

PRAKTIK CASE WORK PEKERJA SOSIAL UNTUK PEMULIHAN KEPERCAYAAN DIRI ANAK DENGAN PENDEKATAN STRENGTH-BASED MELALUI JOURNALING DAN TERAPI SENI

Jihan Zhafira¹, Tuti Atika².

Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Universitas Sumatera Utara

Email : jihanzhafira@students.usu.ac.id¹
tuti.atika@usu.ac.id²

ABSTRAK

Artikel ini merupakan hasil praktik kerja lapangan (PKL) mahasiswa Kesejahteraan Sosial yang bertujuan membantu anak yang mengalami penelantaran emosional melalui pendekatan strength-based dan metode casework. Klien adalah seorang anak usia 12 tahun yang mengalami kesulitan dalam mengekspresikan emosi dan memiliki kepercayaan diri yang rendah akibat pengalaman sosial negatif di lingkungan sekolah dan keterbatasan dukungan emosional dari keluarga. Intervensi dilakukan melalui kegiatan journaling (menulis ekspresif) dan terapi seni DIY (membuat cincin manik-manik), yang dirancang untuk meningkatkan keterampilan ekspresi emosi, membangun rasa percaya diri, dan memperkuat peran sosial anak. Hasil intervensi menunjukkan kemajuan signifikan pada klien dalam hal kemampuan ekspresi, partisipasi sosial, dan peran aktif di komunitas Rumah Pintar. Artikel ini memperkuat pentingnya pendekatan berbasis kekuatan dalam praktik pekerjaan sosial terhadap anak-anak rentan secara psikososial.

Kata Kunci : anak terlantar, penelantaran emosional, casework, strength-based, journaling, terapi seni

ABSTRACT

This article is the outcome of a social work practicum aimed at supporting a child experiencing emotional neglect through a strength-based and casework approach. The client, a 12-year-old child, struggled to express emotions and had low self-confidence due to negative social experiences at school and limited emotional support from the family. Interventions were carried out through journaling (expressive writing) and DIY art therapy (beaded ring making), designed to enhance emotional expression, build self-confidence, and strengthen social roles. The intervention results showed significant improvements in the client's emotional regulation, social participation, and active engagement at the Rumah Pintar community. This article

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](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)
[Attribution-NonCommercial](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)
[4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

reinforces the importance of strength-based approaches in social work practice for psychologically vulnerable children.

Keywords: neglected children, emotional neglect, casework, strength-based, journaling, art therapy

PENDAHULUAN

Anak merupakan individu yang belum mencapai usia 18 tahun, termasuk yang masih dalam kandungan (UU RI No. 35 Tahun 2014). Namun, tidak semua anak dapat menikmati masa tumbuh kembang yang layak. Salah satu kelompok rentan yang memerlukan perhatian khusus adalah anak terlantar, yaitu anak yang kebutuhan fisik, mental, spiritual, dan sosialnya tidak terpenuhi secara wajar karena kelalaian atau ketidakhadiran orang tua (UU RI No. 35 Tahun 2014; UU No. 4 Tahun 1979). Kementerian Sosial RI mengkategorikan anak terlantar sebagai bagian dari Pemerlu Pelayanan Kesejahteraan Sosial (PPKS), terutama mereka yang mengalami perlakuan salah, kehilangan hak asuh, atau berasal dari keluarga fakir miskin (Permensos No. 3 Tahun 2021). Penelantaran anak, khususnya dalam bentuk penelantaran emosional, memiliki dampak jangka panjang yang serius terhadap perkembangan psikososial anak.

Spratt et al. (2012) menyebut bahwa penelantaran pada masa awal kehidupan dapat menghambat perkembangan regulasi emosi dan kemampuan kognitif. Anak-anak yang mengalami penelantaran emosional sering kali sulit mengatur pikiran, lambat berbicara, dan mengalami masalah perilaku. Hal ini ditegaskan pula oleh Hu & Xiao (2023) yang menyatakan bahwa ketidakpedulian orang tua terhadap kebutuhan psikologis anak dapat menimbulkan perasaan negatif yang menetap. Dalam praktik ini, klien adalah seorang anak berusia sekolah dasar yang mengalami gejala penelantaran emosional, seperti kesulitan mengekspresikan perasaan, kurang percaya diri, dan minimnya dukungan psikososial dari keluarga. Klien menjadi sasaran praktik kerja lapangan penulis yang dilakukan di sebuah kelompok binaan Yayasan Fajar Sejahtera Indonesia, yaitu Rumah Pintar, yang memiliki fungsi sebagai ruang edukasi, rekreasi, dan pengembangan karakter anak-anak. Rumah Pintar hadir sebagai salah satu sumber dukungan penting yang memperkaya pengalaman belajar dan tumbuh kembang klien. Di tempat ini, klien dapat mengikuti berbagai kegiatan yang mendorong kreativitas, pembelajaran, serta interaksi sosial yang positif, serta kehadiran teman-teman sebaya di Rumah Pintar yang juga menjadi faktor penting dalam mendukung keberhasilan praktik.

Dalam praktik ini, penulis menggunakan pendekatan berbasis kekuatan (strength-based approach) dengan kerangka kerja ROPES (Resources, Options, Possibilities, Exceptions, Solutions) sebagai model asesmen, untuk membantu klien menggali potensi, sumber daya, dan kekuatan yang dimiliki, baik dari dalam diri sendiri maupun dari lingkungan sekitar (Graybeal, 2001; Berg, 2009). Pendekatan ini bertujuan agar klien bisa membangun cara pandang yang lebih positif terhadap dirinya dan mulai mengembangkan daya tahan diri. Untuk memahami kondisi klien secara menyeluruh, penulis melakukan proses asesmen menggunakan tools strengths mapping yang sudah disesuaikan agar mudah dipahami oleh klien. Hal ini membantu penulis mengenali latar belakang psikososial klien dan menyusun rencana intervensi yang fokus pada kekuatan serta potensi yang dimiliki klien.

Intervensi yang dilakukan juga didasari oleh Teori Kebutuhan Maslow, yang menjelaskan bahwa setiap individu, termasuk anak-anak, perlu memenuhi kebutuhan dasar terlebih dahulu (seperti rasa aman dan diterima), sebelum bisa mencapai tahap perkembangan yang lebih tinggi seperti rasa percaya diri dan aktualisasi diri (Rahmi et al., 2022). Dalam kasus penelantaran emosional, kebutuhan-kebutuhan penting ini seringkali terabaikan, sehingga proses tumbuh kembang anak menjadi terhambat. Melihat kondisi tersebut, penulis merancang intervensi yang bertujuan untuk menciptakan ruang yang aman dan suportif bagi klien.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian metode delphi. Teknik Pengumpulan pendapat sekelompok ahli melalui serangkaian kuesioner yang dilakukan secara anonim dan berulang

TEMPAT DAN WAKTU

Pelaksanaan kegiatan adalah sebagai berikut :

Tempat : Yafsi
Gg. Sejahtera No.26a 20226 Kota Medan Sumatera Utara
Pelaksanaan Kegiatan : Senin -Jum'at 03 Maret s/d 20 JUNI 2025.

METODE KEGIATAN

Metode yang diterapkan dalam Praktikum Kerja Lapangan Kesejahteraan Sosial adalah metode pendampingan kesejahteraan pada level individu, yang secara spesifik menggunakan pendekatan Casework oleh Skidmore, Thackeray, dan Farley (1994, sebagaimana dikutip dalam Adi, 2013).

1. Tahapan Penelitian (Study Phase)
2. Tahap Pengkajian (Assessment)
3. Intervensi
4. Terminasi

HASIL DAN PEMBAHASAN

Praktik Kerja Lapangan (PKL) dalam bidang Kesejahteraan Sosial merupakan bagian dari kurikulum wajib bagi mahasiswa program studi Ilmu Kesejahteraan Sosial. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pengalaman langsung kepada mahasiswa sebagai calon pekerja sosial dalam proses pendampingan terhadap kelompok Pemerlu Pelayanan Kesejahteraan Sosial (PPKS). Melalui PKL, mahasiswa tidak hanya terlibat dalam praktik pendampingan, tetapi juga didorong untuk menghasilkan produk edukatif, seperti poster layanan sosial yang berkaitan dengan isu-isu sosial yang muncul selama masa praktik.

Dalam pelaksanaannya, penulis menjalankan tahapan pendampingan klien sebagai berikut:

1. Tahapan Penelitian (*Study Phase*)

Tahapan ini memuat proses *engagement* antara pekerja sosial dengan klien, serta persetujuan kontrak antara kedua belah pihak serta menggali kekuatan dan hambatan klien sebagai asesmen awal. Proses *engagement* dimulai dari pendekatan informal

kepada anak-anak Rumah Pintar, yang dilakukan secara konsisten oleh penulis bersama rekan-rekan PKL lainnya melalui kegiatan edukatif dan rekreatif. AN, sebagai salah satu anak binaan di Rumah Pintar, secara aktif terlibat dalam kegiatan tersebut. Pendekatan ini bertujuan agar anak-anak merasa nyaman dan tidak canggung dalam berinteraksi dengan penulis dan tim, serta membuka ruang bagi terbentuknya hubungan yang saling percaya. Selama proses tersebut, penulis mulai mengamati karakteristik dan dinamika anak-anak, termasuk AN. Dari hasil pengamatan, AN terlihat sebagai anak yang memiliki potensi akademik tinggi, terlihat dari kemampuannya memahami pelajaran dengan cepat dan merangkum informasi dengan baik. Namun, AN juga menunjukkan sikap pemalu dan kurang percaya diri, terutama saat diminta menyampaikan materi secara lisan. Hal ini terlihat dalam aktivitas story telling yang dilakukan bersama anak-anak lainnya, di mana AN cenderung ragu meskipun secara tertulis ia mampu menguasai materi dengan baik.

Melalui komunikasi yang terbangun, penulis dan AN menyepakati proses pendampingan lebih lanjut. Kesepakatan tersebut mencakup kontrak pendampingan yang memuat aturan bersama, jadwal pertemuan, metode komunikasi, serta harapan kedua belah pihak. Kontrak ini menjadi dasar dalam mengarahkan jalannya intervensi, serta memberikan struktur yang jelas untuk hubungan profesional antara pekerja sosial dan klien. Pada tahap ini pula, penulis melakukan asesmen awal melalui percakapan santai dengan AN, tanpa menggunakan instrumen formal.

2. Tahap Pengkajian (*Assessment*)

Tahapan ini menjadi langkah pekerja sosial untuk mendalami apa yang menjadi permasalahan klien, penyebab utama terjadinya masalah, serta bagaimana klien akan menanggulangi dan mengatasi masalahnya. Proses inilah menjadi langkah awal pekerja sosial dan klien merancang bentuk layanan atau terapi yang tepat untuk mengatasi permasalahan yang ada. Untuk memahami kondisi klien secara menyeluruh, penulis melakukan proses asesmen menggunakan tools **strengths mapping yang sudah disesuaikan agar mudah dipahami oleh klien**. Hal ini membantu penulis mengenali latar belakang psikososial klien dan menyusun rencana intervensi yang fokus pada kekuatan serta potensi yang dimiliki klien.

Penulis memilih untuk menggunakan model asesmen ROPES (Resources, Options, Possibilities, Exceptions, Solutions) dalam menggali lebih dalam mengenai masalah dan potensi yang dimiliki klien. Model ini dinilai sesuai karena lebih menekankan pada kekuatan individu daripada semata-mata pada masalah atau diagnosis (Graybeal, 2001 dalam City of Wolverhampton Council, 2017). Pendekatan ini merupakan bagian dari Strength-Based Approach, yaitu sebuah pendekatan kolaboratif antara pekerja sosial dan klien untuk mengidentifikasi serta memanfaatkan kekuatan klien sebagai landasan dalam merancang intervensi sosial (Pattoni, 2012).

Hasil asesmen menunjukkan bahwa AN menyadari bahwa rasa tidak percaya dirinya menjadi hambatan utama dalam pengembangan dirinya. Dalam wawancara, AN menceritakan bahwa ia memiliki ketakutan sejak melihat temannya diejek saat tampil di depan kelas. Sejak saat itu, AN selalu takut melakukan kesalahan saat berbicara di

depan orang lain. Ketika ditanya mengenai cara yang biasa ia lakukan untuk mengatasi perasaan tersebut, AN menyebutkan bahwa ia tidak pernah bercerita kepada siapapun, baik kepada orang tua yang sibuk, saudara, maupun teman. Ia juga belum pernah menyalurkan emosinya melalui tulisan seperti menulis buku harian. AN menyebutkan bahwa ketika merasa sedih, ia memilih bermain atau mendengarkan musik sebagai cara mengalihkan perasaannya.

Sebagai bagian dari asesmen, penulis juga menggunakan alat bantu asesmen berbasis kekuatan yang telah dimodifikasi agar mudah dipahami oleh anak, yaitu "Seputar Aku". Tools ini merupakan adaptasi dari *strengths mapping*, yang bertujuan untuk menggambarkan kekuatan individu serta jaringan dukungan di sekitarnya (City of Wolverhampton Council, 2017). Melalui tools ini, AN diajak untuk mengisi pertanyaan-pertanyaan sederhana terkait perasaannya, masa depan yang ia harapkan, kekuatan pribadi, orang-orang yang bisa membantu, serta langkah awal yang bisa ia ambil untuk menghadapi tantangan. Dari hasil wawancara dan tools asesmen tersebut, disimpulkan bahwa AN ingin belajar menjadi lebih percaya diri dan mampu mengekspresikan perasaannya secara lebih terbuka. Potensi akademik, kemampuan menulis, dan dukungan dari Rumah Pintar menjadi modal awal yang kuat untuk merancang program intervensi yang tepat.

3. Intervensi

Tahap intervensi merupakan implementasi dari rencana yang telah disusun bersama klien berdasarkan hasil asesmen sebelumnya. Berdasarkan hasil asesmen, penulis menyusun rencana intervensi yang bertujuan untuk membantu AN meningkatkan rasa percaya dirinya serta melatih kemampuannya dalam mengekspresikan emosi. Rencana ini disusun bersama klien dan melibatkan partisipasi aktif AN agar sesuai dengan minat dan kebutuhannya. Dua aktivitas utama yang akan digunakan adalah journaling (menulis catatan pribadi) dan terapi seni mandiri (DIY art therapy).

Melalui kegiatan journaling, klien diajak untuk menuliskan perasaan dan pikirannya dalam bentuk tulisan. Cara ini membantu klien menyalurkan emosi yang sulit diungkapkan secara lisan, serta melatih kemampuan dalam mengenali dan mengelola emosinya sendiri (Fartoukh & Chanquoy, 2020). Sedangkan kegiatan membuat cincin manik-manik digunakan sebagai bentuk ekspresi non-verbal yang dapat menumbuhkan rasa percaya diri, melatih fokus, dan membuka kesempatan untuk berinteraksi sosial secara positif (Bosgraaf et al., 2020).

Penulis mendampingi jalannya program intervensi dengan memanfaatkan sumber daya yang tersedia, khususnya Rumah Pintar sebagai ruang belajar dan rekreasi anak. Penulis terlebih dahulu menjelaskan secara rinci kepada klien mengenai mekanisme kegiatan journaling, yaitu menulis kegiatan harian maupun pengalaman masa lalu yang memiliki keterkaitan emosional, baik berupa perasaan senang, sedih, marah, kecewa, maupun bahagia. Untuk membantu pemahaman, penulis memberikan contoh tulisan sederhana sebagai model. Selanjutnya, klien diminta untuk mencoba menuliskan pengalaman dan perasaan yang ia alami pada hari itu. Penulis kemudian menyediakan buku diary dan alat tulis yang akan digunakan klien untuk menulis journaling secara mandiri. Kegiatan

journaling ini dimonitor secara berkala, yaitu seminggu sekali, sesuai dengan kesepakatan bersama klien.



Program kedua adalah DIY Cincin Manik, yaitu aktivitas membuat cincin dari manik-manik. Dalam kegiatan ini, penulis melibatkan seorang tutor yang telah disetujui oleh klien. Tutor tersebut memberikan pelatihan secara langsung mengenai cara membuat cincin dari tali dan manik. Penulis berperan sebagai pendamping dan fasilitator komunikasi antara klien dan tutor. Proses ini berjalan dengan baik; klien menunjukkan kemampuan belajar yang cepat dan mampu mempraktikkan keterampilan baru tersebut dengan membuat 4-5 cincin secara mandiri.

Tahap selanjutnya dari program ini adalah klien mengajarkan keterampilan tersebut kepada teman-temannya di Rumah Pintar. Dalam perannya sebagai pemimpin kelompok, klien berhasil menjelaskan proses pembuatan cincin dengan jelas, serta bersikap komunikatif dan interaktif. Aktivitas ini bertujuan membangun rasa percaya diri klien dalam konteks sosial, sekaligus menunjukkan kapasitasnya sebagai individu yang mampu berbagi pengetahuan.



Dalam proses ini, proses monitoring dan evaluasi terhadap perkembangan klien tetap dilakukan. Monitoring dilakukan secara berkala untuk meninjau proses dan kemajuan yang telah dicapai klien selama pendampingan. Penulis dan klien melakukan sesi refleksi bersama, yang bertujuan untuk menggali kembali pengalaman, tantangan, serta perasaan yang muncul selama proses intervensi berlangsung. Melalui observasi dan diskusi mendalam, penulis menemukan adanya peningkatan dalam hal keterampilan komunikasi dan kepercayaan diri klien. Klien mulai mampu mengelola emosinya melalui kegiatan journaling dan menunjukkan kemauan untuk lebih terbuka terhadap orang lain.

Dalam kegiatan pembuatan dan berbagi keterampilan cincin manik-manik, klien juga menunjukkan perkembangan positif dalam aspek sosial dan leadership. Monitoring ini sekaligus menjadi proses evaluatif untuk menyesuaikan strategi apabila diperlukan. Dukungan terus diberikan oleh penulis sebagai bentuk penguatan terhadap proses pertumbuhan pribadi klien.

4. Terminasi

Terminasi menandai berakhirnya proses pendampingan yang telah dijalani bersama klien. Penulis menjelaskan kepada klien bahwa proses pendampingan secara resmi telah selesai, sekaligus memberikan apresiasi terhadap pencapaian yang berhasil diraih klien. Klien menyatakan bahwa kegiatan journaling membantunya mengekspresikan perasaan secara lebih sehat, dan bahwa ia kini merasa lebih percaya diri untuk tampil dan berbicara di depan umum. Kemampuan membuat cincin dan berbagi keterampilan kepada teman-temannya juga menjadi pengalaman yang memperkuat rasa percaya dirinya.

Sebagai bentuk penghargaan, penulis menyelenggarakan perayaan sederhana dan memberikan cinderamata sebagai simbol keberhasilan klien. Selain itu, diadakan sesi perpisahan dengan anak-anak di Rumah Pintar, di mana penulis menyampaikan pesan penyemangat agar mereka terus berkembang dan percaya pada potensi diri masing-masing.

KESIMPULAN

Praktikum pekerjaan sosial ini berhasil dilaksanakan dengan fokus pada klien anak berusia 12 tahun (AN) yang mengalami penelantaran emosional. Melalui pendekatan strength-based dan asesmen ROPES, penulis mampu menggali potensi klien, seperti kemampuan menulis dan minat dalam kerajinan tangan, serta mengidentifikasi permasalahan utama yaitu rendahnya kepercayaan diri dan kesulitan mengekspresikan emosi.

Intervensi yang dilakukan berupa kegiatan journaling dan terapi seni DIY (cincin manik-manik) terbukti efektif dalam membantu klien mengenali dan mengelola emosinya, meningkatkan rasa percaya diri, serta membangun relasi sosial yang sehat. Selama proses pendampingan, klien menunjukkan kemajuan signifikan, baik dalam keterampilan ekspresi emosi, keberanian tampil di depan umum, maupun perannya sebagai “pemimpin kecil” dalam kelompok.

Rumah Pintar sebagai ruang intervensi juga terbukti menjadi faktor pelindung (protective factor) yang penting. Lingkungan ini memberikan wadah ekspresi yang aman, dukungan sosial, serta keterlibatan dalam aktivitas yang bermakna. Peran lembaga dan komunitas dalam menyediakan safe space sangat berpengaruh dalam membantu anak-anak dari keluarga rentan untuk tetap tumbuh secara optimal, meskipun mengalami hambatan di lingkungan primer mereka.

DAFTAR PUSTAKA

Adi, I. R. (2013). *Kesejahteraan sosial: Pekerjaan sosial, pembangunan sosial, dan kajian pembangunan*. RajaGrafindo Persada.

- Badan Pembinaan Hukum Nasional. *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2009 tentang Kesejahteraan Sosial*. (2009). <https://peraturan.bpk.go.id/Details/38601/uu-no-11-tahun-2009>
- Badan Pembinaan Hukum Nasional. *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 35 Tahun 2014 tentang Perlindungan Anak*. (2014). <https://bphn.go.id/data/documents/14uu035.pdf>
- Bosgraaf, L., Spreen, M., Pattiselanno, K., & van Hooren, S. (2020). Art Therapy for Psychosocial Problems in Children and Adolescents: A Systematic Narrative Review on Art Therapeutic Means and Forms of Expression, Therapist Behavior, and Supposed Mechanisms of Change. *Frontiers in Psychology*, 11, 584685. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.584685>
- City of Wolverhampton Council. (2017). *Adult Social Care strengths based assessment guide (PDF)*. Retrieved June 8, 2025, from <https://wolverhampton.moderngov.co.uk/documents/s85859/Adult%20Social%20Care%20Strength%20Based%20Assessment%20Guide.pdf>
- Eva RianyY., Puspita PutriA., AmrullahH., & UtamiR. (2023). Strategi Membangun Masa Depan Anak Terlantar Melalui Pendidikan. *Policy Brief Pertanian, Kelautan, Dan Biosains Tropika*, 5(4), 743-748. <https://doi.org/10.29244/agro-maritim.0504.743-748>
- Fartoukh, M., & Chanquoy, L. (2020). Expressive writing in school children: Effects on well-being and working memory. *Journal of Writing Research*, 11(3), 505-523. <https://doi.org/10.17239/jowr-2020.11.03.05>
- Hu, X., & Xiao, B. (2023). The Effect of Emotional Neglect on Cyberbullying among Rural Chinese Left-behind Adolescents—Mediating Role of Social Anxiety. *Children*, 10(6), 1055. <https://doi.org/10.3390/children10061055>
- PositivePsychology.com. (n.d.). *Strength-based approach in social work: 6 examples & tools*. <https://positivepsychology.com/social-work-strength-based-approach/>
- Rahmi, A. A., Hizriyani, R., & Sopiha, C. (2022). Analisis Teori Hierarki of Needs Abraham Maslow Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 5(3), 320-328. <https://doi.org/10.31004/aulad.v5i3.385>
- Ritonga, F. U., Suriadi, A., & Lubis, M. A. (2024). *Buku panduan praktikum pekerjaan sosial. Program Studi Kesejahteraan Sosial*. FISIP, Universitas Sumatera Utara.
- Spratt, E., Friedenber, S., LaRosa, A., Bellis, M., Macias, M., Summer, A., Hulsey, T., Runyan, D. and Brady, K. (2012) The Effects of Early Neglect on Cognitive, Language, and Behavioral Functioning in Childhood. *Psychology*, 3, 175-182. <https://doi.org/10.4236/psych.2012.32026>

Wahyudi, A., Fitri, A. N., & Fedryansyah, M. (2015). Perlindungan hak-hak anak dalam upaya peningkatan kesejahteraan anak. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(1), 45-50.
<https://www.researchgate.net/.../PERLINDUNGAN-HAK-HAK-ANAK-DALAM-UPAYA-PENINGKATAN-KESEJAHTERAAN-ANAK.pdf>