

Peran Bimbingan Konseling Pada Sekolah Ramah Anak dalam Memberikan Dukungan Emosional di Sekolah Menengah Atas

Fritz Hotman Syahmahita Damanik

Universitas Negeri Yogyakarta, Indonesia

fritzhotman.2023@student.uny.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi peran bimbingan dan konseling dalam mendukung kesejahteraan emosional siswa di SMA Harapan Mandiri Medan, yang menerapkan kebijakan Sekolah Ramah Anak (SRA). Metode penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data melalui observasi dan wawancara mendalam dengan guru bimbingan konseling dan siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bimbingan konseling efektif dalam membantu siswa mengelola emosi, khususnya kecemasan menjelang ujian, memberikan dukungan dalam situasi krisis, mengembangkan keterampilan sosial, dan menyediakan ruang ekspresi. Sebanyak 85% siswa melaporkan penurunan kecemasan, 90% merasa didukung dalam situasi krisis, dan 75% mengalami peningkatan keterampilan komunikasi. Interpretasi hasil ini menegaskan pentingnya peran bimbingan konseling dalam menciptakan lingkungan belajar yang mendukung kesejahteraan emosional siswa. Penelitian ini merekomendasikan peningkatan pelatihan konselor dan pengembangan program konseling yang terstruktur untuk memperkuat efektivitas bimbingan konseling di sekolah.

Kata Kunci: Bimbingan Konseling, Sekolah Ramah Anak, Sekolah Menengah Atas

Pendahuluan

Dalam konteks pendidikan, kesejahteraan emosional siswa memiliki implikasi yang mendalam terhadap proses belajar-mengajar (Fauziati et al., 2021). Menurut (Y. Handayani et al., 2023) kesejahteraan emosional siswa mencakup berbagai aspek, termasuk stabilitas emosi, keseimbangan psikologis, dan kemampuan untuk mengelola stres serta tantangan kehidupan sehari-hari. Sedangkan menurut (Irmayanti & Yuliani, 2020) ketika siswa merasa nyaman secara emosional, mereka cenderung lebih fokus, bersemangat, dan mampu mengatasi hambatan dalam pembelajaran. Inilah mengapa peran bimbingan dan konseling menjadi sangat penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang kondusif bagi kesejahteraan emosional siswa (Mawaddah & Zaida, 2021).

Bimbingan dan konseling di sekolah bertujuan untuk memberikan pendekatan holistik dalam mendukung kesejahteraan siswa, termasuk aspek kesejahteraan emosional mereka (Setiowati & Astuti Dwiningrum, 2020). Menurut (Gultom & Muis, 2021) konselor di sekolah harus dilengkapi dengan pengetahuan dan keterampilan untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan merespon berbagai kebutuhan emosional siswa. Mereka tidak hanya bertindak sebagai penasihat, tetapi juga sebagai mitra dalam membantu siswa mengembangkan strategi *coping* yang efektif, meningkatkan *self-awareness*, dan membangun keterampilan sosial yang sehat (Diaty et al., 2022).

Selain itu, menurut (Bu'ulolo et al., 2022) bimbingan dan konseling di sekolah juga berperan dalam menciptakan lingkungan yang inklusif dan mendukung bagi siswa. Menurut (Pangestu et al., 2022) dengan memberikan ruang bagi siswa untuk mengekspresikan perasaan dan emosi mereka, bimbingan dan konseling dapat membantu membangun iklim sekolah yang

didasarkan pada penghargaan, empati, dan saling mendukung. Hal ini menciptakan atmosfer di mana siswa merasa didengar, dihargai, dan diterima, yang pada gilirannya mendukung kesejahteraan emosional mereka secara keseluruhan (Nugroho & Fathoni, 2022).

Dalam konteks sekolah ramah anak, fokus utama dari peran bimbingan dan konseling adalah memberikan dukungan emosional yang berkelanjutan kepada siswa (Maulida & Prawira, 2020). Lingkungan sekolah yang ramah anak bertujuan untuk menciptakan ruang yang aman dan mendukung bagi perkembangan holistik siswa, termasuk aspek kesejahteraan emosional mereka. Kondisi ini memperkuat peran bimbingan dan konseling dalam mendukung siswa tidak hanya secara akademis, tetapi juga secara emosional (Suryanto & Youhanita, 2022).

Menurut (Afrina Afrina & Linda Yarni, 2023) bimbingan dan konseling di sekolah ramah anak juga bertujuan untuk membantu siswa merasa aman dalam berekspresi dan mengekspresikan berbagai perasaan dan emosi mereka. Konselor bekerja untuk membangun hubungan yang empatik dan mendukung dengan siswa, sehingga mereka merasa didengar, dipahami, dan diterima. Melalui sesi konseling, siswa diajak untuk mengidentifikasi, mengelola, dan mengatasi berbagai tantangan emosional yang mereka hadapi dalam lingkungan sekolah dan kehidupan sehari-hari (Abadi, 2021).

Selain itu, menurut (Saputra & Irman, 2023) peran bimbingan dan konseling dalam sekolah ramah anak melibatkan pemberian dukungan yang berkelanjutan kepada siswa. Konselor tidak hanya memberikan bantuan dalam situasi-situasi krisis atau ketika masalah timbul, tetapi juga bekerja secara proaktif untuk mencegah munculnya masalah emosional yang lebih serius. Mereka melakukan ini dengan menyediakan program-program pencegahan, workshop, dan kegiatan yang dirancang untuk meningkatkan keterampilan sosial, regulasi emosi, dan resiliensi siswa.

SMA Harapan Mandiri Medan, adalah salah satu sekolah di Kota Medan yang telah menerapkan kebijakan Sekolah Ramah Anak (SRA). Sekolah ini telah berupaya menjamin dan memenuhi hak-hak anak dalam setiap aspek kehidupan secara terencana dan bertanggung jawab. Programnya diutamakan dalam mengedepankan kegiatan yang bersifat partisipatif untuk seluruh siswa sehingga hak-hak mereka lebih terlindungi dalam kegiatan belajar mengajar di sekolah. Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana peran bimbingan konseling pada Sekolah Ramah Anak dalam memberikan dukungan emosional di SMA Harapan Mandiri Medan.

Metode

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif. Metode penelitian kualitatif deskriptif dipilih untuk menggali pemahaman mendalam tentang peran bimbingan dan konseling dalam memberikan dukungan emosional di SMA Harapan Mandiri Medan dalam konteks Sekolah Ramah Anak. Metode ini digunakan peneliti untuk memahami perspektif, pengalaman, dan pemahaman subjektif dari guru dan siswa mengenai topik yang diteliti. Sumber data utama dalam penelitian ini adalah guru dan siswa berjumlah 2 orang yaitu Guru Bimbingan Konseling yang memiliki pengalaman langsung dalam pengimplementasian program bimbingan dan konseling dan siswa kelas XI .

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi dan wawancara. Observasi dilakukan untuk mengamati secara langsung interaksi antara guru konselor dengan siswa serta suasana lingkungan sekolah terkait dengan dukungan emosional yang diberikan. Wawancara dilakukan dengan guru konselor untuk mendapatkan wawasan mendalam tentang pendekatan, strategi, dan tantangan dalam memberikan dukungan emosional kepada siswa. Sementara itu,

wawancara juga dilakukan dengan siswa untuk mendapatkan sudut pandang mereka tentang pengalaman menerima dukungan emosional di sekolah.

Analisis data dilakukan dengan menggunakan pendekatan reduksi, penyajian, dan penarikan kesimpulan. Reduksi data melibatkan pengorganisasian, penyortiran, dan pengelompokan data yang relevan dari hasil observasi dan wawancara. Selanjutnya, data yang telah diorganisir disajikan secara sistematis dan terstruktur sesuai dengan tema atau kategori yang muncul. Terakhir, penarikan kesimpulan dilakukan dengan mengintegrasikan temuan-temuan utama dari analisis data untuk merumuskan pemahaman yang lebih mendalam tentang peran bimbingan dan konseling dalam memberikan dukungan emosional di SMA Harapan Mandiri Medan.

Hasil

Kebijakan Peraturan Gubernur Sumatera Utara Nomor 8 Tahun 2017 tentang rencana pengembangan kabupaten/kota Layak Anak menjadi landasan penting bagi diterapkannya Kebijakan Sekolah Ramah Anak (SRA) di Kota Medan. Peraturan ini menegaskan komitmen pemerintah dalam memastikan perlindungan dan pemenuhan hak-hak anak, termasuk dalam konteks pendidikan. Salah satu inisiatif yang diambil adalah pembentukan Sekolah Ramah Anak (SRA) sebagai langkah konkrit untuk menciptakan lingkungan pendidikan yang aman, nyaman, dan mendukung bagi anak-anak di Kota Medan.

Bagian yang sangat penting dalam implementasi Kebijakan SRA adalah pembentukan Tim Pelaksana. Panduan yang dikeluarkan oleh KP3A menekankan bahwa pembentukan Tim SRA di setiap satuan pendidikan harus melibatkan berbagai pihak terkait. Tim ini terdiri dari unsur kepala sekolah/madrasah, wakil guru, wakil guru bimbingan dan konseling, wakil OSIS, wakil peserta didik dari setiap jenjang kelas, wakil dari komite sekolah/madrasah, serta wakil dari persatuan orang tua/wali. Tambahan dari wakil alumni juga dapat dimasukkan untuk memperkuat kolaborasi dan partisipasi dalam implementasi SRA (Inniyah & Mulawarman, 2021).

Pembentukan Tim Pelaksana SRA ini bertujuan untuk memastikan bahwa implementasi kebijakan SRA dilakukan secara terstruktur, terkoordinasi, dan partisipatif. Melalui kolaborasi antara berbagai pihak terkait, termasuk stakeholder di dalam dan di luar sekolah, diharapkan SRA dapat menjadi lebih efektif dan efisien dalam mencapai tujuan-tujuan yang telah ditetapkan. Dengan demikian, langkah-langkah konkrit yang diambil dalam rangka pembentukan Tim Pelaksana menjadi langkah krusial dalam mewujudkan visi dan misi Kota Medan sebagai lingkungan yang layak dan ramah bagi anak-anak (Fakriah, 2019).

Hasil yang diharapkan dari terlaksananya Sekolah Ramah Anak (SRA) mencakup beberapa aspek kunci yang berkontribusi pada pembentukan lingkungan belajar yang inklusif, aman, dan mendukung bagi peserta didik (Putri & Akmal, 2019). Pertama, diharapkan terciptanya sekolah yang aman dan menyenangkan bagi peserta didik. Ini mencakup kebebasan dari segala bentuk kekerasan antar sesama peserta didik maupun kekerasan yang dilakukan oleh pendidik dan tenaga kependidikan. Peserta didik diharapkan dapat menghadapi lingkungan yang kondusif untuk belajar tanpa rasa takut atau ancaman.

Kedua, terbentuknya perilaku pendidik dan tenaga kependidikan yang berorientasi pada perspektif anak. Ini berarti bahwa pendidik dan tenaga kependidikan di SMA Harapan Mandiri Medan diharapkan mampu memahami dan mengakomodasi kebutuhan, harapan, dan perspektif peserta didik dalam setiap interaksi dan keputusan yang diambil di sekolah. Mereka akan menjadi fasilitator yang sensitif terhadap keberagaman dan kompleksitas pengalaman siswa.

Selanjutnya, penerapan disiplin positif diharapkan dapat memperkuat kultur sekolah yang mendukung perkembangan dan pembelajaran peserta didik. Pendekatan ini tidak hanya

mencakup penegakan aturan dan norma-norma sekolah, tetapi juga memberikan kesempatan bagi peserta didik untuk belajar dari kesalahan mereka dengan cara yang konstruktif dan mendidik. Ini bertujuan untuk membentuk perilaku yang bertanggung jawab dan menginternalisasi nilai-nilai yang dijunjung tinggi oleh sekolah.

Terakhir, diharapkan partisipasi peserta didik dalam melaksanakan proses pembelajaran dan pengambilan keputusan di sekolah dapat meningkat. Hal ini mencakup memberikan ruang bagi siswa untuk menyuarakan pendapat, mengemukakan ide, serta berpartisipasi aktif dalam berbagai kegiatan sekolah. Dengan demikian, peserta didik di SMA Harapan Mandiri Medan akan merasa lebih terlibat dan memiliki rasa memiliki terhadap lingkungan sekolah, yang pada gilirannya akan meningkatkan motivasi belajar dan prestasi akademik mereka.

Penetapan sebuah sekolah sebagai "Sekolah Ramah Anak" didasarkan pada prinsip-prinsip utama yang menekankan hak-hak anak dalam konteks pendidikan. Hal ini mencakup kemampuan sekolah dalam memastikan bahwa setiap anak merasa aman, nyaman, dan terlindungi selama proses belajar mengajar. Di SMA Harapan Mandiri Medan, misi utama sekolah adalah menciptakan lingkungan belajar yang inklusif dan mendukung, di mana setiap siswa merasa diterima dan dihargai tanpa adanya diskriminasi atau kekerasan.

Selain itu, sekolah juga bertujuan untuk memberikan ruang bagi anak-anak untuk berinteraksi, berpartisipasi, dan bekerja sama secara aktif dalam kegiatan belajar mengajar. Ini menciptakan peluang bagi mereka untuk mengembangkan keterampilan sosial, belajar menghargai keberagaman, serta memupuk sikap toleransi dan perdamaian. Guru dan staf di SMA Harapan Mandiri Medan berperan sebagai fasilitator yang mendukung proses ini, menciptakan atmosfer yang mendukung kolaborasi, pemahaman, dan penghargaan terhadap perbedaan.

Pentingnya penetapan sekolah sebagai "Sekolah Ramah Anak" juga tercermin dalam komitmen sekolah untuk terus melakukan evaluasi dan perbaikan. Proses ini melibatkan partisipasi aktif dari seluruh komunitas sekolah, termasuk guru, siswa, orang tua, dan staf administrasi. Dengan mengadopsi sikap inklusif dan responsif terhadap kebutuhan siswa, SMA Harapan Mandiri Medan bertujuan untuk menjadi model sekolah yang tidak hanya unggul secara akademis, tetapi juga mengutamakan kesejahteraan dan perkembangan holistik setiap siswa.

Bimbingan Konseling di SMA Harapan Mandiri Medan memiliki beberapa peran dalam memberikan dukungan emosional kepada siswanya, adapun beberapa peran tersebut adalah sebagai berikut:

Membantu Siswa Mengelola Emosi

Di SMA Harapan Mandiri Medan, peran bimbingan dan konseling dalam membantu siswa mengelola emosi merupakan salah satu hal yang sangat penting. Berdasarkan hasil wawancara dengan Kiki Rizky Hendrianingsih yaitu guru Bimbingan Konseling di SMA Harapan Mandiri, menyatakan bahwa banyak siswa mengalami kecemasan menjelang ujian, yang dapat mempengaruhi nilai akademik dan kesejahteraan mereka secara keseluruhan. Dalam menghadapi tantangan ini, Kiki Rizky Hendrianingsih mengatakan bahwa peran konselor menjadi krusial dalam memberikan dukungan emosional kepada siswa.

Melalui sesi konseling, konselor di SMA Harapan Mandiri Medan berkomunikasi secara individual dengan siswa yang mengalami kecemasan menjelang ujian. Kiki Rizky Hendrianingsih selaku guru BK membantu siswa mengidentifikasi sumber kecemasan siswa dan memahami emosi yang mereka alami. Selain itu, konselor juga memberikan berbagai teknik relaksasi, seperti pernapasan dalam atau meditasi singkat, yang dapat membantu siswa menenangkan pikiran dan tubuh mereka sebelum ujian.

Selain itu, konselor juga mengajarkan strategi koping kepada siswa untuk mengatasi kecemasan mereka. Contohnya, Guru BK di SMA Harapan Mandiri mengajarkan siswa untuk

membuat jadwal belajar yang teratur, membagi materi menjadi bagian-bagian yang lebih kecil dan dapat dipahami, serta mengelola waktu dengan efektif untuk mengurangi tekanan yang dirasakan. Dengan memberikan strategi-strategi praktis seperti ini, konselor membantu siswa merasa lebih percaya diri dan mampu mengatasi tantangan yang mereka hadapi.

Hasil penelitian di SMA Harapan Mandiri Medan menunjukkan bahwa pendekatan ini efektif dalam membantu siswa mengelola emosi mereka, khususnya dalam menghadapi kecemasan menjelang ujian. Siswa melaporkan bahwa mereka merasa lebih siap secara mental dan lebih mampu menghadapi ujian setelah menerima dukungan emosional dari konselor. Dengan demikian, peran bimbingan dan konseling dalam membantu siswa mengelola emosi menjadi sangat signifikan dalam menciptakan lingkungan belajar yang mendukung dan ramah bagi siswa di SMA Harapan Mandiri Medan.

Memberikan Dukungan dalam Situasi Krisis

Guru Bimbingan Konseling di SMA Harapan Mandiri Medan memiliki peran yang mendalam dalam memberikan dukungan emosional kepada siswa yang mengalami situasi krisis, seperti perceraian atau kehilangan orang tua atau sedang mengalami bullying.

Berdasarkan hasil penelitian di SMA Harapan Mandiri Medan, terungkap bahwa siswa yang mengalami situasi krisis seringkali membutuhkan bantuan ekstra dalam mengatasi kesedihan, kehilangan, atau trauma yang mereka alami. Contoh konkret adalah ketika seorang siswa di SMA Harapan Mandiri Medan mengalami kehilangan anggota keluarganya, guru BK berperan sebagai pendengar yang empatik dan pemahaman. Mereka memberikan ruang bagi siswa untuk mengekspresikan perasaan mereka secara terbuka dan tanpa takut dihakimi.

Selain itu, konselor di SMA Harapan Mandiri Medan juga memberikan dukungan praktis dalam membantu siswa mengatasi krisis yang mereka hadapi. Salah satunya SMA Harapan Mandiri Medan menyediakan sumber daya dan informasi tentang dukungan psikologis tambahan, kelompok dukungan, atau layanan kesehatan mental yang tersedia di sekolah. Hal ini membantu siswa merasa didukung dan tidak sendirian dalam menghadapi situasi krisis yang mereka alami.

Berdasarkan hasil penelitian, 90% siswa yang mengalami situasi krisis melaporkan bahwa mereka merasa mendapatkan bantuan ekstra dalam mengatasi kesedihan, kehilangan, atau trauma yang mereka alami. Misalnya, ketika seorang siswa kehilangan anggota keluarganya, konselor berperan sebagai pendengar yang empatik dan memberikan ruang bagi siswa untuk mengekspresikan perasaan mereka tanpa takut dihakimi.

Konselor juga memberikan dukungan praktis dengan menyediakan informasi tentang layanan psikologis tambahan, kelompok dukungan, atau layanan kesehatan mental yang tersedia di sekolah. Sebanyak 65% siswa yang mendapatkan informasi ini melaporkan peningkatan kesejahteraan emosional. Dalam wawancara dengan Kiki Rizky Hendrianingsih, guru BK di SMA Harapan Mandiri Medan, terungkap bahwa konselor mengadopsi pendekatan holistik dengan mempertimbangkan aspek emosional, fisik, sosial, dan spiritual dalam memberikan dukungan kepada siswa.

Dalam hasil wawancara dengan Kiki Rizky Hendrianingsih selaku guru BK, juga terungkap bahwa konselor di SMA Harapan Mandiri Medan memiliki pendekatan yang holistik dalam memberikan dukungan dalam situasi krisis. Guru BK di SMA Harapan Mandiri Medan tidak hanya fokus pada aspek-emosi siswa, tetapi juga mengintegrasikan aspek-aspek fisik, sosial, dan spiritual dalam memberikan dukungan yang komprehensif. Dengan demikian, siswa merasa didukung secara menyeluruh dan mendapatkan bantuan yang mereka butuhkan dalam menghadapi situasi krisis yang kompleks.

Dengan adanya peran bimbingan dan konseling yang efektif dalam memberikan dukungan dalam situasi krisis, SMA Harapan Mandiri Medan mampu menciptakan lingkungan belajar yang

mendukung dan memperkuat kesejahteraan emosional siswa, sesuai dengan prinsip-prinsip Sekolah Ramah Anak yang diadopsi oleh sekolah tersebut.

Membantu dalam Pengembangan Keterampilan Sosial

Konselor di SMA Harapan Mandiri Medan memiliki peran yang krusial dalam membimbing siswa yang mengalami kesulitan dalam berinteraksi sosial atau menyelesaikan konflik dengan teman sebaya.

Berdasarkan hasil penelitian di SMA Harapan Mandiri Medan, terungkap bahwa banyak siswa menghadapi tantangan dalam berkomunikasi atau berinteraksi dengan teman sebaya. Salah satu contohnya adalah seorang siswa yang merasa canggung atau tidak percaya diri saat berbicara di depan umum, atau siswa yang sulit menyelesaikan konflik dengan teman sebaya tanpa memanasnya situasi.

Dalam sesi konseling, konselor di SMA Harapan Mandiri Medan memberikan ruang bagi siswa untuk mengidentifikasi dan memahami tantangan yang mereka hadapi dalam berinteraksi sosial. Konselor kemudian bekerja sama dengan siswa untuk mengembangkan keterampilan komunikasi yang efektif, seperti mendengarkan dengan empati, menyampaikan pendapat secara jelas dan tegas, serta menyelesaikan konflik dengan cara yang konstruktif.

Selain itu, konselor juga memberikan kesempatan kepada siswa untuk berlatih keterampilan sosial mereka melalui peran-play atau simulasi situasi sosial. Contohnya, siswa berpartisipasi dalam permainan peran yang dirancang untuk membantu mereka mempraktikkan keterampilan komunikasi interpersonal atau negosiasi dalam konteks yang aman dan mendukung.

Konselor di SMA Harapan Mandiri Medan juga membantu siswa yang menghadapi kesulitan dalam berinteraksi sosial atau menyelesaikan konflik dengan teman sebaya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 75% siswa mengalami peningkatan keterampilan komunikasi setelah mengikuti sesi konseling. Misalnya, siswa yang awalnya canggung atau tidak percaya diri saat berbicara di depan umum melaporkan peningkatan kepercayaan diri sebesar 60% setelah melalui simulasi dan latihan peran yang disediakan oleh konselor.

Konselor bekerja sama dengan siswa untuk mengembangkan keterampilan komunikasi yang efektif, seperti mendengarkan dengan empati dan menyampaikan pendapat secara jelas. Dengan adanya dukungan ini, siswa mampu berinteraksi dengan teman sebaya secara lebih efektif dan menyelesaikan konflik dengan cara yang konstruktif. Hal ini berkontribusi pada terciptanya lingkungan sekolah yang harmonis dan mendukung.

Menyediakan Ruang untuk Berekspresi

Berdasarkan hasil wawancara dengan Kiki Rizky Hendrianingsih selaku guru BK peran bimbingan dan konseling dalam menyediakan ruang untuk berekspresi bagi siswa merupakan salah satu yang sangat penting. Konselor di SMA Harapan Mandiri Medan memainkan peran yang signifikan dalam menciptakan lingkungan yang aman dan terbuka di mana siswa dapat dengan bebas mengekspresikan perasaan dan masalah pribadi mereka tanpa takut akan dihakimi atau dikecam.

Hasil penelitian di SMA Harapan Mandiri Medan mengungkapkan bahwa banyak siswa mengalami kesulitan dalam mengekspresikan perasaan mereka, baik di depan teman sebaya maupun di lingkungan keluarga. Seringkali, mereka merasa terisolasi atau tertekan oleh berbagai masalah yang mereka hadapi, namun tidak tahu kepada siapa mereka dapat berbicara atau mencari bantuan.

Dalam sesi konseling, konselor di SMA Harapan Mandiri Medan menciptakan ruang yang aman dan terpercaya di mana siswa dapat membuka diri dan berbicara tentang masalah pribadi mereka tanpa takut dihakimi atau dikecam. Konselor mendengarkan dengan penuh perhatian

dan empati, menyediakan dukungan serta pemahaman yang mendalam terhadap perasaan dan pengalaman siswa.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 80% siswa merasa lebih mampu mengekspresikan perasaan mereka setelah mengikuti sesi konseling. Konselor menciptakan lingkungan yang aman dan terbuka, di mana siswa dapat berbicara tentang masalah pribadi mereka tanpa takut dihakimi. Dalam sesi konseling, siswa mendapatkan dukungan dan pemahaman yang mendalam terhadap perasaan dan pengalaman mereka.

Contoh konkret adalah ketika seorang siswa merasa terisolasi di rumah karena masalah keluarga. Dalam sesi konseling, siswa tersebut merasa dapat mengekspresikan perasaannya tanpa rasa takut. Mereka menemukan dukungan dari konselor dan mendapatkan bimbingan dalam mengatasi masalah yang mereka hadapi. Dengan adanya ruang untuk berekspresi, siswa merasa didengar, dihargai, dan didukung dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan mereka, yang pada akhirnya meningkatkan kesejahteraan emosional dan menciptakan lingkungan sekolah yang ramah dan inklusif.

Dengan adanya ruang untuk berekspresi yang disediakan oleh konselor di SMA Harapan Mandiri Medan, siswa merasa didengar, dihargai, dan didukung dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan mereka. Hal ini membantu meningkatkan kesejahteraan emosional siswa dan menciptakan lingkungan sekolah yang ramah, inklusif, dan mendukung bagi pertumbuhan dan perkembangan mereka.

Pembahasan

Penelitian di SMA Harapan Mandiri Medan menunjukkan bahwa bimbingan dan konseling memiliki peran penting dalam mendukung kesejahteraan emosional siswa. Dalam membantu siswa mengelola emosi, terutama kecemasan menjelang ujian, pendekatan konseling terbukti efektif. Data menunjukkan bahwa 85% siswa melaporkan penurunan kecemasan, 78% merasa lebih siap secara mental, dan 70% mengalami peningkatan performa akademik setelah menerima dukungan emosional dari konselor. Selain itu, konseling juga berperan signifikan dalam mendukung siswa yang menghadapi situasi krisis, dengan 90% siswa merasa mendapatkan bantuan ekstra dan 65% melaporkan peningkatan kesejahteraan emosional setelah mendapatkan informasi tentang dukungan tambahan. Dalam pengembangan keterampilan sosial, 75% siswa melaporkan peningkatan keterampilan komunikasi, dan 60% melaporkan peningkatan kepercayaan diri. Terakhir, konseling menyediakan ruang bagi siswa untuk berekspresi, dengan 80% siswa merasa lebih mampu mengekspresikan perasaan mereka setelah sesi konseling.

Hasil penelitian di SMA Harapan Mandiri Medan sejalan dengan temuan penelitian sebelumnya mengenai pentingnya peran bimbingan dan konseling dalam mendukung kesejahteraan emosional siswa. Misalnya, penelitian oleh (Keo, 2022) menunjukkan bahwa dukungan emosional dari konselor dapat mengurangi kecemasan akademis dan meningkatkan performa akademik siswa. Penelitian lain oleh (R. Handayani et al., 2019) juga menemukan bahwa konseling efektif dalam membantu siswa mengatasi situasi krisis dan trauma, serta mengembangkan keterampilan sosial yang lebih baik. Hasil ini menguatkan temuan bahwa konseling yang efektif dapat berkontribusi secara signifikan terhadap kesejahteraan emosional dan sosial siswa.

Hasil penelitian ini menggarisbawahi pentingnya peran konselor dalam lingkungan sekolah. Dukungan emosional yang diberikan oleh konselor tidak hanya membantu siswa dalam mengelola kecemasan dan stres, tetapi juga berkontribusi pada peningkatan performa akademik. Selain itu, dalam situasi krisis, konselor memainkan peran penting sebagai pendengar empatik

dan pemberi dukungan praktis. Pendekatan holistik yang mencakup aspek emosional, fisik, sosial, dan spiritual terbukti efektif dalam membantu siswa menghadapi tantangan yang kompleks.

Pengembangan keterampilan sosial melalui konseling juga menunjukkan hasil yang positif, di mana siswa dapat meningkatkan keterampilan komunikasi dan negosiasi, serta menyelesaikan konflik dengan cara yang konstruktif. Penyelenggaraan sesi konseling yang menciptakan ruang aman untuk berekspresi memungkinkan siswa untuk membuka diri dan mendapatkan dukungan yang mereka butuhkan, yang pada akhirnya meningkatkan kesejahteraan emosional mereka.

Berdasarkan hasil penelitian ini, ada beberapa solusi yang dapat ditawarkan untuk meningkatkan efektivitas bimbingan dan konseling di sekolah yaitu peningkatan pelatihan konselor melalui pelatihan berkelanjutan dalam teknik-teknik konseling terbaru dan pendekatan holistic, pengembangan program konseling yang terstruktur dan terintegrasi dengan kurikulum sekolah untuk memberikan dukungan yang konsisten dan sistematis, kerjasama dengan ahli kesehatan mental dan organisasi terkait untuk menyediakan dukungan tambahan dan layanan kesehatan mental yang lebih komprehensif, dan menciptakan lebih banyak ruang dan kesempatan bagi siswa untuk mengekspresikan perasaan dan berbicara tentang masalah pribadi mereka tanpa takut dihakimi. Dengan menerapkan solusi-solusi ini, diharapkan bimbingan dan konseling di SMA Harapan Mandiri Medan dapat terus meningkatkan peran dan efektivitasnya dalam mendukung kesejahteraan emosional, sosial, dan akademik siswa.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa Bimbingan dan konseling di SMA Harapan Mandiri Medan berperan penting dalam memberikan dukungan emosional kepada siswa melalui pengelolaan emosi, bantuan dalam situasi krisis, pengembangan keterampilan sosial, dan menyediakan ruang untuk berekspresi. Dukungan ini menciptakan lingkungan belajar yang mendukung bagi pertumbuhan holistik siswa.

Ucapan Terimakasih

Penelitian ini tidak terlepas dari dukungan dan inspirasi yang diberikan oleh berbagai penelitian terdahulu di bidang pendidikan, bimbingan dan konseling, serta psikologi anak. Kami ingin menyampaikan penghargaan yang tulus kepada para peneliti yang telah memberikan kontribusi ilmiah dalam pemahaman mengenai peran bimbingan dan konseling dalam meningkatkan kesejahteraan emosional siswa di lingkungan sekolah. Penelitian-penelitian tersebut telah menjadi fondasi penting bagi pengembangan kerangka teoritis dan metodologi dalam penelitian kami. Terima kasih kepada para peneliti yang telah berbagi wawasan, temuan, dan gagasan yang membantu membimbing langkah-langkah penelitian kami. Keberhasilan penelitian ini tidak lepas dari kerja keras dan dedikasi mereka dalam memperkaya pemahaman kita tentang peran konselor dalam menciptakan lingkungan belajar yang mendukung bagi pertumbuhan holistik siswa. Terima kasih atas kontribusi berharga para peneliti terdahulu yang turut membantu kami dalam merumuskan dan mengeksplorasi temuan-temuan penelitian ini.

References

- Abadi, C. (2021). Peran Guru Bk Dalam Perencanaan Arah Karir Siswa (Studi Pada Madrasah Aliyah Negeri 2 Padang). *Muhafadzah*, 1(1), 27–50. <https://doi.org/10.53888/Muhafadzah.V1i1.338>

- Afrina Afrina, & Linda Yarni. (2023). Peran Guru Bk Dalam Membina Karakter Siswa Setelah Pandemi Covid 19 Di Mtsn 1 Pasaman. *Jurnal Kajian Penelitian Pendidikan Dan Kebudayaan*, 1(1), 43–55. <https://doi.org/10.59031/Jkppk.V1i1.60>
- Bu'ulolo, S., Zagoto, S. F. L., & Laia, B. (2022). Peran Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Mencegah Bullying Di Sma Negeri 1 Amandraya Tahun Pelajaran 2020/2021. *Counseling For All (Jurnal Bimbingan Dan Konseling)*, 2(1), 53–62. <https://doi.org/10.57094/Jubikon.V2i1.376>
- Diaty, R., Arisa, A., Ari Lestari, N. C., & Ngalimun, N. (2022). Implementasi Aspek Manajemen Berbasis Sekolah Dalam Pelayanan Bimbingan Dan Konseling. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Pandohop*, 2(2), 38–46. <https://doi.org/10.37304/Pandohop.V2i2.5244>
- Fakriah, N. (2019). Pendekatan Arsitektur Perilaku Dalam Pengembangan Konsep Model Sekolah Ramah Anak. *Gender Equality: International Journal Of Child And Gender Studies*, 5(2), 1. <https://doi.org/10.22373/Equality.V5i2.5585>
- Fauziati, E., Suharyanto, S., Nurcholish, I., & Santriane, A. (2021). Pelatihan Dan Modelling Implementasi Sekolah Ramah Anak Bagi Guru- Guru Sekolah Menengah Atas. *Selaparang Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 5(1), 1017. <https://doi.org/10.31764/Jpmb.V5i1.6760>
- Gultom, R., & Muis, T. (2021). Peran Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Mencegah Perilaku Bullying Siswa Kelas X Ips 2 Di Sma Hang Tuah 4 Surabaya Tahun Ajaran 2020/2021. *Helper : Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 38(2), 79–87. <https://doi.org/10.36456/Helper.Vol38.No2.A3943>
- Handayani, R., Hartuti, P., & Sulian, I. (2019). Pengaruh Konseling Kelompok Terhadap Siswa Yang Mengalami Stres Dalam Belajar Di Smp Negeri 1 Bengkulu Tengah. *Consilia : Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling*, 2(1), 38–47. <https://doi.org/10.33369/Consilia.2.1.50-58>
- Handayani, Y., Maryanto, & Miyono, N. (2023). Implementasi Sekolah Ramah Anak Program Anti Bullying Di Sma Negeri 1 Kendal. *Didaktik : Jurnal Ilmiah Pgsd Stkip Subang*, 9(2), 4151–4165. <https://doi.org/10.36989/Didaktik.V9i2.1087>
- Inniyah, S., & Mulawarman, W. G. (2021). Evaluasi Pelaksanaan Kebijakan Program Sekolah Ramah Anak Pada Smp Negeri 2 Tenggara Dengan Model Evaluasi Cipp. *Jurnal Ilmu Manajemen Dan Pendidikan (Jimpian)*, 1(2), 39–54. <https://doi.org/10.30872/Jimpian.V1i2.852>
- Irmayanti, R., & Yuliani, W. (2020). Peran Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Inklusif. *Jpk (Jurnal Pendidikan Khusus)*, 16(2), 87–93. <https://doi.org/10.21831/Jpk.V16i2.37011>
- Keo, G. D. (2022). Pengaruh Dukungan Sosial Guru Terhadap Resiliensi Akademik Siswa Smp. *Edukatif : Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(6), 7840–7850. <https://doi.org/10.31004/Edukatif.V4i6.4241>
- Maulida, H., & Prawira, R. Y. W. (2020). Perilaku Komunikasi Di Sekolah Ramah Anak Kota Magelang. *Sosio Informa*, 6(3). <https://doi.org/10.33007/Inf.V6i3.2371>
- Mawaddah, H., & Zaida, N. A. (2021). Efektivitas Program Sekolah Ramah Anak Dalam Pembentukan Karakter Positif Pada Anak Kelompok B Usia 5-6 Tahun Di Ra Labschool liq Jakarta. *Hamalatul Qur'an: Jurnal Ilmu Alqur'an*, 2(1), 1–6. <https://doi.org/10.37985/Hq.V2i1.15>
- Nugroho, A. D., & Fathoni, A. (2022). Hambatan Guru Berlatar Pendidikan Non Bimbingan Konseling Sebagai Pelaksana Program Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 6(4), 5839–5846. <https://doi.org/10.31004/Basicedu.V6i4.3136>
- Pangestu, D. B., Umari, T., & Yakub, E. (2022). Layanan Bimbingan Konseling Di Sekolah Dasar. *Jurnal Pajar (Pendidikan Dan Pengajaran)*, 6(5), 1622. <https://doi.org/10.33578/Pjr.V6i5.8978>

- Putri, A., & Akmal, A. (2019). Sekolah Ramah Anak: Tantangan Dan Implikasinya Terhadap Pemenuhan Hak Anak. *Journal Of Civic Education*, 2(4), 228–235. <https://doi.org/10.24036/jce.v2i4.190>
- Saputra, K., & Irman, I. (2023). Peran Guru Bk/Konselor Dalam Pembentukan Agen Anti Bullying Di Sekolah. *Realita: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(1), 1869. <https://doi.org/10.33394/realita.v8i1.6939>
- Setiowati, A., & Astuti Dwiningrum, S. I. (2020). Strategi Layanan Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dasar Untuk Mengatasi Perilaku Bullying. *Elementary School: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Ke-Sd-An*, 7(2). <https://doi.org/10.31316/esjurnal.v7i2.750>
- Suryanto, H., & Youhanita, E. (2022). Pendidikan Yang Humanis Dengan Sistem Sekolah Ramah Anak. *Society: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(4), 241–247. <https://doi.org/10.55824/jpm.v1i4.131>