Lose*. Adapun makna dari tema *therapeutic groupwork* ini ialah penulis berharap agar moment kehilangan yang dirasakan oleh klien dapat diterima karena datang dan pergi proses alami dalam kehidupan, klien dapat berpikir jernih dalam mengambil tindakan dari dampak yang ditimbulkan sehingga peristiwa tidak membuat klien kalah dalam menghadapi keadaan. Maka dari itu *therapeutic groupwork* akan hadir dengan pendekatan terapi psikoanalisis dengan teknik *talking cure*. Teknik *talking cure* adalah teknik terapi awal yang diciptakan oleh Freud

⁶ Adi Isbandi R.2013. Kesejahteraan Sosial (Pekerjaan Sosial, Pembangunan Sosial, dan Kajian Pembangunan). Jakarta: Rajagrafindo Persada

⁷ Hadori, M. (2015). Aktualisasi-Diri (Self-Actualization); Sebuah Manifestasi Puncak Potensi Individu Berkepribadian Sehat (Sebuah Konsep Teori Dinamika-Holistik Abraham Maslow). *LISAN AL-HAL: Jurnal Pengembangan Pemikiran dan Kebudayaan*, 9(2), 207-220.

dan Breuer, di mana klien dibina hubungan baik dengan ahli profesional (pekerja sosial, psikolog, dokter) untuk kemudian bercerita tentang pengalaman masa lalunya. Klien didorong untuk mengungkapkan perasaan dan pengalaman yang membuatnya tidak nyaman, sehingga dapat melepaskan tekanan dan memperoleh kelegaan emosional.⁸ Proses ini dapat menghasilkan "catharsis," yaitu keadaan di mana pasien bebas mengungkapkan perasaan dan pengalaman yang dialami selama proses terapi. *Therapeutic groupwork* akan dilakukan dalam beberapa kali pertemuan. Konselor PKBI hadir di salah satu sesi untuk membantu dalam menggali dan memecahkan masalah. Forum ini dibuat senyaman mungkin agar klien dapat bercerita dan meluapkan hal-hal yang selama ini bersembunyi di tubuh mereka.

4. Intervention

Pada tahap ini, intervensi akan dilakukan dalam beberapa pertemuan. Mekanisme yang akan dilakukan seperti perencanaan intervensi yang sudah dibuat.



Gambar 2.1 Intervensi

Penjelasan : Pertemuan ini dihadiri oleh 4 klien, penulis dan peer leader CMR. Pertemuan ini klien diberikan kesempatan untuk memberikan pandangan tentang kehilangan secara umum. Setiap klien bergantian dan saling menanggapi satu dengan lain. Penulis dan peer leader CMR membawa forum ini sesuai dengan rencana sudah sudah dibuat.



⁸Trinurmi, S. (2021). Teknik Terapi Kelompok (Group Therapy). *Al-Irsyad Al-Nafs: Jurnal Bimbingan Dan Penyuluhan Islam*, 8(1).

Gambar 2.2 Intervensi Bersama Direktur PKBI SUMUT

Penjelasan : Pertemuan ini dihadiri oleh 4 klien, penulis, Direktur PKBI SUMUT yang berpengalaman menjadi konselor dan relawan CMR. Pada sesi ini konselor mengarahkan setiap klien untuk menceritakan hal-hal yang dirasakan ataupun hal-hal traumatic yang pernah dialami tapi belum pernah mereka ceritakan sebelumnya. Konselor juga memberi tanggapan di setiap cerita dan memberikan kesempatan untuk penulis serta klien untuk menanggapi setiap cerita yang dibagikan. Sesi ini berlangsung sekitar 130 menit dan pada sesi ini juga semua emosional tumpah dalam satu wadah yang sama. Setiap klien merenungi cerita yang ia bagikan dan juga cerita yang klien lain bagikan. Derai air mata memenuhi pelupuk beberapa klien dan konselor memberikan beberapa alternative solusi ke setiap klien sesuai dengan masalah yang mereka hadapi. Sesi ini berjalan begitu luar biasa, penulis merasakan prinsip ke 6 dari pekerja sosial yaitu *self awareness* teruji pada saat itu.



Gambar 2.3 Intervensi dengan Seni

Penjelasan : Pertemuan ini dihadiri oleh 4 orang klien, penulis dan sekretaris CMR. Pada sesi ini klien diarahkan untuk menggambarkan sesuatu yang berhubungan dengan hidupnya. Di akhir sesi setiap klien menjelaskan yang telah digambar dan diberikan waktu untuk klien yang lain apabila ingin memberi tanggapan. Sesi ini berlalu sangat syahdu dan hangat, semua melebur dalam goresan yang mereka buat.

5. Monitoring

Pada tahap ini penulis melakukan pemantauan terkait sejauh mana klien sudah bisa menerima peristiwa yang mereka alami. Penulis juga memastikan bahwa intervensi berjalan dengan baik melalui pertanyaan-pertanyaan dalam diskusi therapeutic groupwork. Setiap klien menceritakan perubahan apa yang sudah di alami selama intervensi dilakukan.

6. Evaluation

Pada tahap ini, penulis melakukan evaluasi dengan Model CIPP (Context, Input, Process, Product)⁹ dengan teknik tes lisan.

⁹ Suryadin, A., Sari, W. P., & Nurfitriani, M. P. (2022). *Evaluasi Program Model CIPP (Context, Input, Process, and Product) antara Teori dan Praktiknya*. Samudra Biru. Suryadin, A., Sari, W. P., & Nurfitriani, M. P. (2022). *Evaluasi Program Model CIPP (Context, Input, Process, and Product) antara Teori dan Praktiknya*. Samudra Biru.

- Context

Berdasarkan hasil assessment yang sudah dilakukan bahwa masalah yang dialami oleh klien adalah masalah kesehatan mental khususnya dalam peristiwa kehilangan semasa hidup klien. Kehilangan yang dimaksud ialah kehilangan orang yang disayang ataupun kehilangan diri mereka sendiri.

- Input

Program yang dilakukan dengan perspektif therapeutic groupwork (Benjamin, Bessan dan Watss, 1997) dan berdasarkan teori Abraham Maslow yaitu ditingkat kedua terdapat *safety and security needs* di mana salah satu kebutuhan dasar manusia yaitu merasakan keamanan dalam menjalani kehidupan sehari-hari termasuk untuk berbagi cerita. Input mencakup therapeutic dengan pendekatan psikoanalisis dan teknik talking cure. Tidak hanya itu, namun juga menggunakan pelepasan seni di mana klien diarahkan untuk menggambar yang berhubungan dengan hidup klien.

- Process

Pada saat melakukan intervensi, setiap klien berpartisipasi aktif untuk saling bercerita, mendengarkan dan menanggapi. Penulis, konselor dan relawan CMR juga membantu menghangatkan therapeutic groupwork yang dilakukan.

- Product

Setelah dilakukannya beberapa pertemuan tersebut, klien merasakan ada perubahan dalam dirinya. Mereka menyadari bahwa setiap orang memiliki masalah dihidupnya dan mereka tidak merasa terisolasi akan masalah yang pernah atau sedang dihadapi. Mereka juga senang dapat saling bercerita dan mendengarkan walaupun diantara mereka ada yang baru kenal pada saat therapeutic groupwork dilakukan. Mereka berusaha menerima keadaan dan mendapatkan pandangan baru dari saran-saran yang diberikan baik dari konselor, penulis ataupun sesama klien.

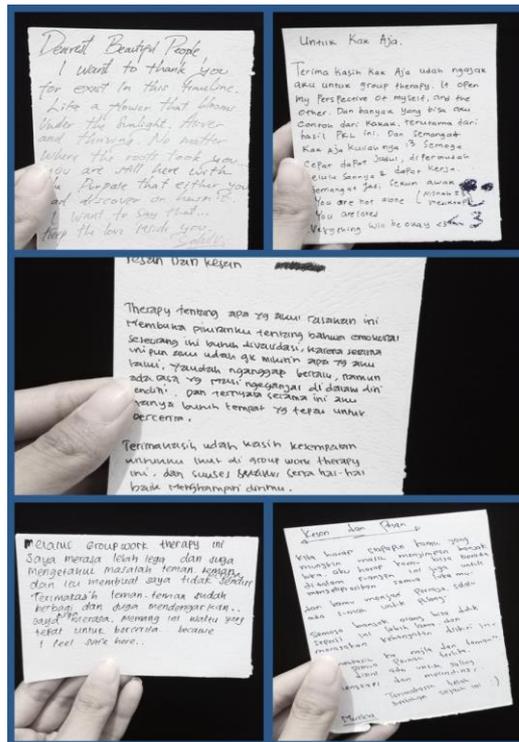


Gambar 3.1 Evaluasi

7. Termination

Setelah melakukan evaluasi, penulis mengarahkan klien untuk memberikan kesan dan pesan selama therapeutic groupwork berlangsung dan penulis juga membuat surat untuk setiap klien. Setelah itu, maka dilakukan terminasi yang bertujuan untuk mengakhiri

therapeutic groupwork yang sudah dilakukan, penulis juga memberi saran dan motivasi untuk klien menghadapi kehidupannya masing-masing. Sesi ini ditutup dengan penulis mengutip quote dari satu buku yang berbunyi *“the real problem is not the problem itself but the way we see the problem”*. Maka selesai lah praktek ini yang disambut dengan hangatnya kesan pesan yang diberikan.



Gambar 4.1 Surat Kesan dan Pesan Klien

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Therapeutic Groupwork dilakukan dalam beberapa pertemuan pada Bulan April, Mei dan Juni 2025. Tahapan-tahapan kegiatan dilakukan berdasarkan tahapan Groupwork menurut ahli Zastrow. Groupwork yang melibatkan 4 remaja pernah/sedang mengalami kehilangan (klien), penulis, Direktur PKBI SUMUT dan Relawan CMR berjalan dengan lancar dan sesuai rencana. Kegiatan ini berfokus pada pentingnya wadah bagi para remaja untuk mengekspresikan emosi negatifnya dan tidak terisolasi dengan masalah yang menyimpannya. Berdasarkan hasil intervensi yang sudah dilakukan kegiatan ini memberikan hasil sebagai berikut :

1. Klien Memiliki Ruang Aman untuk Bercerita

Berdasarkan kesan para klien dalam mengikuti kegiatan ini ialah mereka bisa mengungkapkan perasaan yang selama ini dipendam karena mereka merasa aman untuk membagikannya.

2. Menambah Keterampilan dalam Mendengarkan dan Mengapresiasi Orang Lain

Dalam therapeutic groupwork setiap klien memiliki kesempatan untuk bercerita dan menanggapi setiap cerita. Hal ini menimbulkan sifat keterampilan dalam menghormati cerita orang lain yaitu mendengarkan dengan seluruh tubuh tidak hanya telinga tapi mata, mimik wajah dan gerak tubuh. Setiap satu orang klien cerita, klien lain memberikan apresiasi untuknya karena sudah berani mengungkapkan.

3. Klien Tidak Merasa Sendiri

Selama ini, dengan masalah kehilangan yang menimpa klien membuatnya buta dan semakin terpuruk dengan tumpukan-tumpukan renungan tentang dirinya. Dengan therapeutic groupwork yang dihadiri dengan empat klien, mereka tidak merasa terisolasi atas masalah yang dihadapi. Hal itu dikarenakan mereka juga mendengarkan cerita-cerita kehilangan klien-klien yang lain.

4. Pola Pikir

Perubahan pada pola pikir klien terhadap masalah yang dihadapi. Dengan dibagikannya cerita dan timbulnya saran dari konselor membuat mereka berpikir lebih matang dan jernih terhadap dirinya. Kadang kita diselimuti rasa gelap, namun ketika membaginya setitik cahaya akan timbul dan merubah persepsi yang ada.

KESIMPULAN

Therapeutic Groupwork yang dilakukan di lembaga swadaya masyarakat yaitu Perkumpulan Keluarga Berencana Indonesia SUMUT dan berkolaborasi dengan CMR (Centra Mitra Remaja) yang mana bagian dari program kerja PKBI berjalan dengan lancar. Penulis dapat mempraktekkan langsung teori ataupun metode yang sudah diperoleh selama menjadi mahasiswa Program Studi Kesejahteraan Sosial. Metode groupwork dilakukan dengan tahapan pertama *engagement, intake, contact*, kedua *assessment*, ketiga *plan of intervention*, keempat *intervention*, kelima *monitoring*, keenam *evaluation* dan ketujuh *termination*. *Therapeutic groupwork* berjalan sesuai dengan rencana dengan dukungan PKBI SUMUT, CMR dan klien yang kooperatif. Hasil intervensi memuaskan pihak penulis dan klien karena mencapai titik baik di masing-masing pihak.

SARAN

Saran yang dapat diberikan adalah agar Lembaga Swadaya Masyarakat ataupun Pemerintahan dapat membuat program sebagai wadah para remaja untuk mencurahkan apa yang ada dibenaknya yang berisi lebih dari satu orang klien dan terdapat ahli profesiona di dalamnya. Hal itu agar para remaja tidak merasa terisolasi atas masalah yang menimpa dan tidak salah tempat untuk membagikan kisah.

DAFTAR PUSTAKA

Rahmawaty, F., Silalahi, R. P., & Mansyah, B. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental pada Remaja: Factors Affecting Mental Health in Adolesents. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, 8(3), 276-281.

World Health Organization (WHO). "Kesehatan Mental."(2022,17 Juni). Diakses pada 4 Juni dari <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Peraturan Menteri Kesehatan RI NO 25 tahun 2014

Lexy, Moleong.2012. *Metodologi Penelitian Kualitatif*.Bandung: PT. Remaja Rosdakarya

Sikumbang, E. S., Saragih, I. A. P., Siregar, P. A., Fadillah, I., Rahmanda, L., Ginting, R. A. B., ... & Winanti, S. F. (2024). Pengaruh Teman Sebaya Terhadap Perkembangan Gender di Kalangan Mahasiswa. *Journal of Gender and Social Inclusion in Muslim Societies*, 5(2), 101-112.

Muayyadah, S., & Bengkel, B. (2023). Meningkatkan Percaya Diri Anak Panti Asuhan dalam Penggunaan Bahasa Inggris dengan Metode Groupwork. *ABDISOSHUM: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sosial dan Humaniora*, 2(1), 30-36.

Hadori, M. (2015). Aktualisasi-Diri (Self-Actualization); Sebuah Manifestasi Puncak Potensi Individu Berkepribadian Sehat (Sebuah Konsep Teori Dinamika-Holistik Abraham Maslow). *LISAN AL-HAL: Jurnal Pengembangan Pemikiran dan Kebudayaan*, 9(2), 207-220.

Adi Isbandi R.2013.Kesejahteraan Sosial (Pekerjaan Sosial, Pembangunan Sosial, dan Kajian Pembangunan). Jakarta: Rajagrafindo Persada.

Trinurmi, S. (2021). Teknik Terapi Kelompok (Group Theraphy). *Al-Irsyad Al-Nafs: Jurnal Bimbingan Dan Penyuluhan Islam*, 8(1).

Suryadin, A., Sari, W. P., & Nurfitriani, M. P. (2022). *Evaluasi Program Model CIPP (Context, Input, Process, and Product) antara Teori dan Praktiknya*. Samudra Biru. Suryadin, A., Sari, W. P., & Nurfitriani, M. P. (2022). *Evaluasi Program Model CIPP (Context, Input, Process, and Product) antara Teori dan Praktiknya*. Samudra Biru.