

## Intervensi Sosial melalui Metode Casework untuk Penguatan Kepercayaan Diri Anak di Sanggar Kreativitas Anak

Yolanda Oktari Br Bangun<sup>1</sup>, Novita Sari, S.Sos, M.Kesos<sup>2</sup>

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

Email : [Yolandaoktari@students.usu.ac.id](mailto:Yolandaoktari@students.usu.ac.id)

[Novita\\_sari@usu.ac.id](mailto:Novita_sari@usu.ac.id)

### ABSTRAK

Kepercayaan diri menjadi fondasi dalam cara individu menilai dan menghargai dirinya. Seseorang dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi akan memiliki pandangan positif terhadap dirinya, merasa layak untuk dihargai, dan memiliki kecenderungan untuk bersikap terbuka serta optimis. Sebaliknya, individu yang kurang percaya diri akan mengalami kesulitan dalam mengembangkan potensinya karena merasa tidak mampu, takut gagal, dan ragu dalam mengambil keputusan. Berdasarkan teori kebutuhan dari Abraham Maslow, kepercayaan diri termasuk dalam *esteem needs* atau kebutuhan akan penghargaan. Hasil intervensi yang dilakukan menunjukkan bahwa pendekatan simbolik dan personal seperti menggambar, termometer emosi, dan Balon Harapan & Beban efektif dalam membantu klien mengenali serta mengekspresikan emosinya secara bertahap. Perubahan ini dapat dipahami sebagai bagian dari proses pemenuhan kebutuhan psikososial, khususnya kebutuhan akan harga diri sebagaimana dijelaskan dalam teori hierarki kebutuhan Maslow.

**Kata Kunci :** Kepercayaan diri, intervensi, kebutuhan

### ABSTRACT

*Self-confidence serves as a foundation for how individuals perceive and value themselves. A person with a high level of self-confidence tends to have a positive view of themselves, feels worthy of appreciation, and is more likely to be open and optimistic. Conversely, individuals with low self-confidence may struggle to develop their potential due to feelings of inadequacy, fear of failure, and hesitation in making decisions. According to Abraham Maslow's hierarchy of needs, self-confidence falls under esteem needs the need for respect and recognition. The results of the intervention indicate that symbolic and personal approaches such as drawing, emotion thermometers, and the "Balloons of Hope and Burden" helped the client gradually identify and express their emotions. These changes can be understood as part of fulfilling psychosocial needs, particularly the need for self-esteem as described in Maslow's theory.*

**Keywords:** Self-confidence, intervention, needs

### Article History

Received: Juni 2025

Reviewed: Juni 2025

Published: Juni 2025

Plagirism Checker No  
234.KK.443

Prefix DOI :

**10.9765/Krepa.V218.3784**

Plagirism 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/)

## PENDAHULUAN

Perkembangan manusia merupakan proses yang berlangsung sepanjang hayat, mencakup aspek fisik, perilaku, kognitif, dan emosional. Pada masa remaja, perubahan-perubahan yang terjadi secara signifikan menjadi masa transisi yang menantang. Masa ini kerap ditandai dengan pencarian jati diri, konflik emosional, serta tekanan dari lingkungan sosial. Salah

satu aspek penting yang sangat dipengaruhi oleh masa peralihan ini adalah *rasa percaya diri*. Remaja yang tidak mendapatkan dukungan yang memadai dalam perkembangan dirinya berisiko mengalami ketidakstabilan emosional, salah satunya adalah rendahnya kepercayaan diri.

Menurut Perkembangan manusia merupakan proses yang berlangsung sepanjang hayat, mencakup aspek fisik, perilaku, kognitif, dan emosional. Pada masa remaja, perubahan-perubahan yang terjadi secara signifikan menjadi masa transisi yang menantang. Masa ini kerap ditandai dengan pencarian jati diri, konflik emosional, serta tekanan dari lingkungan sosial. Perubahan-perubahan dan masa peralihan yang dialami oleh remaja akan berpengaruh pada rasa percaya diri remaja (Fitri & Yarni, 2022). Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab (Ghufron dan Risnawati, 2010). Remaja yang tidak mendapatkan dukungan yang memadai dalam perkembangan dirinya berisiko mengalami ketidakstabilan emosional, salah satunya adalah rendahnya kepercayaan diri.

Kepercayaan diri (*self-confidence*) merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya dalam berpikir, bertindak, dan menghadapi berbagai situasi. Kepercayaan diri menjadi fondasi dalam cara individu menilai dan menghargai dirinya (Hidayat & Santosa, 2024). Rasa percaya diri adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuan yang dimilikinya, yang memungkinkan mereka untuk memiliki pandangan yang positif dan realistis tentang diri mereka sendiri. (Muhamad Januaripin & Munasir, 2024) Sebaliknya, individu yang kurang percaya diri akan mengalami kesulitan dalam mengembangkan potensinya karena merasa tidak mampu, takut gagal, dan ragu dalam mengambil keputusan.

Berdasarkan teori kebutuhan dari Abraham Maslow, kepercayaan diri termasuk dalam *esteem needs* atau kebutuhan akan penghargaan. Kebutuhan ini mencakup rasa dihargai oleh orang lain serta penghargaan terhadap diri sendiri. Pemenuhan kebutuhan ini penting sebelum individu dapat mencapai tingkat tertinggi dalam hierarki Maslow, yaitu aktualisasi diri. Artinya, tanpa kepercayaan diri, seseorang akan mengalami hambatan dalam mengenali dan mengembangkan potensi terbaik dalam dirinya. Maka, kepercayaan diri tidak hanya menjadi aspek psikologis semata, tetapi juga kebutuhan mendasar dalam proses tumbuh kembang manusia, khususnya pada masa remaja. Cara yang dapat membuat seseorang merasa bahwa dia memiliki penghargaan diri dengan memberikan cinta atau kasih sayang, menerima, mengerti karena Ketika seseorang itu diberikan hal-hal tersebut maka pasti seseorang itu akan merasa bahwa dirinya dihargai dan keberadaannya sangat diharapkan sehingga dengan hal tersebut seseorang akan memiliki kepercayaan diri yang besar (Victoria et al., 2023).

Dalam konteks sosial, intervensi yang ditujukan untuk meningkatkan kepercayaan diri remaja menjadi sangat relevan dan strategis. Intervensi ini dapat dilakukan melalui pendekatan yang sesuai dengan usia dan kondisi emosional remaja, seperti pendekatan partisipatif, pendekatan seni, atau pelatihan keterampilan sosial. Tujuannya adalah mendampingi remaja agar mereka mampu mengenali kekuatan dirinya, mengatasi ketakutan internal, dan membangun sikap positif terhadap diri sendiri. Dukungan dari lingkungan sosial seperti keluarga, sekolah, dan komunitas juga memegang peranan penting dalam memperkuat kepercayaan diri remaja.

Permasalahan rendahnya kepercayaan diri tidak hanya menjadi isu umum dalam perkembangan remaja, tetapi juga nyata terlihat dalam praktik lapangan. Dalam kegiatan praktikum yang dilakukan, praktikan mendapati satu orang anak yang menjadi klien dan menunjukkan ciri-ciri rendahnya rasa percaya diri. Klien tersebut cenderung pemalu, kurang mampu mengekspresikan perasaan, serta tampak ragu-ragu dalam mengambil keputusan atau menunjukkan pendapatnya. Kondisi ini mengindikasikan bahwa klien membutuhkan dukungan dalam membangun citra diri positif serta keberanian untuk mengungkapkan dirinya di lingkungan sosial. Melihat kondisi tersebut, praktikan memilih pendekatan *casework* untuk membantu klien secara individual. Pendekatan ini dipandang efektif karena memungkinkan praktikan menjalin

hubungan langsung dengan klien dalam konteks yang personal dan intensif. Individu yang memiliki kecerdasan emosional serta kepercayaan diri tidak akan mudah merasa cemas terhadap tantangan kehidupan (Ma'rifattullah, 2016). Oleh karena itu, kepercayaan diri merupakan modal penting dalam membentuk pribadi yang mandiri, resilien, dan produktif. Berdasarkan latar belakang ini, penting untuk melakukan kajian dan intervensi sosial guna memahami serta memperkuat kepercayaan diri pada klien sebagai bagian dari pembangunan kesejahteraan psikososial.

## METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam pelaksanaan praktek kerja lapangan di Yayasan Pusat Kajian Anak dan Perlindungan Anak Medan adalah memakai metode kualitatif. Kualitatif merupakan penelitian yang bersifat deskriptif dan cenderung menggunakan analisis mendalam (Nurrisa & Hermina, 2025). Proses dan makna lebih ditonjolkan dalam penelitian kualitatif. Landasan teori dimanfaatkan sebagai pemandu agar fokus penelitian sesuai dengan fakta yang terjadi di lapangan. Untuk itu penulis harus berinteraksi secara dekat dengan anak sebagai klien sekaligus sasaran dari penelitian ini. Metode pekerjaan sosial yang saya terapkan dalam kasus ini yaitu metode case work Skidmore Thackeray dan Farley dalam Adi (2005: 149). Tahapan-tahapan pada metode casework Skidmore dibagi menjadi 4 tahapan yaitu :

1. Tahap Penelian (Study Phase)
2. Tahap Pengkajian
3. Tahap Pelaksanaan Program
4. Tahap Terminasi

## TEMPAT DAN WAKTU

Pelaksanaan kegiatan adalah sebagai berikut :

Tempat : Sanggar Kreativitas Anak unit Yayasan Pusat Kajian dan Perlindungan Anak Pinang Baris

Waktu Pelaksanaan Kegiatan : Maret-Juni 2025

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam hal ini, praktikan memilih untuk membantu permasalahan klien dengan metode casework dengan tahapan-tahapan intervensi menurut Skidmore.

### 1. Penelitian (*Study Phase*)

Pada tahap awal ini, praktikan membangun hubungan profesional dengan klien untuk menciptakan rasa aman dan nyaman. Praktikan memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan kegiatan dengan bahasa yang sederhana agar mudah dipahami oleh klien. Tahap ini bertujuan untuk membangun kepercayaan dan keterbukaan dari klien. Setelah hubungan awal terbentuk, praktikan menanyakan kesediaan klien untuk bekerja sama dalam proses intervensi terhadap persoalan yang sedang dihadapinya dan ia bersedia untuk mengikuti setiap proses yang dilakukan.

### 2. Pengkajian (*Assessment*)

Setelah klien menunjukkan keterbukaan, praktikan mulai melakukan pengumpulan data dan informasi lebih mendalam terkait permasalahan yang dihadapi klien. Teknik yang digunakan adalah dengan pendekatan pohon masalah untuk mengidentifikasi sumber utama persoalan. Dari hasil pengkajian, ditemukan bahwa klien kurang percaya diri, pemalu, dan kesulitan dalam mengekspresikan perasaannya. Informasi ini menjadi dasar dalam merancang intervensi yang sesuai dengan kebutuhan klien.

### 3. Intervensi (*Perencanaan dan Penerapan Program*)

Berdasarkan hasil pengkajian, praktikan merancang strategi intervensi yang bersifat personal dan simbolik untuk membantu klien mengekspresikan emosinya. Metode yang digunakan antara lain:

- Pelaksanaan sesi konseling individu
- Kegiatan seni untuk mendorong eksplorasi klien
- Penulisan termometer emosi untuk mengenali dan mengukur intensitas perasaan dan Balon Harapan & Beban sebagai media untuk mengidentifikasi harapan dan tekanan sebagai refleksi emosional klien.

Praktikan melaksanakan intervensi ini secara bertahap dengan memperhatikan kenyamanan dan kesiapan klien dan selalu memberikan dukungan afirmasi positif kepada klien. Tujuan dari intervensi ini adalah untuk meningkatkan kesadaran emosional, kemampuan refleksi, serta keterampilan dalam mengekspresikan perasaan dan pikiran.

#### 4. Terminasi

Setelah serangkaian intervensi dilaksanakan dan tujuan mulai tercapai ditandai dengan peningkatan keberanian klien dalam berbicara dan mengungkapkan perasaan. Dalam tahap ini, praktikan menjelaskan bahwa proses pendampingan telah selesai karena tujuan utama intervensi telah tercapai. Praktikan juga memberikan penguatan positif terhadap kemajuan klien dan menyampaikan apresiasi atas kerja sama yang telah terjalin selama proses intervensi berlangsung.

Berdasarkan hasil intervensi menggunakan pendekatan simbolik dan personal melalui kegiatan menggambar, termometer emosi, serta Balon Harapan & Beban, menunjukkan bahwa klien mengalami peningkatan dalam keberanian untuk mengekspresikan perasaan serta lebih terbuka dalam berkomunikasi. Pada awal intervensi, klien cenderung pasif, pemalu, dan mengalami kesulitan dalam mengungkapkan apa yang ia rasakan. Namun setelah beberapa sesi, klien mulai menunjukkan perubahan sikap yang positif, seperti mulai berbicara tanpa paksaan, menunjukkan ketertarikan terhadap aktivitas intervensi, serta mampu mengidentifikasi dan menyebutkan perasaannya secara lebih spesifik. Perubahan ini menunjukkan adanya peningkatan rasa percaya diri dan kesadaran emosional.

Peningkatan ini dapat dianalisis melalui teori *hierarki kebutuhan* Abraham Maslow. Menurut Maslow, kebutuhan manusia tersusun secara hierarkis, dimulai dari kebutuhan fisiologis hingga aktualisasi diri. Salah satu tahap penting sebelum seseorang mencapai aktualisasi diri adalah pemenuhan kebutuhan akan harga diri (*esteem needs*). Kebutuhan ini mencakup rasa percaya diri, penghargaan diri, rasa kompeten, serta pengakuan dari lingkungan. Ketika seseorang mengalami hambatan dalam kepercayaan diri, ia sulit untuk naik ke tahap aktualisasi diri.

Dalam kasus ini, klien mengalami hambatan pada tingkat *esteem*. Melalui pendekatan simbolik yang melibatkan ekspresi diri non-verbal dan visual, klien diberi ruang untuk mengembangkan kesadaran emosional dan memperkuat harga dirinya. Intervensi ini mendorong klien untuk mengenal dirinya lebih dalam, merasa dihargai, dan mampu menyampaikan pikiran serta emosinya secara terbuka. Pencapaian ini merupakan kemajuan menuju pemenuhan *esteem needs* yang menjadi dasar untuk pencapaian potensi diri yang lebih tinggi.

Dengan demikian, intervensi yang dirancang tidak hanya membantu klien dalam memahami dan mengekspresikan emosinya, tetapi juga membentuk sikap baru yang lebih adaptif dan mendukung perkembangan psikososialnya. Intervensi semacam ini dapat menjadi salah satu pendekatan yang efektif dalam menangani anak-anak dengan permasalahan serupa, khususnya yang berkaitan dengan kepercayaan diri dan ekspresi diri.



## KESIMPULAN

Proses intervensi yang dilakukan dengan pendekatan simbolik dan personal melalui sesi konseling individu Kegiatan seni untuk mendorong eksplorasi klien, penulisan termometer emosi untuk mengenali dan mengukur intensitas perasaan dan Balon Harapan & Beban sebagai media untuk mengidentifikasi harapan dan tekanan sebagai refleksi emosional klien menunjukkan adanya perubahan pada klien, khususnya dalam hal keberanian untuk mengekspresikan perasaan dan berkomunikasi. Klien yang awalnya menunjukkan perilaku pasif, pemalu, dan tertutup, secara perlahan mulai memperlihatkan keterbukaan dan inisiatif untuk berbicara serta mengenali perasaan yang ia alami.

Perubahan ini dapat dipahami sebagai bagian dari proses pemenuhan kebutuhan psikososial, khususnya kebutuhan akan harga diri sebagaimana dijelaskan dalam teori hierarki kebutuhan Maslow. Melalui pendekatan bertahap sesuai model intervensi Skidmore, praktikan membangun relasi yang aman dan suportif bagi klien, yang menjadi dasar dalam membangun kepercayaan diri dan keberanian diri.

Hasil dari intervensi ini memperlihatkan bahwa upaya pendampingan sosial dengan pendekatan yang disesuaikan dengan karakteristik anak dan konteks emosionalnya dapat membuka ruang refleksi, pengenalan diri, dan pemulihan rasa percaya diri dalam proses yang bertahap dan penuh kehati-hatian.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak Fajar Utama Ritonga, S.Sos. M.Kesos selaku dosen pengampu mata kuliah Praktikum yang telah mendampingi bahkan membimbing penulis dalam mengarahkan pembuatan tulisan ini begitu juga kepada dosen supervisor sekolah Ibu Novita Sari, S.Sos., M.Kesos, hingga akhirnya tulisan yang terlampir di sini dapat di selesaikan dengan tepat waktu dan apa adanya. Serta kami juga menyampaikan terima kasih kepada Yayasan PKPA Medan serta Unit SKA yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan praktikum.

## DAFTAR PUSTAKA

- Fitri, G., & Yarni, L. (2022). Hubungan Interaksi Dalam Keluarga dengan Kepercayaan Diri Remaja di Jorong Cupak Nagari Pakan Sinayan. *Indonesian Research Journal On Education*, 2(2), 583–592. <https://doi.org/10.31004/irje.v2i2.299>
- Ghufron, M. N., & Risnawati, R. S. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Cetakan I. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media
- Hidayat, W., & Santosa, S. (2024). Memahami Konsep Belajar Anak Usia Dasar: Studi Analisis Teori Belajar Carl Rogers Serta Penerapannya di Sekolah Dasar. *Journal.Unu-Jogja.Ac.Id*, 2(1), 92–101. <https://journal.unu-jogja.ac.id/pgsd/index.php/primer/article/view/18>

- Isbandi Rukminto Adi (2018). Kesejahteraan Sosial (Pekerjaan Sosial, Pembangunan Sosial, Dan Kajian Pembangunan). Depok : PT Rajawali Persada.
- Ma'rifattullah, I. (2016). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dan Kepercayaan Diri Karyawan Terhadap Kecemasan Isu Pemutusan Hubungan Kerja (PHK) Pada Karyawan. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(3), 408–413. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v4i3.4101>
- Muhamad Januaripin, & Munasir. (2024). Kepercayaan Diri Sebagai Prediktor Prestasi Akademik Siswa. *KAMALIYAH: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 2(1), 114–128. <https://doi.org/10.69698/jpai.v2i1.575>
- Nurrisa, F., & Hermina, D. (2025). *Pendekatan Kualitatif dalam Penelitian : Strategi , Tahapan , dan Analisis Data Jurnal Teknologi Pendidikan Dan Pembelajaran ( JTPP )*. 02(03), 793–800.
- Victoria, S., Tangduil, A., Sari, B., Br Marbun, E., Nggiku, A. B., Hura, R., Tinggi, S., Injili, T., & Allah, A. (2023). Pemenuhan Kebutuhan Penghargaan Diri Menurut Teori Maslow Dan Pengaruhnya Terhadap Kepercayaan Diri Orang Dewasa Awal. *Pendidikan Agama Kristen*, 5(1), 10–18.