

## PEMBERIAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN PENGELOLAAN EMOSI PADA WARGA BINAAN PPKS DI PANTI SOSIAL - DINAS SOSIAL

Yeni Anna Appulembang<sup>1\*</sup>, Angeline Hosana Zefany<sup>2</sup>,  
Indra Prapto Nugroho<sup>3</sup>, Rifda Alda Ufaira<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Prodi Psikologi, Universitas Sriwijaya, Indonesia

[yenianna@fk.unsri.ac.id](mailto:yenianna@fk.unsri.ac.id)

### ABSTRAK

**Abstrak:** Tim pengabdian melakukan kegiatan di UPTD – RAMPK Ogan Ilir setelah observasi lapangan terhadap warga binaan dan wawancara dengan pihak panti menunjukkan bahwa warga binaan masih menghadapi beberapa kendala, terutama dalam pengelolaan emosi. Hasil pretest yang dilakukan oleh tim pengabdian menemukan sebanyak 15 orang atau 53,57% warga binaan memiliki tingkat pengelolaan emosi yang rendah. Oleh karena itu, diberikan konseling kelompok sebagai intervensi. Kegiatan konseling terdiri dari tiga tahapan utama, yaitu: (1) pretest, (2) sesi konseling, dan (3) posttest, serta pemberian psikoedukasi. Sesi konseling sendiri terbagi menjadi lima tahap, yaitu: forming group, initial stage, transition stage, working stage, dan ending of group. Berdasarkan hasil analisis data menggunakan uji t sampel berpasangan, ditemukan adanya perbedaan skor yang signifikan antara sebelum dan sesudah pemberian konseling kelompok. Nilai rata-rata sebelum konseling adalah 25,64, sedangkan setelah konseling meningkat menjadi 26,00. Nilai p yang diperoleh adalah  $0,00 < 0,05$ , yang menunjukkan bahwa perbedaan tersebut signifikan secara statistik. Temuan ini menunjukkan bahwa konseling kelompok efektif sebagai intervensi dalam meningkatkan kemampuan pengelolaan emosi warga binaan sehingga dapat mendukung kehidupan warga binaan setelah keluar dari panti sosial. Oleh karena itu, evaluasi dan tindak lanjut yang berkelanjutan sangat dianjurkan agar hasil yang dicapai dapat lebih optimal.

**Kata Kunci:** Konseling Kelompok; Pengelolaan Emosi; Rehabilitasi Sosial; Pemerlu Pelayanan Kesejahteraan Sosial (PPKS).

**Abstract:** The community service team conducted activities at the UPTD – RAMPK Ogan Ilir after field observations of the residents and interviews with facility staff revealed that the residents were still facing several challenges, particularly in emotional regulation. The results of the pretest conducted by the community service team found that 15 residents, or 53.57%, had low levels of emotional regulation. Therefore, group counseling was provided as an intervention. The counseling activity consisted of three main stages: (1) pretest, (2) counseling sessions, and (3) posttest, and the provision of psychoeducation. The counseling sessions themselves were divided into five stages: group forming, initial stage, transition stage, working stage, and group ending. Based on the results of data analysis using a paired t-test, a significant difference in scores was found between before and after the group counseling intervention. The mean score before counseling was 25.64, while after counseling it increased to 26.00. The p-value obtained was  $0.00 < 0.05$ , indicating that the difference is statistically significant. These findings suggest that group counseling is effective as an intervention in improving the emotional regulation skills of residents, thereby supporting their lives after leaving the social welfare facility. Therefore, continuous evaluation and follow-up are strongly recommended to ensure that the achieved results are optimized.

**Keywords:** Group Counseling; Emotional Management; Social Rehabilitation; Social Welfare Service Recipients.



#### Article History:

Received: 10-03-2026

Revised : 03-04-2026

Accepted: 10-04-2026

Online : 04-06-2026



This is an open access article under the  
CC-BY-SA license

## A. LATAR BELAKANG

Pemerlu Pelayanan Kesejahteraan Sosial (PPKS) mengalami peningkatan di berbagai daerah di Indonesia. PPKS sendiri adalah perseorangan, keluarga, kelompok, dan/atau masyarakat yang karena suatu hambatan, kesulitan, atau gangguan tidak dapat melaksanakan fungsi sosialnya secara wajar, sehingga memerlukan pelayanan sosial untuk memenuhi kebutuhan hidupnya baik secara jasmani, rohani, maupun sosial (Permensos, 2012). Peningkatan jumlah PPKS ini terkait erat dengan adanya ketidaksetaraan dalam distribusi sumber daya dan kesempatan di antara anggota masyarakat (Mensos, 2024). Ketimpangan ini menyebabkan sebagian masyarakat menjadi rentan dan membutuhkan dukungan lebih agar kesejahteraannya terpenuhi dengan baik. Untuk mengatasi permasalahan tersebut dan meningkatkan kualitas hidup serta kesejahteraan penduduk miskin dan rentan yang termasuk PPKS, pemerintah melalui Kementerian Sosial telah melaksanakan berbagai upaya, salah satunya adalah rehabilitasi sosial (Wasistiyani, 2024). Rehabilitasi sosial ditujukan kepada seseorang yang mengalami kondisi kemiskinan, ketelantaran, disabilitas, keterpencilan, ketunaan sosial dan penyimpangan perilaku, serta yang memerlukan perlindungan khusus (Mensos, 2017).

Di Indonesia, fasilitas rehabilitasi sosial di bawah naungan Dinas Sosial tersebar di berbagai daerah, salah satunya adalah UPTD-RAMPK (UPTD-Pusat Rehabilitasi Sosial Anak yang Memerlukan Perlindungan Khusus) yang berlokasi di Ogan Ilir, Sumatera Selatan. Di tempat ini, warga binaan menjalani program rehabilitasi selama tiga bulan dengan penawaran pelatihan di tiga bidang, yaitu keterampilan otomotif, salon kecantikan, dan menjahit. Pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan hard skill warga binaan agar mereka lebih siap setelah keluar dari panti sosial. Setiap warga binaan berhak memilih salah satu bidang pelatihan sesuai minatnya. Setelah masa rehabilitasi tiga bulan selesai, panti sosial kembali menerima warga binaan baru yang jumlah dan asalnya bervariasi, seperti dari daerah Indralaya. Pada bulan Oktober 2025, jumlah warga binaan di UPTD-RAMPK mencapai 28 orang, terdiri dari laki-laki dan perempuan. Mereka memiliki berbagai alasan masuk ke panti sosial, antara lain ingin meningkatkan keterampilan dan kemampuan diri, membanggakan orang tua, mempelajari ilmu tata rias, mencari kesibukan positif, serta menghindari pengaruh negatif dari lingkungan sekitar.

Meskipun warga binaan telah mengikuti pelatihan dan program pengembangan diri, mereka masih menghadapi permasalahan internal, terutama dalam pengelolaan emosi. Hasil observasi lapangan menunjukkan bahwa sering terjadi pertengkaran yang dipicu oleh perasaan diejek, direndahkan, dan diabaikannya pendapat oleh sesama warga binaan. Selain itu, candaan antarwarga binaan juga sering memicu konflik. Setelah dilakukan pretest oleh tim pengabdian kepada masyarakat, ditemukan bahwa sebanyak 15 orang atau 53,57% warga binaan memiliki tingkat

pengelolaan emosi yang rendah. Temuan ini menjadi dasar bagi tim untuk memberikan konseling kelompok kepada warga binaan yang mengalami masalah dalam pengelolaan emosi. Dengan konseling kelompok ini, diharapkan warga binaan dapat memperoleh penanganan yang tepat sehingga ketika keluar dari panti sosial, mereka bisa menjalani kehidupan di masyarakat secara lebih adaptif.

Pada beberapa penelitian, konseling kelompok digunakan untuk membantu individu dalam mengatasi masalah emosi. Zargar et al. (2019) menunjukkan bahwa individu yang sulit mengelola emosi seringkali mengalami berbagai masalah perilaku. Oleh karena itu, dibutuhkan pendekatan yang efektif untuk membantu mengatasi masalah tersebut dan mengurangi beban yang dirasakan. Salah satu pendekatan yang terbukti efektif adalah konseling kelompok. Penelitian yang dilakukan Hilmy (2022) juga menemukan bahwa konseling kelompok dapat digunakan untuk membantu individu dalam mengelola emosi.

Konseling kelompok dapat membantu warga binaan mengembangkan pemahaman diri (*insight*) dan mencapai penyesuaian diri yang sehat (Hermina et al, 2018). Penelitian yang dilakukan oleh Yunita (2020) menemukan bahwa konseling kelompok dapat digunakan untuk mengatasi masalah yang dihadapi oleh remaja. Hal ini juga diungkapkan oleh Ciptadi & Sovitriana (2024) bahwa PPKS mengalami berbagai macam masalah yang kompleks dalam kehidupannya. Sehingga konseling kelompok dapat membantu untuk meningkatkan kemampuan dalam mengelola emosi dan dapat meningkatkan kualitas hidup warga binaan dengan baik.

Konseling kelompok merupakan teknik intervensi yang digunakan untuk membantu individu memecahkan permasalahannya dalam suatu kelompok. Konseling kelompok dapat dilakukan dengan berbagai cara, termasuk teknik modeling. Modeling adalah salah satu konsep dari teori pembelajaran sosial yang dikembangkan oleh Albert Bandura. Modeling adalah praktik belajar dengan mengamati orang lain (Loban et al., 2024). Melalui konseling kelompok, setiap anggota kelompok dapat melakukan interaksi dengan anggota lainnya sehingga dapat meningkatkan pemahaman diri dan mengubah perilaku (Hulukati et al, 2022). Selain itu, dalam konseling kelompok, satu konselor terlibat dalam hubungan dengan beberapa konseli secara bersamaan. Corey (2021) mengungkapkan bahwa dalam konseling kelompok, setiap anggota kelompok dapat berbagi pengalaman, memperoleh umpan balik, dan belajar dari satu sama lain.

Pelaksanaan konseling kelompok dilakukan melalui lima tahapan, yaitu *forming group*, *initial stage*, *transition stage*, *working stage*, dan *ending of group*. Dalam proses ini, konselor berperan membantu warga binaan memperbaiki kemampuan dalam mengelola emosi serta mengubah pola perilaku agar menjadi lebih adaptif. Selain itu, setiap anggota kelompok juga berkesempatan untuk saling bertukar pengalaman, memberikan dukungan satu sama lain, dan bersama-sama mencari solusi untuk menyelesaikan

masalah yang mereka hadapi. Setiap anggota harus terlibat aktif sehingga kegiatan konseling kelompok bisa berjalan lebih efektif dan berdampak positif bagi setiap peserta.

## **B. METODE PELAKSANAAN**

Mitra dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan adalah di UPTD-RAMPK (UPTD-Pusat Rehabilitasi Sosial Anak yang Memerlukan Perlindungan Khusus) yang berlokasi di Ogan Ilir, Sumatera Selatan. Kegiatan dilaksanakan pada bulan September 2025 dan melibatkan 27 warga binaan yang tinggal di panti sosial tersebut. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui tiga tahapan utama yaitu:

### **1. Tahap Pra Kegiatan**

Sebelum kegiatan dimulai, tim pengabdian masyarakat melakukan wawancara dengan kepala dan staf pengajar warga binaan di UPTD – RAMPK untuk menggali masalah dan kendala yang dialami oleh warga binaan. Selain itu, tim juga melakukan observasi langsung terhadap warga binaan. Setelah proses tersebut, tim melaksanakan pretest dengan menggunakan alat ukur psikologi berupa regulasi emosi. Alat ukur ini mengacu pada teori Gross (2014) dan menggunakan skala Likert dengan empat pilihan jawaban, yaitu 1 = Sangat Tidak Setuju (STS), 2 = Tidak Setuju (TS), 3 = Setuju (S), dan 4 = Sangat Setuju (SS).

### **2. Tahap Pelaksanaan Kegiatan**

Tahap ini dilakukan dengan pemberian konseling kepada warga binaan yang mengalami masalah dalam pengelolaan emosi. Konseling ini akan dilakukan melalui lima tahapan, yaitu:

- a. *Forming group*, di mana tim dibentuk dan anggota mulai saling diperkenalkan;
- b. *Initial stage*, tahap awal yang terjadi setelah forming group. Di tahap ini, anggota kelompok mulai menetapkan tujuan bersama dan peran masing-masing. Mereka juga mulai membangun rasa percaya di antara anggota kelompok.;
- c. *Transition stage*, di mana setiap anggota aktif berpartisipasi dalam kegiatan kelompok dengan tercapainya kesepakatan dan tidak ada lagi konflik;
- d. (4) *Working stage*, pada tahap ini anggota kelompok mulai menjalankan tugas dan memegang tanggung jawab masing-masing; dan
- e. *Ending of group*, tahap evaluasi untuk menilai proses dan hasil dari konseling

Setelah sesi konseling kelompok selesai dilakukan, tim pengabdian masyarakat melanjutkan dengan memberikan psikoedukasi kepada warga binaan. Tujuannya supaya mereka semakin memahami dan mengenali emosi yang mereka alami dengan lebih baik.

### 3. Tahap Evaluasi Kegiatan

Setelah konseling kelompok dan psikoedukasi telah dilakukan, tim pengabdian masyarakat memberikan evaluasi melalui pemberian *posttest* dengan menggunakan alat ukur psikologi yang mengacu pada teori Gross (2014) dan menggunakan skala Likert dengan empat pilihan jawaban, yaitu 1 = Sangat Tidak Setuju (STS), 2 = Tidak Setuju (TS), 3 = Setuju (S), dan 4 = Sangat Setuju (SS). Tujuan dari evaluasi ini adalah untuk mengetahui perubahan yang terjadi sebelum dan sesudah pemberian konseling, sehingga hasilnya bisa terlihat dengan jelas.

## C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan pada 30 September 2025. Dalam pelaksanaan kegiatan ini, tim peneliti melakukan 3 tahapan utama:

### 1. Tahap Pra Kegiatan

Pada tahap awal, kegiatan berfokus pada identifikasi masalah yang dialami oleh warga binaan. Berdasarkan hasil wawancara, ditemukan bahwa permasalahan yang paling sering muncul berkaitan dengan kesulitan dalam mengelola emosi, seperti sering terjadinya pertengkaran dan saling mengejek antar warga binaan. Selain itu, beberapa warga binaan masih perlu meningkatkan kesadaran diri agar dapat lebih maksimal dalam mengikuti kelas pelatihan. Dari temuan tersebut, tim peneliti kemudian melanjutkan dengan melakukan pretest menggunakan alat ukur psikologi untuk mendapatkan gambaran awal mengenai kondisi emosional warga binaan. Pretest dilakukan pada tanggal 30 September 2025 kepada 27. Berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan statistika deskriptif, diperoleh hasil bahwa regulasi emosi menunjukkan nilai mean sebesar 25,56, median 23,00, dan standar deviasi 52,43. Pada hasil pretest diperoleh data bahwa subjek yang mendapatkan nilai di bawah 25,64 berada pada kategorisasi rendah dan di atas 25,64 kategorisasi tinggi. Untuk lebih lengkap dapat dilihat pada Tabel 1 dibawah:

**Tabel 1.** Hasil *pretest* Regulasi Emosi Warga binaan pada UPTD Panti Sosial Rehabilitasi Anak Membutuhkan Perlindungan Khusus (UPTD – RAMPK)

No	Inisial	Jenis Kelamin	Regulasi Emosi ( <i>pre-test</i> )	Kategori
1	AR	P	34.00	Tinggi
2	NI	P	28.00	Tinggi
3	ANR	P	22.00	Rendah
4	AR	P	23.00	Rendah

No	Inisial	Jenis Kelamin	Regulasi Emosi ( <i>pre-test</i> )	Kategori
5	AMR	P	37.00	Tinggi
6	FTR	P	18.00	Rendah
7	SAI	P	24.00	Rendah
8	CA	P	29.00	Tinggi
9	MD	L	18.00	Rendah
10	HS	L	20.00	Rendah
11	VA	L	22.00	Rendah
12	PR	L	26.00	Tinggi
13	REI	L	10.00	Rendah
14	MAR	L	26.00	Tinggi
15	SA	P	47.00	Tinggi
16	RAS	P	30.00	Tinggi
17	AY	P	28.00	Tinggi
18	NA	P	22.00	Rendah
19	EN	P	27.00	Tinggi
20	NM	P	58.00	Tinggi
21	PAS	P	12.00	Rendah
22	RYA	P	9.00	Rendah
23	NI	P	13.00	Rendah
24	AMR	P	16.00	Rendah
25	KMY	L	12.00	Rendah
26	JF	L	14.00	Rendah
27	SAF	P	30.00	Tinggi

## 2. Tahap Pelaksanaan

Berdasarkan hasil *pretest*, diperoleh bahwa sebanyak 15 orang warga binaan berkategori rendah dalam pengelolaan emosi. Oleh karena itu, tim pengabdian memberikan konseling kelompok untuk meningkatkan kemampuannya dalam mengelola emosi. Tahapan konseling kelompok terdiri dari 5 tahapan:

- a. *Forming group*. Setelah pelaksanaan *pretest*, warga binaan yang rendah dalam kemampuan pengelolaan emosinya akan dimasukkan ke dalam grup untuk ikut dalam kegiatan konseling kelompok. Pada bagian ini, konselor akan membangun rapport (*rapport building*). Konselor akan membuka sesi konseling dengan memperkenalkan diri dan meminta setiap anggota kelompok untuk memperkenalkan diri mereka (nama, asal, tahun lahir, alasan masuk ke panti sosial). Konselor juga menjelaskan tujuan serta manfaat dari kegiatan konseling yang dilakukan serta menjelaskan aturan dalam sesi konseling, yaitu setiap anggota harus aktif dalam pelaksanaan kegiatan.
- b. *Initial stage*. Tahap initial dimulai setelah konselor dan anggota kelompok saling memperkenalkan diri. Selanjutnya, konselor menjelaskan tujuan serta manfaat dari kegiatan konseling yang akan dilakukan, sekaligus menguraikan aturan dalam sesi tersebut, di mana setiap anggota diwajibkan aktif berpartisipasi. Konselor

menjelaskan kembali konseling kelompok secara singkat cara pelaksanaannya. Konselor juga memberikan gambaran mengenai rangkaian kegiatan yang akan dilaksanakan selama sesi konseling berlangsung serta melakukan tanya jawab kepada konseli mengenai kegiatannya selama ini

- c. *Transition stage*. Tahap ini dimulai dengan konselor meminta setiap anggota kelompok untuk membuat pohon masalah guna mengidentifikasi penyebab munculnya persoalan yang memicu konflik atau kesulitan dalam pengelolaan emosi. Konselor juga memberikan beberapa studi kasus yang disesuaikan dengan kondisi anggota kelompok. Setelah itu, setiap anggota menceritakan permasalahan yang dihadapi dan mengelompokkan masalah-masalah serupa yang dirasakan oleh anggota lainnya dalam kelompok. Selanjutnya, konselor mengajak warga binaan untuk berbagi pengalaman yang sangat emosional menurut mereka, baik itu pengalaman bahagia maupun yang menyedihkan selama berada di panti maupun sebelum masuk panti. Konselor kemudian merangkum situasi-situasi pemicu emosi tersebut beserta jenis emosi yang dirasakan saat mengalami situasi tersebut. Selama proses ini, emosi warga binaan cukup sering muncul dan terkadang terjadi konflik antar warga binaan akibat perbedaan pendapat.
- d. *Working stage*. Pada tahapan ini, konselor meminta setiap anggota kelompok lainnya untuk memberikan tanggapan atau masukan terhadap permasalahan anggota yang sedang dibahas. Pada tahapan ini, konselor juga memberikan strategi coping yang dapat dilakukan oleh anggota kelompok ketika menghadapi masalah yang serupa. Konselor akan mengevaluasi kembali masukan ataupun solusi yang telah disepakati oleh setiap anggota kelompok. Serta memastikan bahwa setiap anggota kelompok sudah memahami, kemudian konselor memberikan kesimpulan dari setiap solusi dan masukan yang dapat digunakan oleh anggota kelompok ketika menghadapi masalah pengelolaan emosi setelah sesi konseling berakhir.
- e. *Ending of group*. Pada tahap ini, tim pengabdian masyarakat mengevaluasi kembali sesi konseling dengan merangkum masalah yang telah dijelaskan oleh anggota kelompok pada sesi sebelumnya. Selain itu, konselor juga merangkum cara penyelesaian masalah yang dijelaskan oleh testee dan memberikan feedback. Konselor kemudian menanyakan perasaan peserta selama mengikuti proses konseling untuk mendapatkan gambaran lebih jelas tentang pengalaman mereka.

Pelaksanaan kegiatan konseling kelompok dibagi menjadi dua kelompok, di mana masing-masing tim pengabdian masyarakat ikut terlibat dalam memberikan konseling kepada peserta. Berikut ini adalah salah satu

dokumentasi kegiatan konseling yang telah dilakukan oleh tim pengabdian masyarakat, yang dapat dilihat pada Gambar 1 di bawah ini.



**Gambar 1.** Pelaksanaan Konseling kelompok pada warga binaan di UPTD – RAMPK Ogan Ilir

Setelah pelaksanaan konseling kelompok kemudian dilanjutkan dengan pemberian psikoedukasi yang dilakukan oleh tim sebagai tahap akhir, sehingga warga binaan lebih memahami pengelolaan emosi serta dapat mengenali berbagai emosi yang dirasakan oleh setiap individu. Pada tahap ini, warga binaan dibimbing untuk memahami pengelolaan emosi, termasuk mengenali emosi itu sendiri serta reaksi fisik, fisiologis, dan psikologis yang muncul saat sedang merasakan emosi. Selain itu, dalam psikoedukasi ini, tim memperkenalkan konsep resiliensi agar warga binaan mampu bertahan dan bangkit dalam menghadapi tekanan hidup.

### 3. Tahap Evaluasi

Pada tahap ini, warga binaan diberikan *post-test* sebagai bagian dari evaluasi atas konseling kelompok yang telah dilakukan. Tim memberikan alat ukur psikologi kepada warga binaan untuk mengukur hasil *post-test* tersebut. Namun, pada pelaksanaannya, hanya 10 warga binaan yang dapat mengikuti *post-test* karena 5 lainnya melakukan kegiatan lain diluar panti. Hasil lengkap dari evaluasi ini dapat dilihat pada tabel 2 di bawah ini:

**Tabel 2.** Hasil *Posttes* Regulasi Emosi Warga binaan pada UPTD Panti Sosial Rehabilitasi Anak Membutuhkan Perlindungan Khusus (UPTD – RAMPK Ogan Ilir

No	Inisial	Jenis Kelamin	<i>Posttest</i>	Keterangan –Kategori
1	ANR	P	27.00	Meningkat –Tinggi
2	AR	P	26.00	Meningkat –Tinggi
3	SAI	P	29.00	Meningkat –Tinggi
4	MD	L	18.00	Tidak meningkat-Rendah
5	HS	L	27.00	Meningkat –Tinggi
6	VA	L	22.00	Meningkat-Rendah
7	REI	L	12.00	Meningkat - Rendah
8	NA	P	27.00	Meningkat – Tinggi
9	RYA	P	12.00	Meningkat – Rendah
10	NI	P	19.00	Meningkat – Rendah

Berdasarkan hasil posttest, diperoleh data bahwa terjadi peningkatan pada pengelolaan emosi warga binaan, namun terdapat 4 warga binaan yang masih rendah dalam pengelolaan emosi dan 1 orang yang tidak mengalami peningkatan. Sedangkan terdapat 4 orang warga binaan, yaitu FTR, PAS, AMR, KMY, dan JF, yang tidak dapat mengikuti kembali pelaksanaan posttest karena urusan keluarga. Berdasarkan hasil data deskriptif, diperoleh gambaran nilai mean sebelum diberikan intervensi sebesar 25,64, sedangkan sesudah diberikan sebesar 26,00. Selain itu, tim peneliti juga melakukan analisis data statistik menggunakan paired sample test, dan ditemukan nilai  $p < 0.00$ . Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kemampuan pengelolaan emosi sebelum dan sesudah diberikan konseling kelompok.

Dari hasil observasi tim terhadap warga binaan di panti sosial UPTD – RAMPK Ogan Ilir, masih terdapat beberapa warga binaan yang belum mampu mengelola emosinya dengan baik. Oleh karena itu, tim pengabdian memberikan penjelasan dan arahan agar mereka dapat mengelola emosi dengan lebih efektif. Selama proses konseling berlangsung, warga binaan juga terlibat aktif dengan saling membantu sesama melalui pemberian masukan dan pendapat untuk anggota lain sehingga masalah bersama dapat diselesaikan dengan lebih baik.

Berdasarkan teori Corey (2021), konseling kelompok merupakan salah satu teknik yang dapat digunakan untuk membantu individu dalam mengatasi masalah, termasuk emosi. Konseling kelompok dapat membantu individu untuk keluar dari permasalahannya dan memberikan dorongan untuk mengubah sikap dan perilaku agar sesuai dengan lingkungan. Berdasarkan hasil analisis di lapangan, anggota kelompok cenderung aktif pada awal sesi konseling, terutama ketika tim pengabdian meminta mereka untuk mengenali emosi yang dirasakan setiap hari selama di panti sosial. Antusiasme warga binaan semakin meningkat saat memasuki sesi *role play* dan studi kasus, di mana tim peneliti memberikan beberapa topik atau tema untuk dijadikan bahan *role play* dan studi kasus. Selama sesi *role play* dan studi kasus, tim pengabdian juga melakukan observasi terhadap warga binaan untuk mengetahui emosi yang mereka rasakan serta cara mereka mengelola emosi tersebut. Siregar & Tambusai (2025), bahwa konseling kelompok dapat meningkatkan kemampuan individu untuk mengelola emosi.

Beasley et al. (2023) mengungkapkan bahwa dalam penyelesaian masalah, terkadang individu membutuhkan bantuan orang lain untuk mengatasi kesulitannya. Melalui konseling kelompok, konseli dapat menemukan jawaban atas permasalahannya dan peran konselor sangat penting. Konselor mungkin lebih mudah mengidentifikasi masalah serupa yang dialami oleh banyak individu ketika mereka terlibat dalam kegiatan konseling kelompok. Hal ini sejalan dengan Habsy et al. (2024) bahwa dalam konseling kelompok, setiap anggota kelompok dapat memberikan ide, saran,

dan jawaban tanpa adanya paksaan. Setiap anggota terlibat aktif dan konselor ikut serta dalam membantu pemecahan masalah sehingga tercapai tujuan dari konseling kelompok. Dalam kegiatan ini, tim pengabdian juga akan memberikan psikoedukasi dan posttest sebagai bentuk evaluasi dari kegiatan yang dilakukan. Pemberian pretest dan posttest untuk melihat perubahan perilaku setelah pemberian konseling (Putri et al, 2025).

#### D. SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat yang telah dilakukan oleh tim, dapat disimpulkan bahwa sebanyak 9 orang warga binaan mengalami peningkatan kemampuan dalam pengelolaan emosi. Namun, masih ada 4 warga binaan yang tetap berada dalam kategori rendah, dan 1 orang yang tidak mengalami peningkatan kemampuan sama sekali. Namun dapat dikatakan bahwa konseling merupakan metode yang tepat dan berpengaruh dalam membantu warga binaan mengelola emosinya secara lebih efektif. Karena melalui konseling kelompok, warga binaan berpartisipasi aktif dalam proses konseling, di mana mereka saling memberikan masukan dan membantu menyelesaikan masalah bersama.

Saran dari kegiatan ini adalah perlu adanya pemantauan berkelanjutan yang dilakukan oleh staff di UPTD – RAMPK Ogan Ilir untuk memastikan bahwa warga binaan benar-benar sudah mampu untuk mengelola emosinya, sehingga mereka dapat terbantu dan lebih siap menghadapi kehidupan setelah keluar dari panti sosial. Selain itu, konseling kelompok ini juga dapat diberikan kepada warga binaan berikutnya yang akan masuk ke panti sosial UPTD – RAMPK Ogan Ilir agar mendapatkan penanganan dan dukungan sejak awal.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Publikasi artikel ini dibiayai oleh Anggaran Universitas Sriwijaya Tahun Anggaran 2025, sesuai dengan SK Rektor Nomor: 0014/UN9/SK.LPPM.PM/2025 tanggal 17 September 2025”

#### DAFTAR RUJUKAN

- Beasley, J. J., Ieva, K. P., & Steen, S. (2023). Reclaiming the system: Group counseling landscape in schools. *Professional School Counseling, 27*(1a), 2156759X231160715. <https://doi.org/10.1177/2156759X231160715>
- Ciptadi, W. A. (2024). Penerapan Terapi Realitas dengan Teknik WDEP untuk Meningkatkan Harga Diri Pada Warga Binaan Sosial di Panti Sosial Bina Insan Bangun Daya 2 Jakarta. *Contiguity: Jurnal Psikologi, 20*(2), 36-44. <https://doi.org/10.37817/jurnalcontiguity.v20i2.3845>
- Corey, G. 2021. *Theory and Practice of Group Counseling*. Eighth edition. USA: Brooks/Cole Thompson. [https://www.ijp.org.uk/docs/Theory\\_and\\_Practice\\_of\\_Counseling\\_and\\_Ps.pdf](https://www.ijp.org.uk/docs/Theory_and_Practice_of_Counseling_and_Ps.pdf)
- Habsy, B. A., Zain, H. H. H., Masruroh, H., & Mukti, F. A. (2024). Basic Concepts of Group Counseling: An Intervention Services. *QUANTA: Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan, 8*(1), 1-7.

- <https://doi.org/10.22460/quanta.v8i1.4268>
- Hermi, C., Sari, D., & Wibowo, H. (2018). Konseling kelompok dapat meningkatkan pemahaman diri dan perubahan tingkah laku individual. *Jurnal Psikologi Terapan*, 16(1), 45-52. <https://doi.org/10.30595/psychoidea.v16i2.3370>
- Hilmy, N. A., Barida, M., & Susilowati, N. (2022). Upaya Meningkatkan Kemampuan Regulasi Emosi Siswa Melalui Konseling Kelompok Dengan Teknik Coping di SMK Sakti Gemolong. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 4(4), 2739-2746. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v4i4.5903>
- Hulukati, W., Idris, I., & Rafiola, R. H. (2022). Effectiveness of group counseling with live modeling techniques to improve academic self-efficacy of guidance and counseling students. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(3), 670-678. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i3.384>
- Kementerian Sosial Republik Indonesia. (2019). Peraturan Menteri Sosial Republik Indonesia Nomor 5 Tahun 2019 tentang Pengelolaan Data Terpadu Kesejahteraan Sosial. <https://ppid.kemsos.go.id>
- Kementerian Sosial Republik Indonesia. (2024). *Verifikasi dan validasi data PPKS tahun 2024*. <https://ppid.kemsos.go.id>
- Kementerian Sosial Republik Indonesia. (2017). *Peraturan Menteri Sosial Republik Indonesia Nomor 5 Tahun 2017 tentang Standar Rehabilitasi Sosial dengan Pendekatan Profesi Pekerjaan Sosial*. <https://ppid.kemsos.go.id>
- Loban et al., 2024. Development of group counseling guideline using modeling technique to enhance self-management. *COUNS-EDU: The International Journal of Counseling and Education*, 9(2), 39-47. <https://doi.org/10.23916/0020240951320>
- Putri, H. A. T., Ardani, M. A., Rachmatiana, S., Gumilar, N. A., Putrawan, M., & Ramadhani, A. (2025). Gratitude Journal as a Solution to Anxiety for the Future of SMAN 9 Samarinda Students: Gratitude Journal sebagai Solusi Kecemasan terhadap Masa Depan Siswa SMAN 9 Samarinda. *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 9(4), 1026-1034. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v9i4.21856>
- Siregar & Tambusai (2025). Enhancing Students' Problem-Solving Skills Through Group Counseling: A Case Study. *Journal of Social Work and Science Education*, Volume 6 (2) 2025, 642-662E-ISSN 2723-6919. <https://doi.org/10.52690/jswse.v6i2.1192>
- Wasistiyana, A. K. (2024). *Perlindungan Sosial Bagi Pemerlu Pelayanan Kesejahteraan Sosial (Ppks) Melalui Pendataan Media Simasos Oleh Dinas Sosial Kabupaten Kutai Kartanegara Provinsi Kalimantan Timur* (Doctoral dissertation, Institut Pemerintahan Dalam Negeri. <http://eprints.ipdn.ac.id/id/eprint/17089>
- Yunita, Y. (2020). Pentingnya Layanan Konseling Kelompok Terhadap Harga Diri Remaja. *Jurnal penelitian pendidikan, psikologi dan kesehatan (J-P3K)*, 1(3), 261-267. <https://jurnalp3k.com/index.php/J-P3K/article/view/51/pdf>
- Zargar et al., (2019). Effectiveness of emotion regulation group therapy on craving, emotion problems, and marital satisfaction in patients with substance use disorders: A randomized clinical trial. *Iranian Journal of Psychiatry*, 14(4), 283. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7007510/pdf/IJPS-14-283.pdf>