

BAB II KERANGKA TEORI

A. Deskripsi Teori

1. Kesehatan Mental

Ilmu kesehatan mental adalah salah satu cabang termuda dari ilmu jiwa yang telah berkembang pada akhir abad ke-19 M dan sudah ada di Jerman sejak tahun 1875 M pada abad ke-1. Tetapi hal tersebut sebenarnya sejak nabi Adam AS sampai nabi Muhammad SAW telah dahulu membicarakan hakikat jiwa, penyakit jiwa dan kesehatan mental yang ada dalam Al-Qur'an dalam Q.S al-Baqorah (2):37

فَتَلَقَىٰ آدَمُ مِنْ رَبِّهِ كَلِمَاتٍ فَتَابَ عَلَيْهِ إِنَّهُ هُوَ التَّوَّابُ

الرَّحِيمُ

Artinya: Kemudian Adam menerima beberapa kalimat dari Tuhannya, lalu Dia pun menerima tobatnya. Sesungguhnya Allah Maha Penerima taubat, Maha Penyayang (Al-Baqorah/2: 37).¹

Kesehatan mental adalah bagian penting yang harus dimiliki manusia sama halnya dengan kesehatan fisik, jika manusia sehat mentalnya maka aspek dalam kehidupannya akan bekerja secara optimal. Berbagai penelitian membuktikan bahwa seorang individu yang mengalami sakit fisik berasal dari masalah psikis yang terganggu, sebaliknya jika seorang yang mengalami gangguan mental mempunyai gangguan fungsi fisiknya juga.²

Daradjat (1988) kesehatan mental adalah adanya ketentraman yang dirasakan oleh jiwa manusia, dapat mengatasi permasalahan yang ada dalam dirinya serta dapat merasakan kebahagiaan yang ada pada dalam dirinya secara positif.³ Sedangkan menurut WHO kesehatan mental adalah seorang individu yang dapat mengatasi permasalahan stresnya, dapat

¹ Samain, "Konsep Kesehatan Mental dalam Al-Qur'an dan Implikasinya terhadap Adversity Quotient Perspektif Tafsir Al-Misbah", (Salatiga, IAIN Salatiga, 2020), hlm 8

² Adisty Wismani Putri dkk, "Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia (Pengetahuan dan Keterbukaan Masyarakat terhadap Gangguan Kesehatan Mental)", Vol 02 No. 02 hlm 262-253

³ Diana Vidya Fakhriyani, "Kesehatan Mental", (Duta Media Publishing, 2019) hlm 10

bekerja dengan produktif dan mampu untuk berkontribusi dengan masyarakat.⁴

Jadi dapat di simpulkan bahwa kesehatan mental itu adalah seseorang yang tidak mengalami permasalahan yang ada pada dalam dirinya. Seseorang yang memiliki mental yang tidak sehat merasa bahwa dirinya tidak aman, rasa tidak tenang dan menyebabkan perilaku yang tidak wajar dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian seseorang harus selalu menjaga kesehatan mentalnya agar nanti mendapatkan keoptimalan dalam perkembangan hidupnya.

Seseorang yang memiliki ketidak sehatan dalam mentalnya dapat melakukan terapi keagamaan seperti : terapi Al-Qur'an, banyak ayat Al-Qur'an yang membahas tentang pengobatan karena Al-Qur'an sendiri diturunkan sebagai pengobatan dan penawar bagi orang mukmin. Bentuk dari terapi tersebut seperti ruqyah, dzikir, doa, sholat dan haji. Al-Qur'an adalah pengingat yang didalamnya mengatur segala aspek kehidupan manusia, begitu juga seseorang yang mengalami kecemasan dalam hidupnya maka Al-Qur'an kunci dari kecemasan tersebut, begitu juga yang sudah tertulis dalam firman Allah SWT dalam Q.S Al-Ra'd (13): 28

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ
تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya: (yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenang dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenang (QS. Ar Ra'd (13): 28).⁵

Peran dari al-Qur'an terhadap kesehatan mental manusia dalam kehidupan sehari-hari adalah bahwa al-Qur'an memberikan tugas dan tujuan untuk manusia di dunia maupun di akhirat.⁶ Agama Islam mengajarkan manusia untuk menjalin hubungan dengan baik kepada Allah SWT, orang lain maupun dengan alam

⁴ Syamsu Yusuf, "Kesehatan Mental Perspektif Psikologis dan Agama", (Bandung, PT. Remaja Rosyadakarya, 2018) hlm 28

⁵ Samain, "Konsep Kesehatan Mental dalam Al-Qur'an dan Implikasinya terhadap Adversity Quotient Perspektif Tafsir Al-Misbah" , (Salatiga, IAIN Salatiga, 2020), hlm 24

⁶ Samain, "Konsep Kesehatan Mental dalam Al-Qur'an dan Implikasinya terhadap Adversity Quotient Perspektif Tafsir Al-Misbah, (Salatiga, IAIN Salatiga, 2020) hlm 33

dan lingkungan. Agama Islam juga dapat membantu manusia untuk mengobati jiwa dan mencegah dari gangguan-gangguan jiwa serta membina kesehatan mental manusia. Dengan mengamalkan ajaran agama Islam dapat memperoleh kebahagiaan di dunia dan akhirat. Ibadah merupakan bagian dari terapi, beberapa bentuk ibadah dan efeknya secara psikis yang kemudian dikenal dengan psikoterapi melalui ibadah.

a. Shalat

Seorang muslim yang ingin melakukan shalat diwajibkan untuk berwudhu terlebih dahulu. Wudhu merupakan salah satu bentuk terapi air. Terapi air merupakan terapi yang memanfaatkan air sebagai media terapi. Rafi'udin dan Alim Zainudin (2004:117) mengatakan bahwa wudhu selain memberi dampak psikis maka juga memberi dampak fisiologis, sebab dengan dibasuhnya bagian tubuh sebanyak lima kali atau lebih dapat mengistirahatkan organ tubuh dan dapat meredakan ketegangan fisik dan psikis.

Secara etimologi kata shalat berarti memohon kebaikan. Shalat juga memiliki pengaruh untuk mengobati rasa sedih yang dimiliki manusia. Dengan melakukan shalat seorang manusia akan terbimbing dalam menyikapi berbagai permasalahan yang dihadapi seperti tidak mudah putus asa apabila mengalami sebuah kegagalan.

b. Dzikir

Al-Qur'an sudah menjelaskan bahwa begitu penting melakukan dzikir untuk menentramkan hati hanya yang beriman. Rasulullah saw pernah bersabda: "Tidaklah suatu kelompok yang duduk berzikir melainkan mereka akan dikelilingi oleh para malaikat. Mereka mendapat limpahan rahmat dan mencapai ketenangan. Dan Allah swt akan mengingat mereka dari seseorang yang diterima di sisi-Nya" (HR. Muslim dan Tirmidzi).

c. Membaca Al-Qur'an

Zaman sekarang ini ada beberapa pengobatan yang menggunakan bacaan al-qur'an, pengobatan tersebut dikenal dengan istilah *ruqyah syar'iyah*. Namun, sebagian besar masyarakat menganggap bahwa ruqyah adalah terapi untuk membantu kesembuhan dari penyakit yang disebabkan oleh roh jahat yang ada didalam tubuh manusia, padahal persepsi masyarakat itu keliru. Al-qur'an adalah *kalamullah* yang suci, yang diturunkan

oleh Allah dengan berbagai petunjuk untuk membedakan antara yang hak dan yang bathil. Membaca setiap ayat al-qur'an dapat membimbing jiwa agar ikhlas beramal dan *tawadhu* dalam bersikap sesuai dengan nilai yang terkandung dalam al-qur'an.

d. Puasa

Puasa merupakan sarana untuk melatih dan mengontrol emosi serta menguatkan untuk mengalahkan hawa nafsu dan syahwat. Selain itu puasa juga mengajarkan manusia untuk menahan rasa lapar dan dahaga yang membuat manusia merasakan penderitaan orang lain yang serba kekurangan sehingga muncul sebuah rasa kasih sayang kepada sesama dan mendorong manusia untuk membantu fakir miskin. Perasaan dan sikap peka seseorang terhadap sosial dapat melahirkan rasa kedamaian dan kelapangan jiwa.

e. Haji

Ibadah haji dapat melatih manusia untuk mengontrol syahwat dan hawa nafsu. Ibadah haji menjadi salah satu terapi atas kesombongan, arogan dan berbangga diri sebab praktek ibadah haji menempatkan bahwa manusia itu derajatnya sama. Bermohon ampun dan ditambah suara yang bergemuruh yang berlantunan illahi membuat mengobarkan rasa semangat untuk meraih ketenangan. Dengan melakukannya ibadah haji seseorang mampu untuk *bermuhasabah* diri untuk mencari jati diri seorang.⁷

Berdasarkan uraian diatas hal tersebut dapat disimpulkan bahwa semua permasalahan kesehatan mental yang ada pada manusia dapat diatasi dengan cara menjalin hubungan yang baik dengan Allah SWT, orang lain dan lingkungan. Dalam hal tersebut ibadah merupakan bagian dari psikoterapi melalui ibadah. Diantaranya ibadah tersebut seperti sholat yang dapat mengobati rasa sedih yang dimiliki manusia, dzikir yang dapat menentramkan hati, membaca Al-Qur'an yang dapat digunakan untuk ruqyah, puasa yang dapat digunakan untuk melatih emosi dan dapat menahan dari hawa nafsu dan dapat membuat manusia dapat merasakan penderitaan orang yang kekurangan sehingga memunculkan rasa kasih sayang kepada

⁷ Purmansyah Ariadi, *Kesehatan Mental dalam Perspektif Islam*, Vol 3 No 2, 124-

sesama manusia dan ibadah haji dapat menjadikan terapi untuk menahan atas kesombongan, arogan dan berbangga diri.

b. Karakteristik Mental yang Sehat

Kesehatan mental adalah bagian yang sangat penting bagi kehidupan, dengan adanya kesehatan mental maka kehidupan akan berjalan dengan baik dan lancar. Mental yang sehat memiliki beberapa karakteristik sebagai berikut:

1) Terhindar dari Gangguan Jiwa dan Penyakit Jiwa

Zakiah Derajat mengemukakan perbedaan gangguan jiwa (*neurose*) dan penyakit jiwa (*psikose*). Gangguan jiwa (*neurose*) adalah dapat merasakan dan mengetahui kesulitannya yang dihadapi, sedangkan penyakit jiwa (*psikose*) adalah kepribadiannya dari segi tanggapan, emosi, dan dorongan sangat terganggu, hidupnya jauh dari alam kenyataan.

2) Dapat Menyesuaikan Diri

Menyesuaikan diri (*self adjustment*) adalah proses dalam memenuhi kebutuhan (*needs satisfaction*) dan mengatasi permasalahan stres, frustrasi dan permasalahan tertentu dengan cara tertentu.

Seseorang yang memiliki penyesuaian diri yang normal adalah seseorang yang mampu memenuhi kebutuhan yang ada pada dirinya dan dapat mengatasi permasalahan yang dihadapi dengan cara tidak merugikan orang lain dan juga dirinya sendiri. Contohnya seperti seorang peserta didik yang mendapatkan nilai jelek maka cara meresponnya adalah seorang peserta didik tersebut dapat melakukan introspeksi diri dan mengidentifikasi penyebab dari nilainya yang jelek, faktor penyebabnya bisa jadi kurangnya dalam belajar, kurangnya membaca buku dan sebagainya.

3) Mengembangkan Potensi dengan Maksimal

Individu yang sehat mentalnya adalah seseorang yang mampu mengembangkan potensi yang dia miliki dalam kegiatan sehari-hari. Potensi diri peserta didik dapat diketahui dengan prestasi belajar, tes psikologis, dan kecenderungan minat yang dimilikinya. Dalam layanan bimbingan konseling seorang konselor sudah sering memberikan layanan informasi kepada peserta didik untuk menjelaskan data pribadi dirinya, berdasarkan informasi tersebut peserta didik dapat

mengikuti kegiatan, kursus, pelatihan yang mendukung perkembangan potensi yang dimiliki.

4) Tercapai Kebahagiaan Pribadi dan Orang Lain

Seseorang yang mempunyai mental yang sehat biasanya menampilkan sifat atau respon yang dapat memberikan dampak positif terhadap orang lain. Berdasarkan karakteristik mental yang sehat dapat disimpulkan bahwa terhindar dari gejala gangguan jiwa maupun penyakit jiwa, dapat menyesuaikan diri dengan orang lain, dapat mengembangkan potensi yang dimilikinya, tercapainya kebahagiaan pribadi dan orang lain. Dengan mental yang sehat maka manusia dapat melakukan kegiatannya dengan produktif dan kontributif.

Dadang Harwari (Pikiran Rakyat, 19-1-1995) mengemukakan pendapat WHO tentang 8 kriteria mental yang sehat antara lain : belajar dari pengalaman yang didapat, bisa bersosialisasi dengan orang lain, senang memberi kepada orang lain, senang menolong orang lain, befikir positif, menerima semua kegagalan dan mempunyai rasa kasih sayang sesama manusia.⁸

Dadang Harwari (2009) mengemukakan kriteria dari kesehatan mental adalah bebas dari penyakit kejiwaan, mampu menyesuaikan diri dari pergaulan sosial, menjaga kelestarian lingkungan dan merealisasikan potensi yang ada pada dalam dirinya.⁹

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa kriteria kesehatan mental adalah seseorang yang mampu melakukan kegiatan sehari-hari dengan normal mampu menyayangi dirinya sendiri maupun orang lain, dan mampu untuk bersosialisasi dengan baik.

Kesehatan mental adalah kondisi yang memungkinkan untuk berkembangnya orang lain. Seseorang yang sehat jiwa dan mental mempunyai ciri sebagai berikut:

⁸ Syamsu Yusuf, “*Kesehatan Mental Perspektif Psikologis dan Agama*”, (Bandung, PT. Remaja Rosyadakarya, 2018) 30

⁹ Syamsu Yusuf, “*Kesehatan Mental Perspektif Psikologis dan Agama*”, (Bandung, PT. Remaja Rosyadakarya, 2018) 31

- 1) Merasa senang terhadap dirinya sendiri, seperti:
 - (a) Mampu menghadapi situasi
 - (b) puas dengan kehidupan sehari-hari
 - (c) Mampu mengatasi kekecewaan dalam hidupnya
 - (d) Dapat menilai dirinya, tidak merendahkan bahkan tidak pula berlebihan dalam menilai diri sendiri
 - (e) Mempunyai harga diri yang wajar
- 2) Meras nyaman berhubungan dengan orang lain, seperti :
 - (a) Mampu mencintai orang lain
 - (b) Dapat menghargai pendapat dari orang lain
 - (c) Tidak memanfaatkan orang lain maupun tidak membiarkan orang lain untuk memanfaatkannya
 - (d) Mempunyai hubungan pribadi yang baik
 - (e) Merasa bahwa dirinya adalah bagian dari kelompok
- 3) Mampu mematuhi tuntutan dari hidupnya, seperti :
 - (a) Mampu mengambil sebuah keputusan
 - (b) Mampu merancang masa depannya
 - (c) Mampu menetapkan tujuan dari hidupnya
 - (d) Dapat bertanggung jawab
 - (e) Dapat menerima ide dan pengalaman yang baru.¹⁰

Berdasarkan ciri-ciri mental yang sehat dapat disimpulkan bahwa individu yang sakit fisik maupun mental bisa disebabkan oleh dirinya sendiri. Jika manusia sudah merasakan kemelencengan dalam hidupnya maka orang tersebut dapat dikatakan mempunyai mental yang kurang sehat.

2. Masa Pandemi / COVID-19

Pada saat ini semua dunia dikagetkan dengan adanya wabah penyakit yang sangatlah mengkhawatirkan semua manusia, wabah tersebut dikenal dengan nama virus COVID-19 atau bisa disebut dengan virus corona.¹¹ Virus corona ini adalah penyakit

¹⁰ Adisty Wismani Putri dkk, " Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia (Pengetahuan dan Keterbukaan Masyarakat terhadap Gangguan Kesehatan Mental)", Vol 02 No. 02, hlm 254

¹¹ Yeni Karmeli, *Improving The Skills of BK Teachers/Counselors Using KREIN-MKP (Creative and Innovative Congnutive-Based Behavioral Counseling) to Rreduce COVID-19 Pandemic Anxiety*, Vol 02 No.4 Tahun 2020 : 1

menular yang disebabkan oleh virus dari yang berasal dari negara cina. Setiap manusia yang terkena virus corona mempunyai gejala yang ringan hingga sedang. *Sosial dictenc* adalah salah satu pilihan untuk negara yang terdampak dari virus corona ini agar virus corona tidak menyebar, kebijakan tersebut berdampak kesegala aspek kehidupan termasuk didunia pendidikan. indonesia adalah salah satu yang terkena akibat dari virus corona. Kemendikbud mendukung kebijakan dari pemerintah untuk meliburkan sekolah karena penyebaran dari virus COVID-19.

Social distancing adalah salah satu rencana dari pemerintah yang mengharuskan kegiatan belajar mengajar dilakukan dengan cara daring (Kemendikbud, 2020). Oleh sebab itu peserta didik merasakan yang namanya keterlambatan dalam proses pendidikan. Ketidaksiapan peserta didik dalam proses belajar daring akan berdampak terhadap kesehatan mental peserta didik, depresi dan kecemasan yang tinggi adalah salah satu faktor dari terganggunya kesehatan mental.

Wabah COVID-19 yang berkepanjangan akan mengakibatkan rasa cemas dan panik bagi peserta didik, salah satu contohnya adalah saja takut keluar rumah dan merasakan cemas yang secara berlebihan akan mengakibatkan peserta didik terkena masalah dalam kesehatan mental oleh karena itu nanti akan berpengaruh terhadap proses belajarnya seperti tidak fokus dalam mengerjakan tugas sekolah dan pada akhirnya akan menimbulkan perilaku yang tidak normal (perilaku maladaptive) ditengah masyarakat. Akibat lain yang ditimbulkan oleh pandemi COVID-19 adalah kehilangan orang yang disayangi, perasaan duka yang sangat mendalam dapat menjadikan korban mengalami trauma yang menimbulkan reaksi maladaptif, reaksi maladaptif ini dapat berlangsung selama berbulan-bulan bahkan juga bisa bertahun-tahun. Peristiwa seperti ini dalam psikologi disebut dengan gangguan pasca bencana.

Seorang guru pendidik dalam melaksanakan tugasnya sebagai pendidik sangat penting di masa pandemi seperti ini. Semakin guru itu terampil dalam pembelajaran maka peserta didik semakin merasa bermanfaat dari layanan yang diberikan guru BK tersebut. Guru BK adalah salah satu guru pendidik yang dapat membantu permasalahan peserta didik, permasalahan peserta didik

akan dianalisis dalam strategi *life position* supaya peserta didik dapat menampakkan perilaku kognitif yang seharusnya.¹²

Pendidikan mengalami yang namanya pergeseran dikarenakan pandemi COVID-19. Aktivitas pendidikan yang dulunya dilakukan dengan tatap muka seketika beralih kepada ruang privat yang hanya bisa diakses dari rumah dan kondisi tersebut membutuhkan yang namanya adaptasi dalam peranan pendidikan terhadap kondisi yang baru dialami. Hal tersebut terciptanya alternatif yang dalam proses pembelajaran seperti penggunaan google meet, whatsapp group, class room hingga aplikasi yang lainnya (Erni et al., 2020).¹³

Adanya COVID-19 guru pelajaran maupun guru BK harus menguasai yang namanya media BK agar nanti jika ada peserta didik yang mengalami permasalahan dalam belajar guru pembelajaran atau guru BK mampu memahami saat proses pembelajaran. Manfaat adanya media secara umum adalah untuk memperjelas pesan yang akan disampaikan, mengatasi keterbatasan ruang, waktu, tenaga dan daya indra, dan menimbulkan adanya perhatian peserta didik interaksi lebih langsung antar peserta didik dengan guru mapel dan guru BK, proses layanan yang diberikan kepada guru BK dapat lebih menarik dan interaktif, kualitas dari layanan bimbingan konseling dapat lebih ditingkatkan serta dapat meningkatkan sikap positif pada peserta didik terhadap materi yang disampaikan dalam layanan bimbingan konseling.¹⁴

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa dengan adanya pandemi COVID-19 semua permasalahan dalam hal pendidikan sangatlah terganggu, pendidikan yang tadinya dilakukan di dalam lingkungan sekolah sekarang dialihkan dengan sekolah daring. Sekolah daring mengubah semua tatanan dalam pendidikan dan mengakibatkannya peserta didik kesulitan dalam proses belajar.

3. Konseling Sekolah

Bimbingan dan konseling dalam ranah pendidikan sangatlah diperlukan untuk mengatasi permasalahan peserta didik.

¹² Yeni Karmeli, *Improving The Skills of BK Teachers/Counselors Using KREIN-MKP (Creative and Innovative Congnutive-Based Behavioral Counseling) to Rreduce COVID-19 Pandemic Anxiety*, Vol 02 No.4 Tahun 2020 : 1-2

¹³ Hanafi Saputra dan Yeni Marcelawati, "Analisis Ruang Percepatan : Dinamika Pendidikan di Era Pandemi COVID-19", Vol.2 No.2 (160-174) Desember 2020

¹⁴ Muhammad Nursalim, "*Pengembangan Media Bimbingan & Konseling*",(Jakarta Barat, Akademia, 2017) hlm 7-8

Adapun program-program bimbingan dan konseling dalam ranah pendidikan antara lain :

- a. Menyediakan peserta didik untuk menemukan bakat, minat dan potensi yang ada dalam dirinya dan dapat memotivasi peserta didik untuk suka untuk meminta nasihat kepada guru sebagai pembimbing agama. Sebagaimana firman Allah SWT dalam Q.S Hud ayat 93 yang berbunyi:

وَيَقَوْمٍ أَعْمَلُوا عَلَىٰ مَكَانَتِكُمْ إِنِّي عَمِلٌ سَوْفَ
تَعْلَمُونَ مَنْ يَأْتِيهِ عَذَابٌ مُّخْزٍ وَمَنْ هُوَ كَذِبٌ
وَأَرْتَقِبُوا إِنِّي مَعَكُمْ رَقِيبٌ

Artinya : Dan (dia berkata): “Hai kaumku, berbuatlah menurut kemampuanmu, Sesungguhnya akupun berbuat (pula), kelak kamu akan mengetahui siapa yang akan ditimpa azab (Tuhan), Sesungguhnya akupun menunggu bersama kamu (Q.S Hud ayat 93).¹⁵

- b. Memberikan informasi yang berhubungan dengan kegiatan studi lanjutan yang sesuai dengan minat, bakat dan potensi masing-masing peserta didik
- c. Menyediakan fasilitas belajar dan membantu peserta didik yang mengalami kesulitan belajar.
- d. Menyediakan kesempatan untuk anak yang baru memasuki jenjang transisi yang dapat menimbulkan kesulitan dalam menyesuaikan diri.¹⁶

Jadi dapat disimpulkan bahwa bimbingan dan konseling dalam ranah pendidikan adalah ranah yang cocok untuk peserta didik dalam memecahkan permasalahan. Dalam program bimbingan dan konseling guru BK harus bisa mengarahkan peserta didik kedalam minat, bakat dan potensi yang dimiliki, membantu peserta didik dalam kesulitan belajar, memberikan informasi yang mampu meningkatkan potensi, minat dan bakat, serta memberikan layanan kepada peserta didik untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru.

¹⁵ Siti Rukiah, *Bimbingan dan Konseling Islam dalam Al-Qur'an Surat Yunus Ayat 5*, (Bengkulu, 2009) 50

¹⁶ Siti Rukiah, *Bimbingan dan Konseling Islam dalam Al-Qur'an Surat Yunus Ayat 5*, (Bengkulu, 2009) 51

Konseling sekolah adalah suatu komponen terpenting dari pendidikan disekolah. Konseling disekolah merupakan usaha untuk peserta didik mengembangkan potensi dan mengatasi permasalahan yang ada pada dalam dirinya entah itu permasalahan pribadi, sosial, belajar serta juga karir. Konseling adalah berasal dari bahasa latin yaitu “conselium” yang artinya berbicara bersama. Pengertian dari berbicara bersama ini maksudnya adalah seseorang konselor yang berbicara dengan klien atau beberapa klien.¹⁷

Berdasarkan pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa konseling sekolah adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh guru BK kepada peserta didik untuk membantu permasalahan yang dihadapinya, permasalahan tersebut bukan hanya soal belajar tetapi juga bisa soal pribadi, sosial dan karir.

Menurut Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, (2016) dalam memenuhi *need assessment* peserta didik akan layanan bimbingan dan konseling yang ada disekolah antara lain:

1) Bidang Pribadi

Bidang pribadi adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh konselor kepada klien untuk mengembangkan, mengarahkan, mengambil keputusan, serta merealisasikan keputusan secara bertanggung jawab tentang perkembangan aspek pribadinya sehingga dapat mencapai perkembangannya dengan optimal.

Tujuan dari bidang pribadi ini adalah antara lain:

- (a) membantu peserta didik agar dapat memahami potensi diri dan memahami semua kelemahan serta kelebihan yang ada dalam dirinya baik secara fisik maupun psikis,
- (b) mengembangkan potensi dirinya untuk mencapai kesuksesan,
- (c) menerima kondisi diri dan dapat mengatasi dengan baik
- (d) mencapai kedewasaan secara tepat sesuai dengan nilai luhur.¹⁸

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa bidang belajar merupakan bantuan yang diberikan guru BK untuk peserta didik. Pemberian bantuan ini

¹⁷ Riyantono, “*Psikologi Konseling*”, (Malang, UMM Press, 2017) hlm 2-3

¹⁸ Ririanti Rachayanie dkk, “*Analisis Need Assesment Siswa SMP Generasi Z terhadap Pelayanan BK di Sekolah Se-kota Banjarmasin*”, Vol 6 No 1, hlm 21

bertujuan agar peserta didik mengetahui kelemahan dan kelebihan yang ada pada dalam dirinya yang nantinya untuk masa depan peserta didik. Disamping itu juga dengan mengetahui kelebihan dan juga kekurangan peserta didik akan lebih bisa menhandel dirinya sendiri.

2) Bidang Sosial

Bidang Sosial adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh konselor kepada klien untuk memahami lingkungan dan dapat berinteraksi dengan sosial secara baik yang dilandasi dengan budipekerti yang luhur, bertanggung jawab, terampil dan mampu mengatasi masalah sosial yang dihadapinya. Bidang sosial dapat dirinci sebagai berikut:

- (a) Memantapkan kemampuan untuk berkomunikasi baik secara lisan maupun secara tulisan
- (b) Memantapkan kemampuan menerima dan menyampaikan pendapat serta dapat berargumentasi dengan orang lain secara kreatif
- (c) Memantapkan kemampuan bertingkah laku dan berhubungan dengan sosial baik dengan keluarga, teman sebaya, maupun dengan masyarakat luas dengan menjunjung tinggi tata krama dan nilai agama, suku, adat, hukum, ilmu
- (d) Memantapkan hubungan yang dinamis, humoris dan produktif dengan teman sebaya baik di lingkungan sekolah maupun di masyarakat.¹⁹

Berdasarkan penjelasan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa bidang sosial ini digunakan untuk mengatasi permasalahan dalam bermasyarakat. Guru BK dapat membantu peserta didik untuk memahami lingkungannya. Bidang sosial ini mengajarkan cara berkomunikasi dengan baik dan sopan.

3) Bidang Belajar

Bidang belajar adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh konselor kepada klien

¹⁹ Dewi Ketut Sukardi, “*Pengantar Pelaksana Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*”, (Jakarta, PT RINEKA CIPTA, 2008), hlm 55

untuk mengenali potensi yang ada dalam dirinya untuk belajar, terampil dalam merencanakan pendidikan, memiliki persiapan dalam ujian, memiliki kebiasaan dalam belajar dan berhasil mencapai hasil belajar secara optimal.²⁰ Bimbingan belajar ini adalah bimbingan yang dilakukan agar mendapatkan cara belajar yang tepat dalam memilih program studi yang sesuai dan dapat memhatasi permasalahan dalam tuntutan belajar disuatu instansi. Cara belajar yang salah akan mengakibatkan kegagalan dalam materi program studi yang tidak dikuasai dengan baik, sehingga dalam mengikuti program studi yang selanjutnya akan kesulitan (W.S. Winkel, 1991:125-126).²¹ Tujuan dari bidang belajar ini antara lain :

- (a) membantu peserta didik untuk menyadari potensi belajar yang ada dalam dirinya dan memahami hambatan belajar
- (b) memiliki kebiasaan dalam belajar
- (c) memiliki motif yang tinggi dalam belajar
- (d) memiliki keterampilan dalam belajar yang efektif
- (e) memiliki perencanaan dalam belajar dan penempatan pendidikan
- (f) serta memiliki kesiapan dalam ujian.²²

Prayitno & Amti mengemukakan bahwa masalah dalam belajar adalah sikap kebiasaan buruk dalam belajar seperti senang menunda tugas, mengulur waktu, tidak mau bertanya akan hal yang belum diketahui dan sebagainya. Biasanya penyebab dari kesulitan belajar secara umum dibagi menjadi dua antara lain: faktor internal dan juga faktor eksternal. Faktor internal biasanya berhubungan dengan sesuatu yang ada pada dalam diri peserta didik seperti intelegensi, bakat, kemampuan motorik dan panca indra. Sedangkan faktor eksternal adalah hubungan dengan sesuatu yang berasal dari luar diri peserta didik seperti pengalaman,

²⁰ Ririanti Rachayanie dkk, "*Analisis Need Assesment Siswa SMP Generasi Z terhadap Pelayanan BK di Sekolah Se-kota Banjarmasin*", Vol 6 No 1, hlm 22

²¹ Dewi Ketut Sukardi, "*Pengantar Pelaksana Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah* ", (Jakarta, PT RINEKA CIPTA, 2008), hlm 56

²² Ririanti Rachayanie dkk, "*Analisis Need Assesment Siswa SMP Generasi Z terhadap Pelayanan BK di Sekolah Se-kota Banjarmasin*", Vol 6 No 1, hlm 22

lingkungan sosial strategi belajar mengajar, fasilitas belajar dan lain-lain²³

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa bidang belajar adalah pemberian bantuan yang diberikan untuk permasalahan dalam belajar. Bidang belajar memiliki kegunaan supaya agar peserta didik mempunyai kebiasaan dalam belajar yang baik agar nantinya peserta didik dapat memiliki perencanaan untuk pendidikan dalam penempatan. Peserta didik yang mempunyai kesulitan dalam belajar biasanya tidak mempunyai perencanaan dalam belajar dan faktor tersebut dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. .

4) Bidang Karir

Bidang karir adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh konselor kepada klien untuk mempersiapkan dirinya menghadapi dunia kerja dalam memilih lapangan kerja atau jabatan tertentu serta membekali dirinya agar siap untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan berbagai pekerjaan yang dimasuki (W.S. Winkel, 1997:137).²⁴

Tujuan dari bidang karir ini antara lain :

- (a) memiliki pemahaman diri dalam kemampuan minat dan kepribadiannya yang terkait dengan karir
- (b) memiliki pengetahuan tentang dunia kerier yang menunjang kematangan
- (c) memiliki sikap yang positif dalam karir
- (d) memahami dan menguasai pelajaran yang berhubungan dengan karir dan sesuai dengan potensi yang dimilikinya
- (e) memiliki kemampuan untuk membentuk identitas diri dengan cara mengenali ciri-ciri pekerjaan, prospek kerja dan kesejahteraan kerja
- (f) memiliki kemampuan untuk merencanakan masa depan.²⁵

²³ Abdul Rozaq dkk, “Analisis Pelaksanaan Bimbingan Belajar dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Siswa” Vol 1 No.1 Juni 2018, hlm 11

²⁴ Dewi Ketut Sukardi, “Pengantar Pelaksana Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah “, (Jakarta, PT RINEKA CIPTA, 2008), hlm 58

²⁵ Ririanti Rachayanie dkk, “Analisis Need Assesment Siswa SMP Generasi Z terhadap Pelayanan BK di Sekolah Se-kota Banjarmasin”, Vol 6 No 1, hlm 22

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa bidang karir dapat digunakan untuk membantu peserta didik dalam berkarir. Jika peserta didik ingin memilih sebuah karir maka harus memiliki pemahaman diri dalam minat yang berkaitan dengan karir. Bidang karir ini juga dapat untuk mempersiapkan peserta didik masuk dunia kerja

Konselor sekolah adalah peran yang sangatlah penting dalam bimbingan dan konseling di sekolah. Menurut Paisley P.O & Mc.Mahon H.G (2001), peran dari konselor sekolah adalah :

- 1) Memberikan sesi konseling kelompok dan konseling individu
- 2) Melakukan intervensi bimbingan kelas
- 3) Melakukan konsultasi dengan guru kelas, orang tua, dan lain sebagainya
- 4) Memberikan advokasi kepada peserta didik untuk meningkatkan pengalaman pendidikan dan hasil
- 5) Membangun tim diluar dan juga di dalam sekolah
- 6) Menjadi anggota kepemimpinan sekolah dan kelompok pembuatan kebijakan
- 7) Memberikan individu, berfokus, dan intervensi bagi peserta didik yang beresiko
- 8) Menjadi ahli dalam perkembangan dilingkungan sekolah
- 9) Menjadi spesialis kesehatan mental dilingkungan sekolah
- 10) Memberikan konseling keluarga bagi peserta didik yang mengalami permasalahan dalam keluarga
- 11) Mengkoordinasikan program sekolah
- 12) Memberikan informasi tentang pencegahan bunuh diri, putus sekolah, narkoba dan lain sebagainya.²⁶

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa permasalahan dalam kebutuhan peserta didik tidak lebih dari permasalahan pribadi, sosial, belajar dan karir, dengan demikian guru BK wajib menguasai permasalahan seputar kebutuhan peserta didik. Peran konselor sekolah berperan sebagai kunci kepemimpinan pendidikan dan bertanggung jawab dalam

²⁶ Dini Rakhmawati, “Konselor Sekolah Abad 21 : Tantangan dan Peluang”, Vol. 3 No.1, hlm 61

mempersiapkan peserta didik agar peserta didik tersebut dapat terus berkembang.

b. Jenis – jenis Layanan Bimbingan dan Konseling

Mengembangkan potensi dan membantu permasalahan yang dihadapi oleh peserta didik perlu adanya kegiatan dalam bimbingan konseling yang terorganisir, dan terarah. Disamping itu guru BK dituntut untuk mempunyai keahlian dalam mengatasi dan mengarahkan semua permasalahan yang dialami oleh peserta didik. Perhatian utama disekolah biasanya kepada peserta didik yang bermasalah maka dari sekarang harus juga dipusatkan kepada peserta didik yang normal agar nanti peserta didik tersebut dapat berkembang dengan baik.

Berikut ini beberapa layanan bimbingan dan konseling yang dapat diberikan kepada peserta didik di sekolah:

1) Layanan Orientasi

Layanan Orientasi adalah layanan yang dimana peserta didik dapat mampu memahami lingkungan baru terutama dilingkungan sekolah. Biasanya layanan tersebut dilakukan dua kali dalam satu tahun yaitu awal semester.²⁷ Kegiatan yang dilakukan dalam layanan orientasi adalah layanan informasi adalah memberikan penjelasan tentang kurikulum dan kegiatan dalam belajar mengajar (KBM), guru-guru, peserta didik lama, tempat kantin dan lain sebagainya yang berhubungan lingkungan sekolah.²⁸

Tujuan layanan orientasi ini sendiri adalah supaya peserta didik mampu beradaptasi dan menyesuaikan diri terhadap lingkungannya yang baru secara tepat, dan layanan orientasi ini berfungsi untuk pencegahan dan pemahaman.

2) Layanan Informasi

Layanan Informasi adalah layanan yang diberikan kepada peserta didik untuk menerima informasi dan memahami seperti informasi tentang belajar, narkoba, karier dan lain sebagainya. Tujuan dari layanan informasi adalah untuk membantu peserta didik mengambil keputusan secara tepat dalam bidang pribadi, sosial, belajar dan karier.

²⁷ Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam, Windi Karnia, Layanan BK di Sekolah Islam dan di Sekolah Katolik, Vol. 14 No. 2 Desember 2017, hlm 88

²⁸ Sofyan S. Willis, “*Konseling Individual Teori dan Praktek*”, (Bandung, Alfabeta, 2017), hlm 33

3) Layanan Konten

Layanan konten adalah layanan yang diberikan kepada peserta didik agar dapat mengembangkan sikap dan kebiasaan dalam belajar untuk penguasaan kompetensi.

4) Layanan penempatan dan penyaluran

Layanan penempatan dan penyaluran adalah layanan yang diberikan kepada peserta didik untuk memperoleh penempatan dan penyaluran yang ada pada dalam kelas, ekstrakurikuler, jurusan, bakat, minat dan sebagainya. Fungsi dari layanan ini sama saja dengan layanan konten yaitu untuk mengembangkan.²⁹ Layanan penempatan dan penyaluran ini dapat dipimpin oleh guru pembimbing dan wali kelas dengan berkonsultasi dengan kepala sekolah. Kegiatan seperti ini dapat berkolaborasi dengan orang yang profesional dan dilakukan dengan cara tes psikologi, wawancara, pengisian angket.³⁰

5) Layanan Konseling Individual

Layanan konseling individual adalah layanan yang diberikan kepada peserta didik dengan cara tatap muka untuk memecahkan masalah yang dihadapi dan bertujuan untuk mengembangkan potensi yang dimiliki oleh peserta didik.³¹ Dewa Ketut Sukardi menyatakan bahwa konseling individu layanan bimbingan konseling yang dilakukan secara langsung dengan guru bimbingan konseling (BK) dalam rangka mengentaskan masalah.³² Melalui tatap muka dapat berinteraksi secara intens dengan guru BK dan peserta didik.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa layanan konseling individu adalah layanan yang diberikan guru BK kepada peserta didik secara tatap muka agar peserta didik memahami kondisi dalam dirinya.

²⁹ Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam, Windi Karnia, Layanan BK di Sekolah Islam dan di Sekolah Katholik, Vol. 14 No. 2 Desember 2017, hlm 88

³⁰ Sofyan S. Willis, “*Konseling Individual Teori dan Praktek*”, (Bandung, Alfabeta, 2017), hlm 35

³¹ Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam, Windi Karnia, Layanan BK di Sekolah Islam dan di Sekolah Katholik, Vol. 14 No. 2 Desember 2017, hlm 88

³² Emi Susanti, *Penerapan Konseling Individu Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy untuk Mengatasi Kesulitan Belajar Peserta Didik Kelas XI di SMK Negeri 7 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018*, (UIN Negeri Raden Intan Lampung), hlm 12

Konseling individu ini membahas tentang permasalahan yang dihadapi peserta didik. Konseling individu pembahasannya secara mendalam tentang hal yang berhubungan diri peserta didik.

Adapun tujuan konseling individu terkait dengan fungsi konseling secara menyeluruh diantaranya: Fungsi pemahaman, melalui konseling individu konseli memahami seluk beluk permasalahan yang dialami secara mendalam. Fungsi pengentasan, fungsi bimbingan konseling yang menghasilkan teratasinya berbagai permasalahan yang dihadapi peserta didik. Fungsi pengembangan dan pemeliharaan, fungsi yang menghasilkan pengembangan dan pemeliharaan potensi yang dimiliki peserta didik secara mantap dan berkelanjutan. Fungsi pencegahan, fungsi yang digunakan untuk mencegah permasalahan-permasalahan yang akan timbul. Fungsi advokasi, apabila masalah yang dihadapi klien menyangkut dalam hak dimiliki oleh klien sehingga klien merasa teraniayamaka layanan konseling individu dapat menangani dengan bersifat advokasi.³³

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa dalam fungsi konseling tersebut guru BK harus menguasai itu semua. Pemberian fungsi layanan konseling individu ini guru BK dituntut untuk aktif. Pemecahan dalam permasalahan peserta didik lebih berperan kepada guru BK.

Layanan konseling individu adalah layanan yang diberikan guru BK kepada peserta didik yang mengalami permasalahan dalam pribadinya.³⁴ Pemberian layanan konseling individu ini dilakukan dengan cara empat mata. Proses pelaksanaan konseling individu ini menggunakan beberapa tahapan antara lain:³⁵

a. Perencanaan

Tahap perencanaan layanan konseling individu harus dipersiapkan dengan semaksimal

³³ Muhammad Husni, *Layanan Konseling Individual Remaja: Pendekatan Behaviorisme*, (IAIN Al-Qolam Malang) hlm 65

³⁴ Emi Susanti, *Penerapan Konseling Individu Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy untuk Mengatasi Kesulitan Belajar Peserta Didik Kelas XI di SMK Negeri 7 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018*, (UIN Raden Intan Lampung)

³⁵ Noorlatifah, *Layanan Konseling Individual Bagi Siswa yang Mengalami Kesulitan Belajar pada Kelas VII di MTS Negeri Mulawarman Banjarmasin, Vol 2 No 1*, hlm 95-96

ungkinan. Tahap ini memiliki makna yang berarti sangat penting untuk proses pelaksanaan layanan konseling individu. Kegiatan dalam tahap perencanaan ini meliputi identifikasi peserta didik, mengatur waktu pertemuan, mempersiapkan tempat dan alat yang digunakan untuk pemberian layanan, menerapkan fasilitas layanan, dan menyiapkan kelengkapan administrasi.

b. Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan layanan konseling individu meliputi menerima klien, membangun interaksi antara klien (peserta didik), membahas permasalahan peserta didik, mengentaskan permasalahan peserta didik, memantapkan komitmen peserta didik dalam menyelesaikan masalahnya. Saat dilakukannya pelaksanaan layanan konseling individu guru BK harus bisa membuat peserta didik nyaman dalam mengutarakan permasalahan yang dihadapi. Disamping itu juga guru BK harus mempunyai asas kerahasiaan agar peserta didik mempunyai rasa percaya terhadap guru BK.

c. Evaluasi dan Menganalisis Hasil Evaluasi

Evaluasi dalam pemberian konseling individu sangat dibutuhkan, dengan adanya evaluasi peneliti dapat menmengetahui dan mengidentifikasi keberhasilan pelaksanaan layanan yang dilakukan. Menganalisis hasil evaluasi ini adalah kesimpulan dari hasil konselung individu yang telah dilakukan. Setelah dilakukannya evaluasi guru BK menetapkan rencana tindak lanjut kepada pihak yang terkait.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa pemberian layanan konseling individu ini memerlukan beberapa langkah yang dimana meliputi persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Tahap pelaksanaan ini dilaksanakan agar guru BK dapat *ready* sebelum melakukan layanan. Tahap pelaksanaan mengharuskan guru BK untuk berinteraksi secara intens dengan peserta didik yang mengalami permasalahan. Tahap evaluasi ini dilakukan agar dapat mengetahui keberhasilan dalam pemberian layanan.

6) Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok adalah layanan yang diberikan kepada peserta didik secara bersama-sama atau berkelompok untuk memecahkan permasalahan yang dihadapi secara bersama-sama.³⁶ Saat pelaksanaan layanan bimbingan kelompok harus dirancang sebelumnya dan harus sesuai dengan kebutuhan nyata anggota kelompok. Tujuan bimbingan kelompok menurut Prayitno (2012) menjelaskan bahwa tujuan pelaksanaan bimbingan kelompok membahas topik tertentu yang mengandung permasalahan yang baru hangat, dan pembahasannya tersebut mendorong untuk mengembangkan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang mewujudkan tingkah laku yang lebih efektif dan bertanggung jawab.³⁷

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok adalah layanan yang diberikan peserta didik secara berkelompok mempunyai permasalahan yang sama. Sebelum melakukan pemberian layanan guru BK dan peserta didik harus membahas topik yang akan didiskusikan dengan peserta didik. Hal ini bertujuan agar peserta didik dapat ikut serta untuk melakukan interaksi dengan yang lainnya.

7) Layanan Konseling Kelompok

Layanan konseling kelompok adalah layanan yang diberikan kepada peserta didik untuk memecahkan permasalahan peserta didik dengan mengandalkan dinamika kelompok. Dinamika kelompok ini adalah interaksi antara kelompok satu sama lain yang mempunyai tujuan yang sama. Pelaksanaan konseling kelompok berbeda dengan bimbingan kelompok, seperti yang dijelaskan Prayitno (2012) bahwa layanan konseling kelompok mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang bergubah bagi perkembangan pribadi atau memecahkan masalah individu yang menjadi peserta kegiatan kelompok. Layanan bimbingan kelompok membahas tentang topik umum yang menjadi keperdulian

³⁶ Sofyan S. Willis, "Konseling Individual Teori dan Praktek", (Bandung, Alfabeta, 2017), hlm 35

³⁷ Muhammad Andri Setiawan dkk, *Layanan-Layanan Bimbingan dan Konseling Pendekatan Qur'an Mempertemukan Urutan Surah pada Juz 28-Juz 30 Al-Qur'an*, (Yogyakarta, Cv Budi Utama, 2021) 132

bersama anggota kelompok, sedangkan dalam layanan konseling kelompok dibahas masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok.³⁸

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok adalah layanan yang diberikan kepada peserta didik untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi dengan mengandalkan dinamika kelompok. Dinamika kelompok adalah interaksi antara peserta didik dengan guru BK. Layanan bimbingan kelompok membahas tentang topik yang umum, sedangkan konseling kelompok disini membahas tentang permasalahan yang dialami oleh peserta didik tetapi permasalahan tersebut sama.

8) Layanan Konsultasi

Layanan Konsultasi adalah layanan yang diberikan kepada peserta didik untuk membantu peserta didik agar mendapatkan wawasan, dan pemahaman yang mana kondisi tersebut adalah permasalahan yang dihadapi oleh peserta didik,

9) Layanan Mediasi

Layanan mediasi adalah layanan yang diberikan kepada peserta didik yntu menyelesaikan permasalahan dan memperbaiki hubungan.³⁹

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa semua permasalahan yang dihadapi oleh peserta didik dapat diatasi dengan layanan bimbingan konseling disekolah. Dalam permasalahan peserta didik guru BK dapat menyelesaikan permasalahan tersebut dengan disesuaikannya layanan bimbingan dan konseling, disamping itu juga guru BK harus mempunyai keterampilan dan wawasan yang luas agar peserta didik dapat mengembangkan kemampuannya dengan optimal.

Bimbingan dan konseling merupan proses pemberian bantuan secara ilmiah, menggunakan pendekatan, tehnik dan strategi serta bidang layanan untuk membantu peserta didik kemandirian dalam kehidupannya.

³⁸ Muhammad Andri Setiawan dkk, *Layanan-Layanan Bimbingan dan Konseling Pendekatan Qur'an Mempertemukan Urutan Surah pada Juz 28-Juz 30 Al-Qur'an*, (Yogyakarta, Cv Budi Utama, 2021) 98

³⁹ Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam, Windi Karnia, Layanan BK di Sekolah Islam dan di Sekolah Katholik, Vol. 14 No. 2 Desember 2017, hlm 88

Salah satu strategi bimbingan konseling adalah bimbingan klasikal (PMPTK, 2007). Rumusan strategi layanan sebagaimana yang tertuang dalam rambu-rambu penyelenggaraan layanan bimbingan dan konseling dalam jalur pendidikan formal bahwa salah satunya adalah bimbingan klasikal.

Direktorat Jendral Peningkatan Mutu Pendidikan dan Tenaga Pendidikan Departemen Pendidikan Nasional (2007) mengemukakan bahwa layanan bimbingan klasikal adalah salah satu pelayanan dasar bimbingan yang menuntut konselor untuk melakukan kontak langsung dengan peserta didik dikelas secara berjadwal. Kegiatan bimbingan kelas inibisa berupa diskusi kelas atau curah pendapat.⁴⁰ Supriyanto (2010:5) menyatakan bahwa bimbingan klasikal adalah layanan bimbingan yang sasarannya pada peserta didik dalam satu kelas. Layanan bimbingan klasikal adalah salah satu layanan dasar bimbingan yang dirancang konselor untuk melakukan langsung dengan peserta didik dikelas secara berjadwal. Pada proses pemberian layanan BK berformat layanan klasikal umumnya dibagi menjadi empat bidang bimbingan yaitu pribadi, sosial, belajar dan karir.⁴¹

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa bimbingan layanan klasikal adalah bimbingan yang diberikan didalam kelas secara terjadwal. Kegiatan bimbingan klasikal bisa berupa diskusi kelas, tanya jawab, ceramah. Bimbingan klasikal ini menjadikan peserta didik belajar kreatif, berani dalam berpendapat dan menjadikan kedekatan antara peserta didik dan guru BK.

Tujuan dari bimbingan klasikal adalah tercapainya perkembangan yang optimal, penyesuaian yang baik, penyelesaian masalah yang dihadapi, kemandian dan lain sebagainya. Layanan bimbingan klasikal sangat dibutuhkan peserta didik untuk membantu permasalahan yang dihadapi dalam bidang pribadi, belajar, sosial dan

⁴⁰ Elly Leo Fera, "*Bimbingan Klasikal Yang Aktif dan Menyenangkan*", (Bandung, CV.Rasi Terbit, 2017) hlm 157-158

⁴¹ Dedy Dharmawan Rafisa, *Penerapan Layanan Bimbingan Klasikal Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Kelas VIII SMP Negeri 28 Medan Tahun Pembelajaran 2017/2018*, (Universitas Muhammadiyah Sumatra Utara)

karir. Layanan bimbingan klasikal mempunyai fungsi sebagai berikut:

- a. Terjadinya interaksi sehingga saling mengenal antara guru BK dan peserta didik
- b. Terjalinnnya hubungan emosional antara peserta didik dengan guru BK
- c. Terciptanya keteladanan guru BK bagi peserta didik yang dapat beroengaruh terhadap perubahan sikap lebih baik pada peserta didik
- d. Sebagai wadah untuk media komunikasi langsung antara guru BK dengan peserta didik khusus peserta didik dapat menyampaikan permasalahan kelas, pribadi maupun curhat dikelas
- e. Terjadinya kesempatan guru BK melakukan tatap muka dengan peserta didik.⁴²

Layanan bimbingan klasikal diberikan guru BK didalam kelas dengan cara mempersiapkan materi melalui rancangan layanan BK (RPL). Layanan bimbingan klasikal dibagi menjadi tiga yaitu: tahap pendahuluan, tahap inti dan penutup. Pada tahap pendahuluan peserta didik melakukan interview terhadap tujuan, mencatat perkembangan dirinya, memonitor perkembangan dan dikaitkan dengan kebiasaan dalam kehidupan sehari-hari peserta didik. Tahap inti peserta didik belajar keterampilan dan strategi yang bermanfaat bagi hidupnya. Tahap penutup guru BK harus mampu mengajak peserta didik untuk melakukan refleksi berbagi pengetahuan dalam membuat disain atas tujuan yang diinginkan. pada pelaksanaan ini tidak boleh ditinggalkan evaluasi sesudah melakukan layanan bimbingan klasikal.⁴³

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan klasikal sering sekali digunakan dalam layanan konseling disekolah. Layanan bimbingan klasikal ini dapat menjadikan adanya ikatan yang intens terhadap guru BK dan peserta didik.

⁴² Elly Leo Fara, *Bimbingan Klasikal Yang Aktif dan Menyenangkan dalam Layanan Bimbingan & Konseling*, (Bandung, CV. Rasi Terbit, 2017), hlm 161

⁴³ Elly Leo Fara, *Bimbingan Klasikal Yang Aktif dan Menyenangkan dalam Layanan Bimbingan & Konseling*, (Bandung, CV. Rasi Terbit, 2017), hlm165

Pemberian layanan bimbingan klasikal diharapkan dapat mengubah meningkatkan pola pikir, wawasan yang luas dan mengatasi permasalahan yang dihadapi peserta didik. Layanan bimbingan klasikal dilakukan dengan cara guru BK mempersiapkan materi dengan RPL.

Pemberian layanan bimbingan klasikal yang diberikan oleh guru BK akan menjadikan keterdekatannya antara guru BK dengan peserta didik. Pelayanan bimbingan dan konseling ini adalah bukti bahwa guru BK bertanggung jawab membantu peserta didik dalam permasalahan yang dihadapi. Langkah-langkah layanan dalam bimbingan klasikal mencakup antara lain : pra bimbingan/persiapan, membuka, penyiapan layanan bimbingan, penutup.⁴⁴

a. Pra Bimbingan / Persiapan

Pra bimbingan / persiapan ini harus diperhatikan sebelum melakukan layanan. Beberapa hal harus diperhatikan yaitu: Kesiapan ruang, kesiapan alat dan bahan yang digunakan, kesiapan media yang ingin dipakai, kesiapan peserta didik, kesiapan materi layanan dan kesesuaian tersebut dapat dikemas dalam pemberian layanan bimbingan klasikal. Jika pemberian layanan dilakukan dengan persiapan yang maksimal maka peserta didik akan merasakan kenyamanan saat melakukan layanan.

b. Membuka

Kegiatan layanan bimbingan klasikal menjadikan adanya ikatan emosional antara guru BK dengan peserta didik, memberikan pengantar, orientasi layanan dan membangun apresiasi. Kegiatan bimbingan klasikal ini diharapkan agar peserta didik dapat aktif dalam berkontribusi. Keaktifan dalam pemberian layanan bimbingan klasikal ini juga sangat diperlukan karena dengan adanya keaktifan akan terbangun interaksi antara guru BK dan peserta didik.

c. Penyampaian Layanan Bimbingan

Sasaran dalam layanan bimbingan klasikal ini adalah kepada peserta didik yang mengalami

⁴⁴ Dedy Dharmawan Rafisa, *Penerapan Layanan Bimbingan Klasikal Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Kelas VIII SMP Negeri 28 Medan Tahun Pembelajaran 2017/2018*, (Universitas Muhammadiyah Sumatra Utara)

permasalahan maupun belum yang memiliki permasalahan. Keberhasilan dalam tahap ini dipengaruhi oleh kemampuan guru BK dalam menyampaikan layanan, pemilihan metode dan strategi layanan yang digunakan. Layanan ini dilakukan dengan dinamika kelompok seperti kegiatan bermain peran, psikodrama, sosiodrama, *hoomroom*, diskusi, film dan sebagainya sesuai dengan permasalahan yang dihadapi peserta didik.

d. Penutup

Tahap penutupan atau akhir dalam bimbingan klasikal, setelah guru BK selesai melakukan layanan dengan menggunakan berbagai strategi maka guru BK menutup dengan cara menyampaikan ringkasan inti dari layanan yang telah disampaikan dan melibatkan peserta didik untuk membuat suatu kesimpulan. Meminta respon peserta didik tentang materi yang diberikan, memberikan pertanyaan kepada peserta didik, dan memberikan tugas kepada peserta didik. Semua tujuan dari kegiatan layanan bimbingan klasikal ini agar peserta didik memahami isi layanan kemudian peserta didik mampu *self understanding*, *self acceptance*, dan *self direction*.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa langkah pemberian layanan klasikal harus dipersiapkan guru BK terlebih dahulu seperti dibutuhkannya kesiapan materi dalam layanan. Pemberian layanan klasikal ada keaktifan peserta didik dalam mengikuti pemberian layanan seperti adanya interkasi antara guru BK dengan peserta didik. Disamping itu guru BK harus mempunyai strategi dalam berinteraksi dengan peserta didik agar peserta didik dapat mempercayai guru BK untuk mengungkapkan permasalahan yang dihadapi

B. Penelitian Terdahulu

Sebelum melakukan penelitian, dengan mencermati sejumlah penelitian yang dihasilkan lebih dulu yang memiliki kaitannya pada judul atau topik yang dibahas pada penelitian agar menjadi rujukan, kajian serta dalam mempertimbangkan penelitian juga untuk menunjukkan jika penelitian sekarang dilakukan memiliki perbedaan

terhadap penelitian terdahulu. Diantara penelitian yang dimaksudkan adalah:

Pertama, Penelitian Ahmad Gozali, *Jurnal Of Counseling and Education*, tahun 2020 dengan judul “Layanan Bimbingan dan Konslin Teknologi Informasi Pada Masa PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar)”. Pada penelitian ini menjelaskan bahwa dengan adanya tehnologi informasi maka dapat membantu dalam pengelolaan informasi, apalagi dengan adanya virus corona maka dalam layanan bimbingan dan konseling membutuhkan yang namanya tehnologi, dengan adanya tehnologi maka upaya dalam meningkatkan layanan bimbanga dan konseling itu dapat berjala dengan baik secara sarana maupun prasarana ataupun juga prosesnya. Penelitian ini mempunyai letak persamaan dan juga perbedaan, dari segi persamaan peneliti membahas tentang virus COVID-19 dan juga layanan bimbingan dan konseling atau diranah pendidikan. Sedangkan letak perbedaannya terletak pada pembahasan kesehatan mental. Sedangkan skripsi yang diteliti oleh peneliti membahas tentang kesehatan mental peserta didik pada masa pandemi dalam bingkai konseling sekolah dan pemahasan peneliti menekankan pada permasalahan peserta didik yang mengalami mental yang tidak sehat dikarenakan COVID-19 dalam konseling sekolah, seperti menggunakan layanan imbingan klasikal atau imbingan kelompok.⁴⁵

Kedua, Penelitian Desti Azania, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung, tahun 2021 dengan judul “ Peran Spiritual Bagi Kesehatan Mental Mahasiswa Ditengah Pandemi Covid-19”. Pada penelitian ini menjelaskan bahwa peran spiritual untuk kesehatan mental pada saat COVID-19 ini sangatlah berpengaruh bagi kesehartan mental, hal itu dapat dibuktikan dengan kegiatan dzikir yang membuat seseorang merasa bahwa dirinya lebih tenang dan dapat mengontrol dalam dirinya sendiri akibat adanya wabah COVID-19. Penelitian diatas mempunyai letak persamaan dan juga letak perbedaan, dari segi persamaan membahas tentang kesehatan mental dan juga pandemi COVID-19, sedangkan letak perbedaannya terletak pada spiritualitas. Sedangkan skripsi yang diteliti oleh peneliti membahas tentang konseling sekolah yang menggunakan beberapa jenis layanan dan perbedaan tersebut terlihat jelas pada jenjang yang diteliti, untuk jurnal penelitian yang ditulis Desti Aznia meneliti mahapeserta didik yang ada si Universitas Islam

⁴⁵ Achmad Gozali, “*Layanan Bimbingan dan Konseling Berbasis Tehnologi Informasi pada Masa PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar)*”, Vol 1 No 2 2020

di Bandung, sedangkan peneliti ini meneliti jenjang SMP (Sekolah Menengah Pertama).⁴⁶

Ketiga, Penelitian Adisty Wismani Putri dkk, tahun 2015 dengan judul “Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia (Pengetahuan, dan Keterbukaan Masyarakat terhadap Gangguan Kesehatan Mental)”. Penelitian menjelaskan bahwa kesehatan mental yang ada dimasyarakat masih di anggap seperti tabu karena jika ada seseorang yang terkena gangguan kesehatan mental masih dianggap seperti suatu hal yang sangat memalukkan untuk keluarganya, masyarakat Indonsesia beranggapan bahwa seseorang yang terkena gangguan mental tidak dapat disembuhkan. Penelitian diatas mempunyai letak persamaan dan juga perbedaan persamaan, persamaan dari pembahasan diatas adalah membahas tentang kesehatan mental. Sedangkan letak perbedaanya terletak pada pembahasan tentang COVID-19 dan juga untuk ranah pembahasan diatas penelitiannya dilakukan dimasyarakat sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti dilakukan di ranah pendidikan yaitu sekolah. Jadi penelitian diatas dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti ini sangatlah bertimbang balik.⁴⁷

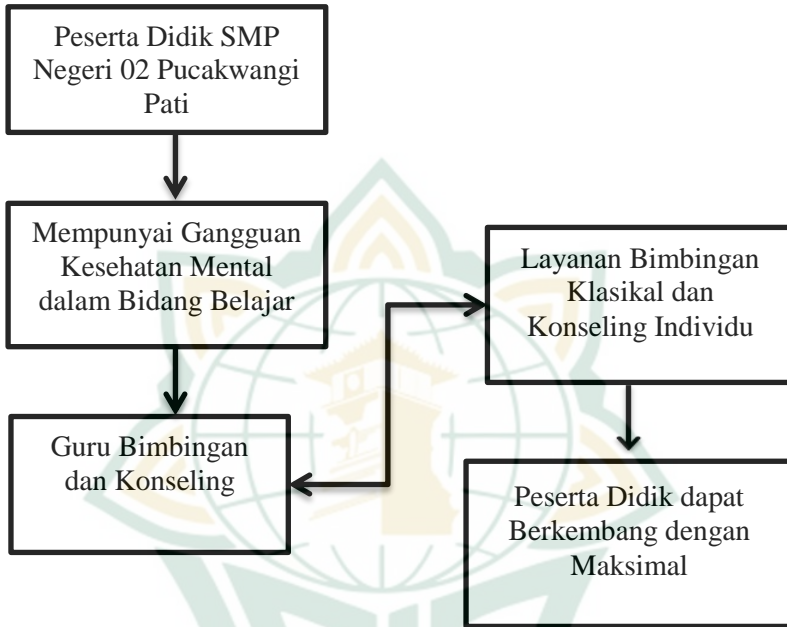
⁴⁶ Desti Azania, “Peran Spiritual Bagi Kesehatan Mnetal Mahasiswa di Tengah Pandemi COVID-19”, Vol 7 No 1 2021

⁴⁷ Adisty Wismani Putri dkk, “Kesehatan Mntal Masyarakat Indonseia (Pengetahuan, dan Keterbukaan Masyarakat terhadap Gangguan Kesehatan Mental”, Vol 2 No. 2 2015

C. Kerangka Berfikir

Gambar 2.1 Kerangka Berfikir

Skema kerangka berfikir pada penelitian ini adalah sebagai berikut :



Berkaitan dengan kerangka berfikir tersebut dapat diuraikan sebagai berikut:

Datangnya pandemi COVID-19 beberapa sektor di Indonesia mengalami ketergangguan, terutama disektor pendidikan. Pembelajaran yang dulunya dilakukan secara langsung berubah menjadi daring (belajar dari rumah), pergantian tersebut menjadi sebuah permasalahan kesehatan mental peserta didik yang ada disekolah SMP Negeri 02 Pucakwangi Pati seperti tidak fokusnya dalam belajar, tidak pahamnya materi, keterlambatan dalam materi, permasalahan dalam sinyal dan permasalahan dalam kuota. Oleh karena itu guru BK harus menghadapi permasalahan yang dihadapi oleh peserta didik dengan menggunakan konseling sekolah, guru BK mengatasi permasalahan yang dihadapi oleh peserta didik menggunakan layanan bimbingan klasikal dan layanan konseling individu. Setelah diberikannya layanan tentu peserta didik mengalami sebuah perkembangan yang ada dalam diri peserta didik, yang dimana peserta didik tersebut dapat menyesuaikan diri dengan pembelajaran daring.