

Pendampingan Konseling Percakapan Krishna dan Arjuna sebagai Antisipasi Stres Kebencanaan Pantu Asuhan

Ni Putu Raina Cantika Dewi¹, Ni Putu Raini Dewi Lestari², Ni Putu Diah Agustina Putri³, I Gede Dharma Surya Arta⁴, Kadek Ayu Rani Fibriyana⁵, Anak Agung Ayu Dewi Sutyarningsih⁶

^{1,2,3,4,6}Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Universitas Pendidikan Ganesha, Indonesia

⁵Bimbingan Konseling, Universitas Pendidikan Ganesha, Indonesia

e-mail: ¹raina@student.undiksha.ac.id, ²raini@student.undiksha.ac.id,

³diah.agustina@student.undiksha.ac.id, ⁴dharma.surya@student.undiksha.ac.id,

⁵ayu.rani.fibriyana@student.undiksha.ac.id, ⁶ayu.dewi.sutyarningsih@undiksha.ac.id

Abstrak

Stres pascabencana kebakaran merupakan masalah psikologis serius yang dialami oleh anak-anak di Pantu Asuhan Wisma Anak Harapan. Berdasarkan observasi awal, sebanyak 85% anak menunjukkan gejala kecemasan dan ketakutan. Program pengabdian ini penting untuk membangun ketahanan mental (resiliensi) anak sebagai upaya antisipasi stres kebencanaan di masa depan. Tujuan utama pengabdian adalah memulihkan kondisi emosional dan meningkatkan kemampuan kognitif serta keterampilan konseling sebaya pada anak pantu. Metode yang digunakan adalah Konseling Kelompok Intervensi Filosofis berbasis percakapan Krishna dan Arjuna, yang dilaksanakan dalam 8 sesi pelatihan dan 3 sesi pendampingan pada 55 anak asuh di Pantu Asuhan Wisma Anak Harapan. Hasil program menunjukkan keberhasilan yang signifikan: gejala stres kebencanaan turun menjadi 0% (100% anak berada pada kategori tanpa gejala). Peningkatan pemahaman kognitif mencapai 98,77% (dari rata-rata 57,87 menjadi 97,23), dan 20 remaja pantu asuhan berhasil menguasai keterampilan konselor sebaya dengan rata-rata nilai 82,15%. Keberhasilan program dalam membangun sistem dukungan internal melalui Konselor Sebaya ini memastikan pantu asuhan memiliki bekal mandiri untuk menjaga kesejahteraan psikologis jangka panjang.

Kata kunci: Anak Pantu Asuhan, Konselor Sebaya, Krishna dan Arjuna, Stres Kebencanaan

1. PENDAHULUAN

Indonesia sebagai negara yang berada di jalur cincin api (*Ring of Fire*) memiliki potensi risiko bencana yang tinggi, baik yang disebabkan oleh faktor alam seperti gempa bumi, banjir, dan tanah longsor, maupun faktor non-alam [1]. Bencana-bencana ini sering kali menimbulkan dampak yang kompleks dan merugikan, tidak hanya pada aspek fisik dan sosial, tetapi juga pada kesehatan mental dan psikologis masyarakat, terutama kelompok rentan seperti anak-anak [2]. Data menunjukkan bahwa anak-anak dalam rentang usia 0-18 tahun sangat rentan mengalami gejala stres, kecemasan, dan ketakutan yang signifikan akibat paparan kerugian dan situasi darurat kebencanaan [3]. Upaya sistematis untuk membangun dan memperkuat ketahanan mental anak menjadi langkah krusial dalam program mitigasi dan penanggulangan dampak psikologis pascabencana [4].

Isu kerentanan psikologis ini dialami secara nyata oleh anak-anak di Pantu Asuhan Wisma Anak Harapan, Badung, Bali, setelah musibah kebakaran pilu pada tanggal 3 Agustus 2024. Bencana yang disebabkan oleh korsleting listrik tersebut tidak hanya menghancurkan sebagian besar fasilitas pantu, tetapi meninggalkan trauma psikologis yang mendalam. Berdasarkan hasil

wawancara awal dengan pengurus panti pada 10 Mei 2025 dan observasi lapangan, didapatkan data bahwa sebanyak 85% atau 47 dari 55 anak asuh menunjukkan gejala stres pascabencana, yang meliputi kecemasan, ketakutan berlebihan, sulit tidur, dan mudah terkejut. Kondisi ini menjadi isu mendesak karena gejala stres yang tidak diantisipasi dengan baik berpotensi berkembang menjadi gangguan psikologis kronis.

Penelitian sebelumnya menggarisbawahi intervensi psikososial untuk memperkuat ketahanan mental anak pascabencana [5]. Konseling kelompok merupakan salah satu upaya penanggulangan efektif yang mampu membantu anak-anak korban bencana untuk memperkuat ketahanan mental dan resiliensi [6]. Konseling berbasis kelompok (*peer group support*) terbukti meningkatkan efektivitas interaksi karena adanya kesamaan latar belakang dan pengalaman, yang membuat anak-anak lebih terbuka dan responsif selama proses pemulihan [7]. Namun, upaya dukungan psikologis yang dilakukan secara personal oleh pengurus panti asuhan Wisma Anak Harapan melalui renungan dan motivasi belum memberikan pemulihan yang signifikan karena keterbatasan pemahaman dan pendekatan profesional.

Pencarian pendekatan konseling yang inovatif dan sesuai dengan konteks budaya serta minat anak-anak menjadi relevan. Nilai-nilai filosofis yang terkandung dalam epos Mahabharata dan kitab *Bhagavad Gita* memiliki potensi besar [8]. Percakapan antara Krishna dan Arjuna mengandung pesan mendalam tentang pengendalian diri (*dharma*), ketenangan emosi, dan keberanian dalam menghadapi krisis [9]. Pesan-pesan dalam *Bhagavad Gita* berfungsi untuk membangkitkan keteguhan hati dan pengendalian diri umat manusia, menjadikannya landasan yang kuat untuk konseling ketahanan mental [10].

Integrasi konseling dengan aktivitas yang menyenangkan menunjukkan efektivitas dalam intervensi pascabencana [11]. Perpaduan antara konseling, olahraga (senam dan yoga), seni, dan kerajinan, seperti pembuatan diorama simulasi bencana, mampu secara signifikan meningkatkan resiliensi anak pascabencana, mendorong ekspresi emosi positif, dan mengurangi stres [12]. Berangkat dari relevansi hasil penelitian ini, tim pengusul melihat adanya peluang untuk mengadaptasi percakapan filosofis Krishna dan Arjuna ke dalam kerangka konseling yang inovatif, praktis, dan terintegrasi dengan berbagai aktivitas kreatif.

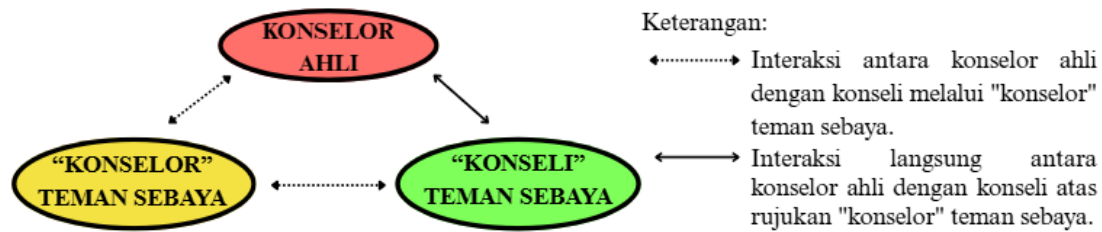
Berdasarkan identifikasi masalah tersebut, solusi yang ditawarkan adalah implementasi program Konseling Percakapan Krishna dan Arjuna untuk Ketahanan Mental bagi anak-anak di Panti Asuhan Wisma Anak Harapan. Konseling ini akan dilaksanakan dengan metode kelompok dan pendekatan teman sebaya (*peer group support*) melalui sesi pelatihan dan pendampingan yang terstruktur. Solusi inovatif ini mencakup tiga kegiatan utama: (1) Adaptasi Filosofi Percakapan Krishna dan Arjuna dalam bentuk media audiovisual dan materi konseling untuk menanamkan nilai-nilai pengendalian diri, keberanian, dan ketenangan; (2) Pelatihan Ketahanan Mental melalui simulasi pembuatan diorama kebencanaan untuk memfasilitasi ekspresi emosi dan pengalaman; serta (3) Integrasi Aktivitas Fisik (Senam/Yoga) dan *ice breaking* untuk menjaga kesehatan fisik dan mengurangi tingkat stres anak pascabencana.

Tujuan utama dari pengabdian ini adalah untuk: (1) Membangun ketahanan mental dan kemampuan mengelola emosi dalam menghadapi bencana bagi anak-anak Panti Asuhan Wisma Anak Harapan; (2) Mengadaptasi percakapan filosofis Krishna dan Arjuna sebagai modul konseling untuk mendukung pengendalian diri anak-anak terhadap stres kebencanaan; dan (3) Mengembangkan inovasi media berbasis filosofi yang terintegrasi dengan aktivitas seni dan fisik sebagai upaya nyata mengantisipasi stres kebencanaan bagi anak-anak Panti Asuhan Wisma Anak Harapan.

2. METODE

Program pengabdian ini dilaksanakan secara luring dan menggunakan pendekatan komprehensif berupa gabungan Pelatihan, Pendampingan Konseling Kelompok, dan Sosialisasi yang berlandaskan pada skema Konseling Teman Sebaya. Filosofi inti yang diusung adalah Percakapan Krishna dan Arjuna dalam *Bhagavad Gita* dengan delapan pesan kunci tentang kebenaran, keikhlasan, pengendalian diri, dan semangat berjuang diintegrasikan sebagai landasan untuk membangun ketahanan mental atau resiliensi dalam menghadapi stres kebencanaan [13]. Metode ini sengaja dirancang untuk mentransformasi nilai-nilai spiritual

menjadi soft skill psikologis yang praktis bagi anak-anak. Mitra kegiatan ini adalah Anak-anak Panti Asuhan Wisma Anak Harapan yang beralamat di Jalan Anom, Nomor 2, Desa Dalung, Kecamatan Kuta Utara, Kabupaten Badung, Bali. Program ini melibatkan total 55 anak asuh panti (usia 5 hingga 20 tahun) sebagai konseli utama, serta 20 remaja panti (usia 15 hingga 18 tahun) yang dipersiapkan untuk menjadi konselor sebaya. Seluruh kegiatan dilakukan di lokasi pengungsian sementara mitra untuk memastikan kedekatan dan relevansi intervensi dengan situasi pascabencana yang mereka alami. Skema hubungan konseling teman sebaya, yang melibatkan Dosen Pendamping (konselor ahli), tim PKM-PM (konselor sebaya fasilitator), dan anak-anak panti (konseli), dijalankan sebagaimana diilustrasikan pada Gambar 1, yang menunjukkan alur bimbingan dan fasilitasi multi-level.



Gambar 1. Skema Hubungan Konseling Teman Sebaya

Prosedur pelaksanaan pengabdian terbagi menjadi tiga tahapan utama: Tahap Persiapan (Pra Kegiatan), Tahap Pelaksanaan Inti (Pelatihan dan Pendampingan), serta Tahap Monitoring dan Evaluasi. Tahap persiapan (Juli 2025) sangat krusial, meliputi penyusunan materi Konseling Percakapan Krishna dan Arjuna dan perancangan Buku Pedoman Mitra yang akan menjadi panduan bagi remaja panti. Koordinasi intensif dengan Dosen Pendamping untuk validasi strategi konseling dan pembuatan instrumen evaluasi, termasuk angket *Checklist* gejala stres yang mengadaptasi instrumen *Child Behavior Checklist (CBCL)*, *pre-test* dan *post-test* kognitif, serta lembar observasi keterampilan konselor sebaya. Tahap ini mencakup pengadaan media seperti video pengenalan epos Mahabharata dan tutorial pembuatan diorama. Dokumentasi kegiatan pada Gambar 1 serta rincian kegiatan tahap persiapan tercantum pada Tabel 1. Ditutup dengan sosialisasi program kepada seluruh mitra dan pelaksanaan *pre-test* awal sebagai data dasar pengukuran kognitif.



Gambar 1. Dokumentasi Tahapan Persiapan

Tabel 1. Rincian Kegiatan Tahap Persiapan

Kegiatan	Rincian Kegiatan
Penyusunan Materi dan Buku Pedoman Mitra	Menyusun materi konseling percakapan Krishna dan Arjuna, yang dituangkan dalam buku pedoman serta media ajar <i>powerpoint</i> .
Koordinasi dengan Dosen Pendamping	Dosen pendamping memberikan arahan strategi fasilitasi konseling, pembagian peran, dan evaluasi keterampilan konselor teman sebaya.
Penyusunan Instrumen Evaluasi	Menyusun angket gejala stres, soal <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i> ketahanan mental dan konseling, serta lembar observasi keterampilan konselor.
Koordinasi dengan Mitra	Menyepakati jadwal pelatihan, pendampingan, dan evaluasi dengan mitra, ketua, serta pengurus Panti Asuhan Wisma Anak Harapan.
Pengadaan Media Konseling	Membuat video pengenalan program, epos Mahabharata, dan tutorial pembuatan diorama.
Pembukaan dan Sosialisasi Program	Dibuka dengan sambutan dari ketua tim dan pengurus panti, <i>pre-test</i> , sosialisasi tujuan program, <i>ice breaking</i> dan meditasi.

Tahap Pelaksanaan Inti dibagi menjadi dua fokus utama: Pelatihan dan Pendampingan. Metode konseling yang digunakan adalah Konseling Kelompok yang mengikuti empat tahapan, yaitu: Pembentukan (janji kerahasiaan), Peralihan (berbagi pengalaman bencana), Kegiatan (pendalaman pesan filosofis Krishna-Arjuna), dan Pengakhiran (refleksi, senam, yoga, dan diorama) [15]. Pelatihan dilaksanakan dalam 8 sesi berdurasi 4 jam, dikelompokkan menjadi Prajuna 1, 2, dan 3. Rincian jadwal, materi, dan kegiatan pada tahap pelatihan ini dipaparkan secara rinci dalam Tabel 2. Prajuna 1 (Agustus 2025) berfokus pada pengenalan epos dan pesan menentukan kebenaran dan semangat berjuang, diperkaya dengan ekspresi seni (cap jari) dengan dokumentasi pada Gambar 2. Prajuna 2 mengintegrasikan pesan keikhlasan, pengendalian diri, dan ketulusan hati dengan aktivitas fisik, yaitu Senam dan Yoga untuk pelepasan ketegangan emosional dengan dokumentasi pada Gambar 3. Prajuna 3 berfokus pada pesan menumbuhkan hati bersih, pengabdian tulus, dan memberi rasa damai, yang ditutup dengan kegiatan membuat dan simulasi Diorama Bencana (angin puting beliung, gempa-tsunami) dengan dokumentasi pada Gambar 4, menjadikan ketakutan sebagai objek yang dapat dikelola dan diekspresikan.

Tabel 2. Rincian Kegiatan Tahap Pelatihan

Tahapan	Tanggal	Rincian Kegiatan
Prajuna 1: Pengenalan, Sesi Konseling, dan <i>Ice Breaking</i>	1 Agustus 2025	a. Anak-anak panti asuhan menyimak arti konseling, penjelasan epos Mahabharata, serta percakapan Krishna dan Arjuna; b. Konseling sesi pertama pesan menentukan kebenaran; c. <i>Ice breaking</i> berupa permainan angka kelipatan tiga dan menyanyi lagu "Di sini senang, di sana senang".
	7 Agustus 2025	a. Mendengarkan percakapan Krishna dan Arjuna; b. Konseling sesi kedua pesan semangat berjuang; c. Mengekspresikan perasaan melalui seni dengan cap jari, melukis, dan menempel foto.
Prajuna 2: Sesi Konseling, Aktvitas Fisik	12 Agustus 2025	a. Mendengarkan percakapan Krishna dan Arjuna; b. Sesi konseling ketiga pesan pentingnya keikhlasan; c. Aktivitas membuat naskah percakapan Krishna dan Arjuna serta memainkan Wayang.
	14 Agustus 2025	a. Mendengarkan percakapan Krishna dan Arjuna; b. Konseling sesi keempat pesan pengendalian diri; c. Kegiatan senam diisi dengan pemanasan dan senam irama lagu "Anak Indonesia Hebat".
	16 Agustus 2025	a. Mendengarkan percakapan Krishna dan Arjuna; b. Konseling sesi kelima pesan menjaga ketulusan hati;

		c. Aktivitas yoga meliputi gerakan dasar seperti pernapasan dalam, peregangan sederhana, pose duduk atau berdiri menenangkan.
Prajuna 3: Sesi Konseling, Aktivitas Seni dan Kerajinan	20 Agustus 2025	a. Mendengarkan percakapan Krishna dan Arjuna; b. Konseling sesi keenam pesan menumbuhkan hati yang bersih; c. Membuat dan simulasi diorama bencana angin puting beliung.
	22 Agustus 2025	a. Mendengarkan percakapan Krishna dan Arjuna; b. Konseling sesi ketujuh pesan pengabdian tulus; c. Membuat dan simulasi diorama bencana gunung meletus.
	25 Agustus 2025	a. Mendengarkan percakapan Krishna dan Arjuna; b. Konseling sesi kedelapan pesan memberi rasa damai; c. Membuat dan simulasi diorama gempa bumi serta tsunami.



Gambar 2. Dokumentasi Tahapan Prajuna 1



Gambar 3. Dokumentasi Tahapan Prajuna 2



Gambar 4. Dokumentasi Tahapan Prajuna 3

Tahap pendampingan dilakukan sebanyak 3 sesi (4 jam/sesi) pada September 2025, yang merupakan kunci keberlanjutan program. Dalam tahap ini, terjadi alih peran secara bertahap, sebanyak 20 remaja panti yang telah dilatih secara bergantian berperan sebagai Konselor Sebaya memimpin sesi konseling bagi 35 anak lainnya (dibagi dalam kelompok-kelompok kecil). Pendampingan ini memastikan keterampilan konseling teman sebaya yang dimiliki remaja menjadi terinternalisasi dan dapat diterapkan secara mandiri, meliputi praktik memimpin diskusi filosofis, yoga, hingga simulasi diorama. Dokumentasi kegiatan pada Gambar 5 serta rincian kegiatan pada tahap pendampingan ini disajikan pada Tabel 3.



Gambar 5. Dokumentasi Tahapan Pendampingan

Tabel 3. Rincian Kegiatan Tahap Pendampingan

Tahapan	Tanggal	Rincian Kegiatan
Pendampingan 1	5 September 2025	a. Anak-anak panti asuhan menjelaskan tahapan konseling percakapan Krishna dan Arjuna; b. Pendampingan sesi konseling pertama.
Pendampingan 2	11 September 2025	a. Pendampingan sesi konseling kedua; b. Melakukan aktivitas yoga dan senam.
Pendampingan 3	16 September 2025	a. Pendampingan sesi konseling ketiga; b. Membuatan diorama simulasi bencana.

Tahap terakhir adalah Monitoring dan Evaluasi (Monev), yang bertujuan mengukur tingkat ketercapaian tujuan program melalui tiga aspek. Aspek Emosional diukur secara kualitatif dan deskriptif dengan membandingkan hasil pengisian Angket Checklist Gejala Stres pada Observasi Awal (10 Mei 2025) dan Observasi Akhir (23 September 2025), mengidentifikasi penurunan indikator kecemasan dan ketakutan. Aspek Kognitif diukur secara kuantitatif melalui perbandingan skor *Pre-test* (29 Juli 2025) dan *Post-test* (23 September 2025) yang berlandaskan Taksonomi Bloom, menilai peningkatan pemahaman anak terhadap ketahanan mental dan filosofi konseling. Terakhir, Aspek Keterampilan diukur secara kualitatif selama tahap pendampingan menggunakan Lembar Observasi untuk menilai penguasaan 20 remaja panti terhadap 7 keterampilan dasar konselor (Observasi, Wawancara, Empati, Mendengarkan Aktif, Memparafrasekan Jawaban Konseli, Mengidentifikasi Masalah, dan Memberikan Dukungan), dengan skor yang dikonversi ke dalam persentase menggunakan kriteria Penilaian Acuan Patokan (PAP).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan program pengabdian mencakup tiga tahapan utama: Persiapan, Pelatihan (Prajauna 1-3), dan Pendampingan. Program berlangsung sukses dan tercapai sesuai alur yang ditetapkan dalam metode pelaksanaan. Tahap persiapan meliputi penyusunan materi Konseling Teman Sebaya, adaptasi filosofi Krishna dan Arjuna ke dalam modul pelatihan yang ramah anak, serta pengembangan instrumen evaluasi tes dan non-tes. Pada tahap pelatihan, tim PKM-PM sebagai konselor sebaya memfasilitasi 8 sesi intensif (masing-masing 4 jam), pesan filosofis tentang keikhlasan, pengendalian diri, dan ketenangan disampaikan. Pesan ini diperkuat melalui aktivitas, Yoga dan Senam sebagai intervensi fisik untuk meredakan ketegangan somatik pascatrauma, serta proyek pembuatan dan simulasi diorama bencana. Aktivitas diorama ini berfungsi ganda, yaitu sebagai sarana katarsis untuk mengekspresikan ketakutan dan sebagai alat edukasi kesiapsiagaan diri [14]. Keberhasilan pelaksanaan kegiatan tercermin pada antusiasme dan kehadiran peserta yang mencapai 100% di setiap sesi, didukung pula dengan pengisian lembar refleksi oleh seluruh anak asuh.

Monitoring dan evaluasi program difokuskan pada tiga indikator keberhasilan. Indikator pertama, aspek emosional. Hasil Observasi Awal yang dilakukan pada 10 Mei 2025 menunjukkan bahwa mayoritas anak panti, tepatnya 85% (47 dari 55 anak), masih menunjukkan gejala stres pascabencana. Gejala ini terbagi menjadi 40% mengalami kecemasan (skor 5-15) dan 45% mengalami ketakutan (≥ 16), mencerminkan trauma yang mendalam akibat kejadian kebakaran yang menimpa panti. Setelah serangkaian intervensi konseling yang komprehensif, hasil Observasi Akhir pada 23 September 2025 menunjukkan pemulihan emosi yang sangat efektif. Seluruh anak yang sebelumnya menunjukkan gejala, kini berada pada kategori Tanpa Gejala stres kebencanaan, mencapai persentase 100%. Perbandingan data rinci gejala stres anak dari awal hingga akhir program dapat dilihat pada Tabel 4, yang secara jelas memvalidasi efektivitas intervensi filosofis ini.

Tabel 4. Hasil Perbandingan Evaluasi Gejala Stres Kebencanaan

Gejala	Observasi Awal	Observasi Akhir
Tanpa Gejala	15%	100%
Kecemasan	40%	0%
Ketakutan	45%	0%

Indikator kedua, aspek kognitif, dievaluasi melalui perbandingan hasil *Pre-test* dan *Post-test* untuk mengukur pemahaman anak terhadap konsep ketahanan mental dan filosofi konseling yang diberikan. Rata-rata skor *pre-test* adalah 57,87, berada dalam kategori kurang, yang mengindikasikan rendahnya pengetahuan awal anak-anak mengenai manajemen stres dan filosofi ketenangan diri. Setelah mengikuti sesi pelatihan, terjadi peningkatan pemahaman yang luar biasa, rata-rata skor *post-test* melesat menjadi 97,23, dengan persentase peningkatan rata-rata mencapai 98,77%. Peningkatan drastis ini menggarisbawahi kemampuan program dalam mentransfer pengetahuan kognitif secara efektif, memastikan anak-anak tidak hanya merasakan ketenangan emosional, tetapi juga memahami konsep dan strategi mental yang harus diterapkan saat menghadapi potensi bencana di masa depan. Perbandingan rata-rata skor *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat pada visualisasi grafik di Tabel 5.

Tabel 5. Perbandingan Rata-rata Skor *Pre-Test* dan *Post-Test*

No.	Nama	Nilai		Persentase Peningkatan
		<i>Pre-Test</i>	<i>Post-Test</i>	
1	KSTU	80	100	25%
2	KGS	40	100	15%
3	MAD	70	100	42,9%
4	DS	80	100	25%
5	FG	70	100	42,9%
6	MLD	90	100	11,1%
7	DV	70	100	42,95
8	VKRB	100	100	0%
9	SW	70	100	42,9%
10	KR	60	100	66,7%
11	JS	80	100	25%
12	FAR	90	100	11,1%
13	RK	50	100	100%
14	EB	60	100	66,7%
15	ITA	80	100	25%
16	AU	80	100	25%
17	EB	50	100	100%
18	LCB	50	90	80%
19	PF	10	90	800%
20	DU	60	100	66,7%
21	AWP	60	100	66,7%
22	GM	70	100	42,9%
23	AVS	30	90	200%
24	DPD	70	100	42,9%
25	JP	40	100	150%
26	ADA	20	90	350%
27	AWA	70	100	42,9%
28	WN	50	90	80%
29	DP	50	100	100%
30	PMPK	50	100	100%

31	RA	60	100	66,7%
32	KT	20	100	400%
33	JPW	20	90	350%
34	MI	60	100	66,7%
35	VG	50	90	80%
36	MP	80	100	25%
37	IM	40	80	100%
38	IPM	60	70	16,7%
39	YA	70	70	0%
40	CI	60	70	16,7%
41	IMYA	70	80	14,3%
42	KAT	40	100	150%
43	AT	30	100	233,3%
44	SY	50	90	80%
45	NS	60	100	66,7%
46	PPD	50	100	100%
47	KEJ	50	100	100%
Rata-rata Nilai		57,87	97,23	98,77%

Indikator ketiga, aspek keterampilan diukur selama tahap pendampingan. Evaluasi ini penting untuk menilai keberlanjutan program, sebanyak 20 remaja panti dilatih dan dinilai sebagai Konselor Sebaya. Penilaian menggunakan lembar observasi terhadap tujuh keterampilan dasar konselor, yaitu: Observasi, Wawancara, Empati, Mendengarkan Aktif, Memparaphrasekan Jawaban Konseli, Mengidentifikasi Masalah, dan Memberikan Dukungan Konseli. Hasilnya sangat memuaskan, dengan rata-rata total nilai penguasaan keterampilan mencapai 82,15%, yang diklasifikasikan dalam kategori Baik. Dua remaja bahkan meraih predikat Sangat Baik, dengan skor 91,4% dan 97,1%. Penguasaan keterampilan dasar konseling ini menjadi tolak ukur keberhasilan transfer ilmu dan memastikan bahwa Panti Asuhan Wisma Anak Harapan sehingga mendukung keberlanjutan, hasil penilaian disajikan dalam Tabel 6.

Tabel 6. Hasil Evaluasi Keterampilan Dasar Konseling Anak Panti Asuhan

No.	Nama	Nilai	Kategori	No.	Nama	Nilai	Kategori
1	AWA	82,9	Baik	11	IM	80,0	Baik
2	WN	80,0	Baik	12	IPPM	80,0	Baik
3	DP	91,4	Sangat Baik	13	YA	97,1	Sangat Baik
4	PNPK	80,0	Baik	14	CI	80,0	Baik
5	RA	77,1	Baik	15	IMYA	82,9	Baik
6	KT	80,0	Baik	16	KAT	80,0	Baik
7	JPW	85,7	Baik	17	AT	80,0	Baik
8	MI	80,0	Baik	18	SY	80,0	Baik
9	VG	80,0	Baik	19	NY	82,9	Baik
10	MP	82,9	Baik	20	PPD	80,0	Baik

Meskipun program berjalan sukses, terdapat kesulitan yang dihadapi tim pelaksana, utamanya adalah rentang usia peserta yang sangat lebar (5 hingga 20 tahun), yang menuntut strategi diferensiasi materi dan metode. Sesi filosofis yang cenderung berat dan berdurasi lama dapat membuat anak-anak yang lebih muda kehilangan fokus. Solusi yang segera diterapkan adalah melakukan pembagian kelompok yang lebih terfokus; remaja dilibatkan penuh dalam diskusi filosofis dan pelatihan keterampilan konseling, serta kegiatan dukungan seperti diorama, senam, dan yoga. Pengembangan kegiatan ke depan (*future works*), dikomendasikan penciptaan media digital interaktif, seperti video animasi pendek dan permainan edukasi.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan pendampingan konseling, program pengabdian berhasil mencapai tujuan yang ditetapkan, yaitu membantu pemulihan emosional, meningkatkan pemahaman kognitif, serta membentuk keterampilan konseling anak-anak panti asuhan. Aspek emosional, hasil observasi menunjukkan penurunan gejala stres kebencanaan secara signifikan, dari 85% anak yang mengalami kecemasan dan ketakutan pada observasi awal menjadi 0% atau 100% anak tanpa gejala stres setelah pendampingan. Aspek kognitif, terdapat peningkatan rata-rata skor dari 57,9 pada *pre-test* menjadi 97,2 pada *post-test*, dengan persentase peningkatan sebesar 98,8%, yang menunjukkan anak-anak memahami nilai-nilai ketahanan mental dan konsep konseling percakapan Krishna dan Arjuna dengan baik. Aspek keterampilan, anak-anak mampu mempraktikkan konseling teman sebaya dengan rata-rata nilai 82,1 (kategori baik), menandakan kesiapan dalam melanjutkan kegiatan secara mandiri. Kelebihan program ini terletak pada keberhasilan pendekatan spiritual-dialogis yang dipadukan dengan aktivitas reflektif dan ekspresif, sehingga menciptakan suasana konseling yang hangat, aman, dan bermakna bagi anak-anak. Adapun kekurangannya adalah keterbatasan waktu pendampingan yang relatif singkat dan kebutuhan akan pelatihan lanjutan bagi pendamping lokal agar program dapat berkelanjutan. Ke depan, kegiatan ini berpotensi dikembangkan menjadi model konseling berbasis nilai-nilai *Bhagavad Gita* untuk mitigasi stres kebencanaan di lingkungan panti asuhan dan lembaga pendidikan lainnya.

5. SARAN

Saran untuk pengabdian lebih lanjut dan pengembangan kegiatan di masa depan difokuskan pada penguatan keberlanjutan program dan inovasi metode intervensi. Pertama, perlu adanya pendampingan lanjutan secara berkala bagi 20 remaja yang telah dilatih sebagai konselor sebaya. Hal ini bertujuan untuk menguatkan penguasaan ketujuh keterampilan dasar konseling mereka, memastikan mereka mampu mengatasi kasus yang lebih kompleks, dan membangun sistem supervisi internal yang mandiri di panti asuhan. Kedua, untuk mengatasi tantangan variasi usia peserta, disarankan untuk mengembangkan media konseling berbasis teknologi digital. Pengembangan permainan edukasi atau video animasi pendek yang mengintegrasikan pesan Percakapan Krishna dan Arjuna dapat menjadi solusi efektif untuk meningkatkan daya tarik dan retensi materi, khususnya bagi anak-anak usia dini. Ketiga, program serupa di masa mendatang dapat diperluas dengan mengintegrasikan modul kesiapsiagaan bencana praktis (seperti P3K dasar dan simulasi evakuasi) bersamaan dengan sesi konseling, sehingga ketahanan mental dan keterampilan praktis penanggulangan bencana dapat dibangun secara simultan dan holistik. Program keberlanjutan juga disarankan untuk memfasilitasi pertemuan rutin antar-konselor sebaya dari berbagai panti asuhan sebagai forum sharing pengalaman dan peningkatan kapasitas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia dan Universitas Pendidikan Ganesha yang telah memberikan dukungan finansial melalui skema Program Kreativitas Mahasiswa Pengabdian kepada Masyarakat (PKM-PM). Terima kasih disampaikan kepada Ibu Ketua Ni Nyoman Trisnawathy, Pengurus, dan anak-anak Panti Asuhan Wisma Anak Harapan atas kolaborasi, partisipasi aktif, dan keterbukaan selama pelaksanaan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Fairuzzen, M.R., Merpaung, V.H., Putra, A.A., dan Malik, A.A., 2024, Peran tata ruang dalam mitigasi risiko pembangunan dan pencegahan bencana alam, *Interdisciplinary Explorations in Research Journal*, vol. 2, no. 3, pp. 1497–1516. <https://doi.org/10.62976/ierj.v2i3.735>
- [2] Hutagalung, P.M. dan Manik, H.E., 2024, *Pengetahuan Masyarakat tentang Terapi Emotional Freedom Technique sebagai Upaya Mengatasi Trauma Pasca Bencana Alam Tanah Longsor*, Edisi ke-1, Selat Media, Yogyakarta.
- [3] Sihotang, I.C.T. dan Sudharmono, U., 2024, Tingkat kecemasan pasca gempa bumi pada anak di sekolah dasar, *Nutrix Journal*, vol. 8, no. 1, pp. 57–71. <https://doi.org/10.37771/nj.v8i1.1096>
- [4] Porouw, H.S., Yulianingsih, E. dan Nurdin, S.I., 2022, *Buku Ajar Komunikasi dan Konseling dalam Praktik Kebidanan*, Edisi ke-1, Deepublish, Yogyakarta.
- [5] Akbar, A.A., Rahmat, H.K., dan Wahyuningtyas, A., 2025, Trauma pasca bencana dan tantangan intervensi psikososial: kajian terhadap respons psikologis di Gunung Semeru, *Trends in Applied Sciences, Social Science, and Education*, vol. 3, no. 1, pp. 71–82. <https://doi.org/10.71383/tase.v3i1.91>
- [6] Afriyati, V. dan Pasmawati, H., 2022, Penguatan resiliensi anak panti asuhan dengan bimbingan kelompok berbasis seni kreatif, *Connection: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, vol. 5, no. 1, pp. 115–126. <https://doi.org/10.32505/connection.v5i1.11070>
- [7] Halimah, L., Redjeki, F., Herlina, H., dan Halibanon, D.S., 2025, Penguatan komunitas dan dukungan emosional sebagai bentuk bhakti sosial guna pemulihan trauma pasca bencana tanah bergerak, *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, vol. 3, no. 2, pp. 82–90. <https://doi.org/10.58818/jpm.v3i2.123>
- [8] Putra, A.T., 2025, Dialektika krishna dengan arjuna dalam bhagavad-gita, *Dekonstruksi*, vol. 11, no. 1, pp. 25-31. <https://doi.org/10.54154/dekonstruksi.v11i01.290>
- [9] Raka, I.N. dan Pitriani, N.R.V., 2025, Transformasi ajaran pendidikan agama hindu dalam membangun keseimbangan intelek, moral, dan spiritual siswa di uwp vidya wisata kubutambahan, *Jurnal Penelitian Agama Hindu*, vol. 9, no. 2, pp. 20–33. <https://doi.org/10.37329/jpah.v9i2.3209>
- [10] Jemiwi, J. dan Dharma, N.K.S.A., 2025. *Hidup Selaras dengan Dharma: Langkah Kembali ke Rumah Jiwa*, Edisi ke-1, PT. Dharma Pustaka Utama, Denpasar.
- [11] Gayatri, S., Reniwati, R., Bahren, B., Ramadani, M., dan Solfiyeni, S., 2025, Integratif permainan tradisional sebagai strategi trauma healing berbasis komunitas untuk anak korban bencana: Studi kontekstual di Sumatera Barat, *PaKMas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, vol. 5, no. 1, pp. 342–350. <https://doi.org/10.54259/pakmas.v5i1.4241>
- [12] Jelantik, S.K., 2021, Komunikasi konseling pada program dharma wacana dan dharma tula di dusun ngis kecamatan narmada, *Sadharananikarana: Jurnal Ilmiah Komunikasi Hindu*, vol. 3, no. 1, pp. 391-406. <https://doi.org/10.53977/sadharananikara.v3i1.249>
- [13] Jacobson, J.W., 2022, Unsur-unsur epistemologi ‘proto-nyaya’ dalam bhagavad-gita, *Diskursus-Jurnal Filsafat dan Teologi Stf Driyarkara*, vol. 18, no. 2, pp. 133-150. <https://doi.org/10.36383/diskursus.v18i2.317>
- [14] Brahman, I.M.A., 2024, Yoga Arjuna dalam teks kakawin arjuna wiwāha, *Jurnal Penelitian Agama Hindu*, vol. 8, no. 1, pp. 101-117. <https://doi.org/10.37329/jpah.v8i1.2705>
- [15] Budayasa, I.M.R., 2022, Pendidikan karakter dalam teks cerita anusasana parwa. *Metta: Jurnal Ilmu Multidisiplin*, vol. 2, no. 4, pp. 264-282. <https://doi.org/10.37329/metta.v2i4.2867>