

PKM Group Coaching sebagai Intervensi Move On pada Penyintas Bencana Gempa Bumi Mamuju Sulawesi Barat

Nur Afni Indahari¹, Rahmawati Syam²

¹Jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar

²Jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar

Abstrak. Mitra Program Kemitraan Masyarakat (PKM) ini adalah penyintas bencana gempa bumi di Dusun Ba'basondong, Desa Kabiraan, Kecamatan Ulumanda. Masalahnya adalah: (1) mitra yang masih merasa nyaman dengan kondisi tinggal di tempat pengungsian dan masih mengharapkan bantuan dari simpatisan atau pemerintah, (2) mitra kurang berinisiatif untuk memulai kembali aktifitasnya seperti sebelum bencana, padahal kondisi sudah dipastikan aman dan kebutuhan hidup harus terus dipenuhi, (3) mitra ingin memulai baru kehidupannya tetapi tidak tahu harus memulainya dari mana. Sasaran eksternal adalah mitra mau dan mampu untuk bergerak maju setelah mengalami keterpurukan akibat bencana ini. Metode yang digunakan adalah: *building rapport* untuk membangun kepercayaan masyarakat terlebih dahulu, mengenali diriku dengan identifikasi kelebihan, kekurangan, hambatan dan tantangan yang saat ini, ceramah dengan mengenalkan apa itu intervensi *coaching* dan mempraktikkan proses *coaching*. Hasil yang dicapai adalah (1) mitra menjadi lebih mandiri dan tidak memiliki ketergantungan yang begitu kuat terhadap simpatisan atau pemerintah, (2) mitra memiliki pemikiran untuk berinisiatif melakukan pergerakan atau *move on* untuk memenuhi kebutuhannya seperti sedia kala, (3) mitra mendapatkan *insight* mengenai cara untuk bergerak maju dan hidup normal seperti sedia kala.

Kata kunci: coaching, move on, penyintas.

Abstract. Partners of this Community Partnership Program (PKM) are survivors of the earthquake in Ba'basondong Hamlet, Kabiraan Village, Ulumanda District. The problems are: (1) partners who still feel comfortable with living conditions in refugee camps and still expect help from sympathizers or the government, (2) partners do not take the initiative to restart their activities as before the disaster, even though the conditions have been confirmed to be safe and the necessities of life must continue. fulfilled, (3) partners want to start a new life but do not know where to start. The external target is partners willing and able to move forward after experiencing adversity due to this disaster. The methods used are: building rapport to build public trust first, identifying myself by identifying current strengths, weaknesses, obstacles and challenges, lectures by introducing what coaching intervention is and practicing the coaching process. The results achieved are (1) partners become more independent and do not have such a strong dependence on sympathizers or the government, (2) partners have thoughts of taking the initiative to make movements or move on to meet their needs as usual, (3) partners gain insight about a way to move forward and live a normal life as before.

Keywords: coaching, move on, survivors.

I. PENDAHULUAN

Program Kemitraan Masyarakat (PKM) yang telah dilaksanakan ini, bermitra dengan masyarakat Dusun Ba'basondong, Desa Kabiraan, Kecamatan Ulumanda yang terletak sekitar 15 km dari jalan trans Sulawesi. Desa ini terletak dibawah kaki gunung Tandeallo yang berketinggian sekitar 900 Mdpl. Jumlah mitra yang berpartisipasi dalam kegiatan ini berjumlah 14 orang, dimana ke 14

orang ini merupakan perwakilan kepala keluarga yang menjadi penyintas pada dusun tersebut. Sebelum terjadi gempa, mayoritas penduduk di desa ini bermata pencaharian sebagai petani ladang dan sawah. Namun, setelah bencana melanda dusun ini, tidak ada lagi aktifitas bekerja yang terjadi di ladang dan sawah. Para penyintas memilih tinggal di rumah untuk berkumpul bersama keluarga dan masih terus berharap bala bantuan datang dari para simpatisan. Selain karena masih masih menyisakan

trauma, penyintas juga merasa kebingungan untuk memulai dari mana aktifitas yang bisa dilakukan. Kebun dan sawah miliknya sudah hancur tak berbentuk, tidak ada modal untuk memulai kembali pekerjaan serta adanya harapan yang masih besar kepada pemerintah untuk memberikan tempat tinggal juga pekerjaan yang layak namun tidak ingin keluar dari dusun tersebut adalah masalah yang mereka hadapi saat ini.

Dua bulan pasca bencana alam terjadi, aktifitas masyarakat masih terlihat pasif, bahkan masih banyak penyintas yang tidak ingin kembali ke rumahnya dengan berbagai alasan. Padahal kondisi rumah berdasarkan hasil observasi pengabdian, tampak rumah-rumah tersebut kuat dan kokoh sehingga layak untuk ditempati. Masyarakat setempat mulai berdalih dengan alasan takut jika ada gempa lagi, menganggap bahwa jika sudah masuk rumah berarti sudah dianggap normal dan tidak perlu bantuan lagi, simpatisan tidak akan melirik lagi dusun tersebut karena dianggap sudah mandiri dan bisa beraktifitas normal seperti sedia kala. Oleh karena itu para penyintas ini masih bertahan di tenda pengungsian dan hanya sedikit dari mereka yang memulai aktifitas mencari nafkah.



Gambar 1. Mitra PKM

Hal inilah yang mendorong pengabdian untuk memberikan intervensi yang sesuai dengan kebutuhan para penyintas, yakni memaksimalkan potensi yang dimiliki individu untuk keluar dari persoalan yang dialami saat ini dan memiliki

keinginan untuk berkembang dan melakukan performa terbaik, sehingga tidak bergantung pada orang lain seperti relawan maupun pemerintah setempat. Intervensi ini disebut *coaching*.

Coaching merupakan intervensi yang berkembang pesat dan cukup populer selama 20 tahun terakhir. Meskipun orang-orang lebih familiar dengan istilah *coaching* di lingkup organisasi, tetapi kenyataannya pengaplikasian *intervensi* ini sangatlah luas. *Coaching* merupakan proses yang mengarah pada tujuan melalui proses yang beragam untuk meningkatkan kualitas individu, pekerjaan, kehidupan dengan berfokus pada solusi (Griffiths dan Campbell, 2009).

Coaching adalah proses saling bermitra antara coach dengan mitra dengan cara menstimulasi kemampuan berpikir yang kreatif dimana hal tersebut dapat menginspirasi mitra untuk mengoptimalkan potensi yang dimiliki (International Coaching Federation, ICF). Selanjutnya, menurut Starr (2016), *coaching* adalah sebuah percakapan antara satu orang dengan orang lainnya, dimana percakapan tersebut memberikan manfaat dan dampak positif bagi mitranya. Efektifitas *coaching* ini dipengaruhi oleh pemahaman, pengetahuan serta perilaku mitra. Oleh karena itu, dalam prosesnya, seorang *coach* tidak akan mengarahkan atau menginstruksi perubahan yang akan dilakukan oleh mitra.

Berbagai hasil penelitian membuktikan bahwa *coaching* tidak hanya bermanfaat di kehidupan profesional, tetapi juga kehidupan personal. Oleh karena itu, intervensi *coaching*, seringkali dipilih sebagai solusi untuk menyelesaikan persoalan di berbagai lini kehidupan. Dengan adanya proses *coaching* dapat membuka potensi individu untuk memaksimalkan performa mereka dalam setiap lini kehidupannya (Whitmore, 2017).

Coaching juga dapat membantu individu untuk melalui proses belajar yang pada dasarnya telah ia lalui, bukan diajarkan seperti pada intervensi lain, karena dalam proses *coaching* kita meyakini dan percaya bahwa mitra adalah orang paling paham dengan kondisinya dan lebih mengetahui langkah apa yang lebih tepat untuk

membantunya keluar dari persoalan atau bergerak maju.



Gambar 2. Spanduk kegiatan PKM

II. METODE YANG DIGUNAKAN

- a. Agar mitra yang masih merasa nyaman dengan kondisi tinggal di tenda pengungsian dan masih mengharapkan bantuan dari simpatisan atau pemerintah berpikir untuk lebih mandiri maka diberikan metode mengenali diri dan kondisiku saat ini. Mitra diajak untuk melihat ke dalam dirinya seperti apa kelebihan, kekurangannya, hambatan serta tantangan yang dihadapi saat ini.
- b. Agar mitra yang saat ini kurang berinisiatif untuk memulai kembali aktifitasnya seperti sebelum bencana padahal kondisi sudah aman dan kebutuhan hidup terus harus terpenuhi, maka digunakan metode *coaching* untuk menanyakan apa tujuan mitra jangka pendek dan jangka panjang. Pada kegiatan ini, pengabdian menggunakan metode GROW untuk memprovokasi pikiran mitra untuk melihat ke masa depan.
- c. Agar mitra yang ingin memulai kehidupannya yang baru tetapi tidak tahu harus memulainya dari mana, maka kegiatan ini dilakukan dengan mengajak mitra melakukan refleksi terhadap jawaban jawaban yang diberikan pada pertanyaan proses *coaching* sebelumnya. Kegiatan ini dilakukan secara berkelompok, sehingga dinamakan *group coaching*. Di akhir sesi, mitra diajak untuk berkomitmen dalam menjalankan strategi atau langkah yang sudah dipilih. Komitmen tersebut sepenuhnya di serahkan kepada mitra, sehingga tanggungjawabnya pun kembali kepada mitra.



Gambar 3. Proses *group coaching*

III. PELAKSANAAN DAN HASIL KEGIATAN

Kegiatan ini melibatkan salah seorang mahasiswi yang juga merupakan penduduk di Desa mitra. Diawali dengan proses pengenalan, membangun hubungan baik antara *coach* dan mitra dan berlanjut ke proses *coaching*. Intervensi *coaching* dapat dilakukan secara individu maupun kelompok. *Coaching* kelompok (*group coaching*) dipilih untuk pelaksanaan intervensi dalam kegiatan ini karena dinilai efektif untuk membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi mitra dengan permasalahan yang cenderung sama atau tujuan yang akan dicapai memiliki kemiripan. *Group coaching* adalah proses kelompok yang difasilitasi oleh seorang coach dengan tujuan memaksimalkan energi, pengalaman dan kemampuan individu yang akan digunakan untuk mencapai tujuan (Cokerham dan Mitsch, 2018). Berikut tahapan pengabdian dalam melaksanakan serangkaian kegiatan di lokasi mitra :

a. Kenali diriku

Pada kegiatan kenali diriku, masing-masing peserta memperkenalkan dirinya yang dimulai dari aktifitas pribadi, lalu mengerucut kepada kekuatan dan kelemahan yang dimiliki saat ini serta mengenali hambatan dan peluang yang dihadapi pasca bencana gempa bumi melanda dusunnya. Peserta cukup antusias mengikuti kegiatan ini sembari tersenyum dan

saling menoleh ke peserta lain. Sesi ini dibagi ke dalam dua kelompok, sehingga masing-masing kelompok terdiri dari tujuh orang.



Gambar 4. Kegiatan kenali diriku

b. Proses *Coaching* dengan model GROW

Model GROW dipilih pengabdi sebagai model percakapan dalam proses *coaching* dengan mitra. Model ini menggunakan Teknik perilaku yang berfokus pada tujuan mitra dengan menyusun rencana tindakan untuk mencapai tujuan. Diawali dengan menanyakan apa tujuan jangka pendek dan jangka panjang mitra saat ini, apa harapan mereka terhadap dirinya saat ini dan seperti apa posisi mitra saat ini untuk mendekati tujuan yang ingin dicapai. Sesi ini dipenuhi dengan aktifitas tanya jawab yang dilakukan dari pengabdi dalam hal ini sebagai *coach* bersama dengan mitra. Proses tanya jawab inilah yang merupakan proses provokasi pemikiran, diaman *coach* terus mengejar mitra agar dapat memunculkan *insight* atau pemikiran kreatif yang sebenarnya dimiliki.



Gambar 5. Percakapan model GROW

c. Komitmen-ku

Setelah kegiatan *coaching* berakhir, sesi ditutup dengan melakukan refleksi atas proses tanya jawab di sesi sebelumnya. Masing-masing peserta menyebutkan langkah-langkah yang akan ditempuh setelah ini agar mereka mampu mencapai tujuannya. Kemudian pengabdi menanyakan komitmen mitra mengenai kapan dan bagaimana mereka akan memulai aktifitas perubahan tersebut. Sekali lagi mitra tampak semangat karena sebenarnya mereka mengetahui apa yang seharusnya dilakukan, hanya saja kurang terdorong untuk melakukan perubahan.

IV. KESIMPULAN

Hasil pelaksanaan kemitraan masyarakat dapat ditarik kesimpulan:

- Mitra mengenali dirinya dengan melihat kekuatan dan kelemahan dirinya serta hambatan dan tantangan yang dialami saat ini.
- Mitra mendapatkan insight dan menemukan bahwa dibalik kelemahan yang dimiliki, ia mampu menghadapinya dengan memanfaatkan kelebihan yang dimiliki. Mitra mulai menemukan langkah yang akan ditempuh untuk *move on* dari keterpurukan saat ini.
- Mitra melakukan komitmen pada diri sendiri atas langkah yang sudah direncanakan untuk mencapai tujuan yang akan dicapai.



UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi yang telah memberikan hibah. Selanjutnya ucapan terima kasih disampaikan pula kepada Rektor UNM atas arahan dan pembinaanya selama proses kegiatan Pengabdian Masyarakat berlangsung. Demikian pula ucapan terima kasih disampaikan kepada Ketua Lembaga Pengabdian Kepada Masyarakat UNM dan Kepala Desa Kabiraan Kecamatan Ulumanda, Sulawesi Barat yang telah memberi fasilitas, melakukan monitoring, dan mengevaluasi kegiatan PKM hingga selesai.

DAFTAR PUSTAKA

- Cokerham, G. & Mitsch, D. J., (2018). Expansion: Scalling the benefits of coaching for group and teams. *Choice Mag*, Vol. 6(4), 29-32. Retrieved from: www.Pyramidresource.com.
- Griffiths, K. & Campbell. (2009). Discovering, applying and integrating; The process of Learning in Coaching. *International Journal of Evidence Based Coaching and mentoring*. Vol. 7. No.2.
- Starr, J. (2016). *The coaching manual*: 4th Edition. London: Pearson.
- Whitmore, J. (2017). *Coaching for Performance*: 5th Edition. London: Nicholas Brealey Publishing.