

ISU DAN TANTANGAN
**BIMBINGAN
DAN KONSELING**
DALAM BERBAGAI ASPEK KEHIDUPAN



Dahlia Novarianing Asri, dkk.

ISU DAN TANTANGAN BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM BERBAGAI ASPEK KEHIDUPAN

Dahlia Novarianing Asri
Tyas Martika Anggriana
Asroful Kadafi
Noviyanti Kartika Dewi
Rischa Pramudia Trisnani
Silvia Yula Wardani
Diana Ariswanti Triningtyas
Juwita Finariyanti
Beny Dwi Pratama
Suharni
Ratih Christiana



CV. AE MEDIA GRAFIKA

Isu dan Tantangan Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Aspek Kehidupan

Cetakan pertama Desember 2021

ISBN: 978-623-5516-29-5

Penulis:

Dahlia Novarianing Asri	Diana Ariswanti Triningtyas
Tyas Martika Anggriana	Juwita Finariyanti
Asroful Kadafi	Beny Dwi Pratama
Noviyanti Kartika Dewi	Suharni
Rischa Pramudia Trisnani	Ratih Christiana
Silvia Yula Wardani	

Penerbit

CV. AE MEDIA GRAFIKA
Jl. Raya Solo Maospati, Magetan, Jawa Timur 63392
Telp. 082336759777
email: aemediagrafika@gmail.com
website: www.aemediagrafika.com

Anggota IKAPI Nomor: 208/JTI/2018

Hak cipta @ 2021 pada penulis
Hak Penerbitan pada CV. AE MEDIA GRAFIKA

*Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk dan
dengan cara apapun tanpa ijin tertulis dari penerbit*



Prakata

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat, dan hidayahNya, penyusunan buku dengan judul **Isu dan Tantangan Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Aspek Kehidupan** ini dapat terselesaikan dengan baik.

Seiring dengan perkembangan zaman yang menuntut perubahan dalam berbagai aspek kehidupan, tentunya akan menimbulkan dampak psikologis bagi individu dan lingkungan sekitarnya. Untuk itu bidang bimbingan dan konseling perlu menyikapi permasalahan dan tantangan tersebut agar dapat mewujudkan kualitas hidup manusia yang bermutu baik sehingga dapat mencapai perkembangan yang optimal dalam menghadapi tantangan kehidupan. Buku ini disusun dengan harapan dapat menambah wawasan dan pengetahuan tentang isu dan tantangan bimbingan dan konseling dalam berbagai aspek kehidupan.

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada pihak-pihak yang telah banyak membantu dalam menyelesaikan penulisan *book chapter* ini, Semoga buku ini dapat bermanfaat.

Madiun, November 2021

Penulis



Daftar Isi

Prakata	iii
Daftar Isi	v
Bagian 1	
Pentingnya Kesehatan Mental di Masa Pandemi Covid-19	1
Bagian 2	
Integrasi Nilai Kearifan Lokal pada Pendekatan Etnopedagogi untuk Penegasan Identitas Generasi Digital Native	17
Bagian 3	
Penguatan Nilai Religious pada Program Bimbingan dan Konseling untuk Memperkokoh Karakter Ideal Siswa di Masa Post Pandemi Covid-19.....	41
Bagian 4	
Isu Kesehatan Mental dan Tantangannya bagi Penyelenggaraan Layanan Bimbingan dan Konseling Pada Masa Pandemi Covid-19	73

Bagian 5

Peran Konselor dalam Menurunkan Kecemasan Siswa pada Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi Covid-19	95
---	----

Bagian 6

Penguatan Pendidikan Karakter Positif di Sekolah Dasar	107
--	-----

Bagian 7

Membangun <i>Critical Thinking Competence</i> Calon Konselor Sekolah.....	121
---	-----

Bagian 8

Upaya Preventif Terhadap Amoral Siswa dengan Literasi pada Buku Teks Pelajaran yang Menyesatkan	137
---	-----

Bagian 1

Pentingnya Kesehatan Mental di Masa Pandemi Covid-19



Dahlia Novarianing Asri

*Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP
Universitas PGRI Madiun*

Abstrak

Dalam kehidupan sehari-hari, kesehatan mental tidak kalah penting dibanding dengan kesehatan fisik. Namun pada umumnya masyarakat masih mengutamakan kesehatan fisik dibandingkan kesehatan mental padahal kestabilan kesehatan mental dan kesehatan fisik saling mempengaruhi dan berdampak terhadap kualitas hidup seseorang. Kesehatan mental merupakan kondisi yang menunjukkan adanya kesejahteraan dalam dirinya dimana individu tersebut mampu menyadari potensi yang dimilikinya, memiliki kemampuan untuk mengatasi tekanan hidup pada berbagai situasi dalam kehidupan, mampu bekerja secara produktif serta mampu memberikan kontribusi kepada komunitasnya. Ketika pandemi Covid-19 berlangsung, kondisi kesehatan mental masyarakat menjadi permasalahan yang krusial yang dialami oleh masyarakat. Pandemi Covid-19 memberikan dampak dalam berbagai aspek kehidupan, salah satunya berdampak terhadap kesehatan mental masyarakat. Dampak psikologis

adanya pandemi Covid-19 adalah munculnya berbagai macam gangguan mental, seperti stres, kecemasan, depresi dari tingkat rendah hingga tingkat tinggi. Oleh karena itu, diperlukan berbagai upaya untuk menjaga kesehatan mental dari individu maupun upaya pemberian dukungan kesehatan mental yang diperoleh dari berbagai pihak.

Kata kunci: Kesehatan Mental, Pandemi Covid-19

1. Konsep sehat dan sakit

Keadaan sehat dan sakit akan berpengaruh terhadap perilaku seseorang. Individu dituntut untuk berperan sehat atau sakit. Individu dalam kondisi sehat dituntut melakukan peran tertentu dan bertanggung jawab terhadap diri sendiri maupun orang lain. Sedangkan orang yang sakit dituntut untuk melakukan peran sakit dan dibebaskan dari kewajiban dan tanggung jawab dalam bekerja maupun di rumah.

“Sehat” dan “sakit” merupakan istilah yang tidak asing dalam kehidupan sehari-hari dan ada secara universal di semua kebudayaan. Sepanjang kehidupan manusia akan selalu terjadi kondisi sehat dan sakit dimana manusia berperan sebagai orang yang sehat atau orang yang sakit, Individu yang sakit mental sama-sama memiliki perilaku dan peran sakit, dan dibebaskan dari tanggung jawab dalam kehidupannya, sama halnya dengan orang yang menderita penyakit jantung, diabetes, atau lainnya. Penderita penyakit fisik maupun mental justru diberikan kewajiban untuk mencari kesembuhan dengan cara beristirahat atau usaha lain yang dapat diterima masyarakat pada umumnya.

Kata “sakit” yang seringkali kita dengar dalam bahasa sehari-hari mengandung tiga konsep dalam

bahasa Inggris, yaitu “*disease*”, “*illness*”, dan “*sickness*”. Ketiga istilah ini memiliki arti yaitu “sakit” yang mengandung pengertian biopsikososial. *Disease* berdimensi biologis, *illness* berdimensi psikologis, dan *sickness* berdimensi sosiologis (Calhoun dalam Notosoedirdjo & Latipun, 1999). *Disease* artinya penyakit yang simptom atau gejalanya diketahui melalui diagnosis yang diberikan. Penyakit ini bersifat objektif dimana gejala yang dirasakan antara individu satu sama dengan gejala yang dirasakan individu lainnya. Contoh dari *disease* adalah penyakit jantung, tumor, influenza, dan lain-lain.

Illness adalah penyakit yang bersifat psikologis yang menunjukkan gejala yang bersifat subyektif, artinya gejala yang dirasakan seseorang tidak sama dengan gejala yang dirasakan orang lain terhadap keadaan tubuh yang dirasa tidak enak. Hal ini dikarenakan adanya perbedaan persepsi, perasaan, dan pengalaman subyektifitas. Sedangkan *sickness* adalah konsep sosiologis yang bermakna sebagai penerimaan sosial terhadap seseorang yang sedang mengalami sakit (*illness*). Ketika individu mengalami suatu penyakit, maka masyarakat akan memberikan kebebasan untuk melepaskan tugas dan tanggung jawabnya dan diberi tanggung jawab baru yaitu mencari kesembuhan.

Konsep sehat juga memiliki persamaan dengan konsep sakit. Istilah sehat juga memiliki pengertian yang sangat beragam dan faktor subyektif serta kultural turut mempengaruhi pemahaman orang terhadap konsep sehat. WHO mendefinisikan sehat sebagai suatu keadaan ideal dari aspek biologis, psikologis, maupun sosial

sehingga sehat diartikan sebagai keadaan yang sempurna secara fisik, mental, maupun sosial, tidak hanya terbebas dari penyakit atau cacat. Oleh karena itu, orang yang tidak berpenyakit (*disease*) belum tentu dikatakan sehat. Atas dasar tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa orang disebut sehat tidak hanya sekedar terbebas dari suatu penyakit atau mengalami kecacatan, namun lebih dari itu. Lalu, muncul pertanyaan, apakah ada seseorang yang berada dalam kondisi sempurna secara biopsikososial? Untuk mendapatkan jawaban perlu ada pemahaman bahwa sangat sulit menemukan orang yang berada dalam kondisi kesehatan yang sempurna, namun yang bisa didapatkan adalah orang yang mendekati pada kondisi ideal.

Relativitas konsep sehat dan sakit ini dapat dipahami dari adanya perbedaan memahami kondisi sehat dan sakit, memahami penyebab munculnya sakit beserta gejala-gejalanya, serta kewenangan orang yang dapat menetapkan kondisi sehat atau sakit. Oleh karena itu, tidaklah mudah menilai kondisi sehat atau sakit dari seseorang atas dasar pengalaman, penilaian subyektifitas atau budayanya. Tentunya faktor-faktor seperti usia, jenis kelamin, kelas sosial, etnis, dan sub budaya berpengaruh terhadap kondisi sehat dan sakit.

2. Upaya Pemberian Dukungan Kesehatan Mental

Saat ini, berbagai kalangan ahli telah menaruh perhatian terhadap peningkatan kesehatan mental. Upaya meningkatkan kesehatan mental pada individu dapat dilakukan dengan melibatkan berbagai pihak, mulai dari keluarga, komunitas (masyarakat), dan pemerintah. Menurut Yuliandari (2018) upaya pemberian dukungan

pada kesehatan mental dapat dilakukan melalui tiga cara yaitu promosi, prevensi, dan kurasi.

Promosi kesehatan mental merupakan aktivitas yang didesain untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis, kompetensi, koherensi, dan kontrol bagi seseorang sehingga dapat hidup lebih efektif dalam mengalami kepuasan hidup dalam berkehidupan sosial (WHO, 2002). Tentunya, promosi kesehatan mental sebagai upaya meningkatkan, memperkuat, dan mengoptimalisasikan segenap potensi dan kemampuan mental masyarakat. Promosi kesehatan tidaklah diarahkan pada sejumlah penyakit atau gangguan tertentu namun lebih untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan, termasuk di dalamnya adalah motivasi dan pendidikan kesehatan mental merupakan bagian utama dalam promosi kesehatan mental. Oleh karena itu, promosi kesehatan mental menangani orang yang dalam kondisi sehat, belum sakit atau dalam keadaan berisiko sakit. Banyak upaya yang dapat dilakukan untuk melakukan promosi kesehatan, salah satunya adalah pendidikan kesehatan mental yang dapat dilakukan dengan berbagai cara seperti ceramah, publikasi elektronik dan cetak, dan berbagai bentuk propaganda di bidang kesehatan mental. Oleh karena itu, tindakan pemeliharaan lingkungan hidup seperti pemeliharaan kesehatan dan kebugaran badan, pemeliharaan kesehatan kehamilan, pola hidup sehat seperti mengkonsumsi makanan bernutrisi, olahraga, dan tidur yang cukup dapat mendukung kesehatan mental (Herman, 2005).

Prevensi kesehatan mental dilakukan untuk mencegah timbulnya suatu gangguan, mengurangi durasi

suat gangguan, dan mempertahankan kemampuan yang tersisa akibat suatu gangguan. Pencegahan kesehatan mental berfokus pada mengurangi *risk factor* dan meningkatkan *protective factor* yang terkait dengan kesehatan mental (WHO, 2002). Promosi dan pencegahan seringkali hadir dalam program dan strategi yang sama (Yuliandari, 2018). Sasaran dalam promosi dan pencegahan kesehatan mental adalah sama, yaitu masyarakat. Namun promosi kesehatan mental lebih menekankan sasarannya adalah keseluruhan masyarakat, sedangkan pencegahan sasarannya adalah masyarakat yang berada dalam risiko, sedang mengalami suatu gangguan, dan sedang berada pada usaha pemulihan kesehatannya.

Intervensi dalam kesehatan mental dilakukan ketika dihadapkan pada berbagai macam tindakan yang dimaksudkan untuk memberikan kesembuhan atau meningkatkan penyesuaian diri. Intervensi dapat dilakukan oleh berbagai pihak, seperti keluarga, sekolah, komunitas, maupun rumah sakit. Dalam merancang intervensi perlu memperhatikan pertimbangan-pertimbangan seperti gejala yang muncul, seberapa parah gejala yang muncul, seberapa intens gejala tersebut muncul, dan seberapa banyak gejala tersebut menyebabkan *disease* dan mempengaruhi kehidupan sehari-hari (Yuliandari, 2018).

3. Kesehatan Mental di Masa Pandemi Covid-19

Kesehatan mental (*mental health*) telah menjadi perhatian manusia karena merupakan kebutuhan dasar. Mengingat pentingnya kesehatan mental bagi masyarakat maka kalangan akademik maupun masyarakat awal berusaha sesuai dengan kemampuannya untuk

meningkatkan kesehatan mental masyarakat maupun menangani problem-problem kesehatan mental. Dalam perkembangan terakhir, kesehatan mental menjadi perhatian dari berbagai kalangan di berbagai bidang ilmu seperti kedokteran, pendidikan, psikologi, studi agama. Selain kalangan akademisi, banyak lembaga sosial dan pemerintah telah mencanangkan program-program kesehatan mental sebagai upaya peningkatan kesejahteraan masyarakat. Hal tersebut menunjukkan bahwa studi di bidang kesehatan mental masyarakat menjadi kepentingan bersama.

Menurut Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009, kesehatan merupakan kondisi sehat, baik fisik, mental, spiritual, maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup lebih produktif secara sosial maupun ekonomis. Dalam kehidupan sehari-hari, kesehatan mental tidak kalah penting dibanding dengan kesehatan fisik. Namun, pada umumnya masyarakat masih mengutamakan kesehatan fisik dibandingkan kesehatan mental padahal kestabilan kesehatan mental dan kesehatan fisik saling mempengaruhi dan berdampak terhadap kualitas hidup seseorang. Menurut *World Health Organization* (WHO) individu dikatakan sehat jika berada dalam kondisi sehat baik secara fisik, mental, maupun kesejahteraan sosial. Individu yang memiliki mental sehat menunjukkan kondisi sejahtera karena individu menyadari akan potensi yang dimilikinya, dapat mengatasi tekanan, bekerja dengan baik dan produktif, serta mampu memberikan kontribusi bagi masyarakat sekitar.

Goldberg (dalam Notoedirdjo & Latipun, 1999) menguraikan bahwa terdapat tiga kemungkinan hubungan antara sakit secara fisik dan mental. *Pertama*, orang mengalami sakit mental disebabkan oleh sakit fisiknya. Karena kondisi fisik yang tidak sehat, maka individu tersebut merasa tertekan sehingga menimbulkan akibat sekunder berupa gangguan secara mental. *Kedua*, sakit fisik yang diderita tersebut sebenarnya merupakan gejala dari adanya gangguan mental. *Ketiga*, antara gangguan mental dan sakit secara fisik adanya saling menopang, artinya bahwa individu yang menderita secara fisik menimbulkan gangguan secara mental, dan gangguan mental tersebut turut memperparah sakit fisiknya.

Menurut *World Health Organization* (WHO), kesehatan mental merupakan kondisi yang menunjukkan adanya kesejahteraan dalam dirinya dimana individu tersebut mampu menyadari potensi yang dimilikinya, memiliki kemampuan untuk mengatasi tekanan hidup pada berbagai situasi dalam kehidupan, mampu bekerja secara produktif serta mampu memberikan kontribusi kepada komunitasnya. Merriam Webster, seorang ahli kesehatan mendefinisikan kesehatan mental sebagai suatu keadaan psikoemosional yang berfungsi dalam lingkungan masyarakat dan memenuhi kebutuhan hidup (Zulkarnain & Fatimah, 2019). Keberadaan individu dalam suatu lingkungan akan saling mempengaruhi. Keberadaan individu akan bermanfaat dan berpengaruh terhadap lingkungannya, demikian pula suatu lingkungan di sekitar individu secara langsung maupun tidak langsung akan mempengaruhi perkembangan bagi diri

individu tersebut. Jika individu tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya, tidak mampu menyelesaikan masalah dalam kehidupannya maka dapat menimbulkan stres yang berlebihan sehingga dapat mengganggu kesehatan mentalnya.

Gangguan kesehatan mental merupakan kondisi dimana individu mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan kondisi di sekitarnya. Indonesia sebagai salah satu negara berkembang tidak lepas dari adanya permasalahan tentang gangguan mental yang dialami oleh masyarakatnya. Menurut Pusat Data dan Informasi Kemenkes 2019, kontributor terbesar beban penyakit dan penyebab kematian di Indonesia saat ini adalah penyakit kardiovaskuler (36,4%) kemudian disusul oleh penyakit neoplasma, masalah maternal-neonatal, infeksi pernafasan dan TB. Namun jika dilihat dari penyebab kecacatan dan ketidakberfungsian lebih besar disebabkan karena gangguan mental (13,4%) dibandingkan penyakit lain tersebut. Menurut perhitungan beban penyakit pada tahun 2017, beberapa jenis gangguan jiwa yang diprediksi dialami oleh penduduk di Indonesia diantaranya adalah gangguan depresi, cemas, skizofrenia, bipolar, gangguan perilaku, autis, gangguan perilaku makan, gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas. Dari berbagai gangguan mental yang telah disebutkan bahwa gangguan depresi tetap menduduki urutan pertama selama tiga decade (1990-2017).

Ketika pandemi Covid-19 berlangsung, kondisi kesehatan mental masyarakat menjadi permasalahan yang besar khususnya di Indonesia. Perhimpunan Dokter

Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI) melakukan survei terhadap kesehatan mental masyarakat di 34 provinsi ketika pandemi Covid-19 berlangsung. Hasil survei menunjukkan bahwa dari 2.364 responden sebanyak 69% responden mengalami masalah psikologis. Responden yang mengalami kecemasan sebesar 68%, 67% mengalami depresi, dan sebanyak 77% mengalami trauma psikologis (PDSKJI, 2020). Berdasarkan data tersebut menggambarkan bahwa pandemi Covid-19 secara langsung memunculkan permasalahan kesehatan mental yang sangat dirasakan secara nyata oleh masyarakat Indonesia.

Pandemi Covid-19 merupakan sumber stres (*stressor*) bagi masyarakat dunia saat ini. Beberapa penelitian menyebutkan bahwa beragam permasalahan psikologis yang dialami individu ketika berada pada masa pandemi Covid-19. Hasil survei yang dilakukan Rivas dan Cuadrado (2020) menyebutkan bahwa selama wabah Covid-19 berlangsung, sebagian besar responden menghabiskan 20-24 jam per hari di rumah. Sebanyak 53,8% dari responden tersebut mengalami dampak psikologis yang parah; 16,5% melaporkan mengalami depresi berat; 28,8% melaporkan tingkat kecemasan sedang hingga tinggi; dan 8,1% melaporkan tingkat stres sedang hingga tinggi. Bahkan tingkat depresi, kecemasan, dan stres yang lebih tinggi telah dilaporkan dalam studi yang dilakukan di Italia dan Spanyol, di mana isolasi sosial telah terbukti memperburuk kesehatan mental penduduk.

Di sisi lain, salah satu dampak psikologis adanya pandemi Covid-19 adalah munculnya gangguan mental

yaitu depresi. Menurut Thakur dan Jain (2020) secara umum, empat faktor risiko utama depresi yang muncul akibat pandemi Covid-19. *Pertama*, adanya pembatasan sosial. Manusia tidak lepas dari kodratnya sebagai manusia sosial yang memiliki kebutuhan untuk berinteraksi dengan lingkungan sosial. Ketakutan akan virus Covid-19 menciptakan tekanan emosional yang tinggi sehingga dipaksa untuk membatasi interaksi sosial. Rasa keterasingan ini dapat mengganggu kehidupannya sehingga dapat berpengaruh terhadap kondisi kesehatan mental mereka. Sebelum pandemi, kebanyakan orang beraktivitas di luar rumah, namun sekarang harus membiasakan berdiam diri di rumah. Akibat dari pandemi ini, gaya hidup kita juga berubah hampir 360 derajat. Selama kurang lebih 3 bulan menjalani *self-quarantine* atau isolasi diri di rumah, muncul rasa jenuh, kesepian dan bosan. Tidak adanya suasana baru dan hiburan menjadi penyebab utama. Semua ini terpaksa dilakukan untuk dapat membantu memutus rantai virus corona (Swarahapsari, 2020). *Kedua*, resesi ekonomi. Pandemi Covid-19 memberikan dampak dalam segala aspek kehidupan, terutama memunculkan krisis ekonomi global. Ada kekhawatiran dan perasaan ketidakpastian akan kehilangan pekerjaan. Di Indonesia, hingga 31 Juli 2020 Kementerian Ketenagakerjaan mencatat terdapat 2,14 juta tenaga kerja formal dan informal yang terdampak pandemi Covid-19 (Winurini, 2020). *Ketiga*, stres dan trauma pada tenaga kesehatan. Pandemi Covid-19 menjadi *stressor* bagi penyedia layanan kesehatan yang memiliki risiko kesehatan mental yang tinggi. Penelitian tentang kesehatan mental bagi tenaga

kesehatan telah dilakukan oleh peneliti Departemen Keperawatan Jiwa UI bersama dengan Divisi Penelitian Ikatan Perawat Kesehatan Jiwa Indonesia (IPKJI) pada bulan April hingga Mei 2020 yang menunjukkan hasil bahwa separuh dari 2.132 perawat di seluruh Indonesia mengalami kecemasan dan depresi, bahkan ada kecenderungan untuk berpikir melakukan tindakan bunuh diri (Kompas, 4 Agustus 2020).

Berdasarkan uraian sebelumnya, setiap individu perlu menjaga kesehatan mental agar dapat terhindar dari berbagai gangguan mental. Oleh karena itu, perlu adanya pemahaman dalam upaya mewujudkan kesehatan mental yang dapat dilakukan individu dalam kehidupan sehari-hari.

4. Upaya Menjaga Kesehatan Mental di Masa Pandemi Covid-19

Kesehatan mental sama pentingnya dengan kesehatan fisik. Kesehatan mental mencakup kesejahteraan emosional, psikologis, dan sosial. Mental yang sehat dapat mempengaruhi cara berpikir, merasakan dan bertindak dalam kehidupan sehari-hari. Mental yang sehat dapat membantu mengelola stres, membina hubungan yang baik dengan orang lain, dan mengambil suatu keputusan. Kualitas kesehatan mental merupakan komponen penting dalam setiap tahap perkembangan manusia, mulai dari masa kanak-kanak, remaja hingga dewasa. Kondisi mental pada masa kanak-kanak dapat mempengaruhi perkembangan kejiwaan seseorang hingga dewasa nantinya.

Setiap individu tidak terlepas dari adanya masalah yang menuntut untuk diselesaikan. Namun tidak banyak

individu yang mampu menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi di masa pandemi Covid-19. Perlu adanya strategi yang dimiliki khususnya agar tetap menjaga kesehatan mental saat pandemi ini. Patnani (dalam Swarahapsari, 2020), mengatakan bahwa kondisi pandemi Covid-19 diperlukan suatu strategi heuristik, yaitu strategi menyelesaikan masalah yang mengacu dari pengalaman yang dialami individu. Strategi ini tidak bersifat baku namun lebih menuntut kreatifitas dari pengalaman yang dimilikinya. Strategi ini tidak menjamin masalah dapat terselesaikan dengan baik namun lebih kepada penyelesaian masalah yang lebih mudah dan cepat.

Bransford dan Stein (dalam Patnani, 2013), menjelaskan bahwa dalam menyelesaikan masalah diperlukan lima tahap. *Pertama*, individu perlu mengidentifikasi masalah terlebih dahulu untuk dapat memahami masalah yang sesungguhnya terjadi. Hal ini dapat terlihat ketika pemerintah menginformasikan berbagai situasi dan kondisi yang berdampak terhadap seluruh aspek kehidupan manusia. Hal ini tentunya akan berdampak terhadap kesehatan fisik mental individu. *Kedua*, melakukan penggambaran masalah dengan cara membayangkan masalah yang dihadapi. Ketika penyebaran Covid-19 bersifat masif, berbagai negara menyiarkan berita dengan memberlakukan *physical distancing* atau *lockdown*. Namun, setelah dilakukannya survei oleh penelitian di China, Spanyol, maupun Italia ternyata dampak dari pembatasan sosial ini membuat hampir semua penduduk mengalami gangguan mental seperti stres, depresi, dan cemas mengingat banyak hal

yang dapat menjadi pemicu. *Ketiga*, pemilihan strategi untuk pemecahan masalah yang terjadi. Adanya gangguan mental saat pandemi merupakan masalah yang tidak dapat didefinisikan dengan jelas. Dalam hal ini termasuk dalam jenis *ill-defined problem*. Ormrod (dalam Patnani, 2013) mendefinisikan *ill-defined problem* adalah masalah yang tidak memiliki ketidakpastian dalam mencapai tujuan yang diharapkan dan pilihan dari kemungkinan penyelesaian masalah. Permasalahan ini dapat berkaitan dengan kehidupan pribadi maupun sosial. *World Health Organization* (WHO) (2020) telah mendukung strategi tersebut sebagai upaya menjaga kesehatan mental saat pandemi Covid-19.

Pada masa pandemi Covid-19 diperlukan berbagai upaya untuk menjaga kesehatan mental, di antaranya yaitu: (1) selektif dalam mencari sumber informasi yang dapat dipercaya. Berita tentang penyebaran virus Covid-19 yang beredar baik di media massa maupun media elektronik sangat beragam sehingga dapat memicu kepanikan atau rasa cemas ketika membaca berita tersebut. Oleh karena itu, perlu adanya sikap selektif dalam menyaring informasi-informasi yang belum tentu kebenarannya; (2) melakukan aktivitas sosial. Meskipun pandemi Covid-19 memberlakukan pembatasan sosial, namun individu dapat melakukan aktivitas sosial dengan menggunakan teknologi dalam berbagai bentuk media sosial seperti Whatsapp, Line, Facebook, Instagram, maupun Zoom sebagai media berkomunikasi; (3) melakukan aktivitas positif dan menyenangkan. Meskipun berada di rumah karena adanya pembatasan aktivitas sosial, namun tetap disarankan untuk tetap aktif

melakukan aktivitas yang menyenangkan di dalam rumah seperti menonton film, membaca buku, mendengarkan musik, melakukan aktivitas berdasarkan hobi dan minat; (4) menerapkan pola hidup sehat dengan cara mengkonsumsi makanan sehat, tidur dengan durasi yang cukup, dan olahraga. Hal ini bertujuan tidak hanya meningkatkan kesehatan fisik namun juga meningkatkan kesehatan mental seperti meningkatkan suasana hati, dan terhindar dari masalah-masalah gangguan mental; dan (5) berpikir positif. Berpikir positif terhadap segala hal yang terjadi di sekitar kehidupan individu dapat menghindarkan dari cara berpikir irasional yang dapat memunculkan berbagai macam gangguan mental.

Referensi

- Herman, H. (2005). *Promoting Mental Health: Concepts, Emerging Evidence, Practice. A Report of the WHO*. Geneva: World Health Organization.
- Notosoedirdjo, M. & Latipun. (1999). *Kesehatan Mental. Konsep dan Penerapan*. Malang: UMM Press.
- Patnani, M. (2013). Upaya meningkatkan kemampuan problem solving pada mahasiswa. *Jurnal Psikogenesis*, 1(2).
<http://academicjournal.yarsi.ac.id/index.php/Jurnal-Online-Psikogenesis/article/view/43>
- Perawat Alami Depresi dan Stigmatisasi. Kompas, 4 Agustus 2020.
- PDSKJI. (2020). Swaperiksa Masalah Psikologis.
<http://pdsjki.org/home>
- Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI. (2019). *Situasi dan Kesehatan Jiwa di Indonesia*.

- Rivas, C. R. & Cuadrado, S. R. (2020). Moral decision-making and mental health during the COVID-19 pandemic. *Journal Department of Evolutive and Educational Psychology*, doi: [10.31234/osf.io/8whkg](https://doi.org/10.31234/osf.io/8whkg).
- Swarahapsari, M. (2020). Pentingnya Menjaga Kesehatan Mental saat Pandemi COVID-19. *INSAN. Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 2(1).
- Thakur, V., & Jain, A. (2020). Covid 2019 Suicides: A Global Psychological Pandemic. *Brain, behavior, and immunity*, 88, 852-953.
- World Health Organization. (2002). *Preventing and promotion in mental health. Mental health: evidence and research*. Geneva: Department of Mental Health and Substance Dependence.
- World Health Organization. (2020). Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak. <https://www.who.int/publications-detail/WHO-2019-nCoV-MentalHealth-2020.1>
- Yuliandari, E. (2018). Kesehatan Mental Anak dan Remaja. <http://repository.ubaya.ac.id>
- Zulkarnain & Fatimah. (2019). Kesehatan Mental dan Kebahagiaan Mawa'izh: Jurnal Dakwah dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan, 10(1). Doi: <https://doi.org/10.23923/maw.v10il.715>

Bagian 2

Integrasi Nilai Kearifan Lokal pada Pendekatan Etnopedagogi untuk Penegasan Identitas Generasi *Digital Native*



Tyas Martika Anggriana

*Program Studi Bimbingan dan Konseling,
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,
Universitas PGRI Madiun*

Abstrak

Identitas merupakan penciri khas sebuah komunitas atau masyarakat tertentu yang diperoleh dari definisi diri dan penilaian orang lain terhadap keunikan pandangan, sikap dan perilaku yang dimiliki oleh sekelompok orang, yang bisa memberikan *sense of belonging* dan menunjukkan siapa diri individu di tengah masyarakat. Identitas yang melekat pada suatu komunitas tertentu bisa diglobalkan melalui proses interaksi dan komunikasi yang terhubung oleh internet dan menjadi semakin tidak terbatas antar masyarakat di seluruh dunia. Terlebih generasi saat ini didominasi oleh generasi digital. Digital natives adalah generasi budaya baru yang lahir dari penetrasi teknologi digital yang agresif. Generasi yang lahir pada periode ini cenderung menggunakan smartphone

dalam kegiatan sehari-hari mereka. Berdasarkan data dari Hootsuite diketahui bahwa 98,2% penduduk Indonesia tercatat sebagai pengguna smartphone dan 96,4% terhubung dengan internet. Dalam satu hari mereka menghabiskan waktu hampir 9 jam untuk terhubung dengan internet, dimana 3 jam diantaranya digunakan untuk aktivitas di sosial media. Masuknya berbagai informasi tanpa melalui fase penyaringan memungkinkan masyarakat mengkonsumsi arus informasi budaya tersebut secara mentah dan lebih mengenal budaya asing dibandingkan dengan budaya bangsa sendiri. Namun hal tersebut dapat dicegah dan dihindari dengan cara memasukkan nilai-nilai lokalitas dalam merespon pengaruh globalisasi sehingga masyarakat siap menerima budaya global tanpa kehilangan budaya aslinya.

Indonesia sebagai negara yang terdiri atas berbagai macam suku bangsa yang memiliki tradisi yang dilestarikan secara turun-temurun memiliki pola atau model pemertahanan nilai-nilai tradisional. Metode pendidikan berbasis kearifan lokal yang disebut sebagai etnopedagogi dapat dilakukan dengan cara memberi nasihat, teladan, pembiasaan, larangan serta himbauan. Melalui pola pendidikan tersebut anak-anak diajarkan tentang falsafah hidup misalnya taat dan patuh kepada orang tua, bersikap dan berperilaku sesuai dengan norma dan aturan, menginternalisasi nilai toleransi dan gotong royong serta nilai kesadaran budaya. Guru dan konselor di sekolah dapat mengadopsi dan mengadaptasi pola pendidikan berbasis kearifan lokal tersebut dalam penyelenggaraan pembelajaran dan layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Pola pendidikan dan nilai-nilai falsafah hidup inilah yang akan berperan sebagai upaya pemertahanan identitas pada generasi digital agar dapat memfilter budaya global yang bisa diakses dengan mudah melalui media digital.

Kata kunci: Kearifan Lokal, Etnopedagogi, Identitas, Generasi *Digital Native*

1. Identitas di Era Digital

Globalisasi adalah sebuah keniscayaan yang membawa homogenitas terhadap budaya di seluruh dunia. Hal ini dapat diperhatikan dari semakin populernya budaya-budaya asing yang tampil melalui tayangan televisi, film, dan musik. Globalisasi telah menyebabkan penyebaran budaya dan pengaruh dari negara Barat dengan mengorbankan budaya lokal di negara berkembang seperti Asia, Afrika dan Amerika latin (Hermawanto & Anggraini, 2020). Perkembangan teknologi komunikasi yang ditandai oleh keberadaan internet membuat cara berkomunikasi antar masyarakat di seluruh dunia menjadi berbeda. Keberadaan internet menghilangkan batasan ruang dan waktu serta menghasilkan budaya global. Identitas yang melekat pada suatu komunitas tertentu bisa diglobalkan melalui proses interaksi dan komunikasi yang semakin tidak terbatas antar masyarakat di seluruh dunia. Masuknya berbagai informasi tanpa melalui fase penyaringan memungkinkan masyarakat mengkonsumsi arus informasi budaya tersebut secara mentah dan lebih mengenal budaya asing dibandingkan dengan budaya bangsa sendiri. Pada akhirnya dikhawatirkan akan berpotensi mengikis jiwa nasionalisme. Indonesia sebagai negara berkembang bisa mengalami ancaman serius akibat dari globalisasi identitas budaya jika kurang mampu menunjukkan daya saing tinggi. Kondisi ini bisa menimbulkan dilema, yaitu tetap bertahan dengan identitas asli atau turut melebur ke dalam identitas masyarakat global (Mubah, 2011).

Identitas merupakan penciri khas sebuah komunitas atau masyarakat tertentu yang diperoleh dari definisi diri dan penilaian orang lain terhadap keunikan pandangan, sikap dan perilaku yang dimiliki oleh sekelompok orang (Anggriana, 2021). Wijaya (2016) mengatakan bahwa identitas bisa memberikan *sense of belonging* dan menunjukkan siapa diri individu di tengah masyarakat sehingga mereka merasa nyaman berada di dalam kelompok yang memiliki kesamaan dengannya. Pada praktik komunikasi, identitas memberikan makna mengenai pribadi individu dan ciri khas sebuah kebudayaan yang melatarbelakanginya sehingga keberadaan orang tersebut bisa diungkap.

Castells (Miller, 2020) memandang konstruksi identitas kontemporer sebagai reaksi terhadap aspek tanpa wajah, tanpa tempat, dan anonim dari masyarakat jaringan (*network society*), seperti globalisasi, waktu abadi dan ruang arus. Identitas menjadi respon terhadap ancaman homogenitas globalisasi dan reduksi bersamaan keanekaragaman dan keunikan di dunia (Miller, 2020). Selanjutnya bagi Somers (Miller, 2020), konstruksi naratif identitas bersifat relasional dan berjejaring dan harus ditempatkan dalam konfigurasi spasial dan temporal serta praktik budaya. Munculnya profil jejaring sosial terus bergerak menuju pemusatan identitas online dalam kehidupan online. Seperti yang ditunjukkan banyak artikel, profil jejaring sosial, terkadang digambarkan dalam konteks anonim, dan diri yang didasarkan pada kehidupan jasmani sehari-hari. Namun menurut Jones dan Hafner (Stokes & Price, 2017), Pada tahun 2010-an, budaya internet telah beralih dari anonimitas dan menuju

keaslian, karena 'orang mulai melihat internet sebagai alat untuk menampilkan dan mempromosikan diri mereka yang sebenarnya daripada mengambil tindakan anonim'.

Stokes & Price (2017) mengatakan bahwa di negara maju, mahasiswa menjalani kehidupan digital yang kaya, yang mencakup memelihara koneksi melalui jejaring sosial berbasis gambar seperti Instagram, Snapchat, dan Tinder. Teknologi yang ada di mana-mana ini membentuk identitas siswa dan praktik sosial secara berkelanjutan. Media sosial digunakan untuk membangun identitas melalui branding visual, di mana individu menggunakan citra yang dirancang untuk menarik pengikut dan mempertahankan kurasi yang cermat dari persona online. Individu yang dihargai dalam budaya visual mengikuti tren dominan konstruksi identitas melalui penyajian citra yang menarik secara teratur. Melalui potret diri memungkinkan individu untuk menangkap gambar mereka sendiri dan menyajikan pengalaman hidup mereka seperti yang mereka ingin dilihat. Di sini, individu fokus pada aspek identitas yang ingin mereka soroti. Di situs jejaring sosial, individu terlibat dalam pembelajaran sosial, mengidentifikasi citra mana yang 'berhasil' dan disetujui oleh teman sebaya melalui penerimaan positif dalam bentuk suka, berbagi, dan komentar positif. Komunikasi konstan melalui bentuk visual digabungkan dengan pembelajaran sosial, sehingga pengguna meniru identitas yang dihargai dan menata diri mereka secara online dalam komposisi yang menampilkan ciri fisik dan intelektual mereka dengan gaya yang menarik bagi audiens yang mereka inginkan.

Young (2013) yang melakukan penelitian tentang penggunaan Facebook untuk (secara sadar atau tidak sadar) menciptakan identitas online memberikan penjelasan bahwa alat yang digunakan untuk membuat identitas online (atau membuat penilaian tentang orang lain) dieksplorasi dan mencakup pembaruan status, memposting foto, dan bergabung dengan grup/halaman. Pengguna dewasa berhasil mengelola identitas online mereka dan memberikan model yang efektif untuk remaja, terutama dalam kaitannya dengan pengelolaan jaringan sosial yang beragam di mana kehidupan sosial, keluarga dan profesional bergabung secara online. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa pengguna remaja dapat mengambil manfaat dari mengamati cara pengguna dewasa mengelola identitas online mereka untuk memproyeksikan citra diri mereka yang sesuai di berbagai jaringan sosial.

Zhao, Grasmuck dan Martin (Miller, 2020) menjabarkan analisis tentang konstruksi identitas di Facebook yang dijelaskan sebagai gerakan menuju pernyataan identitas yang lebih implisit dalam profil jejaring sosial. Mereka menyarankan ada tiga mode konstruksi identitas yang terlihat di Facebook, yaitu: 1) Diri visual atau 'diri sebagai aktor sosial', yang ditunjukkan melalui foto rekan dan ditujukan untuk klaim identitas implisit. Tujuannya adalah untuk menghasilkan kesan diri yang diinginkan dengan 'menunjukkan tanpa memberi tahu' tingkat dan kedalaman ikatan sosial; 2) Diri budaya, yang menampilkan selera dan preferensi konsumsi dan gaya hidup melalui foto dan daftar dalam tindakan definisi diri oleh proxy konsumerisme; 3)

Deskripsi eksplisit tentang diri, misalnya di bagian 'tentang saya'. Profil jejaring sosial dapat dilihat sebagai salah satu upaya nyata pada pemetaan egosentris diri melalui konteks relasional. Demikian pula, diri online kita secara umum dapat dilihat sebagai kumpulan halaman web, gambar, profil, teks, database, teknologi, aplikasi, badan, dan kebiasaan yang kompleks dan selalu berubah.

Penelitian senada dilakukan juga oleh Gunduz (2017) yang memaparkan bahwa media sosial semakin memiliki peran penting dalam kehidupan sehari-hari karena bisa digunakan untuk "menunjukkan" pengalaman hidup serta posisi seseorang dalam kehidupan sosial secara virtual maupun fisik. Interaksi kelompok di media sosial memberikan kesempatan kepada individu untuk bisa berhubungan dan berinteraksi dengan orang lain serta berpartisipasi pada kegiatan yang diinginkan. Selain itu, mereka juga bisa menampilkan diri kepada orang lain serta menentukan cara mereka ingin dipersepsikan oleh orang lain.

2. Generasi Digital Native

Teknologi dan informasi komunikasi sangat berpengaruh dalam kehidupan masyarakat di era revolusi digital, dengan sangat cepat mempengaruhi cara pandang, nilai, gaya hidup serta budaya bangsa yang menyebabkan dunia semakin terglobalisasi. Selain itu juga memunculkan generasi baru yang biasa disebut sebagai generasi milenial yang piawai dalam menggunakan perangkat digital, gadget, dan media sosial (Hermawanto & Anggraini, 2020). Masa kedatangan dan penyebaran teknologi digital secara cepat di akhir dekade abad ke-20 disebutnya sebagai singularitas (Prensky, 2001), yaitu

sebuah peristiwa yang mengubah banyak hal secara fundamental sehingga terjadi diskontinuitas. Generasi yang lahir pada masa ini disebutnya sebagai *digital native generation*.

McCrindle (2014) menjelaskan bahwa digital native generation adalah label yang diberikan kepada generasi Y, yaitu generasi yang lahir pada tahun 1980 hingga sekarang. Generasi ini menjalani seluruh hidup mereka tenggelam dalam teknologi digital, bahkan sejak mereka masih kanak-kanak. Generasi Y adalah generasi paling sosial yang pernah kita lihat, menggunakan teknologi untuk tetap sering berhubungan dengan teman. Gen Y lebih berorientasi pada teman sebaya daripada kakak-kakak mereka. di antara Generasi Y teman adalah keluarga baru. Sedangkan generasi Z lebih melek teknologi dan hanya mengenal dunia nirkabel, hyperlink, yang dibuat pengguna di mana mereka hanya berjarak beberapa klik dari pengetahuan apapun. Frand (2000) menyebut mereka sebagai generasi yang menganggap konektivitas yang konstan. Berhubungan dengan teman dan keluarga kapan saja dan dari mana saja adalah yang paling penting. Menurut Frand terdapat 10 atribut yang mencerminkan nilai dan perilaku yang membentuk "pola pikir era informasi.", dimana empat atribut yang pertama berhubungan dengan pengamatan luas tentang perubahan; tiga atribut selanjutnya membahas bagaimana orang melakukan sesuatu; dan tiga atribut yang terakhir adalah kebutuhan bawah sadar yang dikondisikan oleh dunia maya. Secara lebih rinci atribut tersebut dijelaskan sebagai berikut:

a. Perubahan yang terjadi dibandingkan dengan era sebelumnya

1) Komputer Bukan Teknologi

Bagi generasi sekarang, komputer bukan lagi dianggap sebagai teknologi. Hal ini berpijak pada pandangan bahwa sesuatu disebut sebagai teknologi ketika individu mengingat kapan menggunakannya pertama kali. Berbeda dengan generasi sekarang, dimana komputer telah ada sejak mereka lahir.

2) Internet Lebih Baik dari TV

Generasi muda saat ini sudah mulai meninggalkan aktivitas menonton TV. Mereka lebih banyak membaca dan menulis/mengetik karena mereka terlibat aktif dalam ruang obrolan, pertukaran email, dan papan buletin. Dengan kata lain, mereka lebih memilih aktivitas interaksi melalui internet.

3) Kenyataan Tidak Lagi Nyata

Pada masa lalu, segala sesuatu yang digambarkan adalah memiliki wujud nyata. Kini, menafsirkan kata “nyata” bisa dilihat dari dua sisi. Pertama, data yang tersaji isinya akurat. Dan kedua, penyaji adalah benar-benar orang yang menyajikan; bukan orang lain yang mengaku sebagai penyaji. Oleh sebab itu, otentikasi pengguna sebagai pembuktian siapa sebenarnya kita adalah sebuah tantangan besar.

4) Melakukan Daripada Mengetahui

Hari ini kita hidup di dunia di mana teknologi

digital telah mengubah ruang dan waktu sehingga peristiwa terjadi secara real time, efeknya langsung, dan waktu reaksi dipersingkat. Ketika mahasiswa memasuki dunia kerja, mereka lebih dituntut memiliki kemampuan untuk menangani informasi yang kompleks dan seringkali ambigu daripada sekadar mengetahui banyak fakta atau memiliki akumulasi pengetahuan.

b. Cara orang melakukan sesuatu

1) Nintendo atas Logika

Generasi sekarang lebih dekat dengan metode belajar trial and error. Pembelajaran trial and error dapat memberikan pemahaman yang lebih menyeluruh tentang sejumlah konsep dan implikasinya. Namun, diperlukan keseimbangan antara pendekatan didaktik dan penemuan. Karakter ini berbeda dengan generasi sebelumnya yang lebih menekankan melakukan pertimbangan secara cermat terhadap semua informasi yang tersedia serta memikirkan konsekuensinya sebelum mencoba sesuatu.

2) Cara Hidup Multitasking

Banyak anak muda saat ini terbiasa menonton TV, berbicara di telepon, mengerjakan pekerjaan rumah, makan, dan berinteraksi dengan orang tua mereka secara bersamaan. Mereka tidak berkonsentrasi pada satu aktivitas pada satu waktu.

3) Mengetik Daripada Menulis Tangan

Generasi saat ini lebih memilih untuk mengetik menggunakan keyboard daripada menulis

menggunakan tangan. Dengan mengetik menggunakan keyboard, prosa yang diketik selalu mudah dibaca, bahkan berminggu-minggu setelah diketik dapat diperiksa untuk kesalahan ejaan, mencari kata kunci, diambil setelah pengarsipan, dan mudah dimanipulasi untuk digunakan kembali. Dalam banyak hal itu menjadi perpanjangan dari ingatan kita, memungkinkan kita untuk menangkap dan menyimpan materi untuk digunakan dalam situasi pemecahan masalah dan pengambilan keputusan yang lebih kritis. Seseorang dapat meletakkan sebuah ide, mengembangkannya, memisahkannya, dan kemudian menyusunnya kembali dengan cara yang lebih bermakna.

c. Kebutuhan bawah sadar yang dikondisikan oleh dunia maya

1) Tetap Terhubung

Konektivitas telekomunikasi canggih adalah bagian alami dari kehidupan bagi peserta didik di era informasi. Konektivitas yang terjadi di mana-mana mendorong perubahan yang lebih mendasar dalam konsep jarak dan lokasi. Hidup di dunia yang sepenuhnya terhubung berarti bahwa individu dapat berpartisipasi dalam dialog waktu nyata dari mana saja, kapan saja, berkomunikasi menggunakan telepon, Internet, ruang obrolan, dan telekonferensi. Di mana seseorang bekerja atau belajar—di ruang kelas, di kantor, di rumah, di perpustakaan, atau di jalan—akan ditentukan oleh faktor pedagogis, sosial, motivasi, atau

biologis.

2) Tanpa Toleransi untuk Penundaan

Dengan penggunaan telepon, internet, email telah muncul perasaan bahwa kita perlu segera merespon segala sesuatu secara real time. Mereka merasa terdorong untuk menjawab pertanyaan dan memberikan informasi, seringkali tanpa meluangkan waktu yang cukup untuk memikirkan konsekuensi dari tindakan mereka.

3) Pengkaburan Konsumen/Kreator

Aktivitas penggunaan keyboard dalam mengetik, saat ini semakin memudahkan seseorang untuk menyalin-dan-menempel setiap informasi yang diperoleh dari Web dan digunakan sesuai dengan kebutuhan. Hal ini dapat menyebabkan kondisi tidak ada pembedaan antara pemilik, pencipta, dan pengguna informasi.

Berdasarkan data dari Hootsuite diketahui bahwa 98,2% penduduk Indonesia tercatat sebagai pengguna smartphone dan 96,4% terhubung dengan internet. Dalam satu hari mereka menghabiskan waktu hampir 9 jam untuk terhubung dengan internet, dimana 3 jam diantaranya digunakan untuk aktivitas di sosial media. Aktivitas penggunaan media yang terhubung dengan internet lainnya adalah menonton televisi streaming, membaca berita di media massa online, mendengarkan musik, mendengarkan siaran radio, serta mendengarkan podcasts. Pada data pengguna media sosial diketahui bahwa terdapat 61,8% dari total populasi; dimana 99,8% dari mereka mengakses dan menggunakan media sosial

untuk mengobrol atau berkirim pesan. Aplikasi whatsapp (87,7%) memiliki persentase tertinggi ke-2 setelah youtube (93,8%). Data tersebut menunjukkan bahwa penggunaan internet lebih banyak digunakan untuk hiburan dan berkomunikasi serta berinteraksi dengan orang lain. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Muchsini & Siswandari (2018) yang mengatakan bahwa penggunaan teknologi bagi mereka lebih banyak untuk kebutuhan dan kegiatan sehari-hari; namun penggunaan untuk kegiatan akademik masih relatif rendah.

3. Integrasi Nilai Kearifan Lokal pada Pendekatan Etnopedagogi

Sebuah pendekatan yang digunakan dalam bidang pendidikan yang menawarkan konsep yang berlandaskan kearifan lokal atau berbasis budaya disebut sebagai etnopedagogi (Furqon, 2015). Kearifan lokal yang mencakup konsep kepercayaan, koleksi fakta dan persepsi masyarakat yang berkaitan dengan dunia sekitar diharapkan bisa menjadi salah satu upaya untuk menyelesaikan masalah dalam kehidupan sehari-hari. Tujuan pendekatan etnopedagogi adalah: 1) melakukan penggalian nilai serta pengalaman terbaik yang diperoleh melalui proses pendidikan yang memanfaatkan budaya lokal, 2) melakukan penggalian nilai-nilai inti yang bermanfaat sebagai landasan sosial dan budaya pada penyelenggaraan pendidikan nasional, serta 3) mengelaborasi pola sistem perilaku sebagai konteks sosial dan budaya bagi pendidikan nasional (Furqon, 2015). Sulkarnaen (2016) mengatakan bahwa kerangka etnopedagogi pada level mikro secara umum menyangkut pengetahuan terkait dengan kurikulum, pengajaran dan

pembelajaran serta konteks sosial budaya pendidikan, meliputi aspek konten dan proses pembelajaran. Melalui pengembangan yang tepat, etnopedagogi bisa bermanfaat untuk menjaga nilai luhur bangsa dalam membangun generasi muda pada aspek kognitif, afektif dan psikomotorik sehingga dapat mempermudah proses internalisasi budaya dalam kerangka membangun jati diri bangsa Indonesia serta menjadi benteng dalam menghadapi perkembangan teknologi yang dapat menggeser kearifan lokal di masyarakat (Abbas, 2015; Muzakkir, 2021).

Globalisasi bersama dengan dampak yang dibawanya bisa memberikan tantangan dan ancaman bagi masyarakat domestik dan lokal. Keberadaan suku bangsa saat ini dihadapkan pada dilema perkembangan era globalisasi yang semakin mengikis budaya lokal suku bangsa. Terkikisnya budaya lokal atau tradisi suku bangsa dipercepat juga oleh perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang semakin memperparah hilangnya identitas suku bangsa (Bahrudin & Zurohman, 2018). Namun hal tersebut dapat dicegah dan dihindari dengan cara memasukkan nilai-nilai lokalitas dalam merespon pengaruh globalisasi sehingga masyarakat siap menerima budaya global tanpa kehilangan budaya aslinya. Nilai lokalitas dapat mengambil peran sebagai filter dan globalisasi berperan sebagai penentu masa depan yang bersifat dinamis. (Hermawanto & Anggraini, 2020).

Indonesia adalah salah satu negara yang kaya dengan keanekaragaman. Indonesia memiliki 16.056 pulau dengan jumlah populasi mencapai 262 juta jiwa (Badan Pusat Statistik, 2018). Masing-masing pulau

didiami oleh penduduk asli yang bisa disebut sebagai *indigenous people* (Vinding & Mikkelsen, 2016). Mereka berasal dari 1.340 kelompok etnis dan sub-etnis (Badan Pusat Statistik, 2011) dan berbicara menggunakan 2.500 jenis bahasa daerah yang berbeda. Masyarakat yang menganut kebudayaan dan nilai-nilai asli dari daerahnya diharapkan bisa juga memahami dan menempatkan diri sebagai orang Indonesia yang menganut budaya nasional, bukan secara sempit berpegangan pada nilai-nilai aslinya. Misalnya, orang asli dari suku Jawa harus mampu menempatkan diri sebagai orang Indonesia tanpa kehilangan “ke-Jawa-annya” (Parwata et al., 2016).

Indonesia sebagai negara yang terdiri atas berbagai macam suku bangsa yang memiliki tradisi yang dilestarikan secara turun-temurun pastinya memiliki pola atau model pemertahanan nilai-nilai tradisional yang melekat dan mengakar sebagai identitas mereka. Nduru (2015) menjelaskan bahwa metode pendidikan berbasis kearifan lokal dapat dilakukan dengan internalisasi, keteladanan, pembiasaan, bermain, cerita, nasihat, penghargaan dan hukuman. Pendidikan diawali dengan pemberian pengetahuan nilai-nilai kearifan lokal, keteladanan, pemberian motivasi dari orangtua, pembiasaan dan penegakan aturan. Bagian ini membatasi pembahasan pada metode pendidikan berbasis kearifan lokal yang secara turun temurun telah dilakukan oleh masyarakat suku bangsa yang mendiami wilayah Pulau Jawa, sebagai salah satu Pulau terbesar di Indonesia. Badan Pusat Statistik (Badan Pusat Statistik, 2011) mencatat terdapat sedikitnya terdapat 13 suku di wilayah Jawa, diantaranya adalah suku Betawi, Banten, Baduy,

Sunda, Jawa, Osing, Tengger, Samin, Bawean, Naga, Nagaring, Cirebon dan Madura.

Menurut (Alamsyah P et al., 2004) keluarga berperan dalam menyiapkan proses penanaman nilai-nilai budaya. Cara yang dianggap efektif dan seringkali digunakan oleh masyarakat Betawi untuk mendasari hubungan antar keluarga adalah dengan memberikan petuah, nasihat, keteladanan serta berlatih setiap hari. Pendidikan di lingkungan keluarga dengan memakai cara-cara tradisional ditujukan agar anak-anak mereka menyadari dan mengetahui hak dan kewajibannya serta menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Mereka diharuskan untuk bersikap tunduk, taat dan patuh kepada orang tua serta tidak boleh berperilaku sekehendak hati sendiri. Disamping itu, mereka juga harus berbakti kepada orang tua, guru, bangsa dan negara serta ajaran agama yang dianutnya. Orang tua dianggap sebagai guru pertama dan utama bagi kehidupan anak.

Fitriyani et al. (2015) menjelaskan bahwa terdapat beberapa model sosiologis yang dapat diterapkan untuk mengembangkan nilai budaya Sunda di tengah globalisasi budaya, yaitu melalui 1) Model Imitasi atau peniruan. Model ini cocok diterapkan pada remaja. Model imitasi ini dilakukan dengan memberikan contoh tokoh yang membudayakan budaya Sunda yang dapat dijadikan sebagai teladan bagi remaja. Tokoh yang dimaksud bisa dari orang tua ataupun tokoh budaya; 2) Model Habitiasi atau Pembiasaan. Model ini merupakan upaya pembiasaan yang dilakukan dalam aktivitas kehidupan sehari-hari. Model ini sangat cocok diterapkan pada anak-anak. Pembiasaan ini bisa dilakukan di rumah maupun di

lingkungan sekolah; dan 3) Model Hibauan. Penerapan model ini adalah dengan penerapan peraturan maupun undang-undang yang ada di masyarakat. Penelitian yang dilakukan oleh Emilda et al. (2018) pada masyarakat kampung adat Cireundeu memperoleh hasil bahwa habituasi budaya mengandung nilai-nilai karakter luhur yang dijaga secara turun temurun. Nilai karakter yang melekat dalam habituasi budaya tersebut ialah, nilai toleransi, nilai gotong royong, nilai ketahanan, nilai ekonomi dan nilai kesadaran budaya.

Selanjutnya, model pendidikan anak pada masyarakat Jawa menurut (Munip, 2018) dilakukan melalui: 1) Nasihat. Metode ini merupakan upaya memberikan petunjuk yang bersifat praktis dari orang yang lebih tua kepada orang yang berusia lebih muda. Bahasa yang digunakan adalah bahasa *nuturi*, yaitu sebuah bentuk perhatian kepada orang yang disayangi; 2) Larangan. Larangan berisi tentang pantangan-pantangan bagi seorang anak, misalnya larangan bersikap berani kepada orang tua, membantah tutur kata orang tua, bersikap tidak sopan, angkuh, congkak serta perilaku tidak terarah dan membuat onar; dan 3) Ancaman. Melalui ancaman, anak akan diberi tahu mengenai akibat atas perbuatan yang dilakukan sehingga mereka memiliki pandangan terhadap resiko.

Rofiq et al., (2016) menjelaskan bahwa upaya mentransformasikan nilai-nilai budaya Osing yang dilakukan secara turun temurun dari generasi ke generasi berikutnya dilakukan melalui: 1) Jalur pendidikan di sekolah, yaitu melalui pelajaran bahasa Osing yang diberikan kepada siswa pada jenjang SD, SMP dan SMA. 2)

Pendidikan dalam keluarga, yaitu melalui pitutur atau nasihat melalui cerita atau dongeng. 3) Di lingkungan masyarakat, nilai budaya Osing diperkenalkan melalui pertunjukan seni dan hiburan dimana corak, macam serta ragamnya disesuaikan dengan keyakinan masyarakatnya.

Pola pembudayaan nilai-nilai tradisional masyarakat suku Tengger dijelaskan oleh Rohman & Ismail (2019) dilakukan untuk menanamkan persiapan kemandirian, mengajarkan nilai keagamaan dan budi pekerti. Anak-anak diajarkan untuk menjunjung tinggi nilai kesopanan, kebersamaan dan kesetaraan derajat. Orang tua mencontohkan cara memberikan penghormatan kepada orang lain dengan cara menyapa, berucap dengan lemah lembut serta memberikan harta benda yang dimiliki. Mayoritas mata pencaharian mereka adalah bertani. Pertanian dianggap sebagai kunci sukses untuk memperoleh kemakmuran hidup. Sebagai masyarakat yang religius, mereka menjaga hubungan baik antara manusia dengan alam. Alam dianggap memiliki peran dominan dalam menentukan kehidupan manusia. Alam dianggap memiliki hubungan sejajar dengan manusia dan Tuhan. Orang tua memberikan teladan adab dalam menerima tamu, misalnya memberikan makanan pokok yang diperoleh dari hasil bumi misalnya menyajikan nasi dan sayur, kopi serta jajanan sebagai suguhan untuk para tamunya. Ketiga hal tersebut diajarkan oleh orang tua kepada anak-anaknya melalui nasehat dan pemberian contoh perilaku.

Pada masyarakat Madura, dikenal falsafah dan fakta yang menjadi identitas kultural mereka. Falsafah hidup mereka diungkapkan melalui pepatah adat;

sedangkan fakta-fakta dalam masyarakat yang menjadi penciri mereka seperti adat perkawinan, sistem kekerabatan, kedudukan dan peran orang tua, guru dan pemimpin. Salah satu falsafah yang diajarkan kepada anak sejak kecil adalah ungkapan "*Bubpa' Babbhu', Ghuru, Ratho*" dimana anak harus taat, tunduk dan hormat kepada kedua orang tua, guru dan pemimpin (Fakhriyani, 2017; Wahyudi et al., 2015).

Mencermati upaya pendidikan dalam keluarga yang berwawasan kearifan lokal dari beberapa suku bangsa yang tinggal di wilayah Pulau Jawa tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa kesamaan pola pendidikan berbasis kearifan lokal yang diterapkan oleh masyarakat. Pola pendidikan tersebut meliputi upaya memberi nasihat, membacakan cerita rakyat, memberi teladan, pembiasaan, memberikan larangan serta himbauan. Melalui pola pendidikan tersebut anak-anak diajarkan tentang falsafah hidup misalnya taat dan patuh kepada orang tua, bersikap dan berperilaku sesuai dengan norma dan aturan, menginternalisasi nilai toleransi dan gotong royong serta nilai kesadaran budaya. Pola pendidikan dan nilai-nilai falsafah hidup inilah yang akan berperan sebagai upaya pemertahanan identitas pada generasi digital agar dapat memfilter budaya global yang bisa diakses dengan mudah melalui media digital.

Pola dan mekanisme pembelajaran yang eksploratif, yang dimulai dari lingkungan keluarga diharapkan bisa dikembangkan agar generasi penerus dapat mengapresiasi nilai-nilai adiluhung warisan dari leluhurnya, sehingga mereka tidak kehilangan identitas diri dalam menjalani kehidupan yang semakin kompleks

dan penuh tantangan (Hidayat, 2017). Guru dan konselor di sekolah dapat mengadopsi dan mengadaptasi pola pendidikan berbasis kearifan lokal tersebut dalam penyelenggaraan pembelajaran dan layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Guru dan konselor dapat berperan memberikan nasihat, menjadi teladan serta mengarahkan peserta didik melalui larangan dan himbauan sehingga peserta didik mampu mengembangkan kemampuan berpikir, bersikap dan berperilaku sesuai norma dan adat istiadat yang berlaku dilingkungan tempat tinggalnya. Pada akhirnya, meskipun peserta didik dalam kehidupan kesehariannya selalu berinteraksi dengan budaya global dan memiliki ruang yang luas untuk mempelajari budaya dari bangsa lain, namun mereka tetap mengenal dan mempertahankan identitas aslinya sebagai masyarakat Indonesia.

Referensi

- Abbas, E. . (2015). *2. Etnopedagogi - Pendidikan Berbasis Kearifan Lokal.pdf* (pp. 163–176).
- Alamsyah P, S., Heryana, A., Intani T, R., Supriatna, E., Merlina, N., & Harsono, T.(2004). *Fungsi Keluarga dalam Penanaman Nilai-nilai Budaya pada Masyarakat Betawi di DKI Jakarta*. Kementerian Kebudayaan dan Pariwisata Balai Kajian Sejarah dan Nilai Tradisional Bandung Proyek Pemanfaatan Kebudayaan Daerah Jawa Barat.
- Anggriana, T. . (2021). *Kepribadian Etnis Samin dan Implikasinya Terhadap Teknik Konseling Model KIPAS (Kajian Fenomenologi Transendental)*. Universitas Negeri Malang.

- Badan Pusat Statistik. (2011). *Kewarganegaraan, Suku Bangsa, Agama dan Bahasa Sehari-hari Penduduk Indonesia*. BPS.
- Badan Pusat Statistik. (2018). *Statistik Indonesia 2018*. BPS.
- Bahrudin, B., & Zurohman, A. (2018). *Dinamika Kebudayaan Suku Baduy dalam Menghadapi Perkembangan Global di Desa Kanekes Kecamatan Leuwidamar Kabupaten Lebak Provinsi Banten*. 31–47.
<https://journal.institutpendidikan.ac.id/index.php/journalcss/article/download/795/805>
- Emilda, N., Rohaeni, A. ., & Listiani, W. (2018). Nilai Karakter dalam Habitiasi Budaya Masyarakat Kampung Adat Cireundeu. *Jurnal Rupa*, 3(1), 54–76.
- Fakhriyani, D. . (2017). Indigenous Psychology: Understanding Ethnic Madura In The Context Of Caring Pattern In Children. In H. Lubis, M. . Hidayat, & K. Rosyadi (Eds.), *Ethnicity And Globalization*. Program Studi Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Budaya Universitas Trunojoyo Madura.
- Fitriyani, A., Suryadi, K., & Syam, S. (2015). Peran Keluarga dalam Mengembangkan Nilai Budaya Sunda (Studi Deskriptif terhadap Keluarga Sunda di Komplek Perum Riung Bandung). *Sosietas*, 5(2).
- Frاند, J. . (2000). The Information-Age: Mindset Changes in Students and Implications for Higher Student. *Educause Review*, 35, 14–24.
- Furqon. (2015). Etnopedagogi: Pendekatan Pendidikan Berbudaya dan Membudayakan. In E. . Abbas (Ed.), *Ethnopedagogy. The Proceeding of International Seminar on Etnopedagogy* (pp. 3–12). Faculty of Teacher Training and Education Lambung

Mangkurat University.

- Gunduz, U. (2017). The Effect of Social Media on Identity Construction. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 8(5), 85–92. <https://doi.org/10.1515/mjss-2017-0026>
- Hermawanto, A., & Anggraini, M. (2020). *Globalisasi, Revolusi Digital dan Lokalitas: Dinamika Internasional dan Domestik di Era Borderless World*. LPPM UPN VY Press.
- Hidayat, A. (2017). Pola Pewarisan Nilai yang Berimplikasi Bimbingan pada Pancakiki Bani Nuryayi. *JOMSIGN: Journal of Multicultural Studies in Guidance and Counseling*, 1(1), 99–122.
- McCrindle, M. (2014). *The ABC of XYZ. Understanding teh Global Generations*. McCrindle Research Pty Ltd.
- Miller, V. (2020). *Understanding Digital Culture* (2nd ed.). SAGE Publications Ltd.
- Mubah, A. . (2011). Revitalisasi Identitas Kultural Indonesia di Tengah Upaya Homogenisasi Global. *Global & Strategis, Edisi Khusus*, 251–260.
- Muchsini, B., & Siswandari. (2018). Digital Natives' Behaviours and Preferences: Pre-Service Teachers Studying Accounting. *International Journal of Pedagogy and Teacher Education (IJPTE)*, 2(2), 355–366. <https://doi.org/10.20961/ijpte.v%vi%i.24088>
- Munip, A. (2018). *Merekonstruksi Teori Pendidikan dalam Budaya Jawa*. Pascasarjana Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan (FITK).
- Muzakkir. (2021). Pendekatan Etnopedagogi Sebagai Media Pelestarian Kearifan Lokal. *JURNAL HURRIAH: Jurnal Evaluasi Pendidikan Dan Penelitian*, 2(2), 28–39.

<https://www.academicareview.com/index.php/jh/article/view/16>

- Nduru, M. . (2015). *Pendidikan Karater Berbasis Kearifan Lokal di Lingkungan Keluarga*. <http://repository.upy.ac.id/1251/1/14>. Maria Purnama Nduru.pdf
- Parwata, A. A. G. ., Wita, I. ., Dewi, A. A. I. A. ., Laksana, I. G. N. ., & Jayantiari, I. G. A. M. . (2016). *Memahami Hukum dan Kebudayaan*. Pustaka Ekspresi.
- Prensky, M. (2001). Digital Native, Digital Immigrants. *On the Horizon*, 9(5), 1–6.
- Rofiq, A. ., Degeng, I. N. ., Hidayah, N., & Atmoko, A. (2016). NILAI-NILAI BUDAYA SUKU OSING BANYUWANGI DALAM KITAB LONTAR YUSUF DAN APLIKASINYA PADA KONSELING. *Prosiding Seminas Nasional Psikologi Indigenus Indonesia 2016 “Kebhinekaan Dan Masa Depan Indonesia: Peran Ilmu Sosial Dalam Masyarakat,”* 175–196.
- Rohman, F., & Ismail, M. (2019). Pola Asuh Orang Tua Pegunungan Terhadap Anak Dalam Keluarga Suku Tengger : Studi Di Dusun Krajan Argosari Lumajang. *An-Nisa': Jurnal Kajian Perempuan & Keislaman*, 12(2), 292–311.
- Sipahutar, A. (2017). Nilai Budaya Keluarga Batak Toba di Kelurahan Sail Tenayan Raya. *JOM FISIP*, 4(2), 1–14.
- Stokes, J., & Price, B. (2017). Social Media, Visual Culture and Contemporary Identity. *Proceedings of The 11th International Multi-Conference on Society, Cybernetics and Informatics*, 159–163.
- Sulkarnaen, A. (2016). Menggagas Etnopedagogi: Potensi Tradisi Lisan dalam Pembentukan Jati Diri dan Karakter Bangsa. *Sidang Ke-55 Majlis Bahasa Brunei*

Darussalam-Indonesia-Malaysia Dan Seminar Kebahasaan "Pemanfaatan Kearifan Setempat/Lokal Sebagai Citra Bangsa," 1–24.

- Vinding, D., & Mikkelsen, C. (2016). *The Indigenous World 2016* (S. Erni, C., Leth, S., & Stidsen (ed.)). International Work Group for Indigenous Affairs.
- Wahyudi, M., Dartiningsih, B. E., Suryandari, N., Quraisyin, D., Rakhmawati, F. N., Wahyuningsih, S., Handaka, T., Kurniasari, N. D., Rakhmawati, Y., Rozi, F., Rachmad, T. H., Arifin, S., Trisilowaty, D., & Julijanti, D. M. (2015). Madura : Masyarakat, Budaya, Media, dan Politik. In Surokim (Ed.), *Puskakom Publik bekerjasama dengan Penerbit Elmaterra*. Puskakom Publik Bekerjasama dengan Penerbit Elmaterra. https://www.academia.edu/31780137/Madura_Masyarakat_Budaya_Media_dan_Politik?auto=download&email_work_card=download-paper
- Wijaya, I. . (2016). Konstruksi Identitas Diri Dalam Organisasi Etnis. *Lentera, XVIII*(2), 31–42.
- Young, K. (2013). Managing Online Identity and Diverse Social Networks on Facebook. *Webology, 10*(2), 1–18.

Bagian 3

Penguatan Nilai Religious pada Program Bimbingan dan Konseling untuk Memperkokoh Karakter Ideal Siswa di Masa *Post Pandemi Covid-19*



Asroful Kadafi

*Program Studi Bimbingan dan Konseling,
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,
Universitas PGRI Madiun*

Abstrak

Pandemi covid-19 membuat berbagai perubahan sendi kehidupan, yang berdampak pada munculnya beragam permasalahan kehidupan. Untuk mensiasati permasalahan tersebut perlu dibentuk pribadi yang berkarakter, dengan memiliki nilai: Nilai Religius, Nilai Kejujuran, Nilai Tanggung jawab, Nilai Hidup sehat, Nilai Disiplin, Nilai Kerja Keras, Nilai Mandiri, Nilai Berpikir logis, kritis, kreatif, dan inovatif, Nilai Cinta Tanah Air, Nilai Komunikatif, Nilai Peduli Alam, Nilai Peduli Sosial, dan Nilai Demokratis. Nilai ini dapat ditanamkan kepada konseli dengan memperkuat keimanan melalui integrasi nilai Islam pada layanan bimbingan dan konseling. Integrasi nilai Islam ini dapat melalui empat komponen BK Komprehensif, yaitu: komponen kurikulum, komponen layanan responsive, komponen perencanaan individual, dan komponen dukungan system. Dengan penguatan nilai Islam, diharapkan konseli dapat berkembang secara maksimal dan bisa mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat kelak.

Kata kunci: Nilai Religius, Program Bimbingan dan Konseling, Karakter ideal, Pandemi Covid-19

1. Program Bimbingan dan Konseling (BK)

a. Konsep Dasar Layanan BK

Layanan BK merupakan layanan yang dapat menjadi penyangga keberhasilan pencapaian tugas perkembangan peserta didik. Layanan BK merupakan layanan yang terintegrasi dengan dengan program pendidikan. Pada Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 dijelaskan bahwa konselor memiliki posisi yang sama dengan tenaga pendidik lainnya. Posisi ini, harusnya menjadikan konselor ikut bertanggung jawab sepenuhnya terhadap keberhasilan tujuan pendidikan Nasional. Posisi ini juga tercermin pada tingkat satuan pendidikan, yang memasukan konselor pada struktur organisasi sekolah yang akan ikut mendukung keberhasilan tujuan pendidikan sekolah.

Layanan BK merupakan layan yang memiliki keunikan atau perbedaaan dengan kegiatan pembelajaran yang ada di seklah. Untuk itu, dalam rangka menunjang keberhasilan layanan BK di sekolah perlu dibuat sebuah program BK, yang memuat sebuah perencanaan kegiatan layanan BK selama periode tertentu berdasar hasil assesmen yang telah dilakukan oleh seorang konselor. Program BK merupakan serangkaian rencana kegiatan layanan BK pada waktu tertentu, yang disusun secara sistematis, terencana, terorganisasi, terkoordinasi dengan baik untuk mencapai sebuah tujuan (Prayitno, 2017; Prayitno & Amti, 2004). Sukardi (2003) menyatakan bahwa perencanaan merupakan bagian yang esensial dari sebuah pengelolaan dan juga dapat dikatakan suatu pemikiran yang berorientasi ke masa depan. (Kartadinata, 2007a) menjelaskan bahwa program BK merupakan

bentuk perencanaan kegiatan layanan BK yang terdiri dari bidang bimbingan pribadi, social, belajar dan karir.

Sukardi (2003) menjelaskan, tujuan layanan BK adalah untuk dijadikan sebuah pedoman yang pasti dan jelas bagi konselor sekolah agar layanan BK di sekolah dapat berjalan dengan efektif, lancar dan hasilnya dapat dinilai secara terukur. Bowers & Hatch (2000) memepertegas dengan pendapatnya, program BK tidak hanya bersifat komprehensif, namun juga harus bersifat preventif, serta harus memiliki sifat pengembangan. Tujuan layanan BK di sekolah sebenarnya tidak hanya berkaitan dengan permasalahan menyimpang individu, ataupun upaya preventif untuk penyimpangan tersebut, melainkan juga berkaitan dengan pengembangan perilaku efektif individu (Kartadinata, 2007a). Untuk itu, harusnya arah layanan BK adalah untuk memfasilitasi peserta didik agar mampu memahami dirinya, memiliki ketrampilan merespon lingkungan, dan memiliki kompetensi dalam mengembangkan dirinya menjadi pribadi yang bermakna dan berorientasi masa depan (Kartadinata, 2007b).

b. Komponen Program BK Komprehensif

Pada pedoman pelaksanaan layanan BK yang dirilis oleh Kemendikbud (2016) dipaparkan apabila program BK mengandung empat komponen pelayanan, yaitu 1) komponen kurikulum atau layanan dasar; 2) komponen layanan perencanaan individual atau lebih di kenal istilah layanan peminatan; 3) komponen layanan responsif; dan 4) komponen dukungan sistem. Keempat komponen tersebut memiliki strategi yang khas dalam implementasinya, terutama dalam melakukan

internalisasi nilai Islam dalam upaya membentuk karakter ideal dari peserta didik, pembahasan lebih lanjut disajikan sebagai berikut:

1). Komponen kurikulum atau layanan dasar,

Komponen kurikulum merupakan bentuk kegiatan yang dimulai dari perencanaan yang struktur, berdasar program BK untuk memfasilitasi peserta didik agar mampu berkembang secara maksimal dan terhindar dari beragam permasalahan psikologis yang dapat mengganggu proses akademik mereka. Layanan dasar ini diperuntukan untuk seluruh siswa tanpa terkecuali. Layanan ini dapat dilakukan dalam format kelompok ataupun klasikal. Bowers & Hatch (2000) menegaskan bila komponen kurikulum ini diperuntukan untuk memfasilitasi peserta didik agar dapat mengembangkan kemampuan berfikir, bersikap, dan terampil sesuai tugas tahapan perkembangan mereka.

Layanan ini akan maksimal bila diawali dengan melakukan *assessment* mendalam terkait kondisi konseli/siswa. Hasil *assessment* ini diharapkan dapat mengetahui kebutuhan dan masalah siswa. Selanjutnya hasil *assessment* ini dijadikan dasar untuk memberikan intervensi sesuai kondisi siswa. Sebagai upaya untuk mencapai tujuan komponen kurikulum layanan ini, yaitu untuk mengembangkan kompetensi konseli di bidang belajar, karir, pribadi, dan social. Strategi layanan dapat melalui pelaksanaan layanan informasi, layanan orientasi, bimbingan kelompok, bimbingan teman sebaya, dan akses informasi dan teknologi. Strategi ini lebih berfokus pada fungsi preventif (pencegahan) dan fungsi development (pengembangan).

2) Komponen Layanan Responsif,

Komponen layanan responsive adalah bentuk layanan bantuan untuk membantu siswa/konseli yang bermasalah dan segera memerlukan bantuan (Kemendikbud, 2016). Suherman (2007) mempertegas bahwa layanan responsive merupakan bentuk bantuan yang ditujukan pada konseli yang memiliki masalah dan segera memerlukan bantuan dengan segera dari Konselor. Permasalah konseli jika tidak segera mendapatkan bantuan dari konselor akan dapat menyebabkan masalah atau gangguan dalam pencapaian tugas perkembangan konseli. Strategi layanan responsive dapat melalui layanan konseling krisis, konseling individual, konseling kelompok, konsultasi, dan referral.

Layanan responsive fokus pada masalah dan atau kebutuhan konseli. Masalah ini bisa terjadi pada bidang, pribadi, seperti: berperilaku implisif, rendah diri, buruknya manajemen stress, cemas, dll. Masalah bidang sosial, seperti: pergaulan bebas, masalah tawuran, bullying, dll. Masalah di bidang karir, diantaranya: perencanaan karir, kematangan karir, cemas memikirkan masa depan, dll. Masalah di bidang belajar, seperti: motivasi belajar rendah, prokrastinasi akademik, resiliensi akademik, dll. Untuk mengetahui permasalahan yang dihadapi oleh konseli secara pasti dapat melalui berbagai teknik, seperti teknik wawancara, teknik observasi, teknik dokumentasi, dll. Selain teknik, juga dapat dengan menggunakan instrument pengumpul data, seperti, daftar cek masalah, alat unguap masalah, instrument tugas perkembangan, instrument kebutuhan dan masalah siswa, instrument peminatan, skala

psikologis, dan ataupun dapat menggunakan instrument tes.

Treatment atau intervensi sebagai upaya untuk membantu permasalahan konseli tentunya harus disesuaikan dengan masalah atau kebutuhan konseli. Tahapan intervensi, konselor dapat memulai dengan melakukan identifikasi masalah, analisa masalah, diagnosa masalah, membuat sebuah perencanaan atau prognosa, melakukan treatment, evaluasi, dan terakhir melakukan tindak lanjut.

3) Komponen Perencanaan Individual

Komponen perencanaan individu ini merupakan upaya memfasilitasi peserta didik/konseli untuk dapat memiliki sebuah perencanaan terhadap masa depan mereka, berdasar analisa terhadap kompetensi pada dirinya, serta penyesuaian kompetensi dengan tuntutan dan peluang yang ada (Kemdikbud, 2016). Konselor sekolah bertugas untuk membantu individu dalam membuat sebuah perencanaan atau pilihan untuk masa depan mereka, mulai dari keputus studi lanjut, ataupun pilihan karir mereka (Suherman, 2007). Strategi layanan yang dapat dilakukan konselor dalam komponen ini dapat melalui layanan: informasi, orientasi, koseling, kolaborasi, advokasi, referral, serta layanan lainnya yang relevan.

4) Komponen Dukungan Sistem

Melihat tiga komponen sebelumnya, komponen yang sudah dijelaskan, merupakan komponen untuk membantu ataupun layanan sebagai upaya preventif bagi konseli agar konseli dapat berkembang secara maksimal. Komponen keemapat atau komponen dukungan system merupakan bentuk kegiatan manajemen, insfrastruktur,

tata kerja, serta upaya pengembangan kemampuan konselor yang berdampak secara tidak langsung pada layanan bantuan untuk memfasilitasi konseli (Kemdikbud, 2016). Suherman (2007) menyatakan komponen dukungan system merupakan baentuk kegiatan manajemen yang dapat membentuk, memelihara dan mengoptimalkan efektivitas dan efisiensi layanan bimbingan dan konseling. Atau secara tidak langsung komponen ini merupakan komponen pendukung untuk keberhasilan 3 komponen sebelumnya.

Aspek yang termasuk pada kegiatan dukungan system diantaranya: 1. Pengembangan professional konselor dengan cara terlibat aktif pada pertemuan ilmiah maupun non ilmiah sebagai upaya upgrade keilmuan maupun keterampilan konselor. 2. Kolaborasi, konsultasi, dan membentuk tim yang solid sebagai sebuah system untuk menjang keberhasilan layanan bimbingan dan konseling di sekolah. 3. Membuat manajemen dan operasional program bimbingan dan konseling (Suherman, 2007).

b. Ciri Program BK yang Baik

Program BK disusun agar layanan BK dapat berjalan secara efektif dan efisien. Miller (Sukardi, 2003) menyatakan ciri program BK yang baik antara lain:

- 1) Program BK idealnya disusun melalui tahapan yang jelas dan melibatkan semua komponen yang ada di sekolah, terutama dalam hal pembuatan perencanaan program. Personel yang dapat dilibatkan, antara lain: Kepala sekolah, wakil kepala sekolah, wali kelas, guru mata pelajaran, dan staf sekolah lainnya.

- 2) Program BK idealnya memiliki tujuan yang rasional dan terukur berdasar hasil need assessment.
- 3) Program BK yang baik idealnya memperlihatkan pola komunikasi yang baik, dan berkelanjutan antara semua staf atau unsur yang terlibat dalam pelaksanaan layanan BK.
- 4) Program BK akan dapat berjalan dengan baik apabila didukung oleh sarana dan prasarana yang mendukung. Untuk itu penting dilakukan studi kelayakan kondisi sekolah sebagai dasar perencanaan program.
- 5) Program BK dapat memfasilitasi semua siswa tanpa terkecuali sesuai prinsip layanan BK di seklah.
- 6) Program BK dapat memfasilitasi adanya kerjasama atau kolaborasi antara pihak sekolah dan masyarakat. Hal ini untuk memaksimalkan layanan kepada siswa, agar siswa dapat berkembang secara maksimal dan dapat menyesuaikan tuntutan yang ada di amsyarakat.
- 7) Program BK idelanya dapat memberikan kesempatan bagi konselor untuk melakukan refleksi diri sebagai dasar untuk melakukan perbaikan program.
- 8) Program BK hendaknya dilakukan secara proporsional, baik dalam hal: (1) layanan individual dan kelompok, (2) pelaksanaan layanan yang diberikan oleh petugas BK, (3) bimbingan individual dan konseling individual, (4) teknik pengumpulan data dan penggunaan instrument yang bersifat objektif, (5) pelaksanaan layanan konseling individual dan konseling kelompok, (6) orientasi tentang berbagai program yang ada di sekolah, (7)

memaksimalkan berbagai sumber daya yang ada di dalam dan di luar sekolah, (8) kebutuhan individu dan kebutuhan masyarakat, dan (9) peluang untuk mendapatkan pengetahuan, sikap dan berperilaku.

2. Nilai Religious

a. Konsep Dasar Nilai Religius

Religi berasal dari bahasa latin "*ereligio*" yang akar katanya adalah '*religare*' yang berarti 'mengikat'. Dari pemaknaan kata tersebut (Subandi, 2013) memaparkan jika religi pada umumnya terdapat aturan-aturan dan kewajiban-kewajiban yang harus dilaksanakan, yang sumuanya itu berfungsi untuk mengikat dan mengutuhkan diri seseorang atau sekelompok orang dalam hubungannya terhadap Tuhan, sesama manusia serta alam sekitarnya.

Agama atau religiusitas adalah sistem simbol, sistem keyakinan, sistem nilai, dan sistem perilaku yang terlembagakan, yang semuanya itu berpusat pada persoalan-persoalan yang dihayati sebagai yang paling maknawi (*ultiated meaning*) (Ancok & Suroso, 2005). Syafaat, Sahrani, & Muslih (2008) juga menyampaikn agama atau sering dikenal dengan kata religi adalah nilai atau norma kekal yang memahami seluruh segi kehidupan manusia. Siswanto (2007) menjelaskan religiusitas atau agama menjadi pedoman karena terdiri dari norma hidup dan norma etika.

Agama merupakan sumber aturan, pedoman, petunjuk dan motivasi bagi setiap hamba untuk mengatasi berbagai permasalahan baik permasalahan di bidang politik, social, budaya yang membuat individu/ hamba hidup selalu dalam keridhaan Allah SWT. Ajaran

agama Islam mengajarkan cara mengatasi berbagai permasalahan dan mencegah terjadinya masalah terutama berkaitan dengan kesehatan mental/rohaniah dengan mengamalkan dan menghayati nilai-nilai Islam yang dapat membawa individu mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhiratnya kelak.

Segala sisi kehidupan individu merupakan perwujudan dari religiusitas. Kegiatan atau rutinitas keagamaan tidak hanya ditunjukkan ketika individu melaksanakan ibadah atau ritual sesuai agamanya, namun juga tercermin dari serangkaian aktivitas lainnya yang didasari oleh motivasi transpersonal. Kegiatan/aktivitas ini bukan hanya kegiatan yang dapat diamati, namun juga terwujud dalam kegiatan yang tak mampu dilihat seperti yang terjadi pada hati seseorang (berbaik sangka, berzikir dan aktivitas lainnya) (Ancok & Suroso, 2005).

QS. At Tin ayat 4 menjelaskan bahwa manusia merupakan makhluk yang paling sempurna, namun pada QS At Tin ayat 5 dan QS. Al-A'raf ayat 179 juga dijelaskan manusia dapat menjadi makhluk terburuk apabila tidak mau menerima kebenaran dan kekuasaan Allah SWT. Penjelasan ayat tersebut menunjukkan bahwa manusia tidak terlepas dari nilai, karena keimanan individu berdampak pada perilaku individu yang menjadi cerminan akhlak dan budi pekerti.

Konsep religious dari pendidikan Islam memiliki dua sifat, yaitu bersifat vertical dan bersifat horizontal. Contoh sifat vertical tercermin dari aktivitas hubungan manusia dengan Allah, seperti ibadah Sholat, puasa, dan lain-lain. Sedangkan bersifat horizontal tercermin dalam hubungan antara manusia dengan sesamanya

(habl min nas), serta hubungan manusia dengan lingkungan sekitar.

Kegiatan atau aktivitas manusia atau individu tersebut selanjutnya dapat dijadikan pedoman sejauh mana religiusitasnya jika dilihat dari realisasi kegiatan nyata. Komitmen religious dalam berperilaku antar sesama manusia dan lingkungannya, berhubungan dengan Tuhan-Nya yang didasari sebuah keyakinan dalam wujud sikap dan perilaku keseharian merupakan bentuk tingkatan religiusitas seseorang. Pendapat para ahli tersebut memberikan sebuah penegasan bahwa religiusitas merupakan rangkaian secara utuh, mulai keyakinan, pengetahuan, praktik ibadah, pengalaman, serta sejauh mana individu tersebut perilakunya dimotivasi oleh ajaran agamanya di dalam kehidupan sosial atau dunianya dan mencapai kebahagiaan diakhiratnya kelak.

b. Dimensi Religiusitas

Glock and Stark (dalam Subandi, 2013) memaparkan dimensi religiusitas, yang diantaranya sebagai berikut:

- 1) *Religious Belief (the ideological dimension)* dimensi ini ditandai dengan keyakinan individu dalam menerima suatu hal yang bersifat dogmatic pada Agama mereka.
- 2) *Religious Practice (the ritual dimension)*, dimensi ini ditandai dengan keseriusan dan rutinitas individu dalam melaksanakan kewajiban individu sesuai ritual pada Agama mereka.
- 3) *Religious Feeling (the experiential dimension)*, dimensi ini ditandai dengan adanya penghayatan berdasar pengalaman individu dalam menjalankan kewajiban

mereka sebagai pemeluk Agama, seperti perasaan tenang setelah menjalankan atau saat menjalankan ibadah, atau mendapat hal positif setelah menjalankan kewajiban sesuai agamanya.

- 4) *Religious knowledge (the intellectual dimension)*, dimensi ini ditandai dengan kedalaman individu dalam memahami ajaran agama mereka yang tertuang dalam Kitab Suci Agama mereka. Dalam Agama Islam selain kitab Suci ada pedoman aktivitas sunah yang tertuang dalam Al Hadist.
- 5) *Religious effect (the consequential dimension)*, dimensi ini ditandai dengan perilaku individu dalam kehidupan di lingkungannya yang didorong oleh nilai-nilai ajaran agamanya.

Beberapa literatur telah ditemukan bahwa keyakinan religious individu tidak semata-mata mencirikan pemikiran khayalan, tetapi justru sebaliknya, khayalan mencirikan keyakinan yang dianutnya, sebagai pemberi pedoman dalam hidup, dan perasaan emosional yang terkait dengan kepercayaan (Garety & Hemsley, 1987). Joseph & DiDuca (2007) mengembangkan 24-item *Dimensions of Religiosity Scale (DR Scale)*, untuk menilai empat dimensi kognitif dan perilaku religius: (1) *preoccupation* (misalnya: pikiran saya sering larut untuk urusan Allah), (2) bimbingan (misalnya: saya berdoa memohon bimbingan dalam masalah sehari-hari), (3) keyakinan (contoh: Saya yakin bahwa Tuhan ada) dan (4) keterlibatan emosional (contoh: saya nyaman ketika merasa dekat dengan Tuhan).

Penguatan nilai religious dalam Islam melalui pengajaran tentang aqidah, akhlak, dan syariat. Berikut sedikit pemaparan dari ajaran utama agama islam, yaitu aqidah, syariah dan akhlak. Aqidah berkaitan dengan keimanan terhadap Allah Yang Maha Esa, atau sebuah keyakinan yang dibenarkan dari dalam hati, ucapan, dan diwujudkan dalam perilaku yang mencerminkan nilai ibadah. Aqidah merupakan hal dasar yang dijadikan pedoman bagi setiap muslim dalam berperilaku. Islam menepatkan pendidikan aqidah pada posisi yang paling mendasar.

Pengajaran yang kedua berkaitan dengan akhlak, akhlak berkaitan dengan Sang Pencipta, dan juga dengan makhluk (atau yang diciptakan). Akhlak dalam agama Islam bersumber dari Al Qur'an dan Sunah Rasull. Diriwayatkan dalam sebuah Hadist "aku diutus (Allah) untuk menyempurnakan keluhuran budi pekerti (akhlak)" (H.R. Malik). Hadist tersebut menunjukkan bahwa pentingnya mengajarkan sebuah akhlak bagi individu, baik itu akhlak dengan Allah SWT ataupun akhlak dengan sesama makhluk hidup.

Pengajaran ketiga berkaitan dengan syariat, atau sering dikenal dengan istilah system nilai aturan dari Allah SWT yang mengatur hubungan antara hamba dengan dengan Allah SWT, hamba dengan hamba, dan hubungan hamba dengan lingkungannya. Syariat dalam Islam secara garis besar terbagi menjadi 2, yaitu: Syariat Ubudiyah yang mengatur hubungan antara hamba dengan Allah SWT, dan syariat Mu'amalah atau aturan Allah SWT yang mengatur hubungan antar hamba dengan sesama, dan hubungan antara hamba dengan lingkungan.

c. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Religiusitas

Thouless (dalam Astra, 2005) memaparkan sedikitnya terdapat 4 faktor yang mempengaruhi kualitas religiusitas individu, yaitu:

- 1) Faktor dari luar individu, seperti kualitas pendidikan atau pembelajaran dan aktivitas sosial lainnya. Dalam hal ini lingkungan, baik lingkungan keluarga maupun lingkungan masyarakat sangat menentukan tingkat religiusitas seseorang.
- 2) Pengalaman yang dialami oleh individu yang selanjutnya membentuk sebuah sikap keagamaan, seperti: (1) faktor alamiah: keselarasan, keindahan, dan kebaikan dunia, (2) adanya pengalaman konflik nilai, dan (3) nilai afeksi atau pengalaman emosional keagamaan.
- 3) Kebutuhan dari individu yang tidak terpenuhi, seperti: (1) rasa kasih sayang, (2) *self esteem*, (3) takut kematian, dan (4) keagamaan. Rasa kebutuhan individu yang tidak terpenuhi dapat menentukan kualitas dari religiusitas seseorang. Sebagai contoh, adanya sikap takut akan kematian, ketika individu memiliki nilai negatif individu akan enggan untuk menjalankan ajaran agamanya, begitu sebaliknya jika individu memaknai itu sebagai hal yang positif, individu akan berusaha mendekati diri dengan TuhanNya dengan menjalankan seluruh kewajiban mereka sebagai seorang hamba.
- 4) Tingkatan ilmu sebagai wujud dari pemikiran verbal dan proses intelektual. Proses tersebut sangat mempengaruhi munculnya potensi keberagamaan

pada seseorang. Agama dapat dibentuk dari lingkungan melalui proses belajar. Sejalan dengan bertambahnya usia individu akan memunculkan pemikiran verbal yang salah satunya adalah pemikiran agama. Semakin matangnya usia juga akan menentuka sikap anak terhadap ajaran agamanya. Sikap ini yang nantinya akan mempengaruhi jiwa mereka dalam beragama.

Merujuk pada faktor di atas, dapat diketahui terdapat dua faktor utama yang dapat mempengaruhi tingkat religiusitas seseorang, diantaranya: pertama, faktor yang berasal dari dalam diri individu, seperti: konflik batiniah, pengalaman emosional, proses berfikir verbal, proses berfikir intelektual dan ketidak mampuan dalam beberapa kebutuhan (kasih sayang, *self esteem*, takut kematian, dll). Yang kedua adalah faktor dari luar pribadi, faktor ini terdiri dari kualitas pendidikan atau pembelajaran yang diperoleh oleh individu baik itu dari lingkungan keluarga, masyarakat, sekolah dan adanya tekanan social.

3. Karakteristik Masalah Siswa pada Masa Pandemic

Pandemi covid-19 yang mulai masuk Indonesia pada awal tahun 2020 membuat beberapa perubahan dalam kehidupan masyarakat, tidak terkecuali di dunia pendidikan. Upaya pemerintah untuk meminimalisir penyebaran virus dengan menekan mobilitas, aktivitas manusia yang bersifat kontak fisik. Kebijakan ini membuat berbagai pihak untuk melakukan penyesuaian. Didunia pendidikan untuk dapat terus melaksanakan pembelajaran, strategi pembelajaran yang sebelumnya dilakukan secara luring, pada masa pandemic dilakukan

secara daring. Strategi ini selain dapat memberikan dampak positif bagi siswa, yaitu siswa bisa lebih kreatif, namun juga dapat memberikan dampak buruk, yaitu salah satunya dapat menurunkan tingkat motivasi siswa dalam belajar (Aldiyah, 2021). Selain menurunnya motivasi, juga proses pembelajaran daring dapat membuat siswa merasa jenuh dan malas (Jatmika, 2020). Masalah ini muncul akibat salah satunya dikarenakan kualitas mindset siswa yang tidak dapat tumbuh dengan baik selama proses pembelajaran daring (Jatmika, 2020).

Penelitian Pujiasih (2020) dari 322 siswa yang diteliti 55% siswa menyatakan tidak setuju dengan proses pembelajaran secara daring, karena mereka kesulitan memahami materi yang disampaikan pada proses pembelajaran secara daring. Pada proses pembelajaran eksakta permasalahan semakin rumit dengan cara daring, banyak siswa yang kurang dapat memahami penjelasan guru (Al-Hamzah & Awalludin, 2021; Setiyawan & Wijayanti, 2020; Yulianto Yulianto, 2020). Permasalahan lain muncul karena faktor komunikasi anantara guru dan siswa, kemampuan adaptasi siswa, serta tingkat ekonomi peserta didik (Abidin et al., 2020; Sultonah & Kuntari, 2021). Ragam permasalahan siswa ini juga dapat memicu munculnya permasalahan psikologis siswa seperti: kondisi emosional yang tidak stabil, stress, dan trauma (Rosdiana & Hastutiningtyas, 2021). Masalah psikologis ini juga dapat terjadi karena kualitas mindfulness siswa yang memicu kecemasan siswa (Kadafi, Alfaiz, et al., 2021).

4. Karakter Ideal Peserta Didik

Nilai-nilai karakter ideal yang identic dengan nilai karakter religious yang dapat diterapkan di pendidikan sekolah menurut Mustari (2014), diantaranya:

- 1) Nilai Religius, nilai yang berhubungan dengan sang pencipta. Ciri individu yang memiliki karakter ini adalah apabila pikiran, perkataan, dan perilaku individu selalu berlandaskan nilai-nilai ketuhanan dan/atau ajaran agamanya.
- 2) Nilai Kejujuran: tercermin dari perkataan, perilaku, dan pekerjaan, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap orang lain yang selalu memperoleh kepercayaan.
- 3) Nilai Tanggung jawab: Sikap dan perilaku seseorang dalam menjalankan tugas dan kewajiban sebagai pribadi, masyarakat, lingkungan (alam, sosial dan budaya), negara dan Tuhan Yang Maha Esa.
- 4) Nilai Hidup sehat: yang tercermin dari perilaku dan atau kebiasaan yang baik dalam menciptakan hidup sehat dan menghindarkan kebiasaan buruk yang dapat mengganggu kesehatan.
- 5) Nilai Disiplin: perilaku tertib dan patuh pada berbagai ketetapan dan peraturan.
- 6) Nilai Kerja Keras: tercermin dari usaha serius dalam mengatasi berbagai masalah, serta menyelesaikan kewajiban dengan sebaik mungkin.
- 7) Nilai Mandiri: tercermin dari sikap dan perilaku individu yang tidak menggantungkan pada orang lain dalam penyelesaian sebuah masalah dan pekerjaan.
- 8) Nilai Berpikir logis, kritis, kreatif, dan inovatif: yang tercermin dari upaya pemikiran logis individu

untuk dapat berinovasi sesuai dengan perkembangan yang ada.

- 9) Nilai Cinta Tanah Air: Cara berpikir, bersikap dan berbuat yang menunjukkan kesetiaan, kepedulian, dan penghargaan yang tinggi terhadap bahasa, lingkungan fisik/sosial, budaya, ekonomi, dan politik bangsa.
- 10) Nilai Komunikatif: perilaku yang menunjukkan rasa senang dalam berkomunikasi dan bekerjasama dengan orang lain.
- 11) Nilai Peduli Alam; sikap dan perilaku yang selalu berusaha untuk memelihara, menjaga dan melestarikan lingkungan hidup.
- 12) Nilai Peduli Sosial: sikap dan perilaku yang menunjukkan kepedulian terhadap orang lain yang sedang membutuhkan.
- 13) Nilai Demokratis: cara berpikir, bersikap dan berperilaku dengan memperhatikan hak dan kewajiban yang sama antara dirinya dan orang lain.

Selain 13 nilai tersebut Syam (2004) juga menjelaskan nilai yang perlu ditanamkan pada anak, diantaranya:

- 1) Nilai keyakinan terhadap rukun iman

Nilai iman yang perlu ditanamkan pada anak, yaitu pertama yaitu nilai iman kepada Allah sesuai QS Ali Imron Ayat 193 yang artinya *"...Berimanlah kamu kepada Tuhanmu, maka kamipun beriman. Ya Tuhan kami ampunilah dosa kami, dan hapuslah dari kami kesalahan-kesalahan kami dan wafatkan kami bersama-sama ahli kebajikan"*. Kedua nilai iman kepada malaikat. Ketiga menanamkan nilai iman kepada Kitab Allah sebagaimana

tertuang pada QS Ali Imron Ayat 3 yang artinya *“Dia menurunkan kepadamu Al-Quran dengan membawa kebenaran, mengakui kebenaran kitab sebelumnya, yang menurunkan Taurat dan Injil”*. Keempat menanamkan nilai keimanan kepada Rasul Allah. Kelima menanamkan nilai keimanan kepada adanya hari akhir. Dan keenam menanamkan nilai keimanan terhadap adanya Qada’ dan Qodar.

2) Nilai keteladanan kandungan QS Luqman Ayat 12-19

Berdasarkan QS Luqman Ayat 12-19 dapat dijelaskan nilai yang perlu diterapkan oleh pendidik kepada anak diantaranya; pertama, menjadi teladan bagi anak. Kedua, memberikan pendidikan dengan penasehatan yang baik. Ketiga memperkuat keimanan dengan nilai ketauhidan pada anak. Keempat, mendidik dengan penuh kasih sayang. Kelima, menanamkan akidah pada anak sebagai pedoman berperilaku.

Pembahasan 13 nilai menurut Mustari (2014) dan dua nilai menurut Syam (2004) dapat menjadikan individu yang memiliki nilai terpuji. Nilai ini identic dengan akhlakul karimah. Sikap dan perilaku akhlakul karimah ini akan dijadikan bekal peserta didik hidup di lingkungan masyarakat dan juga menyiapkan sebagai bekal akhirlatnya kelak. Dengan ditanamkannya nilai-nilai religious pada anak maka anak akan dapat mencapai kebahagiaan hidup baik di dunia maupun di Akheratnya kelak.

5. Implementasi Penguatan Nilai Religious pada Program BK

Nilai religious yang identic dengan akhlakul karimah dapat ditanamkan kepada siswa/peserta didik melalui sebuah rangkaian tahapan dan tentunya melibatkan berbagai pihak yang ada di sekolah. Salah satu pihak yang dapat memberikan andil besar dalam menanamkan nilai religious ini adalah Guru BK/Konselor. Konselor dapat membuat sebuah perencanaan yang matang berdasar hasil *need assessment* untuk menanamkan nilai religious yang tercermin dalam sebuah program BK. Program BK merupakan rencana keseluruhan kegiatan BK yang akan dilakukan pada periode tertentu, pedoman bagi personel pelaksana layanan BK, dan bagian integral dari keseluruhan program sekolah (Sukardi, 2003).

Pada pedoman pelaksanaan layanan BK yang dirilis oleh Kemendikbud (2016) dipaparkan apabila program BK mengandung empat komponen pelayanan, yaitu 1) komponen kurikulum atau layanan dasar; 2) komponen layanan perencanaan individual atau lebih di kenal istilah layanan peminatan; 3) komponen layanan responsif; dan 4) komponen dukungan sistem. Keempat komponen tersebut memiliki startegi yang khas dalam implementasinya, terutama dalam melakukan internalisasi nilai Islam dalam upaya membentuk karakter ideal dari peserta didik, pembahasan lebih lanjut disajikan sebagai berikut.

a. Komponen kurikulum atau layanan dasar,

Komponen kurikulum merupakan bentuk kegiatan yang dimulai dari perencanaan yang struktur, berdasar program BK untuk memfasilitasi peserta didik agar mampu berkembang secara maksimal dan terhindar dari beragam permasalahan psikologis yang dapat mengganggu proses akademik mereka. Layanan dasar ini diperuntukan untuk seluruh siswa tanpa terkecuali. Layanan ini dapat dilakukan dalam format kelompok ataupun klasikal. Bowers & Hatch (2000) menegaskan bila komponen kurikulum ini diperuntukan untuk memfasilitasi peserta didik agar dapat mengembangkan kemampuan berfikir, bersikap, dan terampil sesuai tugas tahapan perkembangan mereka. Layanan ini akan maksimal bila diawali dengan melakukan assessment mendalam terkait kondisi konseli/siswa. Hasil assessment ini diharapkan dapat mengetahui kebutuhan dan masalah siswa. Selanjutnya hasil assessment ini dijadikan dasar untuk memberikan intervensi sesuai kondisi siswa.

Intervensi pada kasus ini adalah berfokuskan pada internalisasi nilai religious untuk membentuk karakter ideal siswa. Pada pembahasan ini nilai religious difokuskan pada nilai Islam sesuai kompetensi penulis. Penanaman nilai Islam ini bertujuan agar:

- 1) Konseli menyadari bahwa mereka adalah sebagai makhluk ciptaan Allah SWT.
- 2) Konseli menyadari bahwa dirinya adalah seorang khalifah dimuka bumi ini.

- 3) Konseli dapat memahami dan menerima diri sesuai nilai Islam
- 4) Konseli selalu berkomitmen untuk selalu berperilaku positif sesuai ajaran Islam
- 5) Konseli dapat memetik hikmah dari setiap cobaan yang dihadapinya
- 6) Konseli mampu mengendalikan nafs dan selalu melakukan muhasabah untuk melakukan perbaikan pada dirinya (Kadafi, 2019).

Sebagai upaya untuk mencapai tujuan di atas focus layanan ini untuk mengembangkan kompetensi konseli di bidang belajar, karir, pribadi, dan social. Strategi layanan dapat melalui pelaksanaan layanan informasi, layanan orientasi, bimbingan kelompok, bimbingan teman sebaya, dan akses informasi dan teknologi. Strategi ini lebih berfokus pada fungsi preventif (pencegahan) dan fungsi development (pengembangan). Melalui komponen kurikulum ini harapan peserta didik akan memiliki: Nilai Religius, Nilai Kejujuran, Nilai Tanggung jawab, Nilai Hidup sehat, Nilai Disiplin, Nilai Kerja Keras, Nilai Mandiri, Nilai Berpikir logis, kritis, kreatif, dan inovatif, Nilai Cinta Tanah Air, Nilai Komunikatif, Nilai Peduli Alam, Nilai Peduli Sosial, Nilai Demokratis (Mustari, 2014). Hal yang perlu dipahami oleh konselor dalam implementasi nilai islam dalam proses layanan BK, merujuk pada QS Luqman Ayat 12-19; pertama, konselor harus menjadi teladan bagi siswa. Kedua, memberikan pendidikan dengan penasehatan yang baik. Ketiga memperkuat keimanan dengan nilai ketauhidan pada siswa. Keempat, mendidik dengan

penuh kasih sayang. Kelima, menanamkan akidah pada siswa sebagai pedoman berperilaku.

b. Komponen Layanan Responsif,

Komponen layanan responsive adalah bentuk layanan bantuan untuk membantu siswa/konseli yang bermasalah dan segera memerlukan bantuan (Kemendikbud, 2016). Suherman (2007) mempertegas bahwa layanan responsive merupakan bentuk bantuan yang ditujukan pada konseli yang memiliki masalah dan segera memerlukan bantuan dengan segera dari Konselor. Permasalahan konseli jika tidak segera mendapatkan bantuan dari konselor akan dapat menyebabkan masalah atau gangguan dalam pencapaian tugas perkembangan konseli. Strategi layanan responsive dapat melalui layanan konseling krisis, konseling individual, konseling kelompok, konsultasi, dan referral.

Layanan responsive fokus pada masalah dan atau kebutuhan konseli. Masalah ini bisa terjadi pada bidang, pribadi, seperti: berperilaku impulsif, rendah diri, buruknya manajemen stress, cemas, dll. Masalah bidang sosial, seperti: pergaulan bebas, masalah tawuran, bullying, dll. Masalah di bidang karir, diantaranya: perencanaan karir, kematangan karir, cemas memikirkan masa depan, dll. Masalah di bidang belajar, seperti: motivasi belajar rendah, prokrastinasi akademik, resiliensi akademik, dll. Untuk mengetahui permasalahan yang dihadapi oleh konseli secara pasti dapat melalui berbagai teknik, seperti teknik wawancara, teknik observasi, teknik dokumentasi, dll. Selain teknik, juga dapat dengan menggunakan

instrument pengumpul data, seperti, daftar cek masalah, alat ungkap masalah, instrument tugas perkebangan, instrument kebutuhan dan masalah siswa, instrument peminatan, skala psikologis, dan ataupun dapat menggunakan instrument tes.

Treatment atau intervensi sebagai upaya untuk membantu permasalahan konseli tentunya harus disesuaikan dengan masalah atau kebutuhan konseli. Tahapan intervensi, konselor dapat memulai dengan melakukan identifikasi masalah, analisa masalah, diagnosa masalah, membuat sebuah perencanaan atau prognosa, melakukan treatment, evaluasi, dan terakhir melakukan tindak lanjut. Dalam menghadapi permasalahan konseli pada pandemic, seperti masalah prokrastinasi akademik, phubing, perilaku prososial, mindfulness, dan kecemasan konselor dapat menggunakan terapi religious tetapnya dengan penguatan keimanan sesuai nilai yang ada pada agama Islam (Faiz et al., 2019; Kadafi et al., 2018, 2020; Kadafi, Alfaiz, et al., 2021; Kadafi, Wiyono, et al., 2021; Kadafi & Ramli, 2017).

Salah satu pendekatan yang dapat digunakan yaitu dengan pendekatan Tazkiyatun An Nafs atau sering juga dikenal dengan istilah penyucian jiwa (Faiz et al., 2019). Tahapan dari pendekatan Tazkiyatun An-nafs diawali dengan proses takhalli, yaitu proses membantu konseli untuk membuat hal negative pada dirinya yang dapat mengganggu diri mereka. Tahap kedua adalah tahap tahalli, yaitu proses membantu konseli untuk menanamkan nilai Islam pada diri mereka. Tahapan tahalli akan berhasil apabila konseli

mampu konsisten dan berkomitmen untuk menghindari segala pengaruh negative yang dapat mengganggu dirinya. Tahapan ketiga atau tahap terakhir yaitu dengan melakukan tajali, atau bentuk usaha untuk meyelaraskan diri dengan tuntutan dunia yang baru dan berbeda dengan sebelum mereka melakukan pertaubatan. Tahapan ini akan berhasil apabila konseli konsisten dengan perubahan yang ada dan belum tentu sama sama dengan kondisi dunia nyata. Tiga tahapan ini harapanya mampu mengantarkan konseli keluar dari berbagai permasalahan yang mereka hadapi sesuai ketentuan Islam dan tentunya untuk mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

Implementasi nilai Islam dalam membantu beragam permasalahan konseli, diharapkan dapat membantu ketuntasan atau keberhasilan layanan konseling secara maksimal. Konseli bukan hanya dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia setelah permasalahan mampu diatasi, namun konseli juga dapat juga mencapai kebahagiaan di akhirat. Pernyataan ini memperkuat kandungan QS Ar-Ra'd ayat 28 yang maknanya kurang lebih, setiap individu dapat merasakan sebuah ketentraman jiwa jika mereka selalu mengingat Allah SWT (Al-Quran, 2015).

d. Komponen Perencanaan Individual

Komponen perencanaan individu ini merupakan upaya memfasilitasi peserta didik/konseli untuk dapat memiliki sebuah perencanaan terhadap masa depan mereka, berdasar analisa terhadap kometensi pada dirinya, serta penyesuaian kompetensi dengan

tuntutan dan peluang yang ada (Kemdikbud, 2016). Konselor sekolah bertugas untuk membantu individu dalam membuat sebuah perencanaan atau pilihan untuk masa depan mereka, mulai dari keputus studi lanjut, ataupun pilihan karir mereka (Suherman, 2007). Strategi layanan yang dapat dilakukan konselor dalam komponen ini dapat melalui layanan: informasi, orientasi, koseling, kolaborasi, advokasi, referral, serta layanan lainya yang relevan.

Strategi layanan ini juga bisa dimaksimalkan dengan penanaman nilai religious untuk membantu konseli. Dengan penanaman nilai religious, individu akan bisa merencanakan masa depan mereka bukan hanya untuk orientasi dunia, namun juga mempersiapkan perencanaan mereka untuk kepentingan akhirat mereka juga kelak. Dalam Islam berbagai hal sudah di atur, agar umatnya dapat mencapai ketentraman jiwa. Seperti yang telah disamapiakan pada QS Al Baqarah ayat 2 yang dapt diartikan tidak ada keraguan di dalamNya dan petunjuk bagi mereka yang bertaqwa (Al-Quran, 2015). Dari ayat ini telah jelas, bahwa bagi mereka yang bertaqwa sudah seharusnya ketika membuat sebuah perencanaan, kita harus memiliki pedoman atau pijakan yang kuat. Sebagai umat Islam, tidak ada pedoman lain yang lebih sempurna disbanding Al Qur'an, untuk itu sudah seharusnya konselor dapat menjadikan nilai Islam sebagai petunjuk dalam mebantu konseli untuk merencanakan masa depan mereka.

e. Komponen Dukungan Sistem

Melihat tiga komponen sebelumnya, komponen yang sudah dijelaskan, merupakan komponen untuk membantu ataupun layanan sebagai upaya preventif bagi konseli agar konseli dapat berkembang secara maksimal. Komponen keempat atau komponen dukungan system merupakan bentuk kegiatan manajemen, infrastruktur, tata kerja, serta upaya pengembangan kemampuan konselor yang berdampak secara tidak langsung pada layanan bantuan untuk memfasilitasi konseli (Kemdikbud, 2016). Suherman (2007) menyatakan komponen dukungan system merupakan bentuk kegiatan manajemen yang dapat membentuk, memelihara dan mengoptimalkan efektivitas dan efisiensi layanan bimbingan dan konseling. Atau secara tidak langsung komponen ini merupakan komponen pendukung untuk keberhasilan 3 komponen sebelumnya.

Aspek yang termasuk pada kegiatan dukungan system diantaranya: 1. Pengembangan profesional konselor dengan cara terlibat aktif pada pertemuan ilmiah maupun non ilmiah sebagai upaya upgrade keilmuan maupun keterampilan konselor. 2. Kolaborasi, konsultasi, dan membentuk tim yang solid sebagai sebuah system untuk menjuang keberhasilan layanan bimbingan dan konseling di sekolah. 3. Membuat manajemen dan operasional program bimbingan dan konseling (Suherman, 2007). Kegiatan dukungan system ini, juga sejalan dengan nilai Islam, Islam mengajarkan kepada setiap umatnya untuk selalu menuntut ilmu, menjalin kerjasama, dan

membuat sebuah perencanaan yang baik ketika akan melakukan sebuah kegiatan. Dengan konselor selalu mengacu pada nilai Islam harapannya layanan yang dilakukan konselor juga dapat berjalan secara maksimal. Secara tidak langsung kegiatan layanan bimbingan dan konseling tidak hanya memfasilitasi peserta didik untuk dapat sejahtera di dunia, namun juga dapat merasakan kesejahteraan di akhirat atau menjadi pribadi yang paripurna atau kaffah (Sutoyo, 2012).

Referensi

- Abidin, Z., Hudaya, A., & Anjani, D. (2020). Efektivitas Pembelajaran Jarak Jauh pada Masa Pandemi Covid-19. *Research and Development Journal of Education*. <https://doi.org/10.30998/rdje.v1i1.7659>
- Al-Hamzah, I. N. F., & Awalludin, S. A. (2021). Analisis Kemampuan Pemecahan Masalah Matematis Ditinjau dari Gaya Belajar Siswa di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Cendekia: Jurnal Pendidikan Matematika*. <https://doi.org/10.31004/cendekia.v5i3.832>
- Al-Quran. (2015). *Departemen Agama RI*. CV Darus Sunnah.
- Aldiyah, E. (2021). Perubahan Gaya Belajar di Masa Pandemi Covid-19. *Cendekia: Jurnal Ilmu Pengetahuan*. <https://doi.org/10.51878/cendekia.v1i1.24>
- Ancok, D., & F.N.Suroso. (2005). *Psikologi Islami Solusi Islam Atas Problem Problem Psikologi*. Pustaka Belajar.

- Astra. (2005). Hubungan Religiusitas Dengan Perilaku Agresif Pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 1(2).
- Bowers, J. L., & Hatch, P. A. (2000). *The National Model for School Counseling Programs*. American School Counselor Association.
- Faiz, A., Yandri, H., Kadafi, A., Mulyani, R. R., Nofrita, N., & Juliawati, D. (2019). Pendekatan Tazkiyatun An-Nafs untuk membantu mengurangi emosi negatif klien. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 9(1), 65–78.
<https://doi.org/http://doi.org/10.25273/counsellia.v9i1.4300>
- Garety, P. A., & Hemsley, D. R. (1987). Characteristics of delusional experience. *European Archives of Psychiatry and Neurological Sciences*.
<https://doi.org/10.1007/BF00380955>
- Jatmika, D. (2020). Webinar Growth-Mindset untuk Pembelajaran Online Pada Siswa SMA di Samarinda. *Altruis: Journal of Community Services*.
<https://doi.org/10.22219/altruis.v1i4.14669>
- Joseph, S., & DiDuca, D. (2007). The Dimensions of Religiosity Scale: 20-item self-report measure of religious preoccupation, guidance, conviction, and emotional involvement. *Mental Health, Religion and Culture*, 10(6), 603–608.
<https://doi.org/10.1080/13674670601050295>
- Kadafi, A. (2019). *Pedoman Pelaksanaan Layanan Bimbingan dan Konseling Islami di Sekolah*. UNIPMA Press.
- Kadafi, A., Alfaiz, A., Ramli, M., Asri, D. N., & Finayanti, J. (2021). The Impact of Islamic Counseling

Intervention towards Students' Mindfulness and Anxiety during the COVID-19 Pandemic. *Islamic Guidance and Counseling Journal*, 4(1), 55–66. <https://doi.org/https://doi.org/10.25217/igcj.v4i1.1018>

Kadafi, A., Pratama, B. D., Suharni, S., & Mahmudi, I. (2020). Mereduksi Perilaku Phubbing melalui Konseling Kelompok Realita Berbasis Islami. *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)*, 5(2), 31–34. <https://journal.stkipsingkwang.ac.id/index.php/JBKI/article/view/1721>

Kadafi, A., Ramatus, M. R., & Desy, R. N. K. (2018). Upaya Menurunkan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa melalui Bimbingan Kelompok Islami. *Jurnal EDUKASI (Media Kajian Bimbingan Dan Konseling)*, 4(2), 181–193. <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/cobaBK/article/view/3882>

Kadafi, A., & Ramli, M. (2017). Integrated qs al mudatsir in the reality group conseling to grow the character of students academic responsibility. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 7(2), 117–125. <https://doi.org/http://doi.org/10.25273/counsellia.v7i2.1867>

Kadafi, A., Wiyono, B. B., Muslihati, M., & Ramli, M. (2021). Improving prosocial behavior through virtual media based on religious values in elementary school students. *Pegem Ogretim ve Ogretim Dergisi*, 11(4), 230–236. <https://doi.org/https://doi.org/10.47750/pegegog.11.04.22>

- Kartadinata, S. (2007). *Teori Bimbingan Dan Konseling. Seri Landasan Dan Teori Bimbingan Dan Konseling.*
- Pedoman Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah*, (2016) (testimony of Kemendikbud).
- Mustari, M. (2014). *Nilai Karakter Refleksi untuk Pendidikan.* Rajawali Pres.
<http://www.rajagrafindo.co.id/produk/nilai-karakter-refleksi-untuk-pendidikan/>
- Prayitno. (2017). *Konseling Profesional yang Berhasil: Layanan dan Kegiatan Pendukung.* Rajawali Pers.
- Prayitno, & Amti, E. (2004). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling.* Rineka Cipta.
- Pujiasih, E. (2020). Membangun Generasi Emas dengan Variasi Pembelajaran Online di Masa Pandemi Covid-19. *Ideguru: Jurnal Karya Ilmiah Guru.*
<https://doi.org/10.51169/ideguru.v5i1.136>
- Rizky Ananda Setiyawan, & Palupi Sri Wijayanti. (2020). Analisis Kualitas Instrumen untuk Mengukur Kemampuan Pemecahan Masalah Siswa Selama Pembelajaran Daring di Masa Pandemi. *Jurnal Lebesgue: Jurnal Ilmiah Pendidikan Matematika, Matematika Dan Statistika.*
<https://doi.org/10.46306/lb.v1i2.26>
- Rosdiana, Y., & Hastutiningtyas, W. R. (2021). Reaksi Psikologis Anak Belajar Daring (Online) Pada Masa Pandemi Covid-19 Di SDN Sumberejo 1 Purwosari Pasuruan. *Nursing News : Jurnal Ilmiah Keperawatan.*
<https://doi.org/10.33366/nn.v5i1.2256>

- Siswanto. (2007). *Kesehatan Mental: Konsep, Cakupan Dan Perkembangannya*. Penerbit Andi.
- Subandi, M. A. (2013). *Psikologi Agama dan Kesehatan Mental (I)*. Pustaka Pelajar.
- Suherman, U. (2007). *Manajemen Bimbingan dan Konseling*. Madani Production.
- Sukardi, D. K. (2003). *Manajemen Bimbingan dan Konseling Di Sekolah, Manajemen Bimbingan dan Konseling Di Sekolah*. Alfabeta.
- Sultonah, S., & Kuntari, S. (2021). Adaptasi Siswa Dalam Pembelajaran Daring Di Era 4.0 Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan*.
- Sutoyo, A. (2012). *Manusia dalam Perspektif Al Qur'an*. Program Pascasarjana Universitas Negeri Semarang.
- Syafaat, Sahrani, & Muslih. (2008). *Peranan Pendidikan Agama Islam Dalam Mencegah Kenakalan Remaja*. Rajawali Pers.
- Syam, Y. H. (2004). *Cara Mendidik Generasi Islam*. Media Jenius Lokal.
- Yulianto Yulianto, D. (2020). Pengaruh Pembelajaran Daring Pengguna Platform Digital terhadap Pemecahan Masalah Matematis dan Sikap Kritis Siswa di MA Daar El Qolam. *Symmetry: Pasundan Journal of Research in Mathematics Learning and Education*.
<https://doi.org/10.23969/symmetry.v5i1.2790>

Bagian 4

Isu Kesehatan Mental dan Tantangannya bagi Penyelenggaraan Layanan Bimbingan dan Konseling Pada Masa Pandemi Covid-19



Noviyanti Kartika Dewi & Tyas Martika Anggriana

*Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas PGRI Madiun*

Abstrak

Kesehatan mental adalah salah satu kebutuhan dasar yang dimiliki oleh individu. Berbicara tentang kesehatan, tidak hanya berhubungan dengan kesehatan fisik saja, namun berhubungan juga dengan kesehatan jiwa. WHO menguraikan pengertian kesehatan mental selain dari sudut pandang tidak ditemukannya gangguan, namun dideskripsikan juga sebagai sebuah kondisi sejahtera yang ditandai oleh kemampuan individu menyadari potensi yang dimiliki, mampu mengatasi tekanan yang terjadi di dalam kehidupannya, bekerja secara produktif, serta memiliki kemampuan memberi kontribusi kepada dirinya sendiri maupun komunitasnya (Setiawan et al., 2020). Isu kesehatan mental semakin meningkat sejak terjadinya pandemic covid-19. Berdasarkan data yang dipaparkan oleh VOA Indonesia diketahui bahwa telah terjadi peningkatan gangguan masalah kesehatan akibat depresi dan

anxietas sebesar 6-9 % (www.voaindonesia.com). Mahasiswa merupakan salah satu kelompok yang dianggap cukup rentan terganggu kesehatan mentalnya, apalagi di masa pandemic saat ini. Beberapa problem yang dikemukakan mahasiswa adalah terkait dengan ketakutan dan kecemasan mereka selama mengikuti perkuliahan daring di masa pandemic covid 19.

Kata kunci: Kesehatan Mental, Layanan Bimbingan dan Konseling, Pandemi Covid-19

1. Hakikat Kesehatan Mental

Kesehatan mental merupakan isu yang penting dan menjadi perhatian semua pihak bukan hanya di Indonesia namun juga secara global. Hal ini dikarenakan jika individu sehat mentalnya akan mampu bekerja optimal. Selain itu kesehatan mental juga penting dalam pembangunan karena masyarakat yang memiliki mental sehat akan mampu mengoptimalkan dirinya serta menghasilkan karya-karya yang luar biasa (Sriningsih, Mumtaz et al., 2021). Kesehatan mental merupakan salah satu indikator SDGs dan diadopsi menjadi Tujuan Pembangunan Berkelanjutan di Indonesia. Pembangunan kesehatan tercantum di dalam rumusan ketiga pada SDGs, yang berbunyi “*Ensure healthy lives and promote well-being for all at all ages*”; artinya menjamin kehidupan yang sehat dan meningkatkan kesejahteraan seluruh penduduk semua usia (Mumtaz et al., 2021).

Kesehatan mental merupakan bagian terpenting dari kesehatan dan kesejahteraan individu, yang akan mempengaruhi cara berfikir, merasa dan bertindak, selain itu juga dapat mempengaruhi cara individu menanggapi stress dan bagaimana berinteraksi dengan orang lain

serta bagaimana membuat pilihan dalam keadaan yang sifatnya darurat. Ayuningtyas et al., (2018) menjelaskan bahwa kesehatan mental merupakan sektor penting dalam mewujudkan kesehatan secara menyeluruh. Individu yang memiliki kesehatan mental yang positif, maka akan menyadari potensi dirinya, mampu mengatasi tekanan hidup, mampu bekerja secara produktif serta dapat bersosialisasi dengan baik. Sebaliknya jika individu memiliki kesehatan mental yang buruk maka akan berdampak negatif pada kinerjanya seperti penurunan kualitas pekerjaan, keterlambatan menyelesaikan pekerjaan, serta lebih banyak melakukan kesalahan dalam pekerjaan yang dilakukan (Hennekam, Richard, & Grima dalam Baru et al., 2021).

Notosoedirjo dan Latipun (I. P. Sari et al., 2020) mengatakan bahwa terdapat beberapa cara untuk mendefinisikan kesehatan mental (*Mental Hygiene*). Pertama, kesehatan mental dideskripsikan sebagai kondisi tidak mengalami gangguan mental, kedua tidak jatuh sakit yang diakibatkan oleh stressor, ketiga sesuai dengan kapasitas yang dimilikinya dan selaras dengan lingkungan sekitarnya, keempat tumbuh dan berkembang secara positif. WHO menyebutkan bahwa kesehatan mental merupakan kondisi kesejahteraan (*well-being*), dimana individu tersebut menyadari kemampuannya serta mampu mengatasi tekanan hidup serta bekerja secara produktif dan mampu memberikan kontribusi kembali kepada komunitasnya. Kesehatan mental merupakan salah satu aspek penting dalam mewujudkan kesehatan secara keseluruhan. Dengan kata lain kesehatan mental merupakan komponen yang mendasar

dari definisi kesehatan. Kesehatan mental memiliki arti yang sangat penting sama dengan kesehatan fisik pada umumnya. Lebih lanjut WHO menguraikan pengertian kesehatan mental selain dari sudut pandang tidak ditemukannya gangguan, namun dideskripsikan juga sebagai sebuah kondisi sejahtera yang ditandai oleh kemampuan individu menyadari potensi yang dimiliki, mampu mengatasi tekanan yang terjadi di dalam kehidupannya, bekerja secara produktif, serta memiliki kemampuan memberi kontribusi kepada dirinya sendiri maupun komunitasnya. Dalam definisi ini kesehatan mental merupakan pondasi dari perkembangan individu secara umum, dan kesehatan mental dapat memberikan dampak dalam kurun waktu yang panjang, yaitu sepanjang kehidupan individu tersebut (Murphy, & Fonagy dalam Setiawan et al., 2020).

Individu dikatakan mengalami gangguan kesehatan mental jika mengalami kesulitan dalam menyesuaikan dirinya dengan kondisi sekitarnya. Artinya individu tersebut tidak mampu memecahkan masalah sehingga menimbulkan stress yang berlebih dan mengakibatkan kesehatan mentalnya menjadi lebih rentan dan akhirnya dinyatakan terkena gangguan kesehatan mental.

Anggara (2021) menjelaskan tentang ciri-ciri individu yang memiliki kesehatan mental:

1. Senang dengan dirinya sendiri. Hal ini ditandai oleh kondisi individu yang memiliki kemampuan dalam menghadapi segala situasi, mengatasi rasa kecewa yang dialami di dalam kehidupan, merasakan kepuasan atas segala hal yang terjadi dalam kehidupannya

- sehari-hari, memiliki harga diri yang wajar dan bisa menilai diri sendiri secara realistis, tidak secara berlebihan maupun tidak pula merendahkan.
2. Merasa nyaman ketika berinteraksi dengan orang lain; yang ditandai oleh kondisi dimana individu mampu mencintai orang lain, memiliki hubungan pribadi yang tetap dan mampu menghargai perbedaan pendapat, merasa menjadi bagian dari suatu kelompok dan tidak mengakali orang lain serta tidak membiarkan orang lain mengakali dirinya.
 3. Mampu memenuhi tuntutan hidup yang ditandai dengan kemampuan dalam menetapkan tujuan hidup yang realistis, mampu mengambil keputusan, dapat menerima tanggung jawab, mampu merancang masa depan, dapat menerima ide dan pengalaman baru serta puas dengan pekerjaan

Di berbagai penelitian disebutkan tentang pentingnya edukasi mengenai kesehatan mental, dikarenakan informasi ini tidak hanya dibutuhkan oleh keluarga yang memiliki anggota yang menderita gangguan kesehatan mental namun juga perlu diebrikan kepada masyarakat pada umumnya. Hal ini diperlukan karena untuk kesembuhan penderita gangguan kesehatan mental seluruh lapisan masyarakat wajib dan berhak mendapatkan informasi yang lengkap sehingga dapat membantu menciptakan lingkungan social yang proposional untuk mempercepat kesembuhan para penderita gangguan mental (Wibawa dalam Anggara, 2021).

Menurut WHO, individu dikatakan memiliki kesehatan mental apabila (www.psikogenesis.com) :

1. Sehat secara emosi
Individu ini merasa puas atas hal-hal yang terdapat pada dirinya, merasa bahagia, bersikap menyenangkan, menunjukkan tenang dan mampu mengontrol diri.
2. Sehat secara psikologis
Sehat secara psikologis berarti bahwa individu mampu menerima segala bentuk kekurangan yang dimilikinya.
3. Sehat secara social
Individu ini bisa diterima dengan baik oleh orang lain di dalam kehidupan sosialnya serta mudah bergaul dengan orang lain di lingkungannya.
4. Bebas dari *mental illness*
Artinya individu tersebut bebas dari suatu penyakit yang bisa menyebabkan perubahan cara berpikir, *mood* dan juga perilaku.

Adapun tolak ukur kesehatan mental menurut Bastaman (dalam Tumanggor & Dariyo, 2021) adalah sebagai berikut :

1. Terbebas dari gangguan dan penyakit kejiwaan.
2. Mampu menyesuaikan diri dan menciptakan hubungan interpersonal yang bermanfaat serta menyenangkan.
3. Mampu mengembangkan potensi diri yang bermanfaat bagi diri sendiri dan lingkungan. Potensi diri mencakup kemampuan, bakat, sifat, sikap dan sejenisnya.
4. Beriman dan bertaqwa kepada Tuhan YME serta berupaya menerapkan tuntutan agama dalam kehidupan sehari-hari.

Lebih lanjut, Tumanggor & Dariyo (2021) menjelaskan prinsip Kesehatan Mental sebagai berikut:

1. Gambaran dan sikap yang baik terhadap diri sendiri
Prinsip ini dikenal juga dengan istilah *self image*, yaitu salah satu unsur penting yang dibutuhkan oleh individu dalam rangka pengembangan pribadi. Untuk mencapai prinsip ini, individu perlu mengembangkan sikap penerimaan diri, keyakinan diri serta kepercayaan diri.
2. Keterpaduan antara integrasi diri
Keterpaduan dapat diartikan sebagai adanya keseimbangan antara kekuatan-kekuatan jiwa yang ada di dalam diri, kesatuan falsafah hidup dan kesanggupan menghadapi stress dalam kehidupan.
3. Perwujudan diri atau aktualisasi diri
Orang yang memiliki kesehatan mental adalah orang yang mampu mengaktualisasikan potensinya dan memenuhi kebutuhan-kebutuhannya dengan cara-cara yang baik serta memuaskan.
4. Memiliki kemampuan menerima orang lain
Prinsip ini ditunjukkan oleh kemampuan melakukan aktivitas sosial dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar. Untuk dapat menyesuaikan diri, individu setidaknya harus memiliki kemampuan dan keterampilan serta memiliki hubungan yang erat dengan orang yang mempunyai otoritas maupun dengan teman-teman.
5. Pengawasan Diri
Individu yang sehat secara mental memiliki akal pikiran yang mampu melakukan pengawasan terhadap hawa nafsu atau dorongan keinginan serta

kebutuhan sehingga mampu membimbing segala tingkah lakunya.

Kesehatan mental merupakan bagian integral dari definisi sehat, oleh sebab itu tujuan, tradisi dan promosi kesehatan pada masyarakat dapat pula diterapkan pada bidang kesehatan mental. Pembahasan kesehatan mental tidak hanya terbatas pada tidak adanya penyakit mental pada individu, keluarga dan masyarakat. Namun, kesehatan mental perlu dipahami sebagai pendekatan multidisiplin yang mencakup tentang promosi kesejahteraan, kesehatan mental serta pencegahan penyakit. Berikut adalah factor internal dan eksternal yang mempengaruhi kesehatan mental individu. Faktor internal yang berpengaruh yaitu: 1) kondisi fisik, 2) kepribadian, 3) kondisi psikologis, 4) perkembangan dan kematangan, 5) kemampuan menghadapi problem, 6) kebermaknaan hidup, 7) keseimbangan dalam berfikir. Sedangkan factor eksternal yang berpengaruh yaitu : 1) keadaan sosial, 2) keadaan ekonomi, 3) keadaan politik dan 4) adat kebiasaan (Tumanggor & Dariyo, 2021)

3. Isu dan Problematika Kesehatan Mental pada Mahasiswa

Mahasiswa adalah remaja yang sedang beranjak dewasa, kebutuhan alamiah remaja pada masa ini adalah kebebasan dan kemandirian. Namun kebutuhan ini sedikit terhambat akibat terjadinya pandemic covid 19, dimana segala aktivitas terhambat sehingga secara tidak langsung memberikan tekanan tersendiri pada mahasiswa. Karena semua kebingungan yang ditimbulkan, tentu akan membuat labilitas emosi yang tak terkontrol (Aziz et al., 2021). Mahasiswa sebagai individu

yang beranjak dewasa tentu juga memiliki tanggung jawab yang semakin banyak pula. Bertambahnya tanggung jawab maka bertambah pula tekanan yang dimiliki mahasiswa, sehingga membutuhkan kemampuan untuk memecahkan masalah dan beradaptasi dengan lingkungan yang ada.

Kesehatan mental merupakan keadaan sejahtera baik secara fisik, emosi, sosial dan perilaku. Individu dikatakan memiliki kesehatan mental yang baik apabila ia mampu mengelola kondisi emosi, sosial, perilaku dan fisiknya dengan baik. Di masa pandemic ini banyak mahasiswa yang mulai mengeluhkan kebijakan *school from home*, dimana beberapa tekanan fisik, emosi, social dan perilaku dirasa cukup mengganggu rutinitas sehari-hari selama masa *physical distancing*. Beberapa gambaran tekanan yang dirasakan oleh mahasiswa diantaranya adalah bosan dengan pembelajaran daring dikarenakan pembelajaran daring banyak memberikan penugasan sedangkan waktu yang diberikan untuk mengerjakan tugas relative pendek. Selain itu mahasiswa juga mulai merasakan kejenuhan dengan rutinitas semasa pembelajaran daring di rumah, mereka merasa rutinitas pembelajaran daring membuat diri mereka kurang produktif, ditambah mereka tidak diperbolehkan untuk berinteraksi dengan teman-teman secara langsung di masa *physical distancing* ini, sehingga ketika ada kesulitan terkait tugas perkuliahan atau yang lain mereka merasa terbatas ruang geraknya.

Mahasiswa sering dianggap sebagai kelompok yang cukup rentan terganggu kesehatan mentalnya, apalagi di masa pandemic saat ini. Hal ini senada dengan yang

disampaikan oleh Baik et al. (2019) bahwa kesehatan mental mahasiswa telah menjadi masalah kesehatan masyarakat yang semakin mengkhawatirkan dalam beberapa tahun terakhir dengan semakin banyaknya penelitian empiris yang menunjukkan bahwa mahasiswa adalah 'populasi berisiko sangat tinggi' untuk tekanan psikologis dan gangguan mental. Mahasiswa saat ini menghadapi tantangan yang unik terutama dalam kondisi pandemi yang dinilai memiliki dampak dan konsekuensi psikologis negative, seperti cemas, kecewa, frustrasi. Rutinitas menjadi mahasiswa dimana perkuliahan dilakukan secara tatap muka, pergi ke kampus, mengerjakan tugas individu dan kelompok dengan teman merupakan rutinitas yang biasanya dilakukan mahasiswa. Ketika terjadi pandemic, semua rutinitas tersebut harus berubah total, pembatasan ruang gerak yang diberlakukan pemerintah membuat segala rutinitas tersebut harus ditata ulang. Mahasiswa butuh waktu untuk menyesuaikan diri dengan situasi dan kondisi saat ini. Berbagai perubahan yang demikian cepat dan tuntutan tugas-tugas kuliah dirasa menimbulkan kecemasan pada diri mahasiswa. Adapun gejala-gejala umum yang muncul adalah seperti terganggunya suasana hati, stress, mudah lelah, terganggu pola makan dan tidurnya, memiliki konsentrasi yang buruk, kehilangan semangat dalam menjalankan aktivitas normal dan menarik diri dari lingkungan sosial, dan dalam kondisi ekstrim bisa melakukan hal nekat seperti melarikan diri dan bunuh diri (Wahyuni & Bariyyah, 2019). Penelitian yang dilakukan oleh Baru et al. (2021) mengungkapkan bagaimana proses pembelajaran daring yang diterima

mahasiswa baru mempengaruhi kesehatan mentalnya. Dengan demikian individu yang mengalami masalah kesehatan mental akan berdampak cukup kuat terhadap kehidupan di lingkungan kampus, baik secara individu, interpersonal maupun institusional. Gangguan kesehatan mental yang dialami individu akan berdampak pada berbagai aspek mulai dari aspek fisik, kognitif, social dan emosional (Wahyuni & Bariyyah, 2019)

Tekanan psikologis yang didapat oleh mahasiswa bisa memberikan dampak yang kuat pada setiap aspek baik pada fungsi fisik, kognitif, emosional dan interpersonal. Secara khusus, tekanan psikologis yang berkepanjangan berdampak pada kapasitas mereka untuk belajar dan kemampuan melakukan partisipasi akademik serta mengganggu pemrosesan informasi, perhatian, memori, pengambilan keputusan, motivasi, dan kontrol impuls (Baik et al., 2019). Tidak hanya tekanan psikologis yang berdampak negatif pada individu, namun masalah emosional atau perilaku kadang-kadang dapat bermanifestasi dalam perilaku mengganggu atau agresif yang mempengaruhi rekan-rekan mahasiswa dan staf universitas. Pada akhirnya, tekanan psikologis yang parah dapat menyebabkan melukai diri sendiri dan bunuh diri. Berdasarkan gambaran tersebut perlu kiranya untuk membantu mahasiswa yang mengalami masalah kesehatan mental.

Dalam kehidupan sehari-hari, setiap individu pasti dihadapkan pada tekanan hidup dan tuntutan kebutuhan. Karena dunia ini pada hakikatnya adalah tempat dimana kita mendapat tekanan, sehingga merupakan hal yang wajar jika individu mengalami kecemasan dan

kekhawatiran dalam kesehariannya. Namun, yang perlu diingat bahwa *most of the stressor* itu sebenarnya netral, dalam arti bahwa berat ringannya tekanan hidup yang dihadapi sebenarnya tergantung pada bagaimana cara kita menyikapinya. Dengan demikian individu yang sehat mental itu adalah individu yang mampu menghadapi tekanan hidup, fleksibel dalam menghadapi tekanan hidup, sehingga dalam kondisi apapun produktifitas tetap terjaga.

Individu yang sehat mentalnya artinya ia mampu mengelola kondisi fisik dan mentalnya secara seimbang sehingga bisa dikatakan jika individu tidak memiliki mental yang sehat maka dirinya dikatakan terkena gangguan mental (Setyaningrum & Yanuarita, 2020). Adapun bentuk gangguan mental diantaranya bisa dalam bentuk gangguan emosional dan juga ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri. Individu yang memiliki gangguan mental bisanya cenderung dikuasai oleh kesemasan. Perasaan cemas (*anxiety*) merupakan indikator awal dari adanya gangguan kesehatan mental (Setyaningrum & Yanuarita, 2020). Meskipun kecemasan merupakan salah satu indikator yang menentukan terganggu tidaknya kesehatan mental individu namun tidak berarti semua individu yang mengalami kecemasan memiliki gangguan kesehatan mental. Individu yang memiliki kesehatan mental yang baik tidak akan dikuasai oleh kecemasan, ia mampu mengendalikan kecemasannya sehingga bisa memecahkan masalah. Sedangkan individu yang memiliki kesehatan mental yang buruk maka kecemasan tersebut akan menguasai dirinya, yang

berakibat pada terganggunya kesehatan mentalnya (Setyaningrum & Yanuarita, 2020).

Selain masalah terkait dengan kecemasan, mahasiswa juga mengalami kondisi kelelahan secara fisik dan mental. Hal ini terlihat dari beberapa keluhan yang disampaikan mahasiswa terkait dengan keinginan mereka untuk bisa segera dapat berinteraksi dengan teman-teman kuliah yang lain dalam menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan namun disisi yang lainnya mereka juga masih merasa khawatir dengan kondisi penyebaran covid-19. Rasa bosan yang dirasakan mahasiswa tentu saja membawa tekanan tersendiri pada dirinya yang pada akhirnya menyebabkan kelelahan secara fisik. Dengan demikian kelelahan fisik yang dialami dan dikeluhkan oleh mahasiswa selama pandemic ini bisa menjadi indikator bahwa mahasiswa mengalami masalah dengan kesehatan mentalnya. Lebih lanjut penelitian yang dilakukan Ridlo (2020) menunjukkan bahwa bentuk gejala cemas yang utama adalah perasaan khawatir akan terjadi hal-hal buruk, khawatir yang berlebihan, mudah marah, serta mengalami kesulitan untuk rileks sedangkan gejala depresi yang utama biasanya terkait dengan adanya gangguan pola tidur, timbul rasa kurang percaya diri, kelelahan, tidak bertenaga, serta kehilangan minat.

Berdasarkan data yang ada menunjukkan bahwa 20-30% remaja mengalami depresi sebelum usia dewasa, sedangkan 50-75% mengalami gangguan kecemasan, hiperaktif dan ADHD yang berkembang selama masa remaja. Hal ini berarti bahwa gangguan kesehatan mental pada episode pertama terjadi pada remaja (Setiawan et al., 2020). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa

gangguan kesehatan mental umumnya dimulai pada usia 14 tahun namun banyak yang tidak terdeteksi sehingga tidak mendapatkan bantuan/perawatan yang maksimal. Depresi dinyatakan sebagai salah satu penyebab utama penyakit dan kecacatan di kalangan remaja. Disisi lain depresi merupakan penyebab utama kematian ketiga pada usia 15-19 tahun. Hal ini merupakan dampak dari tidak tertanganinya gangguan kesehatan mental yang dialami pada masa remaja sehingga berakibat meluas hingga dewasa, merusak kesehatan fisik dan mental dan membatasi kesempatan untuk menjalani kehidupan yang memuaskan sebagai orang dewasa.

Kondisi seperti ini tentunya tidak bisa dibiarkan begitu saja karena akan sangat mengganggu produktifitas mahasiswa kedepannya. Seperti yang kita ketahui bersama bahwa kesehatan mental diidentifikasi dengan kemampuan individu untuk menyadari kemampuannya dan mampu mengelola stress. Ketika mahasiswa merasa mengalami kecemasan, kebosanan dan kejenuhan menghadapi berbagai tekanan dan tuntutan selama *school from home* dan pembelajaran daring maka hal ini akan mempengaruhi kesehatan mentalnya. Mahasiswa sebagai generasi muda yang produktif diharapkan dapat memiliki kesejahteraan mental yang baik, memiliki keterampilan memecahkan masalah, dan kompetensi social (Ganaprakasam, 2018). Aset ini membuat mereka tangguh dan membantu mereka berkembang dalam menghadapi keadaan yang merugikan sehingga mereka dapat menghindari perilaku yang risiko dan umumnya menjalani kehidupan yang produktif.

4. Upaya Pemberian Dukungan Kesehatan Mental

Salah satu sumber penyebab tekanan yang dialami mahasiswa adalah banyaknya kegiatan yang terkait dengan tugas-tugas perkuliahan, harapan orang tua, serta target pribadi dari masing-masing mahasiswa. Namun selain masalah yang dialami terkait dengan bidang akademik, masalah terkait non akademik juga memberikan tekanan tersendiri pada mahasiswa, seperti adanya perubahan lingkungan, kehilangan dukungan sosial, masalah dengan teman sebaya, dan juga masalah keuangan. Menurut Azzhra (2016) distress psikologis dapat terbentuk dari munculnya kecemasan, kesedihan, perasaan cepat marah, tingkat kesadaran diri serta penurunan kualitas hidup. Distress psikologis yang dialami mahasiswa akan berdampak buruk pada kesehatan mentalnya, bahkan pada banyak kasus masalah ini berakhir dengan kematian. Yang lebih memprihatinkan lagi adalah banyak orang-orang yang tidak menyadari bahwa dirinya sedang mengalami stress. Dengan demikian mahasiswa merupakan salah satu kelompok yang rentan dengan masalah kesehatan mental.

Berikut akan disajikan beberapa yang bisa dilakukan sebagai upaya preventif dan kuratif dalam mengatasi masalah kesehatan mental:

1. Melalui layanan bimbingan dan konseling

Kesehatan mental memiliki esensi yang penting dalam kehidupan individu karena merupakan komponen yang penting dalam membentuk relasi social, menjaga produktivitas, menjaga keseimbangan hidup sehari-hari dan berhubungan seimbang dengan lingkungan. Jika individu sehat secara mental artinya

individu tersebut akan dapat terus berkembang serta dapat berkontribusi kepada masyarakat. Namun sayangnya masih banyak masyarakat yang masih awam dengan isu kesehatan mental seperti pengelolaan stress maupun berbagai jenis gangguan jiwa dan cara penanganannya. Umumnya mahasiswa perlu memiliki kesehatan mental yang baik dan tidak mengalami gangguan. Karena pada usia remaja (mahasiswa) rata-rata memiliki masalah kejiwaan yang lebih tinggi dibandingkan usia remaja lainnya. Untuk itulah diperlukan seorang konselor yang dapat membantu remaja untuk menyelesaikan masalahnya, selain itu konselor dapat membantu remaja untuk berkomunikasi dan konsultasi serta memberikan solusi dari masalah yang dihadapi dengan cara memberikan konsultasi guna menemukan solusi atas permasalahan yang dihadapi mahasiswa (Melese et al dalam Nawindah & Lydiani, 2020). Disinilah peran dari layanan bimbingan dan konseling yang dilakukan oleh seorang konselor yang professional diharapkan dapat membantu mahasiswa menyelesaikan masalahnya. Mahasiswa yang memiliki masalah, misalnya masalah akademik dan pribadi, umumnya membutuhkan tempat berkomunikasi dan mencari solusi atas permasalahan yang dihadapi.

2. Adanya Suport System

Dukungan sosial biasanya memainkan peran penting dalam mengurangi risiko kesehatan mental, namun strategi jarak sosial dan isolasi membatasi strategi koping ini (Liu et al., 2020). Populasi siswa yang sangat rentan termasuk mereka yang memiliki

kondisi kesehatan mental yang sudah ada sebelumnya yang relokasinya dapat mengganggu perawatan aktif. Komunitas yang terpinggirkan seperti minoritas ras/etnis, siswa dari keluarga berpenghasilan rendah, minoritas seksual, dan mahasiswa generasi pertama, mungkin mengalami hambatan yang lebih parah untuk mengakses dan terlibat dalam perawatan kesehatan mental. Gangguan saat ini dan potensi perubahan jangka panjang yang diantisipasi mengharuskan kita untuk memprioritaskan langkah selanjutnya untuk mengatasi kesehatan mental.

3. Literasi Kesehatan Mental

Literasi kesehatan mental merupakan salah satu upaya yang bisa dilakukan untuk mengatasi masalah kesehatan mental. Literasi kesehatan mental sendiri memiliki definisi seperangkat pengetahuan dan keyakinan mengenai gangguan mental yang membantu individu untuk merekognisi, memajemen dan prevensi (Kutcher et al., 2016). Dengan literasi kesehatan mental mahasiswa akan memiliki pengetahuan akan pentingnya kesehatan mental serta dampak dari tidak tertanganinya kesehatan mental individu. Beberapa pengetahuan umum yang dapat ditingkatkan melalui literasi kesehatan mental antara lain (Kutcher et al., 2016): 1) pengetahuan cara mencegah gangguan mental, 2) pengetahuan tentang tanda-tanda gangguan mental, 3) pengetahuan cara mencari bantuan dan perawatan, 4) pengetahuan tentang strategi *self help* yang efektif untuk gangguan mental yang ringan dan 5)

ketrampilan pertolongan pertama dalam mendukung orang lain yang mengalami gangguan mental atau berada dalam krisis kesehatan mental.

4. Pelatihan mencari pertolongan (*help seeking behavior*)

Pelatihan yang diberikan secara terus menerus dan kontinyu akan membantu masyarakat meningkatkan kepekaan dan ilmu pengetahuannya terkait dengan isu kesehatan mental. Melalui pelatihan yang diberikan ketrampilan mahasiswa dalam mencari pertolongan (*help seeking behavior*) juga akan meningkat (Levin et al., 2018). Selain itu individu juga akan lebih mudah serta tanggap dalam mengenali tanda-tanda stress yang memiliki dampak buruk pada dirinya. Pelatihan yang diberikan juga akan mempercepat akses pertolongan sesuai gejala yang dialami oleh masing-masing individu. Dengan meningkatnya literasi kesehatan mental maka padangan dan diskriminasi terhadap orang dengan gangguan/masalah mental akan berkurang. Dengan demikian maka kesejahteraan masyarakat secara psikologis dapat tercapai. Kesejahteraan emosional dan kesehatan mental menjadi dasar dari pengalaman kita sepanjang tahapan dan transisi kehidupan. Ini akan membangun generasi muda dengan pemahaman yang lebih dalam tentang pentingnya kesehatan mental mereka sendiri dan orang lain, keterampilan yang diperlukan untuk tetap sehat, dan kesadaran akan tanda-tanda tidak sehat, sehingga mereka dapat mencari bantuan lebih awal

untuk diri mereka sendiri. dan orang lain yang dalam kesulitan (Gunnell et al., 2018)

Masalah kesehatan mental umum terjadi di kalangan mahasiswa, tetapi banyak mahasiswa tidak berusaha untuk mencari bantuan. Levin et al., (2018) dalam penelitiannya menjelaskan alasan banyak mahasiswa tidak mencari bantuan ketika mengalami masalah kesehatan mental, yang pertama dipengaruhi oleh stigma diri dan yang kedua stigma mencari pertolongan pengobatan. Kedua stigma pandangan inilah yang menghalangi remaja dalam mencari bantuan untuk kesehatan mentalnya. Di Indonesia sendiri kebijakan kesehatan mental dilakukan dengan mengoptimalkan integrasi layanan kesehatan mental. Dalam hal ini pemerintah perlu kiranya untuk melakukan *link and match* layanan kesehatan mental ke dalam layanan berbasis masyarakat. Model pemberdayaan partisipatif dan *bottom-up* dirasa menjadi pilihan yang rasional, untuk mengatasi berbagai masalah sumber daya dan stigma sebagai penghalang keberhasilan program kesehatan mental di Indonesia (Ridlo, 2020).

Referensi

- Anggara, N. N. (2021). *Menjaga Kesehatan Mental selama pandemi covid-19 Maintaining Mental Healthy during the Covid-19 Pandemic*. 608–611.
- Ayuningtyas, D., Misnaniarti, M., & Rayhani, M. (2018). Analisis Situasi Kesehatan Mental Pada Masyarakat Di Indonesia Dan Strategi Penanggulangannya. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 1–10. <https://doi.org/10.26553/jikm.2018.9.1.1-10>

- Aziz, Z. A., Ayu, D. A., Bancin, F. M., Syara, S. G., Manalu, W. B., S, R. A., Lia, S. F., Tanjung, L. P., Boang manalu, A. S., Br Karo, S. indah K., Br Bangun, C. A., Limbong, F. W., & Siregar, N. F. (2021). Gambaran Kesehatan Mental Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Dunia Kesmas*, 10(1), 130–135. <https://doi.org/10.33024/jdk.v10i1.3256>
- Azzahra, F. (2016). Pengaruh resiliensi terhadap distres psikologis pada mahasiswa. In *FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG* (Vol. 4, Issue 01). <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/jipt/article/viewFile/3883/4336>
- Baik, C., Larcombe, W., & Brooker, A. (2019). How universities can enhance student mental wellbeing: the student perspective. *Higher Education Research and Development*, 38(4), 674–687. <https://doi.org/10.1080/07294360.2019.1576596>
- Baru, M. M., Nanda, H. I., & Santi, F. (2021). *Squential Explanatory: Ofensif Daring terhadap Kesehatan*. 4(1), 1–9.
- Ganaprakasam, C. (2018). Emotional Intelligence on Suicidal. *MJSSH: Muallim Journal of Social Science and Humanities*, 2(3), 185–195.
- Gunnell, D., Kidger, J., & Elvidge, H. (2018). Adolescent mental health in crisis. *BMJ (Online)*, 361(June), 1–2. <https://doi.org/10.1136/bmj.k2608>
- Kutcher, S., Wei, Y., & Coniglio, C. (2016). Mental health literacy: Past, present, and future. *Canadian Journal of Psychiatry*, 61(3), 154–158. <https://doi.org/10.1177/0706743715616609>

- Levin, M. E., Krafft, J., & Levin, C. (2018). Does self-help increase rates of help seeking for student mental health problems by minimizing stigma as a barrier? *Journal of American College Health*, 66(4), 302–309. <https://doi.org/10.1080/07448481.2018.1440580>
- Liu, C. H., Pinder-Amaker, S., Hahm, H. “Chris,” & Chen, J. A. (2020). Priorities for addressing the impact of the COVID-19 pandemic on college student mental health. *Journal of American College Health*, 0(0), 1–3. <https://doi.org/10.1080/07448481.2020.1803882>
- Mumtaz, N. S., Rochim, D. F., & Caturjuniandri, M. T. (2021). *Psyclub : A Psychology-Based Extracurricular to Improve Mental Health Literacy of Rural Youth Communities Through Schools*. 3(2), 23–33.
- Nawindah, N., & Lydiani, S. (2020). Fuzzy Inference System Untuk Mendeteksi Kesehatan Mental Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Teknologi Infomasi Terapan*, 6(2), 110–114. <https://doi.org/10.33197/jitter.vol6.iss2.2020.368>
- Ridlo, I. A. (2020). Pandemi COVID-19 dan Tantangan Kebijakan Kesehatan Mental di Indonesia. *INSAN Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 5(2), 162. <https://doi.org/10.20473/jpkm.v5i22020.162-171>
- Sari, I. P., Al Madya, F. O., & Isro'yah, I. (2020). Sosialisasi Mengatasi Mental Health Terdampak COVID-19 Melalui Video Edukasi. *Jurnal Abdidas*, 1(5), 458–465. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v1i5.103>
- Setiawan, H., Atmojo, W. T., & Rutmalem, S. (2020). *Efektifitas pemberian terapi bermain terhadap emosi, perilaku dan sosial pada klien remaja di rumah sakit jiwa*. 3(3), 349–356.

- Setyaningrum, W., & Yanuarita, H. A. (2020). Pengaruh Covid-19 Terhadap Kesehatan Mental Masyarakat Di Kota Malang. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 4(4).
<https://doi.org/10.36312/jisip.v4i4.1580>
- Tumanggor, R. O., & Dariyo, A. (2021). *ID A-PSIKOLOGI-05 ajaran-ajaran dogma keagamaan tertentu , namun spiritual well being mampu menumbuhkan*. 1257–1263.
- Wahyuni, E. N., & Bariyyah, K. (2019). Apakah spiritualitas berkontribusi terhadap kesehatan mental mahasiswa? *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 5(1), 46.
<https://doi.org/10.29210/120192334>

Bagian 5

Peran Konselor dalam Menurunkan Kecemasan Siswa pada Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi Covid-19



Rischa Pramudia Trisnani, Silvia Yula Wardani

*Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas PGRI Madiun*

Abstrak

Kecemasan yang di rasakan oleh siswa dalam menghadapi pembelajaran daring di masa pandemic covid-19 ini harus segera di tangani. Siswa harus mendapatkan informasi, dukungan serta motivasi agar dapat memahami situasi dan kondisi saat ini tanpa harus menimbulkan masalah baru dalam kehidupannya. konselor di sekolah berperan membantu memberikan pemahaman dan membekali siswa dalam memberikan pengetahuan melalui layanan informasi, layanan konseling kelompok serta konseling individu. Harapannya konselor dapat menurunkan kecemasan yang dialami dalam pembelajaran daring di masa pandemi covid-19.

Kata kunci: kecemasan, peran konselor

1. Pembelajaran Daring di Masa Pandemi

Pandemi Covid-19 telah menimbulkan dampak yang merubah kehidupan manusia, tidak terkecuali di dunia pendidikan (Herliandry, dkk, 2020). Sejak saat itu instruksi yang telah diberikan pemerintah melalui Kemendikbud Direktorat Pendidikan Tinggi Nomer 1

Tahun 2020 mulai membuat peraturan baru guna menekan angka penyebaran virus corona di Indonesia yang salah satunya adalah program *stay at home* dan mulai diselenggarakannya pembelajaran secara jarak jauh (Firman, 2020).

Dari seluruh jenjang pendidikan mulai dari pendidikan tinggi hingga pendidikan usia dini ikut menanggung dampak dari adanya pandemi covid-19 ini, seluruh siswa dipaksa untuk belajar secara online. System yang digunakan dalam pembelajaran secara tatap muka atau konvensional harus beralih ke pembelajaran yang dilaksanakan secara daring, hal ini memerlukan waktu dan persiapan yang matang (Asmuni, 2020). Guru, siswa maupun orang tua dituntut untuk mahir dalam menggunakan teknologi internet (Purwanto, dkk, 2020). Pembelajaran secara daring akan berjalan dengan baik apabila ada kolaborasi antara siswa, guru dan orang tua dengan baik. Pembelajaran secara daring harapannya bermanfaat bagi siswa agar mampu membangun dan belajar menciptakan pengetahuan secara mandiri, dapat berkolaborasi dengan siswa lain secara bersama-sama dalam mencari pemecahan permasalahan pembelajaran melalui internet berbasis computer (Guswanti & Satria, 2021), Guru harus mampu mengontrol dan mengkondisikan kelas secara virtual, sedangkan orang tua juga harus ikut berperan dalam pelaksanaan pembelajaran secara daring dengan memberikan motivasi serta mendampingi anaknya agar pembelajaran dapat berjalan dengan baik (Afifah,dkk, 2021).

Pembelajaran daring dilakukan dengan menggunakan zoom, google meet, google classroom,

google form dan atau menggunakan aplikasi yang tersedia di sekolah (Handarini, & Wulandari, 2020). Berdasarkan penelitian Juliya & Herlambang (2021) dan Widodo (2020) masih ada beberapa permasalahan yang menghambat diantaranya yaitu adanya kesulitan dalam penguasaan teknologi, sulitnya pengaksesan internet, tidak mumpuninya fasilitas belajar serta tidak kondusifnya lingkungan belajar sedangkan dalam penelitian Haryadi & Selviani (2021) dan Wahyuningsih (2021) menyatakan bahwa sekolah kurang memiliki infrastruktur dalam memfasilitasi jalannya pembelajaran daring, guru belum memiliki keahlian dalam menggunakan pembelajaran secara daring, siswa tidak memiliki akses internet yang baik serta adanya orang tua yang belum mampu membagi waktu dalam mendampingi anaknya belajar dan melakukan pekerjaan rumah. Menurut surat edaran nomer 4 Tahun 2010 tujuan pembelajaran daring yaitu untuk memberikan suatu pengalaman yang bermakna bagi siswa dengan memberikan kemudahan serta tidak membuat siswa merasa terbebani namun tetap mampu mencapai ketuntasan sesuai capaian kurikulum sesuai standart yang ditentukan (Rahmawati et al., 2020).

2. Kecemasan siswa

Pembelajaran secara daring belum menjadi kebiasaan di negara indonesia sehingga menimbulkan kecemasan terutama bagi siswa. Respon emosional yang ditimbulkan dari pandemi covid-19 sangat berpengaruh terhadap kondisi kejiwaan antara lain yaitu gejala depresi dan kecemasann normal, ringan, sedang, dan berat (Yu Pan, K., 2020; Feter, N., 2020). Menurut Ramaiah (2003) kecemasan merupakan reaksi normal terhadap situasi

yang sangat menekan kehidupan seseorang dan karena itu berlangsung tidak lama. Sedangkan menurut Strawn, et.al (2020) dan Khoram, et.al (2020) mendefinisikan kecemasan adalah kondisi keadaan mental yang ditandai dengan munculnya keadaan emosional berupa rasa ketakutan dan kepanikan karena berada pada kondisi yang mengancam. Kecemasan dihubungkan dengan konsep diri atau kepribadian, ciri atau sifat dalam suatu disposisi sehingga dapat berfungsi secara penuh pada minat melalui konsistensi yang berjalan dari waktu ke waktu atau dalam situasi apapun (Barlow, 2002). Kecemasan memiliki dua gejala yaitu pertama modalitas somatik atau gejala fisiologis dan gangguan, kedua yaitu moralitas kognitif atau pikiran yang mengganggu (Zenker, et.al, 2021).

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan terbagi menjadi dua bagian yaitu faktor internal (jenis kelamin, usia, tingkat pendidikan dan pengalaman keperawatan) dan faktor eksternal (status medis / diagnosis penyakit, perolehan informasi, komunikasi terapeutik, lingkungan, fasilitas sanitasi) (Kaplan, et.al , 1997). Sedangkan menurut penelitian Kartika (2020) faktor pemicu kecemasan siswa adalah 74,53% disebabkan oleh faktor pribadi, 51,17% factor keluarga, 52,80% factor social dan 85,09% berasal dari factor kelembagaan atau sekolah. Tugas dari guru yang terlalu banyak membuat siswa tidak memiliki banyak waktu untuk istirahat, waktu mengerjakannya membutuhkan waktu dari pagi hingga malam, hal ini berbeda dengan kegiatan belajar tatap muka di sekolah. Kecemasan siswa muncul apabila tidak memahami materi yang dijelaskan oleh guru, sulit menyelesaikan pekerjaan rumah dengan

baik dan melebihi batas waktu yang ditetapkan, tidak adanya sinyal untuk mengakses internet, dan membayangkan materi untuk pelajaran selanjutnya (Oktawirawan, 2020). Munculnya kecemasan akibat dari individu yang tidak mampu memanagemen stress dan mengelola emosi dalam pelaksanaan pembelajaran daring (Sari et al., 2020). Kecemasan yang dialami oleh siswa membuat emosinya semakin tidak terkontrol, kurang kooperatif saat pembelajaran dan merasa tidak bebas dalam melakukan kegiatan di luar rumah (Kusuma & Sutapa, 2020).

Terdapat 3 komponen kecemasan yang mana dicirikan dengan munculkan kepanikan dan rasakhawatir yang tinggi sehingga mengganggu konsentrasi, secara emosi menjadi lebih mudah tersinggung, gampang marah, selalu gelisah dan merasa tidak tenang sehingga menyebabkan seseorang menjadi depresi, dan terjadi goncangan dalam tubuh seperti gemetar, gugup bahkan sampai berpengaruh dalam kemampuan komunikasinya (Pratiwi et al., 2021). Sedangkan Xia, et.al (2020) dan Groen, et.al (2020) mengatakan bahwa apabila seorang individu mengalami kesulitan tidur kurang dari 6 jam per hari, tidak memiliki minat untuk berolahraga, mudah lelah dan sering sakit kepala maka termasuk dalam gejala kecemasan. Gejala kecemasan juga ditandai dengan rasa "gugup" hingga tingkat ketakutan yang tinggi. tangan, gemetar, berkeringat, ketakutan, pelupa, bengong, sakit perut, mulut dan tenggorokan kering, detak jantung cepat. Derajat kecemasan bervariasi sesuai dengan kondisi fisik dan psikologis tertentu serta kebutuhan situasional (Rajitha & Alamelu, 2020).

Berdasarkan permasalahan di atas siswa mengharapkan bantuan dari seseorang yang memiliki kompetensi untuk memberikan motivasi dan dukungan sehingga tidak mengalami kecemasan dalam menghadapi pembelajaran daring di masa pandemi seperti ini. Di sekolah, profesi konselor memiliki tugas secara legal formatif untuk membantu beragam gangguan dan hambatan yang dialami oleh siswa (Wangid, 2010). Konselor dianggap memiliki peran yang penting dalam membantu menurunkan kecemasan siswa pada pembelajaran daring di masa pandemi covid-19.

3. Peran Konselor dalam Menurunkan Kecemasan Siswa pada Pembelajaran Daring

Di masa pandemi seperti ini semua sektor mengalami permasalahan, tak terkecuali di dunia pendidikan juga ikut merasakan dampaknya. Konselor menjadi seseorang yang memiliki peran yang sangat penting dalam membantu siswa dalam menghadapi hambatan dan gangguan karena system pembelajaran yang berubah dari luring ke daring. Guru bimbingan dan Konseling atau konselor bertanggung jawab atas permasalahan yang dihadapi oleh siswa yaitu berkaitan dengan layanan konseling bagi siswa. Untuk itu, sekolah membutuhkan layanan bimbingan dan konseling yang bertujuan untuk mengembangkan semua kompetensi yang dimiliki serta permasalahan sosial serta permasalahan pribadi sehingga mudah beradaptasi dengan lingkungan. Dimasa seperti ini kinerja konselor diharapkan mampu menstabilkan emosi siswa agar tidak merasa stres dengan banyaknya perubahan yang terjadi. Peran konselor yaitu:

1. Memberikan layanan preventif

Layanan preventif mengacu pada kegiatan yang dilakukan oleh konselor sekolah untuk mencegah timbulnya masalah bagi siswa. Misalnya memberikan layanan bimbingan informasi secara insentive sehingga siswa merasa ada yang selalu memberikan dukungan dan motivasi. Menurut (Prayitno & Amti, 2004) Layanan informasi adalah kegiatan yang memberikan pemahaman Individu yang tertarik pada apa yang dibutuhkan untuk melakukan tugas atau aktivitas, Atau tentukan arah tujuan atau rencana yang diinginkan. Oleh karena itu, layanan informasi merupakan perwujudan fungsi pemahaman dalam pembinaan dan konsultasi. konselor dapat memberikan wawasan tentang bahaya corona dan mengapa harus melaksanakan pembelajaran secara daring melalui berbagai jenis materi layanan informasi.

2. Memberikan layanan kuratif.

Layanan kuratif yang diberikan konselor bertujuan untuk mengurangi perilaku siswa yang sudah merasa cemas dalam menerapkan pembelajaran online. Misalnya dengan memberikan layanan konseling kelompok atau konseling individu terhadap siswa agar dapat mereduksi kecemasan yang dirasakan. Layanan konseling kelompok adalah layanan yang bermanfaat bagi siswa untuk berdiskusi dan mengatasi masalah pribadi melalui dinamika kelompok, sehingga siswa yang memiliki masalah kecemasan dalam pembelajaran daring di masa pandemi ini dapat memperoleh manfaat diskusi secara dinamis dan pengentasan masalah pribadi kelompok (Prayitno,

2012:149). Apabila siswa mengalami tingkat kecemasan yang membutuhkan bantuan secara ekstra dapat diberikan layanan konseling individu untuk mengetahui secara mendalam mengenai gejala kecemasan yang dialami oleh siswa. Menurut (Sukardi & Kusmawati, 2008) Layanan konseling individu itu sendiri yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan klien untuk bertatap muka langsung dengan konselor untuk membahas dan meringankan masalah pribadi yang dideritanya.

3. Memberikan layanan Preseveratif (Pemeliharaan atau penjagaan)

Layanan ini juga perlu diberikan bagi siswa meskipun mereka telah mampu menyelesaikan masalah nya sendiri. Kecemasan yang dialami siswa beragam, apabila siswa yang sudah mampu menyelesaikan masalah nya sendiri maka konselor hanya membantu untuk menjaga dan pada saat yang sama mengembangkan perilaku siswa yang sesuai agar mampu melakukan pemeliharaan perilakunya dengan baik agar tidak merasakan cemas dalam menghadapi pembelajaran daring di masa pandemic covid-19 ini.

4. Simpulan

Kecemasan merupakan salah satu permasalahan siswa dalam menghadapi pembelajaran daring di masa pandemi covid-19 seperti sekarang ini. Cemas yang dialami siswa berpengaruh terhadap proses belajar dan kehidupan siswa. Beberapa gejala yang di timbulkan dapat mengganggu siswa. Faktor emosi, lingkungan dan fisik merupakan hal yang harus di pahami siswa agar dapat keluar dari rasa cemas. Peran konselor sekolah

disini sangat penting sebagai seseorang yang dapat membantu siswa mengatasi hambatan dan gangguan. Konselor dapat memberikan layanan kuratif berupa layanan informasi, layanan kuratif berupa layanan konseling kelompok maupun konseling individu dan juga dapat membantu memberikan penguatan bagi siswa yang telah mampu menyelesaikan sendiri masalah cemas yang di rasakan.

Referensi

- Afifah Chusna Az Zahra, Krista Insan Dermawan, C. T. A. (2021). Problematika orang tua dalam mendampingi pembelajaran daring anak selama pandemi covid-19 dan solusi pemecahannya. *Tantangan Pembelajaran Komprehensif Untuk Mengembangkan Karakter Peserta Didik: Berdasarkan Pendekatan Psikologi Positif*.
- Arif Widodo, N. (2020). Problematika Pembelajaran Daring dalam Perspektif Mahasiswa. *ELSE (Elementary School Education Journal)*, 4(2), 100–115.
- Asmuni, A. (2020). Problematika Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19 dan Solusi Pemecahannya. *Jurnal Paedagogy*, 7(4), 281. <https://doi.org/10.33394/jp.v7i4.2941>
- Barlow, H. D. (2002). *Anxiety and Its Disorder; The Nature and Treatment of Anxiety and Panic*. The Guilford Press.
- Feter, N., et. al. (2020). Sharp increase in depression and anxiety among Brazillian adults during the covid-19 pandemic; findings from the PAMPA cohort. *Public Health*, 101–107. www.elsevier.com/locate/puhe
- Firman, . Rahman. S.R. (2020). No Title. *Pembelajaran Online di Tengah Pandemi Covid-19.*, 2(2), 81–89. <https://ojs.unsulbar.ac.id/index.php/ijes/article/view/659/369>

- Groen, R.N., Gils, A.V., Emerencia, A.C., Bos, E.H., Rosmalen, J. G. M. (2020). Exploring temporal relationships among worrying, anxiety, and somatic symptoms. *Journal of Psychosomatic Research*.
www.elsevier.com/locate/jpsychores
- Guswanti, M., & Satria, R. (2021). Problematika Pembelajaran Dalam Problematika Pembelajaran Dalam Jaringan (Daring) Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Di SMA Negeri 4 Pariaman. *An-Nuha*, 1(2), 116–124.
<https://doi.org/10.24036/annuha.v1i2.43>
- Handarini, O & Wulandari, S. (2020). Pembelajaran Daring sebagai Upaya Study From Home. *Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran (JPAP)*, 8(3), 496–503.
- Haryadi, R., & Selviani, F. (2021). PROBLEMATIKA PEMBELAJARAN DARING DI MASA PANDEMI COVID-19 Pendidikan Fisika , Universitas Sultan Ageng Tirtayasa Email: rudiharyadi@untirta.ac.id Email: selvianifitria28@gmail.com AoEJ: *AoEJ: Academy of Education Journal*, 12, 254–261.
- Herliandry, L.D., Nurhasanah., Enjelina, S., Kuswanto, H. (2020). Pembelajaran Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Teknologi Pendidikan. Jurnal Teknologi Pendidikan*, 22(1), 65–70.
- Juliya, M., & Herlambang, Y. T. (2021). Analisis Problematika Pembelajaran Daring dan Pengaruhnya Terhadap Motivasi Belajar Siswa. *Genta Mulia*, XII(1), 281–294.
- Kaplan, H. I, Sadock, B.J. & Grebb, J. . (1997). *Sinopsis Psikiatri jilid 2*. Bina Aksara.
- Kartika, D. (2020). Faktor–Faktor Kecemasan Akademik Selama Pembelajaran Daring Pada Siswa SMA di Kabupaten Sarolangun. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 4(3), 3544–3549.

- Khoram, B., Yoosefinejad, A.K., Rivaz, M., Najafi, S. S. (2020). Investigating the effect of acupressure on the patients' Anxiety Open-heart surgery:A randomized clinical trial. *Journal of Acupuncture and Median Studies* 13. www.jams-kpi.com
- Kusuma, W. S., & Sutapa, P. (2020). Dampak Pembelajaran Daring terhadap Perilaku Sosial Emosional Anak. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1635–1643. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.940>
- Oktawirawan, D. H. (2020). Faktor Pemicu Kecemasan Siswa dalam Melakukan Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(2), <https://doi.org/10.33087/jiubj.v20i2.932>
- Pratiwi, I. W., Psikologi, F., & Borobudur, U. (2021). *Gambaran Kecemasan Siswa SMP dalam Menghadapi Pelajaran Matematika Gambaran Kecemasan Siswa SMP dalam Menghadapi Pelajaran Matematika*. 10(2).
- Prayitno. (2012). *Seri panduan layanan dan kegiatan pendukung konseling*. BK FIP UNP.
- Prayitno & Amti, E. (2004). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Rineka Cipta.
- Purwanto, A., Pramono, R., Asbari, M., Santoso, P.B., Mayesti, L. (2020). Studi Eksploratif Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Proses Pembelajaran Online di Sekolah Dasar. *EduPsyCouns Journal (Journal of Education, Psychology and Counseling)*, 2(1), 1–12. <https://ummaspul.e-journal.id/Edupsyscouns/article/view/397/223>
- Rahmawati, N. R., Rosida, F. E., & Kholidin, F. I. (2020). Analisis Pembelajaran Daring Saat Pandemi Di Madrasah Ibtidaiyah. *SITTAH: Journal of Primary Education*, 1(2), 139–148. <https://doi.org/10.30762/sittah.v1i2.2487>

- Ramaiah, S. (2003). *Kecemasan Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*. Pustaka Populer Obor.
- Sari, P., Bulantika, S. Z., Utami, F. P., & Kholidin, F. I. (2020). Pengaruh Manajemen Stress dan Kelola Emosi Terhadap Tingkat Kecemasan Siswa di Masa New Normal. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 2(2), 62–67. <https://doi.org/10.51214/bocp.v2i2.44>
- Strawn, J.R., Levine, A. (2020). Treatment Response Biomarkers In Anxiety Disorder: From Neuromaging To Neuronally-Derived Extracellular Vesicles And Beyond. *Treatment Response Biomarkers In Anxiety Disorder: From Neuromaging To Neuronally-Derived Extracellular Vesicles And Beyond*. *Biomarkers in Neuropsychiatry* 3. www.elsevier.com/locate/bionps
- Sukardi, D.K., & Kusmawati, N. (. (2008). *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Rineka Cipta.
- Wahyuningsih, K. S. (2021). Problematika Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi Covid-19 Di Sma Dharma Praja Denpasar. *Jurnal Pangkaja*, 24(1), 107–118.
- Xia, J., Wen, Y., Li, H., Meng, K., Zhang, I. (2020). Caring for anxiety among adults in face of Covid-19: A cross-sectional online survey. *Journal Of Affective Disorder Report* 1. www.wlsevier.com/locate/jadr
- Yu Pan, K., et. al. (2020). Yu Pan, K., et.al. (2020). The mental health impact of the covid-19 pandemic on people with without depressive, anxiety, or obsessive-compulsive disorder; a longitudinal study of three dutch case-control cohorts. *Lancet Psychiatry*., 8, 121–129. www.thelancet.com/psychiatry
- Zenker, S., Braun, E., Gyimothy, S. (2021). Too afraid to travel? Development of pandemic (COVID-19) Anxiety travel scale (PATS). *Tourism Management*, 84. <http://www.elsevier.com/locate/tourman>

Bagian 6

Penguatan Pendidikan Karakter Positif di Sekolah Dasar



Diana Ariswanti Triningtyas, Juwita Finayanti

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Universitas PGRI Madiun

Abstrak

Dunia pendidikan dapat mengambil peran aktif dalam mempersiapkan peserta didik yang mampu menghadapi berbagai tantangan kehidupan, baik secara lokal, nasional, maupun internasional. Kehidupan yang serba canggih ini menjadikan dilema kehidupan yang rumit, serta memunculkan persoalan hidup yang semakin kompleks. Tantangan dalam perkembangan teknologi dan informasi yang kian cepat dapat memunculkan dampak yang bersifat positif serta negatif terhadap perkembangan anak. Perilaku-perilaku negatif yang muncul mengindikasikan hilangnya nilai karakter seseorang. Penguatan pendidikan karakter diharapkan dapat menjadi alternatif dalam mewujudkan seseorang yang berbudi luhur. Pendidikan karakter merupakan salah satu upaya membentuk seseorang secara utuh. Karakter dapat terbentuk apabila dilakukan berulang secara terus menerus hingga menjadi suatu kebiasaan, yang akhirnya dapat membentuk karakter anak atau peserta didik. Peran guru tidak hanya mentransfer ilmu pengetahuan saja namun juga mengarahkan peserta didik dengan penguatan pendidikan karakter positif dalam kehidupan sehari-hari.

Kata kunci: Pendidikan, Karakter Positif

1. Pendidikan Karakter

Pendidikan memiliki peran penting dalam kehidupan manusia. Dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional yang tertuang dalam pasal 1 menyatakan bahwa, pendidikan merupakan suatu usaha yang terencana dalam proses pembelajaran serta membangkitkan suasana belajar agar peserta didik dapat mengembangkan dirinya seoptimal mungkin untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, serta bangsa dan negara. Rumusan tersebut memiliki makna bahwa di dalam dunia pendidikan membangun individu secara utuh.

Menurut Ki Hajar Dewantara, pendidikan merupakan kesatuan antara cipta, rasa dan karsa. Bagi Ki Hajar Dewantara, pendidikan adalah sebuah upaya dalam perkembangan budi pekerti, pikiran, serta jasmani. Pendidikan bertujuan untuk mengembangkan kesempurnaan hidup, yakni sebuah kehidupan individu yang selaras. Hal itu mengandung arti, bahwa dalam Pendidikan bukan sekedar mentransfer ilmu pengetahuan saja, namun juga dalam hal karakter juga.

Dunia pendidikan dapat mengambil peran aktif dalam mempersiapkan peserta didik yang mampu menghadapi berbagai tantangan kehidupan, baik secara lokal, nasional, maupun internasional. Banks (2009), menyatakan bahwa era globalisasi merupakan kondisi yang harus dihadapi dengan segala konsekuensinya. Kehidupan yang serba canggih ini menjadikan dilema

kehidupan yang rumit, serta memunculkan persoalan hidup yang semakin kompleks. Tantangan dalam perkembangan teknologi dan informasi yang kian cepat dapat memunculkan dampak yang bersifat positif serta negatif terhadap perkembangan anak. Perilaku-perilaku negatif yang muncul mengindikasikan hilangnya nilai karakter seseorang. Penguatan pendidikan karakter diharapkan dapat menjadi alternatif dalam mewujudkan seseorang yang berbudi luhur.

Karakter merupakan nilai-nilai yang dimiliki oleh seorang individu sejak lahir dan berkembang seiring waktu, yang terbentuk melalui proses interaksi dengan lingkungan di mana anak tinggal. Adapun faktor yang berpengaruh dalam proses perkembangan karakter pada anak adalah *nature* (faktor bawaan), dan *nurture* (faktor lingkungan), dimana anak tersebut tumbuh dan berkembang. Yang menjadi lingkup wilayah pendidikan karakter pada anak adalah faktor lingkungan. Lingkungan tempat tinggal anak memiliki pengaruh yang sangat besar. Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan oleh Samani & Hariyanto (2017) bahwa karakter adalah nilai dasar yang membentuk pribadi seseorang, baik pengaruh hereditas maupun pengaruh lingkungan yang diwujudkan dalam sikap dan perilakunya dalam kehidupan sehari-hari. Pelaksanaan hasil pendidikan yang dilakukan oleh seorang anak, akan memunculkan perilaku, tutur kata yang sopan serta etika yang baik yang sesuai dengan norma, baik di sekolah, rumah, maupun masyarakat.

2. Prinsip dalam Pendidikan karakter

Pendidikan karakter merupakan usaha yang dilakukan untuk membentuk individu yang berkarakter dan berperasaan. Lickona, T., Schaps, E., & Lewis, (2003), menyatakan pendidikan karakter dilakukan dengan pembiasaan untuk berperilaku positif dan menjauhi perilaku negative. Dalam kemitraan Pendidikan karakter menguraikan 11 prinsip pendidikan karakter yang efektif, yakni a) memperkenalkan nilai karakter positif; b) menginterpretasikan karakter secara keseluruhan dalam berpikir, berperasaan dan berperilaku; c) memanfaatkan suatu pendekatan yang tepat; d) menyelenggarakan komunitas sekolah yang peduli; e) menyediakan kesempatan kepada anak untuk mengembangkan perilaku yang bermoral; f) mengatur sebuah kurikulum untuk membantu peserta didik agar menjadi individu yang bermakna dan meraih kesuksesan; g) menggerakkan motivasi dari dalam diri peserta didik untuk menjadi seorang pribadi yang baik; h) dalam proses pembelajaran mengandalkan sebuah komunitas yang profesional dan bermoral; i) mendorong pendidikan karakter sepanjang hidup; j) mengajak serta mitra seperti anggota keluarga dan masyarakat dalam pendidikan karakter; dan k) melakukan evaluasi karakter serta mengatur usaha-usaha pendidikan karakter lainnya. Karakter seseorang akan dapat berkembang secara baik apabila mendapatkan penguatan secara tepat melalui pendidikan.

3. Nilai-Nilai Pendidikan Karakter

Nilai berasal dari bahasa Latin *vale're* yang berarti bermanfaat, sehingga nilai dimaknakan segala sesuatu yang berfaedah dan bermanfaat, yang dilihat baik dan benar menurut pandangan orang atau sekelompok orang tertentu. Nilai adalah suatu pola normatif, yang menentukan tingkah laku yang diinginkan bagi suatu sistem yang ada kaitannya dengan lingkungan sekitar tanpa membedakan fungsi-fungsi bagian-bagiannya. Nilai lebih mengutamakan berfungsinya pemeliharaan pola dari sistem sosial.

Nilai-nilai yang dikembangkan dalam pendidikan budaya dan karakter bangsa diidentifikasi dari sumber-sumber inti. Sumber yang dimaksud adalah Agama, Pancasila, budaya, dan tujuan pendidikan nasional. Dengan bersumber dari nilai-nilai luhur, karakter bisa dibentuk sesuai dengan tujuan pendidikan. Oleh sebab itu, dalam rangka membina kepribadian generasi muda dengan bertumpu pada hakikat dari pendidikan karakter khususnya dalam konteks pendidikan di Indonesia adalah pendidikan nilai dimana dalam pendidikan tersebut memuat pendidikan nilai-nilai luhur yang berasal dari budaya bangsa Indonesia sendiri.

Kemendiknas (2010), mencanangkan 18 (delapan belas) nilai pendidikan karakter yang harus diajarkan melalui pembelajaran langsung di kelas. Berikut adalah ke-18 nilai pendidikan karakter dimaksud dengan segala uraian dan sejenisnya. Nilai-nilai pendidikan Karakter tersebut adalah a) religiusitas, yang mana merupakan perilaku dan sikap yang patuh dalam melaksanakan

ajaran agama yang dianutnya; b) jujur, yakni perilaku yang didasarkan pada upaya menjadikan dirinya sebagai orang yang selalu dapat dipercaya; c) toleransi adalah sikap dan tindakan yang menghargai perbedaan; e) disiplin merupakan tindakan yang menunjukkan kepatuhan terhadap bermacam aturan dan norma yang ada/berlaku; f) kerja keras merupakan perilaku yang mengungkapkan suatu upaya dalam menyelesaikan beragam kesulitan yang terjadi; g) kreatif merupakan perilaku berpikir untuk mendapatkan sesuatu yang baru dan inovatif; h) mandiri adalah sikap dan perilaku yang mampu menyelesaikan segala sesuatunya secara sendiri tanpa mengandalkan orang lain; i) demokratis merupakan cara berpikir, bersikap, dan bertindak yang menilai sama hak dan kewajiban dirinya dan orang lain; j) rasa ingin tahu adalah sikap dan tindakan yang selalu berupaya untuk mengetahui lebih mendalam sesuatu yang dipelajari; k) semangat kebangsaan yakni menempatkan kepentingan bangsa dan negara di atas kepentingan diri; l) cinta Tanah Air yakni setia terhadap bangsanya; m) menghargai prestasi yakni mendorong diri untuk menghasilkan sesuatu yang berguna bagi masyarakat; n) bersahabat yakni sikap senang bergaul dengan orang lain; o) cinta damai yakni sikap yang membuat orang lain aman atas kehadirannya; p) gemar membaca yakni kegiatan yang memberikan wawasan bagi dirinya; q) peduli sosial adalah membantu orang lain yang membutuhkan; r) peduli lingkungan yakni tindakan yang mencegah kerusakan lingkungan; s) tanggung jawab yakni sikap yang mau melaksanakan tugas dan

kewajibannya. Mencermati delapan belas nilai pendidikan karakter diatas, nampak bahwa pendidikan itu bukan hanya mengalihkan ilmu pengetahuan saja, tetapi dalam pendidikan juga harus mampu mewujudkan seseorang yang berbudi luhur, melalui penguatan pendidikan karakter yang positif.

4. Karakter positif

Pendidikan nasional berkedudukan menumbuhkan kemampuan dan membangun akhlak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk mengoptimalkan potensi peserta didik agar menjadi individu yang bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berilmu, berakhlak, sehat, kreatif, cakap, mandiri, dan menjadi warga yang bertanggung jawab. Rumusan dalam tujuan pendidikan nasional diatas secara harfiah menjelaskan bahwa sebagai usaha untuk membentuk karakter.

Istilah karakter, secara etimologis berasal dari Bahasa Latin Yunani, *charassein*, yang artinya mengukir sehingga membentuk sebuah pola. Karakter merupakan cara berpikir dan berperilaku yang menjadi sebuah ciri khas setiap individu untuk hidup dan bekerja sama dalam lingkup keluarga, masyarakat, bangsa serta negara. Karakter merupakan kepribadian individu yang dibentuk dari beragam kebajikan yang dipercaya serta digunakan sebagai landasan untuk cara pandang, berpikir, bersikap, dan bertindak. Dalam kebajikan terdiri atas sejumlah nilai, moral, dan norma seperti jujur, berani bertindak, dapat dipercaya dan hormat kepada orang lain (Kemendiknas, 2010). Seorang individu dikatakan

berkarakter baik adalah seseorang yang selalu berusaha melakukan berbagai hal yang terbaik, baik terhadap Tuhan Yang Maha Esa, dirinya sendiri, lingkungannya, orang lain, serta bangsa dan negaranya.

Menurut Berkowitz, M.W. & Fekula, (1999), karakter dimaknakan sebagai suatu keadaan mengetahui, peduli dan bertindak atas nilai-nilai etika, menghormati diri sendiri dan orang lain. Pendidikan karakter merupakan sebuah nilai yang berhubungan dengan perilaku individu yang berhubungan dengan Tuhan Yang Maha Esa, diri sendiri, sesamanya, serta lingkungan yang tercipta dalam sikap, pikiran, perkataan, perasaan dan perbuatan yang selaras dengan norma agama, hukum, etika, budaya, dan adat istiadat. Pendidikan karakter perlu dilakukan sedini mungkin untuk membentuk perilaku anak-anak.

Penekanan Pendidikan karakter dalam penerapannya di bidang Pendidikan telah diatur oleh pemerintah. Dalam Peraturan Presiden RI Nomor 87 tahun 2017 tentang penguatan pendidikan karakter, yang tertuang dalam pasal 1 menguraikan bahwa penguatan pendidikan karakter adalah merupakan gerakan pendidikan di bawah tanggung jawab satuan pendidikan untuk memperkuat karakter peserta didik melalui harmonisasi olah hati, olah rasa, olah pikir dan olah raga dengan pelibatan dan kerja sama antara satuan pendidikan, keluarga, dan masyarakat sebagai bagian dari Gerakan Nasional Revolusi Mental (GNRM).

Pendidikan karakter menjadi tanggung jawab bersama, baik di rumah maupun di sekolah. Dalam

memperkuat karakter positif yang diperkenalkan adalah menerapkan nilai-nilai Pancasila dalam pendidikan karakter terutama meliputi nilai-nilai religious, toleran, disiplin, jujur, kreatif, bekerja keras, mandiri, rasa ingin tahu, semangat kebangsaan, demokratis, cinta tanah air, komunikatif, menghargai, cinta damai, peduli social, gemar membaca, dan bertanggung jawab. Dalam Pendidikan karakter, bukan sekedar membiasakan anak untuk berperilaku baik, lebih dari itu adalah membentuk pikiran, watak, dan perilaku yang baik untuk mewujudkan insan yang berbudi luhur dan berhasil.

5. Menumbuhkan Karakter Positif

Perilaku yang menyimpang atau negative, ditengarai sebagai hilangnya nilai karakter seseorang. Tujuan penguatan pendidikan karakter adalah untuk membangun dan membekali peserta didik sebagai generasi emas Indonesia tahun 2045 dengan jiwa Pancasila dan pendidikan karakter yang baik atau positif guna menghadapi dinamika perubahan di masa depan. Pada dasarnya, karakter yang baik adalah merupakan pengamalan tingkah laku yang benar. Menurut Alwisol (2006), karakter positif ditengarai dengan perilaku yang menampakkan nilai baik dan benar yang bersifat eksplisit dan implisit. Lickona (1992), menyatakan bahwa anak-anak berkarakter positif itu ditandai dengan adanya pengetahuan baik (*moral knowing*), keinginan yang baik (*moral feeling*), dan perilaku yang baik (*moral behavior*), yang secara terus menerus diwujudkan, baik ekplisit maupun implisit. Ketiga komponen yang diungkapkan

oleh Lickona, dapat membentuk karakter seseorang menjadi unggul dan Tangguh.

Moral knowing, meliputi *moral awareness, knowing moral values, perspective talking, moral reasoning, decision making*, dan *self knowledge*. *Moral feeling* merupakan penguatan aspek emosi untuk menjadi individu yang berkarakter. Penguatan ini berhubungan dengan perilaku anak atau peserta didik, yakni kesadaran terhadap jati diri (*conscience*), memiliki percaya diri (*self esteem*), kepekaan terhadap keadaan orang lain (*emphaty*), cinta terhadap kebenaran (*loving the good*), kontrol diri (*self control*), dan kerendahan hati (*humility*). *Moral behavior* merupakan perbuatan atau Tindakan moral yang menjadi *outcome* dari dua komponen karakter lainnya.

Adapun penguatan pendidikan karakter perlu dioptimalkan terus menerus secara holistik melalui proses *conditioning*. Hal tersebut dapat dilakukan dengan cara-cara sederhana dalam kegiatan pembiasaan sehari-hari yang mudah dilakukan oleh anak atau peserta didik. Karakter dapat terbentuk apabila dilakukan berulang secara terus menerus hingga menjadi suatu kebiasaan, yang akhirnya dapat membentuk karakter baik atau positif yang tertanam pada diri anak atau peserta didik. Selain hal diatas, terdapat hal penting yang perlu menjadi perhatian dalam menumbuhkan karakter positif pada diri anak atau peserta didik, yakni kesadaran diri yang muncul pada diri anak atau individu tersebut, keteladanan, dan adanya penegakan aturan yang telah dibuat.

6. Pendidikan Karakter pada Siswa Sekolah Dasar

Menurut Ariyanti (2017), menyatakan bahwa pendidikan karakter haruslah dimulai dari Sekolah Dasar. Mengingat perlakuan yang diberikan saat mulai duduk di bangku Sekolah Dasar akan terpaten kuat di dalam diri anak atau peserta didik. Untuk menumbuhkan pendidikan karakter di Sekolah Dasar ada berbagai hal yang perlu dilakukan. Karakteristik dari penerapan karakter di sekolah dapat dinyatakan melalui penguatan konsep karakter dalam muatan kurikulum. Sekolah dapat menerapkan aturan dan tata tertib, yang dimulai dari pimpinan sekolah dan guru dan dengan sendirinya peserta didik akan meneladani perilaku yang dicontohkan oleh guru.

Upaya yang digunakan dalam pendidikan karakter di sekolah adalah menjalin kemitraan dan jejaring pendidikan dengan semua stakeholder di satuan pendidikan, seperti orang tua, lingkungan sekolah dan juga masyarakat. Pendidikan karakter yang diimplementasikan secara berkesinambungan akan dapat membentuk anak menjadi pribadi yang cerdas secara emosi. Kecerdasan emosi menjadi bekal dalam mempersiapkan anak menyongsong masa depan. Anak akan lebih mudah dan berhasil menghadapi segala macam tantangan hidup termasuk tantangan untuk berhasil dibidang akademis.

Fungsi pendidikan karakter yaitu mengoptimalkan kemampuan dasar peserta didik agar berpikir cerdas, bermoral, berakhlak, dan melakukan sesuatu yang baik, yang berguna bagi diri sendiri, keluarga, dan masyarakat. Guru dalam pendidikan karakter di sekolah dasar berperan sebagai sosok yang ditiru dan menjadi idola bagi peserta

didik. Guru bisa menjadi sumber inspirasi dan motivasi peserta didiknya. Perkataan, karakter serta kepribadian guru menjadi cermin siswa. Dengan demikian guru memiliki tanggung jawab besar dalam menghasilkan generasi berkarakter, berbudaya dan bermoral (Amran, M, Sahabuddin, E.S., 2018)

Suyanto (2012), mengungkapkan bahwa peran guru di dalam pendidikan karakter memiliki peran penting. Peranan guru dalam pendidikan karakter memiliki kedudukan sebagai katalisator, inspirator, dinamisator dan evaluator. Peran guru dalam katalisator yakni guru menjadi faktor utama dalam membentuk karakter peserta didik. Karena seorang guru menjadi figur dan idola peserta didiknya. Peran guru sebagai inspirator memiliki arti bahwa guru harus mampu menumbuhkan motivasi serta semangat peserta didik untuk terus maju dalam mengembangkan potensi yang dimilikinya. Peran guru sebagai dinamisator memiliki arti bahwa guru bertanggung jawab dalam mendorong peserta didik ke arah pencapaian tujuan dengan penuh kesabaran, kearifan, serta menjunjung tinggi spiritualitas. Sedangkan peran guru sebagai evaluator adalah guru yang mampu mengevaluasi sikap, dan perilaku, serta metode pembelajaran yang digunakan dalam pengembangan pendidikan karakter peserta didik, sehingga dapat dilihat tingkat efektivitas, efisiensi dan produktivitas programnya. Penguatan nilai karakter positif bagi peserta didik harus senantiasa ditingkatkan secara terus-menerus. Pendidikan yang berlandaskan pada penguatan nilai karakter akan dapat mewujudkan tujuan penanaman nilai karakter sesuai dengan yang diharapkan oleh pemerintah.

Referensi

- Alwisol. (2006). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM.
- Amran, M, Sahabuddin, E.S., M. (2018). *Peran Pendidikan Karakter di Sekolah Dasar* (pp. 254–261).
- Ariyanti, L. (2017). Membangun Pendidikan Karakter di Sekolah Dasar Melalui 6 Kebajikan Positif Universal. *ELSE (Elementary School Education Journal): Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Sekolah Dasar*, 1(2b), 107–113.
- Banks, J. A. (2009). Diversity, group identity, and citizenship education in a global age. *The Routledge International Companion to Multicultural Education*, 37(3), 303–322. <https://doi.org/10.4324/9780203881514-37>
- Berkowitz, M.W. & Fekula, M. J. (1999). Educating for Character. *Sage Journals*, November-, 17–22. <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/108648229900400504>
- Kemendiknas. (2010). Kerangka Acuan Pendidikan Karakter Tahun Anggaran 2010. *Buku Kementerian Pendidikan Nasional*, 9.
- Lickona, T., Schaps, E., & Lewis, C. (2003). *CEP's Eleven principles of effective character education*. Washington, DC: Character Education Partnership.
- Lickona, T. (1992). *Educating' : for Character, How Our Schools Can Teach Respect and Responsibility*. Bantam Books, New York.

Samani, M. & Hariyanto. (2017). *Konsep dan Model Pendidikan Karakter*. Bandung : PT. Rosdakarya.

Suyanto, S. (2012). Pendidikan Karakter untuk Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 1(1), 1–10.

Bagian 7

Membangun *Critical Thinking* Kompetensi Calon Konselor Sekolah



Beny Dwi Pratama, Suharni

Program Studi Bimbingan dan Konseling

FKIP Universitas PGRI Madiun

Abstrak

Membangun *critical thinking* pada siswa menjadi kewajiban guru dalam memberikan pembelajaran. Penting bagi calon konselor sekolah untuk menjadi seorang pemikir kritis seiring dengan permasalahan dan tuntutan yang akan dihadapinya. Sesuai dengan era abad 21 kemampuan untuk berfikir kritis mau tidak mau harus menjadi salah satu kompetensi dalam diri siswa. Berfikir ini akan dapat dikuasai oleh diri siswa dan akan menjadikan karakter merupakan isu yang baru bagi dunia pendidikan. Hal lain berfikir kritis ini menjadi salah satu pembentuk akhlak bangsa. Pengembangan kemampuan anak untuk berpikir kritis merupakan integrasi dari beberapa bagian pengembangan kemampuan, seperti observasi, analisis, penalaran, penilaian, pengambilan keputusan, dan persuasi. Semakin baik pengembangan kemampuan tersebut terbentuk menjadi kebiasaan, maka sebagai konselor atau bimbingan dan konseling di sekolah mampu menyelesaikan masalah, mengambil keputusan, dan berpikir kreatif dengan hasil yang memuaskan.

Kata kunci: *Critical Thinking*, Kompetensi Calon Guru Bimbingan dan Konseling

1. Pendahuluan

Pendidikan adalah salah satu usaha setiap bangsa untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia sehingga bisa membantu memperlancar pelaksanaan pembangunan nasional Indonesia. Usaha pendidikan ini ditujukan untuk mengembangkan cipta, rasa, dan karsa yang ada sehingga setiap manusia diharapkan mampu menghadapi tantangan sesuai dengan tuntutan perubahan kehidupan lokal, nasional, maupun kehidupan global.

Dalam Undang-undang Sisdiknas tahun 2003 menyebutkan bahwa pendidikan nasional memiliki fungsi dalam mengembangkan kemampuan dan membentuk waktak sekaligus peradaban bangsa yang memiliki martabat dalam rangka untuk mencerdaskan kehidupan bangsa serta mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertagwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, Berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang berdemokrastif serta memiliki rasa tanggungjawab (Sisdiknas, 2003).

Untuk mewujudkan peserta didik yang beriman dan bertakwa ke- pada Tuhan Yang Maha Esa yang sesuai dengan undang-undang di atas maka seorang guru dituntut untuk memiliki kemampuan lebih dalam menjalankan tugasnya sebagai pendidik. Bimbingan dan konseling merupakan bagian yang integral dari proses pendidikan dan memiliki kontribusi terhadap keberhasilan proses pendidikan di sekolah, maka dapat dipahami bahwa proses pendidikan di sekolah tidak akan sukses secara baik apabila tidak didukung oleh

pelaksanaan bimbingan dengan baik pula (Hazrullah & Furqan, 2018).

Fenomena yang sering terjadi pada peserta didik antara lain masalah-masalah yang berkaitan dengan masalah terkait pribadi, terkait masalah belajar, masalah yang berkenaan dengan pendidikan, dan masalah karir, bagaimana menggunakan waktu yang ada serta yang berkaitan dengan sosial. (Tohirin, 2007). Peran guru sekarang lebih kompleks dari sebelumnya, misalnya bagaimana guru menanggapi kebutuhan siswa yang beragam terus berubah sebagai akibat dari perkembangan teknologi yang begitu pesat dan tuntutan masyarakat untuk mencapai keunggulan, serta perubahan dalam konstruksi sosial masyarakat dan globalisasi (Slameto, 2017).

Bimbingan dan konseling memiliki peran dalam membantu siswa yang mengalami kesulitan. Kesulitan yang dialami siswa harapannya harus segera dibantu. Hal ini yang biasa adalah permasalahan yang berkaitan dengan belajar, konselor harus mampu bagaimana persamasalah kesulitan belajar siswa ini agar dapat segera teratas (Hazrullah & Furqan, 2018). Penanganan permasalahan siswa akan ditangani oleh guru bimbingan dan konseling sebagai pelaksana bimbingan dan konseling di sekolah. Dengan demikian maka bimbingan konseling bukan dilaksanakan oleh sembarang guru (Prayitno, 1998).

Berkenaan dengan hal tersebut diatas menunjukkan bahwa kemampuan berfikir kritis sangat diperlukan dalam segala hal. Berfikir kritis adalah proses mental yang memiliki berperan dalam mengambil sebuah

keputusan dalam rangka menyelesaikan berbagai masalah. Masalah disini bisa jadi juga terjadi pada perguruan tinggi. Potensi berfikir kritis ini juga merupakan hal yang harus dikembangkan dalam perguruan tinggi. (Suparni, 2020). Konselor konselor sekolah memiliki khasanah pemahaman yang dapat digunakan untuk menganalisis cara terbaik dalam penyelesaian masalah. Dengan memiliki kemampuan berfikir kritis diharapkan bisa dijadikan pertimbangan baik atau buruk sesuatu hal itu dilakukan, bagaimana menggunakan kemampuan berfikir kritis untuk mencari kebenaran informasi dari sumber kebenaran dan bagaimana cara mendapatkan/mencari solusi yang sesuai dengan harapan sebagai seorang konselor sekolah.

Berpikir kritis merupakan aktivitas kognitif yang berkaitan dengan penggunaan penalaran atau sebagai proses mental, seperti mendengarkan, mengkategorikan, memilih, dan menilai atau memutuskan. Kemampuan berpikir kritis memberikan arah yang tepat dalam berpikir dan bekerja, dan membantu dalam menentukan hubungan antara hal-hal dengan cara yang lebih akurat (Slameto, 2017). Oleh karena itu, kemampuan berpikir kritis individu sangat dibutuhkan untuk menemukan solusi dari suatu masalah dan dalam mengelola tugas (Prabowo dalam Slameto, 2017). Agar menjadi kebiasaan, pengembangan kompetensi berpikir kritis melibatkan keterkaitan beberapa kemampuan diantaranya observasi, persepsi informasi dari berbagai sudut pandang, analisis, penalaran, penilaian, pengambilan keputusan, dan persuasi (Slameto, 2017). Semakin meningkat kemampuan tersebut sehingga terbentuk menjadi

kebiasaan, maka sebagai calon guru konselor atau bimbingan konseling sekolah mampu menyelesaikan masalah, mengambil keputusan, dan berpikir kreatif dengan hasil yang memuaskan.

2. Pentingnya Permasalahan

Kemampuan siswa pada abad 21 khususnya dalam dunia pendidikan diharapkan mampu memberikan bekal pada peserta didik untuk menghadapi tantangan masalah depan. Keterampilan yang harus dimiliki oleh siswa antara lain keterampilan *communication* (komunikasi), *collaboration* (kolaborasi), *Critical thinking* (berfikir kritis) dan *Problem solving* (penyelesaian masalah (Indraswati et al., 2020). Bagaimana guru mampu memberikan pembelajaran yang mengutamakan kemampuan berfikir kritis siswa menjadi topik yang hangat untuk diperbincangkan.

Di era informatika perubahan kebutuhan dan kemampuan para pekerja akan mengalami perubahan. Bagi para calon pekerja diharapkan mampu mempersiapkan dirinya dengan berbagai kemampuan yang menuntut untuk benar-benar menjadikan mereka sebagai pemikir sistem, bagaimana mereka mampu membuat keputusan sendiri dalam memecahkan masalah, dan yang tidak kalah penting untuk senantiasa belajar sepanjang hayat atau tidak pernah berhenti belajar. Kesiapan peserta didik dalam meningkatkan kompetensi diri untuk senantiasa menjadi pemikir kritis sehingga mampu menyiapkan diri dalam mencari pekerjaan masa mendatang (Suparni, 2020).

Dalam membantu peserta didik dalam mengembangkan kemampuan untuk berfikir kritis merupakan tugas dari bimbingan dan konseling. Guru bimbingan konseling merupakan tenaga dalam bidang konseling yang memiliki sejumlah kompetensi profesional dalam menjalankan tugasnya (Andi Mappiare, 2006). Berpikir kritis juga dipandang sebagai suatu keyakinan yang kuat dan hati-hati dengan maksud untuk mengontraskan sistem berpikir seseorang yang tidak efektif atau tanpa melibatkan pemikiran yang komprehensif (Mauliana Wayudi, Suwatno, 2020).

Dalam duni kerja nantinya akan membutuhkan kemampuan berfikir kritis karena berfikir memiliki cakupan yang sangat luas, mampu untuk kegiatan menganalisis, untuk mampu menginterpretasikan data yang diteliti dan kegiatan yang bersifat ilmiah. Sehingga kemampuan seperti itu sangat dibutuhkan oleh seorang calon konselor sekolah agar dapat menganalisis, menyintesis, membuat pertimbangan, menciptakan dan menerapkan pengetahuan baru, pada situasi dunia nyata sebagai seorang yang professional dalam dunia pendidikan dikemudian hari.

3. Metode Pemecahan Masalah

Bimbingan konseling tidak serta merta dapat dilakukan oleh siapa saja yang menjadi guru, namun orang yang memiliki keterampilan khusus dalam bidang bimbingan konseling yang melakukannya. Sebagai guru bimbingan konseling dalam menjalankan tugasnya diharapkan senantiasa memiliki sikap dan profesional. Kompetensi guru bimbingan dan konseling diperoleh dari pendidikan formal jurusan BK, dengan kompetensi yang

sudah dimilikinya yang menyangkut pengetahuan dasar tentang bimbingan konseling, praktik dalam bimbingan konseling. Selain hal ini kompetensi guru bimbingan dan konseling juga dapat diperoleh dari pelatihan atau penataran, bagaimana guru mampu memberikan layanan bimbingan konseling agar tujuan yang dicapai dapat efektif. Selain hal itu konselor juga harus memiliki banyak wawasan, kemampuan diri untuk profesional, memiliki nilai-nilai dan kemampuan bersikap yang positif dalam memberikan pelayanan bimbingan dan konseling (Prayitno dalam Hazrullah & Furqan (2018) "Persyaratan khusus yang harus dimiliki konselor adalah memiliki pendidikan khusus selain pendidikan formal yang dimilikinya harus memiliki kepribadian, pelatihan, atau pengalaman khusus dibidang konselor.

Sebagai calon konselor sekolah atau guru bimbingan dan konseling harus belajar untuk dapat menyelesaikan sebuah masalah dengan menganalisisnya, dengan berpikir kritis akan mampu mempertimbangkan berbagai hal yang baik atau buruk yang dilakukan, mencari informasi dari kebenaran dan mencari solusi terbaik.

Dalam mencari solusi terbaik untuk menyelesaikan masalah, kemampuan berfikir kritis ini adalah kemampuan yang melampaui hafalan. Ketika siswa berfikir kritis secara tidak langsung mereka terdorong untuk berhipotesis, menganalisis yang ada, serta mampu menstintesis peristiwa yang dialaminya. Dengan berfikir kritis individu atau siswa terlatih untuk melangkah lebih jauh dengan melakukan pengembangan hipotesis yang

dimilikinya serta mampu mengujinya terhadap fakta-fakta yang ada (Karakoc, 2016).

Setiap individu memiliki ketrampilan yang berbeda dalam berfikir kritis. Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat berpikir kritis seseorang (Setiana, dalam Mauliana Wayudi, Suwatno, 2020) di antaranya: (1) Kondisi fisik: fisik seseorang akan berpengaruh bagaimana dia mampu melakukan analisis untuk berfikir kritis. Sebagai contoh ketika seseorang sedang mengalami dan mengharuskan ia untuk mengambil keputusan dalam hal pemecahan suatu masalah, yang jelas kondisi fisik ini tentu sangat berpengaruh dalam dirinya untuk berfikir. Karena orang dengan kondisi sakit, tidak mampu berkonsentrasi dengan baik untuk mempertimbangkan keputusan dalam memecahkan suatu permasalahan; (2) Keyakinan dalam diri: Motivasi yang merupakan cara yang dilakukan individu dalam membangkitkan gagasan dan idenya atau keinginan untuk melaksanakan berbagai hal sesuai dengan tujuannya yang telah ditetapkan sebelumnya; (3) Kecemasan: orang yang dalam kondisi cemas akan berpengaruh dalam hal pemikirannya atau kompetensi berfikir kritisnya sangat rendah yang diakibatkan dari sikap cemas yang dideritanya; (4) Kebiasaan dalam keseharian: rutinitas individu dalam keseharian yang kurang terkontrol atau tertata akan berpengaruh pada perluasan ide atau gagasan; (5) Perkembangan kemampuan/intelektual: Hal ini berkenaan dengan kecerdasan seseorang akan mempengaruhi pola pikir individu dalam merespon permasalahan yang dihadapinya, atau bisa jadi bagaimana keterbatasan

kemampuannya untuk mengkaitkan hal lain dengan persamalahan yang muncul; (6) Konsistensi/keajegan: dalam konsistensi ini bagaimana kemampuan seseorang untuk berfikir kritis sangat dipengaruhi oleh berbagai hal seperti pola makan, apa makanan dan minuman yang diasup dalam diri, ruangan dan suhu juga menentukan individu, yang tidak kalah penting adalah tingkat energi dalam diri individu.; (7) Perasaan: Setiap individu harus mampu menyadari bagaimana perasaan dapat mempengaruhi berbagai hal berfikir sehingga mampu memanfaatkan keadaan sekitar yang dapat berkontribusi pada hasil yang berimbang dari perasaannya; (8) Pengalaman: pengalaman ini merupakan hal yang menjadi tonggak bagi individu dalam berfikir kritis, karena intensitas dan pengalaman akan mempengaruhi hasil kinerja individu seperti halnya pemula akan berbeda dengan yang ahli.

Mauliana Wayudi, Suwatno, (2020) (Anggraini, Indrawati, Zubaidah) menjelaskan terdapat lima indikator untuk keterampilan berfikir kritis dalam diri individu antara lain: 1) mampu memberikan argumentasi analisisnya, memebrikan pertanyaan dan jawaban, serta mampu memberikan klarifikasi terkait dengan berbagai pertanyaan-pertanyaan yang menantang; 2) mempertimbangkan apakah sumber dapat dipercaya atau tidak, mengobservasi dan mempertimbangkan hasil yang termasuk dalam membangun keterampilan dasar (basic support); 3) ammpu mendeduksi berbagai pertimbangan-pertimbangan serta mampu mengkaji berbagai hal yang berkaitan dengan petimbangan kesimpulan yang diambil (Infferring); 4) Memberikan penjelasan lebih lanjut

(advanced clarification) hal ini berkaitan dengan definisi dan asumsi dalam kegiatan berfikir kritis; 5) Mengatur strategi serta taktik (strategies and tactics) bagaimana individu mampu memberikan keputusan atas tindakan dan bagaimana ia mampu berinteraksi dengan strategi yang berbeda.

4. Pembahasan

Bimbingan dan Konseling dalam konteks sistem pendidikan nasional Indonesia ditempatkan sebagai bantuan kepada peserta didik untuk dapat menemukan pribadi, memahami lingkungan, dan merencanakan masa depan. Subjek yang ditangani konselor adalah subjek didik yang berada dalam perkembangan normal. Kehadiran bimbingan dan konseling turut memberikan berbagai kontribusi positif dalam penyelenggaraan pendidikan di sekolah. Namun demikian, berbagai masalah masih dirasakan bimbingan dan konseling terutama didalam penyelenggaraannya (Kartika, 2012).

Guru yang memiliki kompetensi profesional memiliki kompetensi yang berhubungan dengan bagaimana dia mampu menyelesaikan tugas dan tanggungjawab keguruannya dengan kinerja yang mereka lakukan atau tampilkan. Konselor mampu menyadari berbagai nilai-nilai yang berlaku dalam masyarakat secara umum, karena hal ini adalah hal yang penting dimiliki konselor untuk memiliki pandangan yang sama tentang suatu hal. Dalam memberikan pandangan awal seorang ini harus dimiliki oleh konselor sejak awal dalam melaksanakan proses konseling (Pratama, 2016). Seorang guru bimbingan dan konseling atau konselor yang profesional harus bisa menguasai dan memahami

berbagai kondisi, analisis kebutuhan, dan permasalahan dalam bimbingan konseling.

Seorang calon konselor sekolah atau guru bimbingan dan konseling atau konselor sekolah mampu menganalisa berbagai masalah, dengan berpikir kritis yang dimilikikan akan mampu mempertimbangkan berbagai hal itu dianggap baik atau buruk yang dilakukan, mencari berbagai informasi dari alternatif-alternatif kebenaran dan bagaimana mencari solusi terbaik sebagai seorang konselor sekolah. Berikut adalah hirarki berfikir yang menjadi keterampilan yang harus dimiliki pada oembelajaran abad 21 yaitu komponen berfikir tingkat tinggi (Indraswati et al., 2020):



Gambar 1. Komponen Hirarki Berpikir menurut Krulik dan Rudnick

Hirarki dimulai dari ingatan, berpikir dasar, berpikir kritis, dan berpikir kreatif. Penalaran (reasoning)

adalah berpikir yang tingkatannya di atas ingatan, sedangkan berpikir tingkat tinggi meliputi berpikir kritis dan kreatif. Onion dalam Indraswati et al., (2020): mengatakan "*Critical thinking is a way of thinking and skills carried out to obtain information consciously, systematically, and with logical consideration of deciding what to do. Critical thinking leads to valid conclusions that are resistant to criticism*".

Menurut Benjamin Bloom dalam Indraswati et al., (2020) menjelaskan bahwa dalam proses berpikir terdapat tiga domain, antara lain kemampuan kognitif, kemampuan afektif, dan kemampuan psikomotor. Dijelaskan juga bahwa yang menjadi perhatian adalah yang menjadi perhatian adalah yang menjadi perhatian adalah kognitif. Dalam domain kognitif ini ditekankan pada hasil intelektual individu. Intelektual individu dapat diklasifikasikan dalam 6 tingkatan level, yaitu terkait dengan pengetahuan, komprehensif pengetahuan, aplikasi pengetahuan, analisis, mampu mensintesis, dan mampu memberikan evaluasi. Keenam level inilah yang dianggap sebagai dasar pemikiran kritis individu.

Proses pembelajaran yang berpusat pada peserta didik dan yang berorientasi pada pemecahan masalah dapat membantu meningkatkan keterampilan seseorang dalam berpikir kritis. Menurut Sihotang et al dalam Mauliana Wayudi, Suwatno, (2020) terdapat beberapa langkah yang perlu dilakukan dalam mengembangkan keterampilan berpikir kritis di antaranya: 1) mengenali sumber masalah, 2) keterampilan untuk menemukan cara-cara yang dapat dipakai untuk menangani masalah, 3) mengumpulkan dan menyusun informasi yang diperlukan untuk penyelesaian masalah, 4) memberikan

asumsi-asumsi; (5) menggunakan bahasa yang tepat, jelas, dan khas dalam membicarakan suatu persoalan atau suatu hal yang diterimanya, 6) mengevaluasi data dan menilai fakta serta pernyataan-pernyataan, 7) mampu membedakan hubungan yang logis dari berbagai masalah atau jawaban-jawaban yang diberikan, 8) memiliki kemampuan untuk menarik berbagai kesimpulan atau memberikan pendapat tentang isu-isu yang berkembang.

Keterampilan berpikir kritis tidak dapat diperoleh dalam waktu singkat tanpa adanya latihan dan pembiasaan. Calon konselor sekolah atau guru bimbingan dan konseling memiliki kemampuan untuk memecahkan masalah secara kreatif dan kritis, mampu menawarkan berbagai solusi yang potensial dan inovatif serta kepercayaan diri dalam melakukan tugasnya sebagai seorang konselor. Selain hal itu pendidikan di Indonesia diharapkan juga perlu untuk mempersiapkan peserta didik untuk mampu berpengatahuan kritis. Guru memiliki tanggungjawab dalam membantu siswa untuk berfikir kritis, hal ini guru diharapkan untuk senantiasa memberikan kesempatan dan pelatihan kepada siswa praktik berpikir kritis.

5. Simpulan

Mempersiapkan tenaga konselor untuk mampu menerapkan proses pembelajaran yang menekankan pada *critical thinking* merupakan suatu urgensi yang harus segera dilakukan perubahan dalam pembelajaran untuk menghadapi tantangan masa depan. Adapun konselor yang diharapkan adalah sebagai berikut:

1. Konselor memiliki kompetensi yang mudah menyesuaikan dirinya dengan perubahan-perubahan kondisi yang ada di masyarakat
2. Memiliki kebiasaan terampil dalam menghadapi atau memecahkan masalah dengan efektif .
3. Memberikan tantangan kepada calon konselor seekolah atau guru bimbingan dan konseling terhadap ide atau gagasan barunya.
4. Konselor memiliki keterampilan untuk senantiasa menggunakan kemampuan berfikir kritisnya dalam menjalankan tugasnya sekaligus mampu beradaptasi dengan kondisi lingkungan yang ada.
5. Mampu senantiasa melakukan refleksi terhadap kemampuan yang dimilikinya serta mampu mengidentifikasi alur berfikir dirinya sendiri.
6. Mampu membuat keputusan yang baik, serta dapat memecahkan masalah yang akan dihadapinya.

Referensi

- Sisdiknas. (2003). *Undang-undang RI No. 20 Tahun 2003 tentang SISDIKNAS (Sistem Pendidikan Nasional)*. Fokus Media.
- Prayitno. (1998). *Buku III, Pelayanan BK di SMA, Seri pemandu pelaksanaan BK di Sekolah*. Depdikbud RI.
- Tohirin. (2007). *Bimbingan dan konseling di Sekolah dan madrasah: (berbasis integrasi)*. Raja Grafindo Persada.

- Pratama, B. D. (2016). Kompetensi Lintas Budaya Dalam Pelayanan Konseling. *Proceedings International Seminar FoE (Faculty of Education)*, 294–305.
- Andi Mappiare. (2006). *Kamus Istilah Konseling dan Terapi*. PT Grafindo Persada.
- Hazrullah, H., & Furqan, F. (2018). Kompetensi Profesional Guru Bimbingan Konseling Dalam Pemecahan Masalah Belajar Siswa Di Man Rukoh Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Didaktika*, 18(2), 245. <https://doi.org/10.22373/jid.v18i2.3245>
- Kartika, H. (2012). KOMPETENSI KONSELOR INDONESIA (Studi Berdasarkan Profil Diskrepansi Kompetensi Aktual dengan Kompetensi Standar pada Konselor SMA Negeri di Wilayah X). *Insight: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 1(1), 20–32. <http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/insight/issue/view/148>
- Karakoc, M. (2016). The Significance of Critical Thinking Ability in Terms of Education. *International Journal of Humanities and Social Science*, 6(7), 81–84. www.ijhssnet.com
- Indraswati, D., Marhayani, D. A., Sutisna, D., Widodo, A., & Mulyda, M. A. (2020). Critical Thinking Dan Problem Solving Dalam Pembelajaran Ips Untuk Menjawab Tantangan Abad 21. *Sosial Horizon: Jurnal Pendidikan Sosial*, 7(1), 12. <https://doi.org/10.31571/sosial.v7i1.1540>

Mauliana Wayudi, Suwatno, B. S. (2020). Kajian analisis keterampilan berpikir kritis siswa sekolah menengah atas. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 5(1), 67–82.

Suparni, S. (2020). Upaya Meningkatkan Kemampuan Berpikir Kritis Mahasiswa Menggunakan Bahan Ajar Berbasis Integrasi Interkoneksi. *Jurnal Derivat: Jurnal Matematika Dan Pendidikan Matematika*, 3(2), 40–58.
<https://doi.org/10.31316/j.derivat.v3i2.716>

Bagian 8

Upaya Preventif Terhadap Amoral Siswa dengan Literasi pada Buku Teks Pelajaran yang Menyesatkan



Ratih Christiana

*Program Studi Bimbingan dan Konseling,
FKIP, Universitas PGRI Madiun*

Abstrak

Tujuan gagasan pada kajian ini adalah sebagai upaya preventif terhadap amoral siswa dengan literasi pada buku teks pelajaran yang menimbulkan perspektif yang keliru dan ditegaskan dengan kata 'menyesatkan'. Harapannya agar konselor dan Guru BK mampu melakukan upaya preventif berupa konseling berbasis literasi, guna memperbaiki dan meningkatkan kualitas dari buku teks pelajaran dari segi keseluruhan baik itu cover, gambar, konten buku yang akan diberikan pada siswa sekolah dasar dan sekolah menengah. Serta menanggulangi berbagai permasalahan aktual di sekolah terkait dengan buku teks pelajaran yang berdasarkan sistem pendidikan di Indonesia serta upaya perbaikan pendidikan bagi pembangunan di Indonesia.

Kata kunci: Preventif, Amoral, Literasi Buku Teks Pelajaran

1. Literasi pada Buku Teks Pelajaran

Salah satu bahan ajar dan sumber belajar yang banyak digunakan dalam proses pembelajaran adalah buku teks. Meski Buku teks terbilang bahan ajar dan sumber belajar bagi siswa yang konvensional, namun tetap banyak dipergunakan dalam pembelajaran di sekolah dan beberapa menganggap masih kuno. Buku teks pelajaran yang dianggap masih kuno ini tetap mampu memberikan kontribusi yang baik terhadap proses belajar mengajar, baik daring saat masa pandemi Covid-19 maupun luring di era new normal pasca pandemi Covid-19 (Muhammad, 2020). Materi-materi pembelajaran tersebut kurang dapat diberikan kepada siswa tanpa bantuan buku teks pelajaran (Rahmawati, 2016).

Sebenarnya penyusun buku teks pelajaran berasal dari berbagai jenis dan banyak sumber, namun esensi buku teks pelajaran sendiri merupakan sarana untuk memberikan informasi dan materi kepada peserta didik melalui produksi dari media cetak. Materi pelajaran dan informasi yang relevan secara lengkap serta menyeluruh yang dimuat dalam buku teks pelajaran dapat digunakan berdampingan maupun tanpa sumber belajar atau media pembelajaran lainnya. Akan tetapi, pada umumnya buku pelajaran diterbitkan oleh penerbit yang menawarkan kepada beberapa lembaga pendidikan, hal ini membuat lembaga sekolah dengan yang lainnya menggunakan buku teks yang berbeda pada materi pelajaran dan tingkatan kelas yang sama.

Kenyataan yang ada dilapangan, buku pelajaran yang diberikan kepada pelajar sudah terlebih dulu diseleksi oleh pihak editor, namun masih saja ditemukan kalimat-kalimat yang kurang pantas. Masalah kecemasan masyarakat, khususnya pada orang tua siswa akan timbul apabila, terdapat kalimat dalam buku teks pelajaran yang dianggap menyesatkan. Hal ini Perlu pengadaan seleksi yang lebih ketat agar anak-anak di sekolah dasar yang notabene, generasi penerus bangsa tidak salah dalam memahami buku ajar yang dianggap menyesatkan dari segi nasionalis, ideologi, agama atau hal lain yang mendasari pendidikan.

Ditinjau dari *Jurnal Procedia Social and Behavioral Sciences*, peneliti Demirezen, (2013) berpendapat bahwa belajar di Negara Turki adalah sebuah keseriusan dalam menulis elemen subyek klausa utama, apabila ada mahasiswa dari luar Turki membaca kalimat sederhana dari awal, tengah dan kalimat dengan frase lebih dari satu kalimat maka akan menyusahkan dalam memahami bahkan bisa terjadi salah tafsir dan akan menyesatkan para mahasiswa dari luar Turki. Penanganan dalam kasus ini adalah menyamakan persepsi dari tiap-tiap *chapter* untuk diubah lagi penataan bahasa antara tim penyusun pedoman penulisan dengan tim pendidik (dosen) pengampu, dan meningkatkan ketrampilan menulis agar tidak terjadi kesalahan dalam memahami penataan kalimat.

Amiryousefi & Ketabi (2011), dalam *Jurnal Procedia Social and Behavioral Sciences* yang berjudul "Anti-textbook arguments revisited: a case study from Iran", menyimpulkan bahwa buku teks tidak lagi

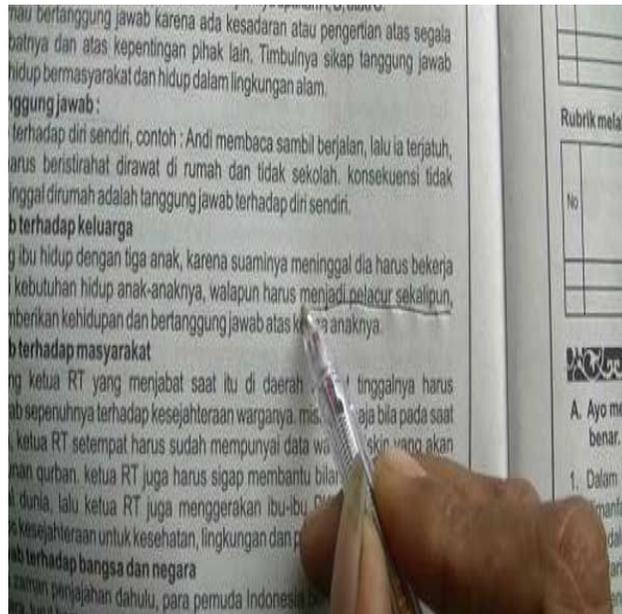
diperlukan dan menggalakkan ide *anti textbook* atau yang berarti pelajar yang tidak lagi menggunakan buku teks. Karena melihat banyak kejadian salah ketik, tata tulis yang tidak ajeg, hingga kalimat yang mengandung ambigu, itu semua kebanyakan akibat kesalahan manusia pada umumnya dan kesalahan cetak pada khususnya. Maka dari itu, pemerintah Iran mencanangkan ide *anti textbook*, yang diharapkan dengan EAP (*English for Academic Purposes*) mampu menggantikan fungsi *textbook* yang selama ini konvensional dan dimungkinkan masih banyak kesalahan di tiap-tiap bagian.

Guna meminimalisir kalimat yang menyesatkan yang terdapat di buku teks pelajaran siswa SD dan SMP, maka perlu digalakkan kegiatan konseling berbasis literasi, yang merupakan suatu usaha atau kegiatan bersifat partisipatif dan bertanggung jawab dari konselor atau guru BK di sekolah. Idealnya, kalimat menyesatkan yang terdapat dalam buku teks pelajaran ini, jangan sampai terbaca oleh siswa sekolah dasar dan menengah, agar tidak terjadi kerusakan moral bagi penerus bangsa karena kurangnya pengawasan dan perhatian dari orang tua dan pihak sekolah. Bukan hanya menjadi tanggung jawab konselor semata, namun juga perlu melibatkan pihak-pihak sekolah yang lain, seperti: guru, siswa, kepala sekolah, Komite Sekolah, pengawas sekolah, orang tua atau wali murid, penerbit, akademisi, media massa, masyarakat, dan pemangku kewenangan di bawah koordinasi Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.

2. Masalah dan Isu Pendidikan

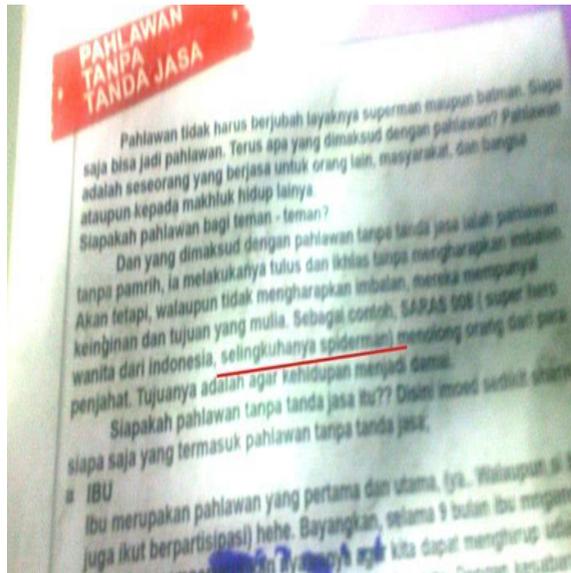
Ilmu Pengetahuan Sosial Ditinjau dari segi diksi atau pemilihan kata dalam penggunaan bahan ajar, khususnya buku pelajaran atau lembar kerja siswa (LKS) di tingkat Sekolah Dasar, ditemukan beberapa kalimat yang tidak pantas untuk dibaca anak-anak dibawah umur atau anak SD. Ini bukan lagi isu pendidikan, namun masalah pendidikan yang perlu dikaji lebih jauh dan segera diberikan solusi yang tepat.

1. Berikut daftar buku pelajaran yang dianggap menyesatkan:
 - a. Dikutip dari buku kerja siswa “Tematik Insan Bermartabat” kelas 5, pada halaman 34 bertuliskan, “Seorang ibu hidup dengan tiga anak karena suaminya meninggal, dia harus bekerja untuk memenuhi kebutuhan hidup anak-anaknya walaupun menjadi pelacur sekaligus karena demi memberikan kehidupan dan bertanggungjawab atas ketiga anaknya,” tulis kalimat kontroversial tersebut yang memuat kata pelacur. Namun, karena hanya satu kata yang dianggap tidak pantas dan kontroversial, pihak sekolah memilih tetap akan membagikan buku kepada siswa SD kelas 5 setelah di koreksi.



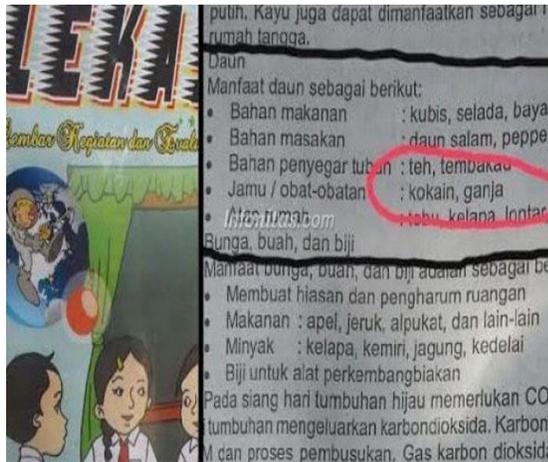
Gambar1. Tematik Insan Bermartabat” kelas 5, pada halaman 34

- b. Sementara di LKS kelas 4 tematik 5 dengan judul “Menghargai Pahlawan”, ditemukan kata selingkuhan pada alinea dua, baris tiga. Kalimatnya, : “Akan tapi, walaupun tidak mengharapkan imbalan, mereka mempunyai keinginan dan tujuan yang mulia. Sebagai contoh, Saras 008 (superhero wanita Indonesia, selingkuhannya Spider-man) menolong orang dari para penjahat.” Kurang dapat dipahami tujuan penulis buku memberi contoh tokoh Saras 008 yang populer di tahun 90-an di sebuah TV swasta di Indonesia, yang dikaitkan Saras 008 adalah selingkuhannya Spiderman.



Gambar 2. LKS kelas 4 tematik 5 dengan judul “Menghargai Pahlawan”

- c. Kalimat menyesatkan juga ditemukan di buku kerja siswa kelas 5 SDN Perigi 2 Banten, dengan judul Sejumlah orang tua murid dan guru di Sekolah Dasar Negeri (SDN) 02, Perigi Baru, Kel. Perigi, Pondok Aren, terkejut dengan adanya kalimat dalam lembar kerja siswa (LKS) Pelajaran kelas V semester I di buku Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) halaman 29 BAB IV yang menyebutkan bahwa kokain dan ganja sebagai salah satu obat-obatan yang bermanfaat kokain dan ganja sebagai obat-obatan yang bermanfaat.



Gambar 3. buku kerja siswa kelas 5 SDN Perigi 2 Banten

- d. Perusahaan penerbit Grafindo Media Pratama menerbitkan buku yang disusun oleh Fauzi Abdul Ghofur dan Masyhudi tersebut, terdapat pada halaman 86 bahwa susunan nama-nama Rasul ALLAH tidak urut, terbukti bahwa pada buku tersebut bahwa Nabi Muhammad SAW adalah nabi di urutan yang ke-13 dan Nabi Isa AS berada di urutan terakhir.



Gambar 4. Buku Pelajaran Agama Penerbit Grafindo Media Pratama

- e. Buku cerita anak yang berjudul “Aku Berani Tidur Sendiri”, penulis Chakra, dalam halaman 22 dan 24, terdapat kalimat yang asosiasinya mengarah ke masturbasi, hal ini sama sekali tidak dimengerti oleh anak usia sekolah dasar dan kemungkinan yang akan menimbulkan pertanyaan pada orang dewasa, orang tua, bahkan bisa saja guru.



Gambar 5. Buku Cerita Berjudul “Aku Berani Tidur Sendiri”

3. Gagasan Upaya Preventif Terhadap Amoral Siswa dengan Literasi pada Buku Teks Pelajaran yang Menyesatkan

Tujuan dari gagasan upaya preventif terhadap amoral siswa dengan literasi pada buku teks pelajaran yang menyesatkan ini secara umum, agar konselor dan Guru BK mampu melakukan upaya preventif berupa

konseling berbasis literasi, untuk memperbaiki dan meningkatkan mutu dari buku teks pelajaran, dari segi keseluruhan baik itu cover, gambar, konten buku yang akan diberikan pada siswa sekolah dasar dan sekolah menengah, serta menanggulangi berbagai permasalahan aktual di sekolah terkait dengan buku teks pelajaran.

Buku-buku yang telah dipaparkan di atas merupakan contoh-contoh buku yang di dalamnya terdapat 'bagian' yang menyesatkan. Walaupun hanya beberapa kalimat, namun perlu diperhatikan lagi dan ada tindakan tegas, agar siswa sekolah dasar dengan tingkat pemahaman yang masih perlu bimbingan tidak terjerumus oleh diksi yang kurang tepat. Jessica (2007) menyebutkan bahwa faktor rendahnya literasi informasi dan pemanfaatan perpustakaan menjadi salah satu pemicu terjadinya hal-hal kesengajaan atau ketidaksengajaan penulis. Maka dalam hal ini konselor memberikan intervensi berupa layanan informasi dan pembelajaran, baik itu informasi kepada guru mata pelajaran yang nantinya akan diteruskan ke siswa sekolah dasar. Konselor juga berperan penting memberikan informasi kepada orang tua terkait dengan masalah literasi, agar lebih awal mengetahui apa yang dibaca putra-putrinya.

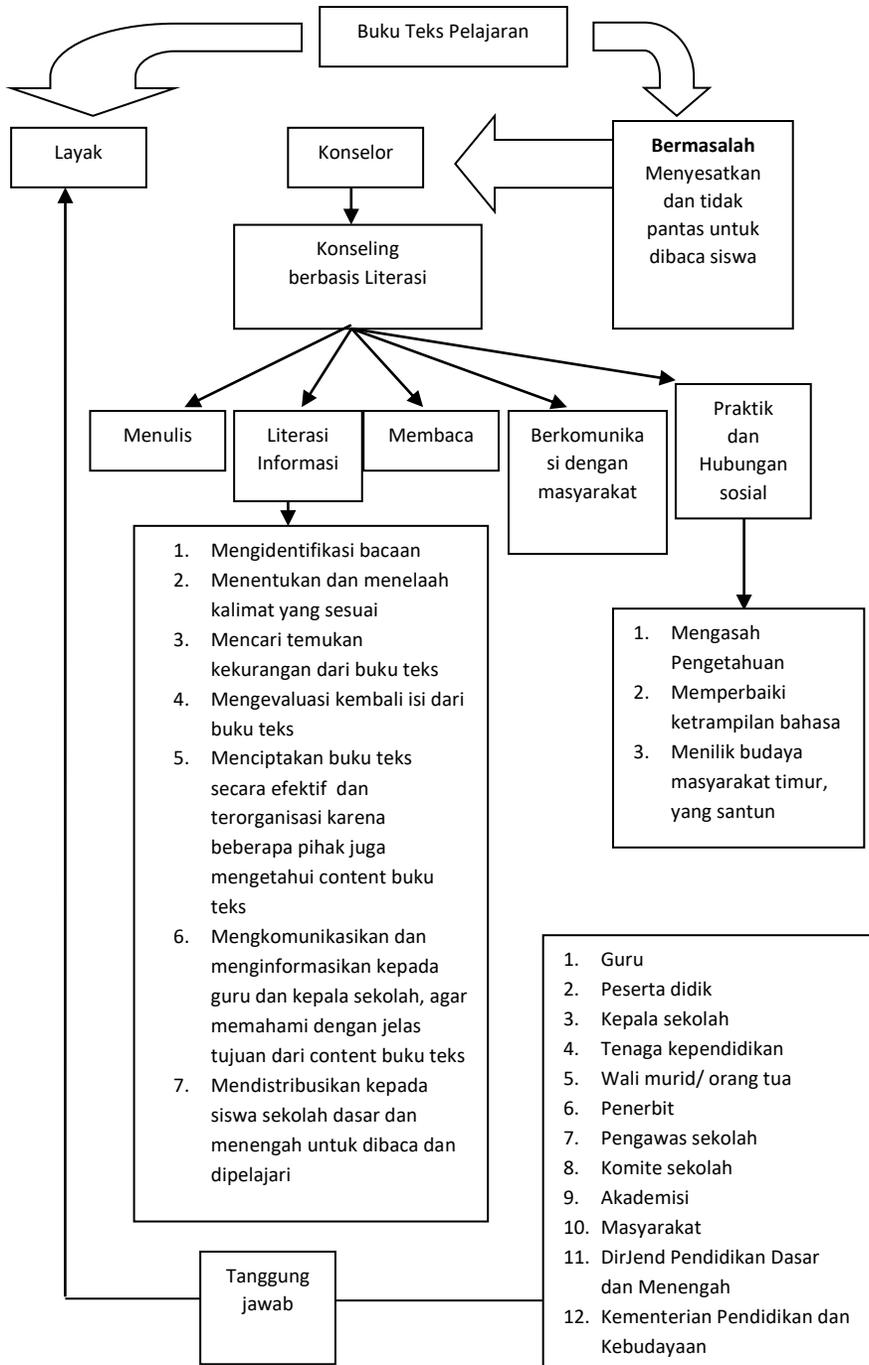
Kegiatan literasi adalah pengetahuan dan kecakapan untuk membaca, menulis, menelusuri guna mencapai tujuan memahami kelimuan yang terkandung di dalam sumber belajar. Namun, Deklarasi yang diselenggarakan oleh UNESCO di Praha pada tahun 2003 menyebutkan bahwa literasi secara komprehensif mencakup tata cara individu dalam berkomunikasi dalam masyarakat.

Literasi juga bermakna praktik dan hubungan sosial yang terkait dengan pengetahuan, bahasa, dan budaya (UNESCO, 2003). Deklarasi UNESCO itu juga menyebutkan bahwa literasi informasi terkait pula dengan kemampuan untuk mengidentifikasi, menentukan, menemukan, mengevaluasi, menciptakan secara efektif dan terorganisasi, menggunakan dan mengomunikasikan informasi untuk mengatasi berbagai persoalan. Kemampuan itu perlu dimiliki tiap individu sebagai syarat untuk berpartisipasi dalam masyarakat informasi, dan itu bagian dari hak dasar manusia menyangkut pembelajaran sepanjang hayat.

Sedangkan Literasi Sekolah dalam konteks Gerakan Literasi Sekolah (GLS) yakni kemampuan untuk mengakses, memahami, dan menggunakan sesuatu secara cerdas melalui berbagai aktivitas, antara lain membaca, melihat, menyimak, menulis, dan berbicara. Konseling literasi yang ditunjukkan dengan GLS adalah gerakan sosial yang di dukung secara kolaboratif dari berbagai lapisan. Upaya yang ditempuh untuk mewujudkannya berupa pembiasaan membaca bagi siswa. Pembiasaan ini dilakukan dengan kegiatan 15 menit membaca (guru membacakan buku dan warga sekolah membaca dalam hati, yang disesuaikan dengan konteks atau target sekolah). Ketika pembiasaan membaca terbentuk, selanjutnya akan diarahkan ke tahap pengembangan. Variasi kegiatan dapat berupa perpaduan pengembangan keterampilan reseptif maupun produktif, hal ini akan dilakukan oleh konselor dengan melakukan kegiatan konseling literasi.

Harapan dari kegiatan konseling berbasis literasi ini agar mutu dari buku teks pelajaran yang akan meningkat, bukan hanya dari segi *cover*, dan gambar yang menunjang buku teks pelajaran, namun juga content dari buku teks pelajaran, dan konselor mempunyai kewenangan atau paling tidak bekerjasama dengan pihak terkait, untuk membatasi kalimat-kalimat yang dianggap menyesatkan atau tidak pantas untuk diberikan ke anak didik tingkat sekolah dasar dan sekolah menengah, karena hal ini sesuai dengan azas kenormatifan yang menghendaki agar seluruh layanan dan kegiatan bimbingan dan konseling didasarkan pada norma-norma, baik norma agama, hukum, peraturan, adat istiadat, ilmu pengetahuan, kebiasaan yang berlaku.

Berikut adalah skema gagasan upaya preventif terhadap amoral siswa dengan literasi pada buku teks pelajaran yang menyesatkan:



4. Sistem dan Kebijakan Pendidikan

Menurut Permendiknas Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2008 Tentang Buku, dituliskan dalam pasal 1 ayat 3 yang berbunyi “Buku teks pelajaran pendidikan dasar, menengah, dan perguruan tinggi yang selanjutnya disebut buku teks adalah buku acuan wajib untuk digunakan di satuan pendidikan dasar dan menengah atau perguruan tinggi yang memuat materi pembelajaran dalam rangka peningkatan keimanan, ketakwaan, akhlak mulia, dan kepribadian, penguasaan ilmu pengetahuan dan teknologi, peningkatan kepekaan dan kemampuan estetis, peningkatan kemampuan kinestetis dan kesehatan yang disusun berdasarkan standar nasional pendidikan”.

Sekilas dituliskan dalam Bab 2 Pasal 2 ayat (1), bahwa “Penulisan buku meliputi penulisan naskah, penerjemahan, penyaduran, pengilustrasian, penyuntingan, dan/atau perancangan yang menghasilkan produk akhir berupa karangan asli, terjemahan, saduran, dan ciptaan lain berupa gambar, sketsa, tabel, grafik, dan/atau peta”, dan tersebut dalam Ayat (2) Penulisan buku sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dilaksanakan sesuai peraturan perundang-undangan dan etika akademik penulisan.

Kesimpulan dari Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 2 tahun 2008 pasal 6 ayat 2 dan 3, 2008 mengenai Buku di atas, sebenarnya sistem dan kebijakan pendidikan sudah dipatenkan dalam perundang-undangan tentang penulisan buku, namun tim penyusun kurang begitu memperhatikan Permendiknas RI Nomor 2 Tahun 2008 Tentang Buku.

Selain itu, usaha agar generasi muda kita mendapatkan informasi yang tepat, termasuk menyangkut ideologi negara. Jika menemukan buku yang dirasa menyesatkan, lebih baik segera lapor kepada pihak yang berwenang, sehingga buku tersebut tidak sampai beredar ke tengah masyarakat. Sedangkan buku yang telah beredar kepada pihak masyarakat agar diupayakan untuk ditarik kembali dan yang masih menyimpan tidak lagi mengedarkannya, supaya tidak terjadi penyusupan informasi kepada pelajar. Pengampu kebijakan mengimbau pemilik toko buku di daerah itu untuk selektif menjual buku-buku yang berkaitan dengan ideologi negara, nasionalis, agama dan budi pekerti (moral). Selain itu, penerbit buku tersebut harus diberikan sanksi, karena telah melakukan pelanggaran terkait Permendiknas RI Nomor 2 Tahun 2008 Tentang Buku.

4. Upaya Perbaikan Pendidikan Serta Pembangunan di Indonesia

Sasarannya mengacu ke psikis, dan moral atau budi pekerti siswa yang acuannya ke masa depan siswa. Maka dari itu perlu dari pihak-pihak terkait yang telah disebutkan dalam point sebelumnya saling mendukung, saling mengisi, merasa memiliki kebutuhan yang sama, visi dan misi yang sama, merasa tidak ada yang dirugikan atau merasa paling diuntungkan dalam hubungannya dengan moral generasi penerus bangsa. Karena generasi penerus bangsa adalah aset yang sangat berharga dalam kemajuan pembangunan, pendidikan dan jati diri bangsa di masa depan.

Referensi

- Amiryousefi, M., & Ketabi, S. (2011). Anti-textbook arguments revisited: A case study from Iran. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 15, 215–220. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.03.076>
- Demirezen, M. (2013). The Recognition of Extended Simple Sentences as a Teaching Writing Problem. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 70, 560–566. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.01.093>
- Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 2 tahun 2008 pasal 6 ayat 2 dan 3, 2008 (2008). <https://bsnp-indonesia.org/id/wp-content/uploads/2009/04/Permen-No.-2-tahun-2008-Buku-08.pdf>
- Muhammad, H. (2020). Menyiapkan Pembelajaran di Masa Pandemi: Tantangan dan Peluang. *Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan*, 1–22.
- Rahmawati, G. (2016). Buku Teks Pelajaran Sebagai Sumber Belajar Siswa Di Perpustakaan Sekolah Di Sman 3 Bandung. *EduLib*, 5(1), 102–113. <https://doi.org/10.17509/edulib.v5i1.2307>
- UNESCO. (2003). *Pendidikan dalam Dunia yang Multibahasa*. Organisasi PBB untuk Pendidikan, Ilmu Pengetahuan dan Kebudayaan.



Dr. Dahlia Novarianing Asri, M.Si., lahir di Madiun tanggal 29 November 1978. Menyelesaikan studi S1 Psikologi di Universitas Surabaya (UBAYA) tahun 2003. Lulus Magister Sains Psikologi pada Pascasarjana Universitas

Gadjah Mada Yogyakarta tahun 2006. Pada tahun 2017 lulus Program Doktor Psikologi Pendidikan Pascasarjana Universitas Negeri Malang. Mulai tahun 2006 menjadi dosen tetap pada Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas PGRI Madiun.

Aktif menulis artikel di berbagai jurnal ilmiah dan *prosiding*, menjadi narasumber di beberapa seminar dan kuliah umum, serta menjadi *reviewer* di beberapa jurnal nasional. Telah menulis beberapa buku, diantaranya yaitu *Metode Proverasi: Deskripsi dan Instrumen Evaluasi Pemberdayaan Masyarakat Disabilitas; Prokrastinasi Akademik: Teori dan Riset dalam Perspektif Pembelajaran Berbasis Proyek dan Self-Regulated Learning; Best Practice: Revitalisasi LPTK Melalui Penugasan Dosen di Sekolah; Modifikasi Perilaku: Teori dan Penerapannya; dan Pedoman Praktikum: Praktik Pemahaman Individu.*

Dr. Tyas Martika Anggriana, S.Psi., M.Pd.

Kelahiran Blora, 30 Maret 1985. Menyelesaikan pendidikan S1 Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang tahun 2007. Pada tahun 2008 melanjutkan studi S2 Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Semarang lulus pada tahun 2010; dan pendidikan S3 diselesaikan di Jurusan Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang tahun 2021. Pada tahun 2017 pernah mengikuti Sertifikasi Tes Psikologi bagi Konselor Pendidikan di Universitas Negeri Malang dan memiliki lisensi untuk menyelenggarakan layanan tes psikologi pada setting pendidikan. Perjalanan karir diawali sebagai Recruitment Officer di sebuah perusahaan yang bergerak di bidang garmen dan kemudian bergabung sebagai dosen tetap Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Madiun hingga saat ini. Beberapa penelitian dan publikasi yang pernah dihasilkan berkaitan dengan topik tentang anak berkebutuhan khusus dan layanan bimbingan dan konseling bermuatan budaya. Beberapa judul publikasi yang dihasilkan antara lain Kompetensi Guru Pendamping Siswa ABK di Sekolah Dasar, Identifikasi Permasalahan Gelandangan dan Pengemis di UPT Rehabilitasi Sosial Gelandangan dan Pengemis, Peran Konselor dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial Siswa Difabel, *Meaning of Life: A Perspective of Javanese Local Wisdom* dan *Ngudari Reribed: Internalization of Ki Ageng Suryomentaram's Values to Increase Mindfulness*. Adapun HKI yang dihasilkan adalah: 1) Buku Pedoman Praktikum Bimbingan dan Konseling Karier, dan 2) *Ngudari Reribed* sebagai Teknik Konseling Bermuatan Nilai Ajaran Ki Ageng Suryomentaram.



Asroful Kadafi

Penulis lahir di Magetan pada tanggal 19 Oktober 1986. Penulis menyelesaikan studi di Sekolah Dasar Negeri Taji 1, Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Karangrejo, Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Maospati, IKIP PGRI Madiun (S1-Bimbingan dan Konseling), Universitas Negeri Semarang (S2-Bimbingan dan Konseling), Universitas Negeri Malang (S3-Bimbingan dan Konseling). Buku yang relevan dengan yang ditulis penulis saat ini adalah “Pedoman Pelaksanaan Layanan Bimbingan dan Konseling Islami di Sekolah” tahun 2019.

Noviyanti Kartika Dewi, M.Pd., Kons, lahir di Madiun 4 November 1985. Menyelesaikan pendidikan S1 di Jurusan Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang (2009), kemudian melanjutkan Program Magister S2 di Jurusan Bimbingan dan Konseling di Universitas Negeri Semarang (2010), Setelah lulus program S2 kemudian melanjutkan ke Program Pendidikan Profesi Konselor (PPK) di Universitas Negeri Semarang (2014). Setelah menyelesaikan studi S2 mulai bekerja sebagai dosen tetap pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Madiun. Saat ini sedang menempuh S3 Bimbingan dan Konseling di Universitas Negeri Malang. Beberapa penelitian dan publikasi yang pernah dihasilkan diantaranya Identifikasi Permasalahan Gelandangan dan Pengemis di UPT Rehabilitasi Sosial Gelandangan dan Pengemis, Mengatasi mental block pada remaja melalui *Cognitive Therapy* (CT), *Choice Therapy* Berbasis Falsafah Budaya Jawa Sebagai Alternatif Untuk Meningkatkan Survival Ability Korban Bencana Alam, *Cyberbullying* ditinjau dari *Big Five Personality* dan Analisis Perilaku *Cyberbullying* ditinjau dari Kemampuan Literasi Sosial Media. Beberapa buku yang telah ditulis diantaranya 1) Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Aspek Kehidupan (2018), 2) Profesi Konselor Dalam Menghadapi Problematika Kehidupan (2019).



Rischa Pramudia Trisnani, S.Pd., M.Pd. Lulus S1 di program studi bimbingan dan konseling IKIP PGRI Madiun tahun 2011, lulus S2 di program studi bimbingan dan konseling Universitas Negeri Semarang tahun 2015. Sejak tahun 2015 sampai saat ini menjadi dosen tetap di program studi bimbingan dan konseling Universitas PGRI Madiun.



Silvia Yula Wardani, S.Pd., M.Pd. Lulus S1 di program studi bimbingan dan konseling IKIP PGRI Madiun tahun 2011, lulus S2 di program studi bimbingan dan konseling Universitas Negeri Semarang tahun 2015. Sejak tahun 2015 sampai saat ini menjadi dosen tetap di program studi bimbingan dan konseling Universitas PGRI Madiun

Diana Ariswanti Triningtyas, S.Pd., M.Psi. Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Madiun. Lahir di Nganjuk, 05 Mei 1978. Menyelesaikan studi S1 di Universitas Nusantara PGRI Kediri, lulus pada tahun 2009. Melanjutkan studi S2 di Magister Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, lulus tahun 2012. Selain aktivitas mengajar, Diana (nama panggilannya) juga aktif dalam melaksanakan kegiatan penelitian dan pengabdian kepada masyarakat.

Juwita Finayanti, S.Pd., M.Pd. Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Madiun. Lahir di Trenggalek, 04 Juni 1992. Menyelesaikan studi S1 jurusan Bimbingan dan Konseling di Universitas Negeri Malang, lulus tahun 2015. Melanjutkan studi Magister S2 jurusan Bimbingan dan Konseling di Universitas Negeri Malang, lulus tahun 2019. Selain aktivitas mengajar, juga aktif dalam penelitian dan pengabdian di masyarakat.



Beny Dwi Pratama lahir di Kabupaten Sidoarjo tanggal 16 Desember 1986. Jenjang pendidikan dasar ia tempuh di SDN 1 Entalsewu (tahun 1993-1999) dan di SMP Negeri 1 Buduran (tahun 1999-2002). Pada jenjang pendidikan menengahnya di SMA Antartika Kota Sidoarjo (tahun 2002-2005). Kemudian, ia melanjutkan kuliah di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo (tahun 2006-2010) mengambil program studi psikologi.

Pada tahun 2012 ia kemudian melanjutkan studinya (pasca sarjana / S2) di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya (tahun 2012-2014) dengan mengambil jurusan Magister Psikologi Pendidikan. Tahun 2015 tepatnya dibulan Juli penulis diterima menjadi Dosen Bimbingan dan Konseling di salah satu Perguruan Tinggi Swasta Jawa Timur tepatnya di Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan (IKIP PGRI Madiun) Kota Madiun pada, yang sekarang dikenal dengan Universitas PGRI Madiun. Ditengah kesibukannya menjadi Dosen, ia juga menyempatkan membuat beberapa hasil karya diantaranya, buku ber-ISBN dengan judul *Mengenal Dan Strategi Meningkatkan Keterampilan Sosial Anak Underachiever Melalui Media Atm Dongeng* (UNIPMA Press, 2018), serta *Hak Kekayaan Intelektual (HKI) dengan judul Media Pembelajaran ATM Dongeng* (2018). Ia juga aktif menulis artikel yang dimuat diberbagai jurnal dan prosiding yang terindeks Google Sholar sampai dengan saat ini.



Suharni, S.Pd., M.Psi. Lahir di Kabupaten Ngawi, 04 Desember 1978. Menyelesaikan studi S1 di IKIP PGRI Madiun di Fakultas Ilmu Pendidikan Program Studi Bimbingan dan Konseling. Studi Magister ditempuh di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya (UNTAG) pada jurusan Psikologi Pendidikan. Menjadi Dosen pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Madiun sejak tahun 2015. Tridharma Perguruan Tinggi senantiasa dilakukan sebagai bentuk komitmen dengan tugas yang diemban.



Ratih Christiana, M.Pd . Lahir di Kota Madiun, 08 Maret 1987. Menyelesaikan studi S1 di IKIP PGRI Madiun di Fakultas Ilmu Pendidikan, lulus pada tahun 2011. Melanjutkan studi S2 di Magister Bimbingan dan Konseling di Universitas Negeri Semarang, lulus tahun 2015 dan Pendidikan Pascasarjana Doktor di Universitas Negeri Malang, lulus tahun 2020. Pengalaman profesional yang pernah dijalani adalah sebagai pengajar di IKIP PGRI Madiun sejak tahun 2012, pada Januari 2017 menjadi Universitas PGRI Madiun. Selain mengajar, penulis juga aktif dalam melaksanakan kegiatan penelitian dan pengabdian kepada masyarakat

ISU DAN TANTANGAN BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM BERBAGAI ASPEK KEHIDUPAN



Seiring dengan perkembangan zaman yang menuntut perubahan dalam berbagai aspek kehidupan, akan menimbulkan dampak psikologis bagi individu dan lingkungan sekitarnya. Untuk itu bidang bimbingan dan konseling perlu menyikapi permasalahan dan tantangan tersebut agar dapat mewujudkan kualitas hidup manusia yang bermutu baik sehingga dapat mencapai perkembangan yang optimal dalam menghadapi tantangan kehidupan. Buku ini disusun dengan harapan dapat menambah wawasan dan pengetahuan tentang isu dan tantangan bimbingan dan konseling dalam berbagai aspek kehidupan. Buku ini terdiri dari 8 bagian sebagai berikut.

- Bagian 1 Pentingnya Kesehatan Mental di Masa Pandemi Covid-19
- Bagian 2 Integrasi Nilai Kearifan Lokal pada Pendekatan Etnopedagogi untuk Penguatan Identitas Generasi Digital Native
- Bagian 3 Penguatan Nilai Religius pada Program Bimbingan dan Konseling untuk Memperkokoh Karakter Ideal Siswa di Masa Post Pandemi Covid-19
- Bagian 4 Isu Kesehatan Mental dan Tantangannya bagi Penyelenggaraan Layanan Bimbingan dan Konseling Pada Masa Pandemi Covid-19
- Bagian 5 Peran Konselor dalam Menurunkan Kecemasan Siswa pada Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi Covid-19
- Bagian 6 Penguatan Pendidikan Karakter Positif di Sekolah Dasar
- Bagian 7 Membangun Critical Thinking Kompetensi Calon Konselor Sekolah
- Bagian 8 Upaya Preventif Terhadap Amoral Siswa dengan Literasi pada Buku Teks Pelajaran yang Menyesatkan



082336759777

aemediagrafika@gmail.com

www.aemediagrafika.com

ISBN 978-623-5516-29-5



9 786235 516295

Rp. 82.000,-