



KONSELING DIPERLUAS

Siti Natijatul Pu'at, M.Pd.

Konseling Diperluas

Siti Natijatul Pu'at, M.Pd.

PT CIPTA DIGITAL EDUKASI

Anggota IKAPI: No. 666/DKI/2026



Konseling Diperluas

Penulis : Siti Natijatul Pu'at, M.Pd.
ISBN : 978-634-7777-51-5 (PDF)
Penyunting Naskah : Endah Romadhon
Tata Letak : Endah Romadhon
Desain Sampul : Novikean Keysah Sanisri

Penerbit

PT Cipta Digital Edukasi

Jl. Wijaya Ii/Wijaya Grand Centre Blok G-15, Desa/Kelurahan Pulo, Kec. Kebayoran Baru, Kota Adm.
Jakarta Selatan, Provinsi DKI Jakarta, Kode Pos: 1216

E-Mail : penerbitcde@gmail.com

Website : cideka.com

© Hak cipta dilindungi oleh undang-undang

Berlaku selama 50 (lima puluh) tahun sejak Ciptaan tersebut pertama kali dilakukan pengumuman.

Dilarang mengutip atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari penerbit. Ketentuan Pidana Sanksi Pelanggaran Pasal 2 UU Nomor 19 Tahun 2002 Tentang Hak Cipta.

1. Barang siapa dengan sengaja dan tanpa hak melakukan perbuatan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 2 ayat (1) atau Pasal 49 ayat (1) dan ayat (2) dipidana dengan pidana penjara masing-masing paling singkat 1 (satu) bulan dan/atau denda paling sedikit Rp1.000.000,00 (satu juta rupiah), atau pidana penjara paling lama 7 (Tujuh) tahun dan/atau denda paling banyak Rp5.000.000.000,00 (lima miliar rupiah).
2. Barang siapa dengan sengaja menyerahkan, menyiarkan, memamerkan, mengedarkan atau menjual kepada umum suatu Ciptaan atau barang hasil pelanggaran Hak Cipta atau Hak Terkait sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dipidana dengan pidana penjara paling lama 5 (lima) tahun dan/atau denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah)

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga buku ajar yang berjudul *Konseling Diperluas* dapat disusun dengan baik. Buku ini membahas konseling sebagai proses bantuan yang dapat diterapkan dalam berbagai konteks kehidupan, baik dalam lingkungan pendidikan, keluarga, pekerjaan, maupun masyarakat.

Melalui buku ini, pembaca diajak memahami bahwa konseling tidak hanya berfokus pada penyelesaian masalah, tetapi juga pada pengembangan potensi, penguatan kesehatan mental, pengambilan keputusan, dan peningkatan kualitas hubungan antarmanusia. Semoga buku ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat umum yang ingin memahami konseling secara lebih luas.

Pontianak, Mei 2026

Penulis

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	iv
Bab 1: Hakikat Konseling Diperluas.....	1
1.1 Pengertian dan Definisi Konseling	1
1.2 Pergeseran Paradigma dalam Konseling di Indonesia.....	13
1.3 Fungsi dan Peran Konseling yang Diperluas.....	15
1.4 Integrasi Nilai-Nilai Budaya dan Spiritualitas dalam Konseling...	17
1.5 Latihan 5 Soal.....	19
Bab 2: Siswa Cerdas dan Berbakat.....	21
2.1 Dasar Formal dan Empiris.....	21
2.2 Pemahaman Siswa Cerdas dan Berbakat.....	24
2.3 Kebutuhan dan Karakteristik Siswa Cerdas dan Berbakat	27
2.4 Identifikasi Siswa Cerdas dan Berbakat	39
2.5 Model Bimbingan dan Konseling bagi Siswa Cerdas dan Berbakat	43
2.6 Latihan 5 Soal.....	46
Bab 3: Siswa Lambat Belajar	48
3.1 Dasar Formal dan Empiris.....	48
3.2 Pengertian Siswa Lambat Belajar.....	52
3.3 Kebutuhan dan Karakteristik Siswa Lambat Belajar.....	55
3.4 Identifikasi Siswa Lambat Belajar.....	59
3.5 Model Bimbingan dan Konseling bagi Siswa Lambat Belajar.....	70
3.6 Latihan 5 Soal.....	74
Bab 4: Pecandu Narkoba.....	77
4.1 Pengertian Narkoba	77
4.2 Bimbingan dan Konseling pada Pecandu Narkoba	80

4.3 Faktor-Faktor Penyebab Keterlibatan pada Narkoba	91
4.4 Model Bimbingan dan Konseling Pecandu Narkoba.....	94
4.5 Latihan 5 Soal.....	97
Bab 5: Penderita HIV/AIDS.....	99
5.1 Pengertian HIV/AIDS	99
5.2 Faktor-Faktor Penyebab Keterlibatan pada HIV/AIDS.....	102
5.3 Bagaimana Melakukan Kegiatan Pencegahan HIV/AIDS	105
5.4 Model Bimbingan Konseling pada Penderita HIV/AIDS	108
5.5 Latihan 5 Soal.....	111
Bab 6: Konseling Pra-Nikah dan Pernikahan.....	113
6.1 Pengertian Pra-Nikah dan Perkawinan	113
6.2 Tujuan Konseling Pra-Nikah dan Perkawinan	116
6.3 Prosedur Konseling Pra-Nikah dan Perkawinan.....	118
6.4 Latihan Soal.....	122
Bab 7: Warga Binaan Masyarakat (WBM).....	124
7.1 Pengertian WBP	124
7.2 Prinsip-Prinsip Konseling WBP	127
7.3 Azas-Azas Konseling WBP	129
7.4 Perawatan Kesehatan WBP	131
7.5 Latihan 5 Soal.....	134
Bab 8: Korban Bencana Alam	136
8.1 Korban Pengertian Bencana Alam	136
8.2 Penderitaan Fisik dan Psikis Korban Bencana Alam	140
8.3 Model Bimbingan dan Konseling terhadap Korban Bencana Alam	143
8.4 Latihan Soal.....	146
Bab 9: Konseling Teman Sebaya	148
9.1 Pengertian Konseling Teman Sebaya	148
9.2 Pentingnya Konseling Teman Sebaya	152
9.3 Strategi Konseling Teman Sebaya.....	156

9.4 Model Konseling Teman Sebaya.....	160
9.5 Latihan 5 Soal.....	164
Bab 10: Layanan Bimbingan dan Konseling Anak Yatim.....	166
10.1 Pengertian Bimbingan dan Konseling Anak Yatim.....	166
10.2 Latar Belakang Bimbingan dan Konseling Anak Yatim	168
10.3 Masalah-Masalah Psikologis Anak Yatim	169
10.4 Model Bimbingan dan Konseling Anak Yatim	172
10.5 Latihan 5 Soal.....	174
Bab 11: Bunuh Diri.....	176
11.1 Pengertian Bunuh Diri.....	176
11.2 Pentingnya BK pada Orang yang Terindikasi Akan Melakukan Bunuh Diri.....	179
11.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Seseorang Bunuh Diri	184
11.4 Model BK pada Seseorang yang Akan Melakukan Bunuh Diri	188
11.5 Latihan 5 Soal.....	193
Bab 12: Konseling Teistik Spiritual	195
12.1 Kebutuhan terhadap Konseling Teistik Spiritual.....	195
12.2 Konsep Spiritualitas.....	197
12.3 Landasan Teologis Konseling Teistik Rohani	199
12.4 Landasan Filosofis Konseling Teistik Rohani	201
12.5 Landasan Teoritis dan Empiris Konseling Teistik Spiritual.....	203
12.6 Landasan Empirik Konseling Rohani.....	204
12.7 Konsep Konseling Teistik Spiritual.....	206
12.8 Beberapa Pendekatan Konseling Teistik Spiritual	208
12.9 Latihan 5 Soal.....	209
DAFTAR PUSTAKA.....	211
PROFIL PENULIS	224

Bab 1: Hakikat Konseling

Diperluas

1.1 Pengertian dan Definisi Konseling

Konseling merupakan sebuah profesi yang berkembang pesat dalam konteks pendidikan dan pembangunan sumber daya manusia di Indonesia. Secara fundamental, konseling adalah suatu proses pemberian bantuan yang sistematis dan terencana oleh seorang ahli kepada individu atau kelompok untuk membantu mengatasi masalah, mengembangkan potensi, serta mencapai kesejahteraan hidup yang optimal (Hakimah et al., 2026). Pemahaman tentang konseling telah mengalami evolusi yang signifikan seiring dengan perubahan kebutuhan masyarakat dan dinamika sosial budaya Indonesia. Di era modern ini, konseling tidak lagi dipandang sebagai sekadar usaha perbaikan masalah, tetapi lebih merupakan layanan holistik yang mengintegrasikan berbagai dimensi kehidupan manusia.

1.1.1 Akar Historis Konseling di Indonesia

Perjalanan konseling di Indonesia diawali oleh kesadaran bahwa setiap individu memiliki potensi yang perlu dikenali, dibimbing, dan dikembangkan secara optimal. Kesadaran ini tumbuh seiring dengan perkembangan pendidikan nasional yang tidak hanya menekankan penguasaan pengetahuan, tetapi juga pembentukan

kepribadian, kemandirian, tanggung jawab, serta kemampuan mengambil keputusan. Dalam konteks tersebut, konseling hadir sebagai bagian penting dari upaya membantu peserta didik dan masyarakat agar mampu memahami diri, menyesuaikan diri dengan lingkungan, serta menghadapi berbagai persoalan kehidupan secara lebih bijak.

Pada masa awal perkembangannya, layanan konseling di Indonesia banyak dikenal melalui lingkungan pendidikan, terutama dalam bentuk bimbingan bagi siswa di sekolah. Peran ini pada awalnya lebih sering dipahami sebagai bantuan ketika peserta didik mengalami masalah, baik masalah belajar, kedisiplinan, hubungan sosial, maupun pilihan pendidikan lanjutan. Guru bimbingan dan konseling sering diposisikan sebagai pihak yang menangani siswa bermasalah. Pandangan ini cukup lama melekat di masyarakat sekolah sehingga konseling cenderung dianggap sebagai layanan korektif, bukan sebagai proses pendampingan yang bersifat menyeluruh.

Seiring berkembangnya pemahaman tentang kebutuhan peserta didik, konseling mulai mengalami perluasan makna. Konseling tidak lagi hanya dipandang sebagai layanan untuk menyelesaikan masalah yang sudah muncul, tetapi juga sebagai proses yang membantu individu mengenali potensi, mengembangkan keterampilan hidup, membangun kepercayaan diri, serta merencanakan masa depan. Pergeseran ini menunjukkan adanya perubahan paradigma dari layanan yang bersifat reaktif menuju layanan yang lebih komprehensif, preventif, dan

perkembangan. Konseling dalam konteks Indonesia telah mengalami transformasi paradigma yang cukup mendasar, terutama ketika terjadi pergeseran dari model layanan yang fokus pada penyelesaian masalah menuju model yang lebih komprehensif dan preventif (Hakimah et al., 2026).

Akar historis konseling di Indonesia juga tidak dapat dilepaskan dari nilai-nilai sosial dan budaya masyarakat. Masyarakat Indonesia sejak lama memiliki tradisi saling menasihati, bermusyawarah, menghormati orang tua, serta mencari jalan keluar melalui pendekatan kekeluargaan. Nilai-nilai tersebut menjadi dasar kultural yang memperkuat praktik konseling, meskipun pada masa lalu belum selalu disebut sebagai konseling secara formal. Dalam kehidupan sehari-hari, seseorang yang mengalami kesulitan sering mencari bantuan kepada tokoh keluarga, guru, pemuka agama, atau tokoh masyarakat. Pola bantuan semacam ini menunjukkan bahwa semangat konseling sebenarnya telah hidup dalam budaya Indonesia, meskipun bentuk kelembagaannya berkembang kemudian melalui sistem pendidikan dan layanan profesional.

Perkembangan konseling di Indonesia semakin kuat ketika kebutuhan masyarakat menjadi semakin kompleks. Perubahan sosial, kemajuan teknologi, persaingan pendidikan, dinamika keluarga, tekanan pekerjaan, serta tantangan kesehatan mental membuat layanan konseling semakin dibutuhkan. Konseling tidak hanya hadir di sekolah, tetapi juga mulai berkembang di perguruan tinggi, lembaga sosial, lingkungan kerja, pusat layanan keluarga, dan berbagai ruang masyarakat lainnya. Kondisi ini menunjukkan bahwa

konseling memiliki peran yang luas dalam mendampingi individu menghadapi perubahan zaman.

Transformasi konseling di Indonesia mencerminkan komitmen untuk menghadirkan layanan bimbingan dan konseling yang sesuai dengan kebutuhan masyarakat yang terus berubah dan dinamis. Konseling diharapkan mampu menjadi ruang aman bagi individu untuk berbicara, memahami persoalan, menemukan kekuatan diri, dan membangun arah hidup yang lebih sehat. Perjalanan historis ini memperlihatkan bahwa konseling bukan sekadar layanan bantuan sesaat, melainkan bagian dari proses pendidikan dan pemberdayaan manusia yang terus berkembang sesuai dengan kebutuhan kehidupan masyarakat Indonesia.

1.1.2 Definisi Konseling Diperluas

Konseling diperluas dapat dipahami sebagai bentuk layanan profesional yang tidak hanya terbatas pada ruang sekolah, tetapi juga hadir dalam berbagai lingkungan kehidupan manusia. Konseling mencakup pendampingan terhadap individu, kelompok, keluarga, organisasi, komunitas, hingga lembaga sosial yang membutuhkan bantuan dalam memahami persoalan, mengambil keputusan, mengembangkan potensi, dan membangun kehidupan yang lebih sehat. Dalam pengertian ini, konseling tidak lagi dipandang sebagai layanan yang hanya diberikan kepada peserta didik yang mengalami masalah, melainkan sebagai proses bantuan yang dapat menjangkau berbagai lapisan masyarakat sesuai kebutuhan dan situasi yang dihadapi.

Konseling dapat didefinisikan sebagai suatu bentuk layanan profesional yang mencakup berbagai aspek kehidupan manusia, tidak hanya dalam konteks sekolah, tetapi juga dalam organisasi, komunitas, dan lembaga sosial lainnya (Zamroni et al., 2022). Definisi ini menunjukkan bahwa konseling memiliki ruang lingkup yang luas karena manusia tidak hidup dalam satu lingkungan saja. Seseorang dapat mengalami masalah di sekolah, tempat kerja, keluarga, masyarakat, atau dalam dirinya sendiri. Oleh karena itu, layanan konseling perlu menyesuaikan diri dengan kenyataan hidup manusia yang kompleks dan terus berubah.

Konseling diperluas juga menempatkan individu sebagai pribadi yang unik. Setiap orang memiliki latar belakang, pengalaman, nilai, kebiasaan, keyakinan, dan cara berpikir yang berbeda. Masalah yang tampak sama pada dua orang dapat memiliki makna yang berbeda karena dipengaruhi oleh budaya, agama, keluarga, lingkungan sosial, serta pengalaman hidup masing-masing. Oleh sebab itu, konseling tidak dapat dilakukan dengan pendekatan yang seragam untuk semua orang. Konselor perlu memahami siapa individu yang dibantu, bagaimana ia memandang masalahnya, dan nilai apa yang penting dalam hidupnya.

Dalam konteks Indonesia, konseling diperluas menjadi semakin penting karena masyarakat Indonesia sangat beragam. Keberagaman suku, bahasa, agama, adat istiadat, dan pola kehidupan sosial menuntut layanan konseling yang peka terhadap budaya. Pendekatan konseling yang hanya meniru model luar tanpa mempertimbangkan nilai lokal dapat terasa jauh dari kehidupan

masyarakat. Karena itu, konseling diperluas perlu menggabungkan pendekatan ilmiah yang telah terbukti bermanfaat dengan kearifan lokal yang hidup dalam budaya Indonesia.

Model integrasi antara pendekatan Barat dan nilai lokal dapat membuat konseling menjadi lebih inklusif serta relevan secara kultural. Pendekatan Barat memberikan dasar teoritis, teknik, dan prosedur profesional yang dapat membantu konselor bekerja secara sistematis. Sementara itu, kearifan lokal memberikan pemahaman tentang nilai kebersamaan, musyawarah, penghormatan kepada keluarga, spiritualitas, dan hubungan sosial yang menjadi bagian penting dari kehidupan masyarakat Indonesia. Perpaduan keduanya membuat konseling tidak hanya tepat secara teori, tetapi juga lebih dekat dengan pengalaman nyata individu.

Konseling diperluas juga dapat dilihat sebagai ruang dialog yang aman dan menghargai martabat manusia. Dalam proses ini, individu tidak dihakimi, tidak dipaksa, dan tidak dipandang hanya dari masalahnya. Konselor membantu individu memahami diri, mengenali kekuatan yang dimiliki, melihat pilihan yang tersedia, serta mengambil keputusan secara lebih sadar. Pendekatan seperti ini membuat konseling berperan bukan hanya untuk menyelesaikan masalah, tetapi juga untuk mencegah munculnya masalah baru dan memperkuat kemampuan individu dalam menjalani kehidupan.

Dengan cakupan yang lebih luas, konseling dapat hadir dalam berbagai bentuk layanan. Di sekolah, konseling membantu peserta didik berkembang secara pribadi, sosial, akademik, dan karier. Di keluarga, konseling membantu membangun komunikasi

yang lebih sehat. Di organisasi, konseling dapat mendukung kesejahteraan kerja dan penyelesaian konflik. Di masyarakat, konseling dapat menjadi sarana pemberdayaan, pendampingan, dan penguatan kesehatan mental. Ruang lingkup yang luas inilah yang menjadikan konseling diperluas sebagai pendekatan yang relevan bagi kehidupan modern tanpa meninggalkan nilai-nilai kemanusiaan dan budaya masyarakat.

1.1.3 Karakteristik Utama Konseling yang Diperluas

Konseling yang diperluas memiliki beberapa karakteristik utama yang membedakannya dari praktik konseling tradisional. Jika konseling tradisional sering dipahami sebagai layanan bantuan yang diberikan ketika seseorang mengalami masalah tertentu, konseling yang diperluas memiliki cakupan yang lebih luas dan fleksibel. Layanan ini tidak hanya berfokus pada penyelesaian masalah, tetapi juga pada pengembangan potensi, pencegahan hambatan perkembangan, serta penguatan kemampuan individu dalam menghadapi berbagai situasi kehidupan. Konseling yang diperluas memandang manusia sebagai pribadi yang utuh, yang kehidupannya dipengaruhi oleh banyak aspek, seperti keluarga, pendidikan, pekerjaan, budaya, lingkungan sosial, dan nilai-nilai yang dianut.

Karakteristik pertama dari konseling yang diperluas adalah sifatnya yang komprehensif. Konseling komprehensif melayani berbagai dimensi kehidupan manusia, mulai dari aspek personal, sosial, akademik, hingga karier (Hakimah et al., 2026). Dalam aspek personal, konseling membantu individu memahami diri, mengenali emosi, membangun kepercayaan diri, dan mengembangkan

kemampuan mengambil keputusan. Dalam aspek sosial, konseling membantu individu membangun relasi yang sehat, berkomunikasi secara efektif, serta menyesuaikan diri dengan lingkungan. Dalam aspek akademik, konseling mendukung peserta didik agar mampu mengelola proses belajar, mengatasi hambatan belajar, dan merencanakan tujuan pendidikan. Dalam aspek karier, konseling membantu individu mengenali minat, bakat, peluang, serta arah pengembangan diri yang sesuai dengan kemampuan dan nilai hidupnya.

Karakteristik kedua adalah penghargaan terhadap keragaman. Konseling yang diperluas mengakui bahwa setiap klien memiliki latar belakang budaya, agama, nilai keluarga, pengalaman sosial, dan pandangan hidup yang berbeda. Perbedaan tersebut tidak boleh diabaikan karena sangat memengaruhi cara seseorang memahami masalah dan menentukan pilihan hidupnya. Konselor perlu memiliki kepekaan terhadap konteks kehidupan klien agar layanan yang diberikan tidak terasa kaku, menghakimi, atau jauh dari realitas yang dialami klien. Dalam masyarakat Indonesia yang majemuk, karakteristik ini menjadi sangat penting karena konseling harus mampu menghormati keberagaman tanpa kehilangan prinsip profesionalnya.

Karakteristik ketiga adalah orientasinya yang tidak hanya kuratif, tetapi juga preventif dan promotif. Layanan kuratif berperan membantu individu ketika masalah sudah muncul, misalnya konflik keluarga, kesulitan belajar, kecemasan, atau kebingungan dalam menentukan pilihan. Namun, konseling yang diperluas tidak

berhenti pada tahap tersebut. Layanan preventif diberikan untuk mencegah munculnya masalah yang lebih berat melalui edukasi, pendampingan, dan penguatan keterampilan hidup. Sementara itu, layanan promotif diarahkan untuk mengoptimalkan perkembangan individu agar mampu tumbuh secara sehat, mandiri, dan produktif.

Karakteristik berikutnya adalah fleksibilitas dalam ruang layanan. Konseling yang diperluas tidak hanya berlangsung di ruang konseling formal, tetapi juga dapat hadir di sekolah, perguruan tinggi, tempat kerja, komunitas, lembaga sosial, pusat layanan keluarga, hingga lingkungan masyarakat. Fleksibilitas ini membuat konseling lebih mudah diakses oleh berbagai kelompok, termasuk mereka yang sebelumnya belum mengenal layanan konseling secara formal. Konseling dapat diberikan melalui pertemuan langsung, kegiatan kelompok, layanan konsultasi, pendampingan komunitas, maupun pemanfaatan teknologi digital sesuai kebutuhan.

Konseling yang diperluas juga menekankan hubungan yang humanis antara konselor dan klien. Klien tidak diposisikan sebagai objek yang harus diperbaiki, tetapi sebagai pribadi yang memiliki kemampuan untuk tumbuh dan mengambil keputusan. Konselor berperan sebagai pendamping yang membantu klien melihat persoalan dengan lebih jernih, mengenali kekuatan dirinya, dan menemukan langkah yang paling sesuai dengan kondisi hidupnya. Hubungan yang hangat, empatik, terbuka, dan menghargai martabat manusia menjadi dasar penting dalam proses konseling.

Melalui berbagai karakteristik tersebut, konseling yang diperluas menjadi layanan yang lebih relevan dengan kebutuhan masyarakat masa kini. Kehidupan manusia semakin kompleks, sehingga bantuan yang diberikan juga perlu lebih menyeluruh, peka budaya, mudah dijangkau, serta berorientasi pada perkembangan jangka panjang. Konseling yang diperluas hadir sebagai pendekatan yang membantu individu tidak hanya keluar dari masalah, tetapi juga tumbuh menjadi pribadi yang lebih sadar, kuat, dan mampu menjalani kehidupan secara lebih bermakna.

1.1.4 Perbedaan Konseling Tradisional dan Konseling Diperluas

Konseling tradisional umumnya berfokus pada pengatasan masalah spesifik yang dihadapi individu. Dalam praktiknya, konseling tradisional sering dipahami sebagai layanan bantuan yang diberikan ketika seseorang mengalami kesulitan tertentu, seperti masalah belajar, konflik pribadi, kesulitan menyesuaikan diri, atau tekanan emosional. Pendekatan ini cenderung lebih sempit karena layanan biasanya diberikan setelah masalah muncul dan membutuhkan penanganan langsung. Selain itu, ruang penerapannya sering terbatas pada lingkungan sekolah atau klinis, dengan hubungan konselor dan klien yang berlangsung dalam suasana formal (Nurismawan & Rahmawati, 2025).

Dalam konseling tradisional, klien sering datang dengan masalah yang sudah jelas terlihat. Konselor kemudian membantu klien memahami penyebab masalah, mengenali dampaknya, dan mencari jalan keluar yang dapat dilakukan. Pola ini tetap memiliki peran penting karena banyak individu membutuhkan bantuan ketika

berada dalam situasi sulit. Namun, pendekatan yang terlalu berpusat pada masalah dapat membuat konseling dipersepsikan hanya sebagai layanan untuk “memperbaiki” seseorang. Akibatnya, individu yang sebenarnya membutuhkan pendampingan untuk pengembangan diri sering kali merasa tidak perlu datang ke layanan konseling karena menganggap dirinya tidak memiliki masalah serius.

Konseling diperluas menawarkan pendekatan yang lebih terbuka dan menyeluruh. Layanan ini tidak hanya hadir untuk menyelesaikan masalah, tetapi juga membantu individu mengenali potensi, membangun keterampilan hidup, memperkuat daya tahan mental, serta merencanakan arah perkembangan diri. Konseling diperluas dapat diterapkan dalam berbagai lingkungan, seperti sekolah, keluarga, perguruan tinggi, tempat kerja, komunitas, lembaga sosial, dan masyarakat. Dengan cakupan yang lebih luas, konseling tidak lagi dipandang sebagai layanan yang hanya dibutuhkan ketika seseorang sedang bermasalah, tetapi sebagai proses pendampingan yang dapat membantu manusia tumbuh secara lebih sehat dan bermakna.

Perbedaan berikutnya terletak pada cara memandang klien. Konseling tradisional sering berangkat dari masalah atau hambatan yang sedang dialami klien. Sementara itu, konseling diperluas memandang klien sebagai pribadi yang memiliki kekuatan, pengalaman, dan kemampuan untuk berkembang. Masalah tetap diperhatikan, tetapi tidak menjadi satu-satunya pusat perhatian. Konselor juga membantu klien melihat sumber daya yang dimiliki, baik dari dalam dirinya maupun dari lingkungan sekitarnya.

Pendekatan ini membuat proses konseling terasa lebih manusiawi karena klien tidak dipandang sebagai pribadi yang lemah, melainkan sebagai individu yang sedang berusaha memahami dan mengembangkan kehidupannya.

Konseling diperluas juga lebih menekankan pentingnya konteks budaya dan nilai lokal. Dalam masyarakat Indonesia yang beragam, cara seseorang memahami masalah sangat dipengaruhi oleh keluarga, agama, adat, bahasa, pengalaman sosial, dan lingkungan tempat ia tumbuh. Oleh karena itu, proses konseling perlu peka terhadap latar belakang tersebut. Konseling yang mengintegrasikan nilai-nilai budaya lokal akan terasa lebih dekat dengan kehidupan klien karena tidak hanya menggunakan teori secara kaku, tetapi juga mempertimbangkan cara berpikir dan nilai yang hidup dalam masyarakat.

Selain itu, konseling diperluas memberi perhatian besar pada pemberdayaan klien. Pemberdayaan berarti membantu klien agar mampu memahami dirinya, mengambil keputusan, memecahkan masalah, dan mengembangkan potensi secara mandiri. Konseling tidak hanya diarahkan untuk mengurangi kelemahan atau defisit, tetapi juga untuk memperkuat kemampuan yang sudah dimiliki klien. Dalam proses ini, klien didorong untuk lebih aktif, berani menyampaikan pandangan, serta ikut menentukan langkah yang sesuai dengan kebutuhan hidupnya.

Perbedaan antara konseling tradisional dan konseling diperluas menunjukkan perubahan cara pandang terhadap layanan bantuan. Konseling tidak lagi hanya dipahami sebagai ruang untuk

menyelesaikan masalah, tetapi juga sebagai ruang untuk bertumbuh, belajar, dan menemukan makna hidup. Perluasan ini membuat konseling menjadi lebih relevan dengan kebutuhan masyarakat modern yang semakin kompleks, tanpa meninggalkan nilai kemanusiaan, budaya, dan hubungan sosial yang menjadi bagian penting dari kehidupan sehari-hari.

1.2 Pergeseran Paradigma dalam Konseling di Indonesia

1.2.1 Pergeseran dari Model Tradisional ke Model Komprehensif

Indonesia telah mengalami perubahan paradigma yang signifikan dalam pemahaman dan praktik konseling, khususnya dalam dua dekade terakhir (Nurismawan & Rahmawati, 2025). Pergeseran ini ditandai dengan transisi dari model yang sempit dan berorientasi pada penyelesaian masalah menuju model yang lebih komprehensif dan mengintegrasikan berbagai aspek pembangunan manusia. Model komprehensif ini mengakui bahwa setiap individu memiliki kebutuhan yang kompleks dan multidimensi, sehingga layanan konseling harus dirancang untuk menjangkau berbagai aspek kehidupan tersebut.

1.2.2 Pengaruh Kearifan Lokal dalam Praktik Konseling

Salah satu aspek penting dari paradigma baru konseling di Indonesia adalah pengintegrasian kearifan lokal dalam praktik konseling (Mubarak et al., 2025). Kearifan lokal yang telah

dipercaya dan diwariskan turun temurun dalam masyarakat Indonesia menjadi fondasi yang kuat untuk mengembangkan model konseling yang autentik dan relevan secara budaya. Pendekatan seperti Konseling Kejatmikaan menunjukkan bagaimana nilai-nilai lokal dapat digabungkan dengan teori-teori konseling modern untuk menciptakan pendekatan yang unik dan sesuai dengan konteks Indonesia.

1.2.3 Peran Kebijakan dan Regulasi dalam Perubahan Paradigma

Perubahan paradigma dalam konseling di Indonesia tidak terlepas dari peran kebijakan pendidikan yang dinamis dan regulasi yang mendukung (Nurismawan & Rahmawati, 2025). Adanya landasan hukum yang kuat dan kebijakan yang jelas telah mendorong perubahan paradigma layanan konseling dari model yang terbatas menjadi model yang lebih komprehensif dan terstruktur. Kebijakan ini mencerminkan komitmen pemerintah Indonesia untuk memastikan bahwa setiap individu, terutama peserta didik, mendapatkan akses ke layanan konseling yang berkualitas dan sesuai dengan kebutuhannya.

1.2.4 Implikasi Pergeseran Paradigma terhadap Praktik Profesional Konseling

Pergeseran paradigma dalam konseling membawa kesan yang mendalam terhadap praktik profesional konseling di Indonesia (Hakimah et al., 2026). Konselor dituntut untuk mengembangkan kompetensi yang lebih luas, tidak hanya dalam hal penguasaan teknik konseling, tetapi juga dalam pemahaman

mendalam tentang konteks budaya, nilai-nilai agama, dan dinamika sosial masyarakat Indonesia. Selain itu, konselor harus mampu beradaptasi dengan berbagai setting dan populasi yang heterogen, serta mengintegrasikan berbagai pendekatan dalam praktik mereka.

1.3 Fungsi dan Peran Konseling yang Diperluas

1.3.1 Fungsi Preventif dan Promotif

Konseling yang berbaur memiliki fungsi preventif yang mengutamakan pencegahan masalah sebelum masalah tersebut terjadi (Hakimah et al., 2026). Melalui layanan informasi, literasi, dan edukasi, konseling dapat membantu individu untuk memahami berbagai aspek kehidupan dan mengembangkan keterampilan *coping* yang efektif. Selain fungsi preventif, konseling juga memiliki fungsi promotif yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup individu dan memaksimalkan potensi yang dimiliki. Fungsi ini diwujudkan dalam berbagai aktivitas pengembangan diri, pelatihan keterampilan hidup, dan program pemberdayaan masyarakat.

1.3.2 Fungsi Kuratif dan Rehabilitatif

Meskipun paradigma konseling telah berubah ke arah yang lebih preventif dan promotif, fungsi kuratif tetap menjadi bagian penting dari konseling yang inovatif (Zamroni et al., 2022). Fungsi kuratif Merujuk pada upaya mengatasi masalah atau gangguan yang dialami individu, sementara fungsi rehabilitatif fokus pada proses pemulihan dan reintegrasi sosial setelah individu mengalami trauma

atau krisis. Fungsi kedua ini masih relevan dan diperlukan dalam praktik konseling kontemporer di Indonesia.

1.3.3 Peran Konseling dalam Pengembangan Diri dan Aktualisasi Potensi

Konseling yang memainkan peran strategi dalam membantu individu mengembangkan diri dan mengaktualisasikan potensi yang mereka miliki (Nurismawan & Rahmawati, 2025). Melalui proses konseling yang efektif, individu dapat memperoleh kesadaran diri yang lebih baik, mengidentifikasi kekuatan dan kelemahan, serta merencanakan strategi pengembangan diri yang konkret dan terukur. Peran ini sangat penting dalam mendukung pencapaian tujuan-tujuan pribadi dan berkontribusi pada pembangunan sumber daya manusia yang berkualitas.

1.3.3.1 Aktualisasi Potensi dalam Konteks Pendidikan

Dalam konteks pendidikan, konseling membantu siswa untuk mengidentifikasi bakat dan minat mereka, serta mengembangkan strategi pembelajaran yang efektif sesuai dengan gaya belajar individu. Konseling juga membantu siswa dalam proses pengambilan keputusan akademik dan karir yang tepat, sehingga dapat mencapai prestasi akademik yang optimal.

1.3.3.2 Pengembangan Keterampilan Sosial dan Emosional

Konseling yang mencakup juga fokus pada pengembangan keterampilan sosial dan emosional yang penting untuk kesuksesan dalam kehidupan sehari-hari. Melalui berbagai teknik dan strategi konseling, individu dapat belajar mengelola emosi, membangun

hubungan interpersonal yang sehat, dan berkomunikasi secara efektif dengan orang lain.

1.3.4 Kontribusi Konseling terhadap Pembangunan Masyarakat

Konseling yang mencakup tidak hanya fokus pada individu, tetapi juga memiliki kontribusi yang signifikan terhadap pembangunan masyarakat secara lebih luas (Hakimah et al., 2026). Melalui program-program *community counseling* dan *community development*, konseling dapat membantu masyarakat untuk mengidentifikasi masalah sosial, mengembangkan strategi solusi bersama, dan membangun kapasitas komunitas dalam mengatasi berbagai tantangan. Oleh karena itu, konseling menjadi bagian integral dari upaya pembangunan berkelanjutan dan peningkatan kesejahteraan masyarakat.

1.4 Integrasi Nilai-Nilai Budaya dan Spiritualitas dalam Konseling

1.4.1 Konseling Berbasis Kearifan Lokal

Salah satu manifestasi penting dari konseling yang bertentangan adalah integrasi kearifan lokal dalam praktik konseling (Mubarok et al., 2025). Konseling Kejatmikaan adalah contoh nyata bagaimana nilai-nilai budaya lokal dapat diintegrasikan dengan teori-teori konseling modern untuk menciptakan pendekatan yang autentik dan relevan. Model ini menggabungkan nilai-nilai kemanusiaan, kesadaran sosial, dan pola-pola hubungan manusia

yang telah dipercaya dalam budaya Indonesia untuk menciptakan proses konseling yang bermakna dan efektif.

1.4.2 Dimensi Spiritualitas dalam Konseling

Spiritualitas merupakan aspek penting dari identitas banyak individu Indonesia yang sebagian besar menganut agama-agama kepercayaan (Mubarok et al., 2025). Konseling yang mengakui dan menghormati dimensi spiritualitas ini sebagai bagian integral dari proses konseling. Melalui pendekatan yang sensitif terhadap nilai-nilai agama dan spiritual, konselor dapat membantu klien untuk menemukan makna hidup, mengatasi krisis eksistensial, dan mengalami pertumbuhan spiritual yang mendalam.

1.4.3 Konseling Multikultural sebagai Kebutuhan Imperatif

Mengingat keragaman budaya, etnisitas, dan agama di Indonesia, pendekatan konseling multikultural menjadi kebutuhan yang imperatif dalam melakukan praktik konseling kontemporer (Zamroni et al., 2022). Konseling multikultural memerlukan konselor untuk memiliki kesadaran diri yang tinggi tentang bias budaya mereka sendiri, serta komitmen untuk memahami dan menghormati perspektif budaya yang berbeda dari klien. Pendekatan ini memastikan bahwa layanan konseling dapat diakses dan relevan bagi semua individu, terlepas dari latar belakang budaya mereka.

1.4.4 Etika dan Kompetensi dalam Konseling Multikultural

Praktik konseling multikultural yang efektif memerlukan konselor yang tidak hanya memiliki pengetahuan tentang berbagai budaya, tetapi juga komitmen yang kuat terhadap nilai-nilai etika

profesional (Hakimah et al., 2026). Konselor harus mampu menjaga netralitas, menghindari stereotip dan prasangka, serta memberikan layanan yang inklusif dan non-diskriminatif kepada semua klien. Kompetensi ini menjadi landasan penting untuk membangun kepercayaan dan menciptakan hubungan konseling yang terapeutik yang efektif.

1.5 Latihan 5 Soal

1. Jelaskan perbedaan mendasar antara konseling tradisional dan konseling yang setara dalam konteks pelayanan bimbingan di Indonesia. Apa saja dampak perbedaan ini terhadap kualifikasi dan kompetensi yang harus dimiliki oleh seorang konselor profesional?
2. Analisis bagaimana perubahan paradigma dalam konseling di Indonesia dari model yang terbatas menjadi model yang komprehensif telah mempengaruhi praktik konseling. Identifikasi faktor-faktor eksternal seperti kebijakan pendidikan, dinamika sosial, dan perubahan nilai masyarakat yang mendorong perubahan paradigma ini, serta menjelaskan konsekuensi praktis dari perubahan ini.
3. Diskusikan peran kearifan lokal dalam model pengembangan konseling yang autentik di Indonesia. Bagaimana konseling berbasis kearifan lokal seperti Konseling Kejatmikaan dapat diintegrasikan dengan teori-teori konseling modern untuk

menciptakan pendekatan yang lebih efektif dan relevan secara kultural?

4. Jelaskan mengapa konseling multikultural menjadi kebutuhan yang penting dalam konteks Indonesia yang plural dan heterogen. Apa saja tantangan yang dihadapi konselor dalam memberikan layanan konseling yang sensitif terhadap keragaman budaya, dan bagaimana konselor dapat mengembangkan kompetensi multikultural yang mampu?
5. Analisis bagaimana dimensi spiritualitas dan nilai-nilai agama dapat berkolaborasi dalam proses konseling tanpa mengorbankan netralitas dan etika profesional konselor. Berikan contoh konkrit tentang bagaimana seorang konselor dapat menghormati nilai-nilai spiritual klien sambil tetap menjaga objektivitas dan memberikan layanan yang berkualitas.

Bab 2: Siswa Cerdas dan Berbakat

2.1 Dasar Formal dan Empiris

2.1.1 Landasan Hukum dan Kebijakan

Siswa cerdas dan berbakat mendapatkan pengakuan formal melalui berbagai kebijakan dan peraturan yang telah ditetapkan oleh pemerintah Indonesia. Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional telah mengamanatkan bahwa warga negara yang memiliki kecerdasan dan bakat istimewa berhak memperoleh potensi pendidikan khusus dan layanan khusus. Kebijakan ini mencerminkan komitmen pemerintah untuk memberikan kesempatan yang sama kepada semua siswa, termasuk mereka yang memiliki kemampuan di atas rata-rata untuk mengembangkan potensi mereka secara optimal.

Berdasarkan amanat undang-undang tersebut, Direktorat Jenderal Dasar Menengah telah mengeluarkan berbagai pedoman dan peraturan untuk menyelenggarakan program khusus bagi siswa cerdas dan berbakat. Program percepatan belajar menjadi salah satu bentuk implementasi dari kebijakan tersebut, yang dirancang khusus untuk memenuhi kebutuhan siswa yang memiliki kemampuan belajar di atas rata-rata. Kebijakan ini memberikan jaminan bahwa sistem pendidikan Indonesia mengakui keberagaman kemampuan

siswa dan berkomitmen untuk memberikan layanan pendidikan yang disesuaikan dengan kebutuhan setiap individu.

2.1.2 Dasar Teori Perkembangan Anak Berbakat

Teori perkembangan anak berbakat menunjukkan bahwa anak dengan kecerdasan istimewa memiliki ciri-ciri yang unik dan berbeda dari anak lainnya. Penelitian menunjukkan bahwa anak berbakat memiliki kebutuhan khusus untuk mengembangkan potensi yang mereka miliki secara optimal (Susilawati, 2020). Teori perkembangan yang komprehensif memandang bahwa kecerdasan bukan hanya aspek kognitif semata, tetapi juga mencakup kreativitas, kepemimpinan, dan kemampuan sosial-emosional.

Anak berbakat pada dasarnya memiliki kecerdasan di atas rata-rata, kreativitas tinggi, dan komitmen terhadap tugas jalan mereka. Mereka cenderung menunjukkan motivasi internal yang kuat, ingin terus belajar, dan memiliki rasa ingin tahu yang tinggi terhadap berbagai hal. Namun, tanpa layanan dan dukungan yang tepat, potensi mereka tidak akan berkembang sepenuhnya. Teori perkembangan *Giftedness* dan *Talent Development* menekankan bahwa pengembangan bakat memerlukan interaksi antara kemampuan individu, motivasi, lingkungan yang mendukung, serta kesempatan untuk belajar dan berlatih secara berkelanjutan.

2.1.3 Bukti Empiris Kebutuhan Layanan Khusus

Bukti empiris dari berbagai penelitian menunjukkan bahwa siswa cerdas dan berbakat memiliki kebutuhan khusus yang berbeda dari siswa pada umumnya. Penelitian menunjukkan bahwa siswa berbakat sering mengalami kebosanan ketika materi pembelajaran

dianggap terlalu mudah atau proses pembelajaran berlangsung terlalu lambat (Sari et al., 2024). Kebosanan ini tidak hanya menghambat motivasi belajar mereka, tetapi juga dapat menimbulkan masalah perilaku dan emosional yang lebih kompleks.

Temuan empiris juga menunjukkan bahwa identifikasi dini anak berbakat adalah proses yang kompleks, melibatkan berbagai pihak, dan tidak hanya fokus pada kecerdasan intelektual semata (Khotimah & Syafril, 2024). Identifikasi yang mencakup harus mencakup aspek sosial-emosional, kreativitas, dan kesejahteraan psikologis anak. Penelitian lapangan membuktikan bahwa siswa cerdas dan berbakat memiliki tingkat kecemasan atau kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan siswa biasa, terutama ketika menghadapi tantangan akademik yang kompleks atau ekspektasi yang tinggi dari lingkungan sekitar mereka.

2.1.4 Rasionalisasi Layanan Pendidikan Khusus

Rasionalisasi pemberian layanan pendidikan khusus kepada siswa cerdas dan berbakat didasarkan pada prinsip keadilan pendidikan dan memberikan hak asasi siswa. Setiap siswa, termasuk siswa berbakat, berhak mendapatkan pendidikan yang sesuai dengan kebutuhan dan potensi mereka. Jika siswa berbakat tidak mendapatkan layanan yang sesuai, maka mereka tidak hanya tidak dapat mengembangkan potensi penuh mereka, tetapi juga dapat mengalami *underachievement* atau bahkan masalah sosial-emosional yang serius.

Dari perspektif pembangunan sumber daya manusia, siswa cerdas dan berbakat merupakan potensi berharga bagi pembangunan

bangsa. Investasi dalam pengembangan talenta dan bakat mereka akan menghasilkan sumber daya manusia berkualitas tinggi yang mampu memberikan kontribusi signifikan terhadap kemajuan negara. Rasionalisasi ini mendukung penuh pentingnya penyelenggaraan program khusus dan pemberian layanan yang disesuaikan untuk memastikan setiap siswa berbakat dapat mengaktualisasikan potensi mereka sepenuhnya.

2.2 Pemahaman Siswa Cerdas dan Berbakat

2.2.1 Definisi Siswa Cerdas

Siswa cerdas adalah siswa yang memiliki kemampuan intelektual di atas rata-rata dalam populasi usia mereka. Kecerdasan ini meliputi kemampuan bernalar, menganalisis, memecahkan masalah, dan memahami konsep-konsep kompleks dengan cepat dan mendalam. Siswa cerdas biasanya memiliki skor IQ di atas 130 menurut standar Skala Wechsler, yang menempatkan mereka pada kategori superior atau genius (Khotimah & Syafril, 2024). Mereka menunjukkan kemampuan untuk memahami dan menguasai materi pembelajaran dengan kecepatan yang jauh melebihi rata-rata siswa sebayanya.

Siswa cerdas memiliki ciri-ciri umum seperti kematangan berpikir yang tinggi, kemampuan abstraksi yang baik, dan daya konsentrasi yang lama. Mereka sering menunjukkan rasa ingin tahu yang kuat, senang mengajukan pertanyaan kritis, dan mampu membuat koneksi antara berbagai konsep dengan baik. Pendekatan

kognitif mereka cenderung sistematis dan terstruktur, dengan kemampuan berpikir dari berbagai perspektif secara simultan.

2.2.2 Definisi Siswa Berbakat

Siswa berbakat adalah siswa yang memiliki keunggulan dalam satu atau lebih bidang tertentu seperti seni, musik, olahraga, kepemimpinan, atau kemampuan akademik khusus. Berbeda dengan kecerdasan intelektual umum yang mencakup berbagai aspek kognitif, keunggulan bakat lebih spesifik pada bidang atau domain tertentu (Susilawati, 2020). Siswa berbakat menunjukkan potensi yang sangat tinggi dalam mengembangkan kemampuan mereka di bidang keahlian tersebut.

Siswa berbakat memiliki kombinasi unik antara kemampuan, motivasi, dan kreativitas yang tinggi. Mereka menunjukkan semangat atau antusiasme yang luar biasa dalam bidang yang mereka minati, bersedia berkomitmen tinggi untuk meningkatkan kemampuan mereka, dan mampu menghasilkan karya atau prestasi yang melebihi ekspektasi umum. Siswa berbakat sering kali mencapai prestasi tinggi, baik melalui prestasi akademik maupun non-akademik, bergantung pada bidang keunggulan mereka.

2.2.3 Konsep Berbakat dan Berbakat

Konsep berbakat dan berbakat sering kali digunakan secara bersama-sama, tetapi memiliki perbedaan yang signifikan. Berbakat mengacu pada kecerdasan intelektual di atas rata-rata yang bersifat umum dan mencakup berbagai aspek kognitif. Sementara itu, talenta lebih merujuk pada keunggulan khusus dalam bidang atau domain tertentu (Khotimah & Syafril, 2024). Istilah berbakat dan berbakat

secara komprehensif mengacu pada individu yang memiliki kecerdasan umum yang tinggi maupun keunggulan dalam satu atau lebih bidang khusus.

Konsep ini menekankan bahwa kecerdasan dan bakat bukanlah sesuatu yang bersifat monolitik atau hanya satu dimensi. Setiap individu dapat menunjukkan kombinasi yang berbeda-beda dari berbagai kemampuan dan keunggulan. Ada siswa yang cerdas secara intelektual tetapi mungkin tidak menunjukkan bakat khusus dalam bidang akademik, dan sebaliknya ada siswa yang mungkin tidak memiliki kecerdasan intelektual ekstrem tetapi memiliki bakat istimewa dalam seni atau olahraga. Pemahaman holistik tentang berbakat dan bertalenta ini penting dalam proses pengenalan dan pemberian layanan yang tepat kepada siswa.

2.2.4 Istilah dan Terminologi Terkait

Terdapat beberapa istilah yang berkaitan dengan konsep siswa cerdas dan berbakat yang perlu dipahami dengan baik. Istilah *cemerlang* atau penghargaan mengacu pada siswa yang menunjukkan prestasi akademik tinggi, tetapi tidak selalu memiliki kecerdasan intelektual istimewa atau kreativitas yang luar biasa. Istilah *superior* digunakan untuk individu yang memiliki kecerdasan intelektual yang sangat tinggi, biasanya IQ di atas 130. Istilah *genius* Merujuk pada individu dengan kecerdasan tertinggi dengan IQ di atas 150, yang menunjukkan kontribusi luar biasa dalam bidangnya (Susilawati, 2020).

Istilah *creatively berbakat* mengacu pada siswa yang menunjukkan kreativitas tinggi dalam menghasilkan ide-ide orisinal

dan solusi inovatif. *Berbakat secara akademis* mengacu pada siswa yang menunjukkan keunggulan dalam akademik tertentu seperti matematika atau sains. Istilah *underachiever* Merujuk pada siswa yang memiliki potensi tinggi tetapi prestasi akademiknya tidak sesuai dengan potensi mereka, sering kali karena kurangnya motivasi atau hambatan emosional. Pemahaman yang jelas tentang berbagai istilah ini penting agar tidak terjadi kesalahpahaman dalam komunikasi tentang siswa cerdas dan berbakat.

2.3 Kebutuhan dan Karakteristik Siswa Cerdas dan Berbakat

2.3.1 Kebutuhan Intelektual dan Akademik

Siswa cerdas dan berbakat memiliki kebutuhan intelektual dan akademik yang berbeda dari siswa pada umumnya. Perbedaan ini bukan berarti mereka harus dipisahkan sepenuhnya dari lingkungan belajar biasa, tetapi mereka membutuhkan ruang belajar yang mampu menyesuaikan diri dengan kemampuan, kecepatan berpikir, dan kedalaman minat mereka. Siswa dengan kemampuan tinggi biasanya lebih cepat memahami konsep, lebih mudah melihat hubungan antargagasan, serta memiliki rasa ingin tahu yang besar terhadap hal-hal yang dianggap menantang. Ketika kebutuhan tersebut tidak terpenuhi, potensi yang mereka miliki dapat kurang berkembang secara optimal.

Dalam proses pembelajaran, siswa cerdas dan berbakat membutuhkan materi yang menantang secara intelektual. Materi

tersebut perlu dirancang untuk merangsang kemampuan berpikir tingkat tinggi, seperti menganalisis, mengevaluasi, membandingkan, menyusun argumen, memecahkan masalah, dan menciptakan gagasan baru (Khotimah & Syafril, 2024). Mereka tidak cukup hanya diberi tugas menghafal, menjawab pertanyaan sederhana, atau mengerjakan latihan yang bersifat berulang. Pola belajar seperti itu dapat membuat mereka merasa kurang tertantang karena kemampuan berpikirnya tidak digunakan secara maksimal.

Materi pembelajaran standar yang dirancang untuk siswa rata-rata sering kali terlalu mudah bagi siswa cerdas dan berbakat. Mereka mungkin dapat menyelesaikan tugas lebih cepat dibandingkan teman-temannya, memahami penjelasan guru hanya dalam waktu singkat, atau merasa tidak perlu mengulang materi yang sudah dikuasai. Jika kondisi ini berlangsung terus-menerus, siswa dapat mengalami kebosanan. Kebosanan tersebut bukan karena mereka tidak tertarik belajar, melainkan karena kegiatan belajar tidak memberikan tantangan yang cukup. Dalam jangka panjang, hal ini dapat menurunkan motivasi, membuat siswa tampak pasif, kurang antusias, atau bahkan menunjukkan perilaku yang dianggap mengganggu karena mereka mencari rangsangan intelektual di luar tugas yang diberikan.

Kebutuhan akademik siswa cerdas dan berbakat mencakup akses terhadap pembelajaran yang lebih cepat, pengayaan materi, serta kesempatan untuk mendalami topik tertentu secara lebih luas. Pembelajaran yang lebih cepat dapat diberikan melalui percepatan materi, tugas lanjutan, atau kegiatan eksplorasi setelah siswa

menguasai kompetensi dasar. Pengayaan materi dapat dilakukan dengan memberikan bacaan tambahan, proyek mandiri, diskusi mendalam, eksperimen, atau kajian kasus yang menuntut penalaran lebih kompleks. Sementara itu, pendalaman topik memberi kesempatan kepada siswa untuk mempelajari bidang yang benar-benar menarik minat mereka, sehingga proses belajar terasa lebih bermakna dan personal.

Siswa cerdas dan berbakat juga membutuhkan lingkungan belajar yang menghargai pertanyaan, kreativitas, dan cara berpikir yang berbeda. Mereka sering mengajukan pertanyaan yang tidak biasa, menawarkan jawaban yang unik, atau melihat suatu persoalan dari sudut pandang yang tidak terpikirkan oleh teman sebayanya. Guru perlu memandang hal tersebut sebagai potensi, bukan sebagai bentuk perlawanan atau sikap ingin menonjol. Ketika kreativitas mereka dihargai, siswa akan merasa aman untuk berpikir bebas, mencoba ide baru, dan mengembangkan kemampuan intelektualnya tanpa takut dianggap aneh.

Peran guru sangat penting dalam memenuhi kebutuhan intelektual dan akademik siswa cerdas dan berbakat. Guru perlu memahami bahwa siswa berbakat tidak selalu membutuhkan lebih banyak tugas, tetapi membutuhkan tugas yang lebih bermakna. Memberikan soal tambahan dengan tingkat kesulitan yang sama hanya akan menambah beban tanpa memberi tantangan intelektual yang nyata. Sebaliknya, tugas yang menuntut analisis, penyelidikan, pemecahan masalah, atau penciptaan karya akan lebih sesuai dengan kebutuhan mereka. Guru juga perlu memberi umpan balik yang

membangun agar siswa tidak hanya puas dengan hasil yang cepat, tetapi terdorong untuk memperbaiki kualitas berpikir dan karyanya.

Layanan pendidikan bagi siswa cerdas dan berbakat perlu dirancang secara fleksibel. Sekolah dapat menyediakan program pengayaan, kelas minat, proyek penelitian sederhana, kegiatan olimpiade, klub akademik, mentoring, atau pembelajaran berbasis proyek. Bentuk layanan tersebut membantu siswa belajar sesuai kecepatan dan kedalaman yang mereka butuhkan. Selain itu, sekolah perlu membangun komunikasi yang baik dengan orang tua agar potensi siswa dapat didukung secara konsisten, baik di lingkungan sekolah maupun di rumah.

Pemenuhan kebutuhan intelektual dan akademik siswa cerdas dan berbakat menjadi bagian penting dalam menciptakan pendidikan yang adil. Keadilan dalam pendidikan bukan berarti semua siswa menerima perlakuan yang sama, melainkan setiap siswa memperoleh layanan sesuai kebutuhannya. Siswa yang memiliki kemampuan tinggi tetap memerlukan bimbingan, tantangan, dan dukungan agar kecerdasannya berkembang menjadi prestasi, kreativitas, serta kontribusi yang bermanfaat bagi lingkungan sekitarnya.

2.3.2 Kebutuhan Sosial-Emosional

Selain kebutuhan intelektual, siswa cerdas dan berbakat juga memiliki kebutuhan sosial-emosional yang perlu diperhatikan secara serius. Mereka tidak hanya membutuhkan materi pelajaran yang menantang, tetapi juga lingkungan yang mampu memahami perasaan, cara berpikir, dan pengalaman sosial mereka. Dalam

banyak situasi, siswa cerdas dan berbakat sering merasa berbeda dari teman sebayanya karena memiliki minat, pola pikir, atau cara memandang masalah yang tidak selalu sama dengan lingkungan sekitarnya. Perasaan berbeda ini dapat membuat mereka merasa sendiri, kurang dipahami, atau sulit menemukan teman yang benar-benar dapat mengikuti alur berpikir dan ketertarikan mereka (Sari et al., 2024).

Kondisi tersebut dapat muncul dalam kehidupan sehari-hari di sekolah. Misalnya, ketika sebagian besar teman lebih tertarik pada kegiatan bermain, siswa berbakat mungkin lebih menikmati membaca, berdiskusi, membuat eksperimen, menggambar konsep, atau mempelajari hal tertentu secara mendalam. Perbedaan minat ini kadang membuat mereka dianggap terlalu serius, aneh, atau sulit bergaul. Padahal, mereka sebenarnya tetap membutuhkan penerimaan sosial seperti siswa lainnya. Mereka ingin didengar, dihargai, dan memiliki teman yang dapat menerima keunikan diri mereka tanpa harus berpura-pura menjadi orang lain.

Salah satu tantangan sosial-emosional yang sering dialami siswa cerdas dan berbakat adalah adanya kesenjangan antara perkembangan kognitif dan emosional. Secara intelektual, mereka mungkin mampu memahami persoalan yang kompleks dan berpikir melampaui usia kronologisnya. Namun, secara emosional, mereka tetap anak atau remaja yang sedang belajar mengenali perasaan, mengelola tekanan, dan memahami hubungan sosial. Kesenjangan ini dapat menimbulkan kebingungan, baik bagi siswa itu sendiri maupun bagi orang-orang di sekitarnya. Mereka bisa tampak sangat

matang ketika berbicara tentang ide besar, tetapi tetap mudah kecewa, tersinggung, atau cemas ketika menghadapi situasi yang tidak sesuai harapan.

Siswa cerdas dan berbakat juga sering memiliki standar diri yang tinggi. Mereka terbiasa memahami sesuatu dengan cepat atau memperoleh hasil yang baik, sehingga kegagalan kecil dapat terasa sangat mengganggu. Perfeksionisme dapat membuat mereka terus berusaha menghasilkan sesuatu yang terbaik, tetapi di sisi lain dapat menimbulkan tekanan batin. Mereka mungkin takut melakukan kesalahan, ragu memulai tugas karena takut hasilnya tidak sempurna, atau merasa kecewa berlebihan ketika nilai dan pencapaian tidak sesuai dengan harapan. Jika tidak dibimbing, perfeksionisme dapat berkembang menjadi kecemasan, ketegangan, dan keraguan terhadap kemampuan diri.

Dukungan emosional yang konsisten menjadi kebutuhan penting bagi siswa cerdas dan berbakat. Mereka perlu memiliki orang dewasa yang dapat menjadi tempat bercerita tanpa menghakimi, baik guru, konselor, maupun orang tua. Dukungan tersebut membantu mereka memahami bahwa kegagalan bukan akhir dari proses belajar, kesalahan bukan tanda ketidakmampuan, dan pencapaian bukan satu-satunya ukuran nilai diri. Siswa perlu belajar bahwa menjadi cerdas tidak berarti harus selalu benar, selalu unggul, atau selalu kuat dalam setiap keadaan.

Selain itu, siswa berbakat membutuhkan kesempatan untuk berinteraksi dengan teman sebaya yang memiliki kemampuan atau minat serupa. Interaksi ini dapat membantu mereka merasa lebih

diterima dan dipahami. Ketika bertemu dengan teman yang memiliki ketertarikan yang sama, mereka dapat berdiskusi, bertukar ide, bekerja sama dalam proyek, dan membangun hubungan sosial yang lebih seimbang. Kesempatan seperti ini dapat disediakan melalui kelompok belajar, klub akademik, komunitas minat, kegiatan olimpiade, proyek kreatif, atau program pengayaan.

Layanan konseling memiliki peran penting dalam membantu siswa cerdas dan berbakat mengelola kebutuhan sosial-emosionalnya. Konseling dapat membantu siswa mengenali emosi, mengelola stres, membangun keterampilan sosial, menumbuhkan kepercayaan diri, serta menyeimbangkan ambisi dengan penerimaan diri. Guru dan konselor juga dapat membantu siswa memahami cara berkomunikasi dengan teman, menerima perbedaan, serta membangun relasi yang sehat tanpa merasa harus menyembunyikan kemampuan dirinya.

Pemenuhan kebutuhan sosial-emosional membuat perkembangan siswa cerdas dan berbakat menjadi lebih utuh. Potensi intelektual yang tinggi akan lebih bermakna ketika disertai kestabilan emosi, kemampuan berempati, keterampilan berhubungan dengan orang lain, dan keberanian untuk tetap belajar meskipun pernah gagal. Siswa berbakat membutuhkan lingkungan yang tidak hanya memuji kecerdasannya, tetapi juga mendampingi proses tumbuhnya sebagai pribadi yang manusiawi, seimbang, dan mampu menjalani kehidupannya dengan sehat.

2.3.3 Karakteristik Kognitif

Karakteristik kognitif siswa cerdas dan berbakat tampak dari cara mereka memahami, mengolah, dan menggunakan informasi. Mereka umumnya memiliki kemampuan berpikir yang lebih cepat, lebih mendalam, dan lebih kompleks dibandingkan siswa pada umumnya. Dalam proses belajar, mereka tidak hanya menerima informasi secara pasif, tetapi juga mencoba menghubungkan, mempertanyakan, membandingkan, dan menilai informasi yang diperoleh. Hal ini membuat mereka sering menunjukkan rasa ingin tahu yang besar serta ketertarikan terhadap topik-topik yang menantang.

Salah satu karakteristik utama siswa cerdas dan berbakat adalah kemampuan berpikir abstrak yang tinggi. Mereka mampu memahami konsep yang tidak selalu bersifat konkret atau langsung terlihat. Misalnya, ketika mempelajari suatu teori, mereka dapat menangkap makna di balik konsep tersebut, menghubungkannya dengan contoh lain, dan melihat kemungkinan penerapannya dalam kehidupan nyata. Kemampuan ini membuat mereka lebih mudah memahami gagasan yang kompleks, termasuk konsep yang membutuhkan penalaran logis, simbolik, atau imajinatif.

Selain itu, siswa cerdas dan berbakat menunjukkan kemampuan berpikir tingkat tinggi. Mereka mampu menganalisis, menyintesis, dan mengevaluasi informasi secara kritis (Sari et al., 2024). Dalam kegiatan belajar, mereka tidak cukup hanya mengetahui jawaban, tetapi juga ingin memahami alasan di balik jawaban tersebut. Mereka dapat bertanya mengapa suatu hal terjadi,

bagaimana suatu konsep bekerja, serta apakah ada cara lain yang lebih tepat untuk memecahkan masalah. Pola berpikir seperti ini membuat mereka sering terlihat aktif dalam diskusi, kritis terhadap penjelasan, dan tertarik pada persoalan yang membutuhkan pemecahan mendalam.

Siswa cerdas dan berbakat juga memiliki daya ingat yang kuat. Mereka mampu mengingat informasi secara detail dan akurat, terutama pada bidang yang menarik minat mereka. Informasi yang pernah mereka pelajari dapat tersimpan dengan baik dan digunakan kembali ketika menghadapi situasi baru. Daya ingat ini tidak hanya berkaitan dengan kemampuan menghafal, tetapi juga kemampuan memahami struktur informasi sehingga lebih mudah dihubungkan dengan pengetahuan sebelumnya.

Karakteristik lain yang menonjol adalah kemampuan membuat hubungan antara berbagai konsep. Mereka dapat melihat pola, keterkaitan, atau kesamaan dari hal-hal yang tampak berbeda. Misalnya, mereka dapat menghubungkan pelajaran sains dengan lingkungan, matematika dengan musik, atau sejarah dengan perubahan sosial. Kemampuan ini membuat mereka sering menghasilkan gagasan yang unik karena cara berpikirnya tidak terbatas pada satu bidang saja. Mereka mampu melihat persoalan dari berbagai sudut pandang dan menemukan hubungan yang mungkin tidak mudah dilihat oleh orang lain.

Kecepatan dalam memproses informasi juga menjadi ciri penting. Siswa cerdas dan berbakat biasanya dapat memahami materi baru dengan lebih cepat. Mereka mampu menangkap inti

pembelajaran hanya dari sedikit penjelasan, kemudian melanjutkan pada pemahaman yang lebih dalam. Namun, kecepatan ini perlu diimbangi dengan tantangan yang sesuai. Jika pembelajaran terlalu lambat atau terlalu banyak pengulangan, mereka dapat merasa bosan dan kehilangan minat.

Kemampuan metakognisi mereka juga cenderung berkembang dengan baik. Metakognisi berarti kemampuan untuk memahami dan merefleksikan proses berpikir sendiri. Siswa dengan kemampuan ini dapat menyadari cara mereka belajar, mengetahui strategi yang paling sesuai, serta memperbaiki cara berpikir ketika mengalami kesulitan. Mereka dapat menilai apakah sudah memahami suatu materi atau masih perlu mencari penjelasan tambahan.

Karakteristik kognitif tersebut menunjukkan bahwa siswa cerdas dan berbakat membutuhkan pembelajaran yang kaya, fleksibel, dan menantang. Mereka perlu diberi kesempatan untuk bertanya, meneliti, berdiskusi, mencipta, dan memecahkan masalah. Ketika kebutuhan kognitif ini dipenuhi, kemampuan mereka tidak hanya berkembang dalam bentuk prestasi akademik, tetapi juga dalam bentuk kreativitas, kemandirian berpikir, dan kemampuan memberi kontribusi melalui gagasan yang bermakna.

2.3.4 Karakteristik Motivasi dan Kreativitas

Karakteristik motivasi siswa cerdas dan berbakat umumnya tampak dari dorongan belajar yang kuat dari dalam diri. Mereka sering memiliki rasa ingin tahu yang besar terhadap berbagai hal, terutama pada bidang yang sesuai dengan minatnya. Rasa ingin tahu

ini membuat mereka tidak mudah puas dengan jawaban singkat. Mereka cenderung ingin mengetahui alasan, proses, hubungan, dan kemungkinan lain dari suatu persoalan. Dalam kegiatan belajar, siswa seperti ini biasanya senang bertanya, mencari informasi tambahan, membaca lebih jauh, atau mencoba memahami sesuatu melalui pengamatan dan percobaan sederhana.

Motivasi internal yang kuat menjadi salah satu ciri penting pada siswa cerdas dan berbakat. Mereka dapat belajar bukan semata-mata karena tuntutan nilai, hadiah, atau pujian, tetapi karena memang merasa tertarik dan menikmati proses menemukan pengetahuan baru. Ketika menemukan topik yang disukai, mereka dapat menunjukkan perhatian yang sangat mendalam. Mereka bersedia menghabiskan waktu cukup lama untuk membaca, meneliti, berlatih, menggambar, menghitung, menulis, merancang, atau mengeksplorasi hal-hal yang berkaitan dengan minat tersebut. Fokus perhatian mereka terhadap hal yang menarik minat dapat sangat intens dan terarah (Khotimah & Syafril, 2024).

Dalam kehidupan sehari-hari, motivasi seperti ini dapat terlihat dari kebiasaan siswa yang terus mencari tahu meskipun pelajaran di kelas telah selesai. Mereka mungkin bertanya kepada guru setelah pembelajaran, mencari sumber bacaan tambahan, menonton tayangan edukatif, membuat catatan pribadi, atau mencoba proyek kecil di rumah. Dorongan tersebut menunjukkan bahwa belajar bagi mereka bukan hanya kewajiban, melainkan kebutuhan untuk memahami dunia secara lebih luas. Namun, motivasi yang kuat tetap perlu diarahkan agar tidak membuat siswa

terlalu terpaku pada satu bidang hingga mengabaikan keseimbangan aktivitas lainnya.

Selain motivasi, kreativitas merupakan karakteristik utama siswa cerdas dan berbakat. Kreativitas tampak dalam kemampuan menghasilkan gagasan yang orisinal, melihat masalah dari sudut pandang berbeda, serta menemukan cara penyelesaian yang tidak biasa. Mereka tidak selalu mengikuti pola berpikir yang umum. Dalam menyelesaikan tugas, mereka mungkin menawarkan cara baru, membuat hubungan antarkonsep yang tidak terduga, atau menghasilkan karya yang berbeda dari teman-temannya. Hal ini menunjukkan bahwa kreativitas tidak hanya berkaitan dengan seni, tetapi juga hadir dalam cara berpikir, memecahkan masalah, dan mengambil keputusan.

Siswa cerdas dan berbakat juga sering memiliki imajinasi yang kaya. Imajinasi tersebut membantu mereka membayangkan kemungkinan, membuat skenario, merancang gagasan, dan menyusun solusi yang inovatif. Mereka dapat memikirkan beberapa alternatif jawaban untuk satu masalah dan tidak berhenti pada satu pilihan saja. Kemampuan ini dikenal sebagai pemikiran divergen, yaitu kemampuan menghasilkan berbagai solusi atau jawaban terhadap satu permasalahan. Pemikiran divergen sangat penting karena mendorong siswa untuk terbuka terhadap banyak kemungkinan, tidak takut mencoba, dan tidak mudah terpaku pada satu cara yang dianggap paling benar.

Kreativitas siswa berbakat perlu didukung oleh lingkungan yang memberi ruang untuk bereksplorasi. Jika proses belajar terlalu

kaku, hanya menuntut satu jawaban, atau terlalu cepat menilai kesalahan, kreativitas mereka dapat terhambat. Guru dan orang tua perlu memberi kesempatan kepada siswa untuk mencoba ide baru, berdiskusi, mengajukan pertanyaan, dan menghasilkan karya dengan cara yang sesuai dengan kemampuan mereka. Kesalahan sebaiknya dipandang sebagai bagian dari proses belajar, bukan sebagai kegagalan yang harus dihindari.

Kombinasi antara motivasi internal yang kuat dan kreativitas tinggi membuat siswa cerdas dan berbakat memiliki potensi besar untuk menghasilkan kontribusi yang bernilai. Mereka dapat berkembang menjadi pribadi yang tekun, mandiri, inovatif, dan berani menghadapi tantangan. Potensi tersebut perlu didampingi dengan bimbingan yang tepat agar kemampuan mereka tidak hanya berkembang secara akademik, tetapi juga bermanfaat bagi lingkungan, masyarakat, dan kehidupan yang lebih luas.

2.4 Identifikasi Siswa Cerdas dan Berbakat

2.4.1 Proses identifikasi Dini

Identifikasi dini siswa cerdas dan berbakat merupakan langkah pertama yang sangat penting dalam memberikan layanan yang sesuai kepada mereka. Proses pengenalan ini bukan sesuatu yang sederhana dan hanya bergantung pada satu alat ukur, tetapi merupakan proses yang kompleks dan melibatkan berbagai pihak termasuk guru, orang tua, psikolog, dan profesional lainnya (Khotimah & Syafril, 2024). Identifikasi dini harus

dilakukan sejak siswa memasuki jenjang pendidikan formal, bahkan sebelumnya.

Proses identifikasi memerlukan pengumpulan informasi dari berbagai sumber dan menggunakan berbagai metode. Observasi langsung di kelas oleh guru, penilaian dari orang tua mengenai perilaku anak di rumah, serta tes psikologis formal semuanya memberikan kontribusi penting dalam proses identifikasi. Identifikasi dini yang akurat akan memungkinkan siswa berbakat untuk mendapatkan layanan dan dukungan yang mereka butuhkan sejak awal, sehingga potensi mereka dapat berkembang secara optimal.

2.4.2 Metode dan Instrumen Identifikasi

Terdapat berbagai metode dan instrumen yang dapat digunakan dalam proses mengidentifikasi siswa cerdas dan berbakat. Metode psikometrik menggunakan tes kecerdasan standar seperti *Wechsler Intelligence Scale* atau *Stanford-Binet Intelligence Scale* untuk mengukur kemampuan kognitif siswa. Metode ini memberikan skor IQ yang dapat digunakan sebagai indikator kecerdasan intelektual, meskipun memiliki keterbatasan dalam mengidentifikasi aspek-aspek lain dari keberbakatan (Khotimah & Syafril, 2024).

Metode observasi klinis atau behavioral melibatkan pengamatan langsung terhadap perilaku siswa dalam berbagai situasi, baik di kelas maupun di luar kelas. Guru dapat mengamati seberapa cepat siswa menguasai materi baru, bagaimana cara mereka berinteraksi dengan siswa lain, seberapa kreatif ide-ide mereka, dan

aspek-aspek lainnya. Metode portofolio mengumpulkan contoh-contoh karya siswa selama periode waktu tertentu, yang dapat menunjukkan perkembangan dan keunggulan mereka. Penggunaan kombinasi dari berbagai metode dan instrumen ini akan memberikan gambaran yang lebih komprehensif dan akurat tentang kemampuan dan bakat siswa.

2.4.3 Kriteria dan Standar Identifikasi

Kriteria identifikasi siswa cerdas dan berbakat harus jelas dan diukur agar dapat diterapkan secara konsisten dan adil. Kriteria umum yang digunakan mencakup kecerdasan intelektual di atas rata-rata, biasanya diukur dengan tes IQ yang menunjukkan skor di atas 130 atau persen hingga di atas 97 persen. Namun kriteria ini saja tidak cukup untuk mengidentifikasi semua bentuk keberbakatan, terutama bakat yang spesifik dalam bidang-bidang tertentu (Khotimah & Syafril, 2024).

Kriteria tambahan yang dapat digunakan mencakup pencapaian akademik yang tinggi, khususnya dalam mata pelajaran tertentu yang relevan dengan bidang bakat mereka. Kreativitas juga merupakan kriteria penting, yang dapat diukur melalui tes kreativitas atau observasi mengenai kemampuan siswa dalam menghasilkan ide-ide orisinal dan solusi inovatif. Motivasi tinggi terhadap pembelajaran, khususnya dalam bidang yang diminati, juga menjadi indikator penting. Karakteristik kepemimpinan, kemampuan komunikasi yang baik, dan kemampuan pemecahan masalah juga dapat menjadi kriteria identifikasi, terutama untuk siswa yang menunjukkan bakat kepemimpinan.

2.4.4 Tantangan dan Bias dalam identifikasi

Proses identifikasi siswa cerdas dan berbakat sering kali dihadapkan dengan berbagai tantangan dan potensi bias yang dapat mengakibatkan identifikasi yang tidak akurat. Salah satu tantangan utama adalah kesulitan dalam mengidentifikasi siswa yang *underachiever* atau mengalami dua kali luar biasa, yaitu siswa yang memiliki potensi tinggi tetapi juga mengalami kesulitan belajar atau hambatan lainnya (Khotimah & Syafril, 2024). Siswa kelompok ini sering kali terlewatkan karena prestasi akademik mereka yang tidak mencolok.

Bias budaya dan sosial ekonomi dalam proses identifikasi juga merupakan tantangan serius. Instrumen identifikasi yang dikembangkan berdasarkan norma budaya tertentu mungkin tidak adil bagi siswa dari latar belakang budaya yang berbeda. Siswa dari keluarga dengan status sosial ekonomi rendah mungkin kurang memiliki akses ke sumber belajar tambahan yang dapat membantu mereka menunjukkan potensi mereka sepenuhnya. Bias gender juga dapat terjadi, di mana siswa perempuan sering kali *underidentified*, terutama dalam bidang sains dan matematika. Kesadaran terhadap berbagai bentuk bias ini penting agar proses identifikasi dapat dilakukan secara lebih adil dan komprehensif.

2.5 Model Bimbingan dan Konseling bagi Siswa Cerdas dan Berbakat

2.5.1 Prinsip-Prinsip Bimbingan dan Konseling

Bimbingan dan konseling untuk siswa cerdas dan berbakat harus didasarkan pada prinsip-prinsip yang menghargai keunikan dan potensi individu mereka. Prinsip pertama adalah prinsip kesejahteraan, yang menekankan bahwa layanan bimbingan dan konseling harus dirancang untuk mendukung kesejahteraan siswa secara menyeluruh, termasuk aspek akademik, sosial-emosional, dan personal (Witjati & Hamidah, 2023). Layanan harus membantu siswa mencapai potensi penuh mereka sambil tetap mempertahankan keseimbangan hidup yang sehat.

Prinsip kedua adalah prinsip perkembangan, yang mengakui bahwa perkembangan individu merupakan proses yang berkelanjutan dan dimulai sejak dini. Layanan bimbingan dan konseling harus disesuaikan dengan tahap perkembangan siswa dan memberikan dukungan yang tepat pada setiap tahap. Prinsip ketiga adalah prinsip pencegahan, yang menekankan pentingnya upaya preventif untuk mencegah munculnya masalah sosial-emosional dan akademik. Prinsip keempat adalah prinsip remedial dan *developmental*, yang mengkombinasikan upaya untuk mengatasi masalah yang telah muncul sekaligus mengembangkan potensi positif siswa.

2.5.2 Layanan Bimbingan Dasar

Layanan bimbingan dasar merupakan layanan yang diberikan kepada seluruh siswa cerdas dan berbakat, bertujuan untuk mengembangkan kompetensi dan potensi mereka secara umum. Layanan bimbingan klasikal dilakukan melalui kegiatan pembelajaran di kelas yang melibatkan seluruh kelas, dengan materi-materi yang dirancang untuk mengembangkan kesadaran akan potensi, kebutuhan diri, serta cara-cara mengembangkan potensi tersebut (Witjati & Hamidah, 2023). Layanan ini dapat menggunakan berbagai metode dan media pembelajaran yang interaktif dan menarik.

Layanan bimbingan kelompok adalah layanan yang diberikan kepada kelompok siswa yang lebih kecil, dengan fokus pada pengembangan kompetensi dan keterampilan spesifik. Layanan ini memungkinkan siswa untuk belajar dari pengalaman satu sama lain, berbagi pemikiran dan perspektif, serta mengembangkan kemampuan kolaborasi. Layanan bimbingan melalui media adalah layanan yang menggunakan berbagai media seperti poster, video, website, atau aplikasi digital untuk menyampaikan informasi dan mengembangkan kesadaran siswa. Layanan ini sangat relevan di era digital dan dapat menjangkau siswa dengan cara yang lebih menarik dan inovatif.

2.5.3 Layanan Konseling Perorangan dan Kelompok

Layanan konseling individu dirancang untuk membantu siswa cerdas dan berbakat dalam menghadapi masalah atau tantangan spesifik yang alami mereka. Melalui konseling individu,

konselor dapat memberikan perhatian yang terfokus dan pribadi, membantu siswa mengidentifikasi masalah, mengeksplorasi berbagai opsi penyelesaian, dan mengembangkan rencana tindakan yang konkret (Witjati & Hamidah, 2023). Konseling individu sangat bermanfaat bagi siswa yang mengalami kebingungan karir, masalah akademik, atau kesulitan sosial-emosional.

Layanan konseling kelompok memberikan kesempatan kepada siswa untuk berbagi pengalaman dan belajar dari siswa lain yang memiliki masalah serupa. Melalui kelompok konseling, siswa dapat mengembangkan keterampilan interpersonal, belajar cara-cara konstruktif untuk mengatasi masalah, serta merasa bahwa mereka tidak sendiri dalam menghadapi tantangan. Konseling kelompok juga dapat membantu siswa dalam mengembangkan identitas diri yang sehat dan memperkuat hubungan sosial mereka dengan siswa lain.

2.5.4 Program Pengembangan Karir dan Pengayaan

Program pengembangan karir merupakan komponen penting dari layanan bimbingan dan konseling untuk siswa cerdas dan berbakat. Program ini membantu siswa dalam memahami berbagai pilihan karir yang sesuai dengan potensi, minat, dan nilai-nilai mereka. Melalui program pengembangan karir, siswa dapat mengeksplorasi berbagai profesi, belajar tentang kualifikasi yang diperlukan, serta merencanakan langkah-langkah untuk mencapai tujuan karir mereka (Witjati & Hamidah, 2023). Program ini meliputi aktivitas seperti presentasi dari profesional di berbagai

bidang, kunjungan ke institusi pendidikan atau tempat kerja, serta konseling karir individu.

Program pengayaan dirancang untuk memberikan kesempatan kepada siswa cerdas dan berbakat untuk mengembangkan potensi dan minat mereka lebih lanjut. Program pengayaan dapat mencakup kegiatan seperti olimpiade akademik, klub-klub minat khusus, program mentoring dengan ahli di bidangnya, atau kesempatan untuk mengikuti program khusus di institusi pendidikan tinggi. Program ini membantu siswa untuk mendapatkan pengalaman belajar yang lebih mendalam dan luas, serta memberikan kesempatan untuk berinteraksi dengan siswa lain yang memiliki minat dan bakat serupa.

2.6 Latihan 5 Soal

1. Jelaskan perbedaan antara siswa cerdas dan siswa berbakat, serta memberikan contoh masing-masing dari kehidupan nyata. Mengapa penting untuk membedakan kedua konsep ini dalam konteks pendidikan?
2. Analisis kebutuhan intelektual, sosial-emosional, dan akademik dari siswa cerdas dan berbakat. Bagaimana sekolah dapat merancang program pembelajaran yang dapat memenuhi kebutuhan kompleks ini secara bersamaan?
3. Diskusikan berbagai metode dan instrumen yang dapat digunakan untuk mengidentifikasi siswa cerdas dan berbakat.

Apa kelebihan dan keterbatasan dari setiap metode tersebut, dan bagaimana cara mengatasi bias dalam proses identifikasi?

4. Jelaskan prinsip-prinsip utama yang harus diterapkan dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling kepada siswa cerdas dan berbakat. Apa perbedaan prinsip-prinsip ini dengan prinsip bimbingan dan konseling untuk siswa pada umumnya?
5. Rancang model bimbingan dan konseling yang komprehensif untuk siswa cerdas dan berbakat di sebuah sekolah menengah. Program ini harus mencakup layanan dasar, konseling individu dan kelompok, serta program pengembangan karir dan pengayaan. jelaskan bagaimana setiap komponen saling terkait dan berkontribusi terhadap pengembangan potensi siswa secara optimal.

Bab 3: Siswa Lambat Belajar

3.1 Dasar Formal dan Empiris

3.1.1 Landasan Hukum dan Kebijakan Pendidikan

Dasar formal bagi penyelenggaraan pendidikan bagi siswa lambat belajar terletak pada komitmen negara Indonesia untuk memberikan akses pendidikan yang sama bagi semua warga negara tanpa melihat kondisi atau latar belakang mereka. Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menegaskan bahwa pendidikan merupakan hak asasi setiap warga negara Indonesia, termasuk siswa yang mengalami keterlamabatan dalam perkembangan belajarnya. Dalam konteks ini, siswa lambat belajar atau *slow learner* merupakan bagian dari peserta didik yang memerlukan perhatian khusus dalam penyelenggaraan pendidikan inklusif. Kebijakan pemerintah mengenai pendidikan inklusif telah diwujudkan melalui berbagai program dan regulasi yang mendukung penyelenggaraan pendidikan yang dapat mengakomodasi keberagaman peserta didik di sekolah reguler. Fondasi formal formal ini menjadi yang kuat bagi sekolah-sekolah untuk mengembangkan strategi pembelajaran yang responsif terhadap kebutuhan siswa lambat belajar, memastikan bahwa mereka tidak tertinggal dalam proses pembelajaran dan tetap memiliki kesempatan yang sama untuk mengembangkan potensi mereka secara optimal (Wafiqni et al., 2023).

3.1.2 Temuan Empiris tentang Prevalensi Siswa Lambat Belajar

Penelitian empiris menunjukkan bahwa fenomena siswa lambat belajar merupakan kenyataan yang sering ditemukan di sekolah-sekolah, baik di tingkat sekolah dasar maupun tingkat pendidikan yang lebih tinggi. Hasil-hasil penelitian terbaru mengidentifikasi bahwa terdapat proporsi yang signifikan dari siswa yang mengalami kesulitan dalam mengikuti pelajaran dengan kecepatan yang sama dengan siswa lainnya. Pada masa pembelajaran tatap muka terbatas selama pandemi COVID-19, penelitian menemukan bahwa berbagai kategori kesulitan belajar oleh siswa, di mana sekitar 13,3 persen menunjukkan gejala gangguan belajar dengan kesulitan memahami konsep dan materi pelajaran, 26,6 persen mengalami disfungsi belajar yang diakhiri dengan pencapaian nilai di bawah kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) serta motivasi yang rendah, dan 46,6 persen adalah siswa *under* berprestasi yaitu siswa yang memiliki kemampuan rata-rata namun menghasilkan prestasi di bawah KKM (Malahati & Maemonah, 2022). Data empiris ini menunjukkan bahwa perhatian terhadap siswa lambat belajar bukan hanya merupakan isu pendidikan yang penting secara kualitatif, tetapi juga merupakan tantangan kuantitatif yang signifikan yang mempengaruhi sebagian besar siswa di sekolah.

3.1.3 Dampak Pandemi pada Pembelajaran Siswa Lambat Belajar

Pandemi COVID-19 telah menghadirkan tantangan khusus bagi siswa lambat belajar dalam proses pembelajaran mereka.

Transisi dari pembelajaran tatap muka ke pembelajaran jarak jauh atau pembelajaran jarak jauh telah menciptakan kesulitan tambahan yang membantu siswa lambat belajar dalam memahami materi pelajaran. Penelitian yang dilakukan selama masa pandemi menemukan bahwa pembelajaran matematika untuk siswa lambat belajar menghadapi berbagai hambatan yang signifikan, mulai dari tahap perencanaan pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran, hingga tahap penilaian. Pada tahap perencanaan, guru mengalami keterbatasan dalam menyiapkan media pembelajaran yang spesifik untuk siswa lambat belajar dalam konteks pembelajaran online. Hambatan paling signifikan muncul pada tahap pelaksanaan pembelajaran, di mana siswa mengalami kesulitan dalam pembelajaran melalui *platform online*, sedangkan hambatan lainnya berasal dari kondisi orang tua dan guru yang juga harus beradaptasi dengan sistem pembelajaran baru. Pada tahap penilaian, hambatan meliputi keterbatasan dalam mengakses teknologi, keterbatasan waktu, kesulitan dalam memverifikasi jawaban siswa, menurunnya kemandirian siswa dalam belajar, dan penurunan semangat siswa dalam mengerjakan tugas-tugas pembelajaran (Wafiroh & Harun, 2022). Pemahaman tentang dampak pandemi ini penting untuk mengembangkan strategi pembelajaran yang lebih adaptif dan responsif terhadap kebutuhan khusus siswa lambat belajar.

3.1.4 Relevansi Penelitian tentang Siswa Lambat Belajar

Penelitian tentang siswa lambat belajar memiliki relevansi yang sangat tinggi dalam konteks pendidikan Indonesia saat ini, mengingat semakin meningkatnya kesadaran tentang pentingnya

pendidikan inklusif yang mampu mengakomodasi keberagaman gaya dan kecepatan belajar siswa. Pentingnya penelitian ini tercermin dari berbagai upaya yang dilakukan oleh para pendidik dan peneliti untuk mengidentifikasi strategi pembelajaran yang efektif bagi siswa lambat belajar, tidak hanya dalam mata pelajaran tertentu seperti matematika atau membaca, tetapi juga dalam pengembangan keterampilan sosial dan emosional siswa. Penelitian-penelitian ini menunjukkan bahwa siswa lambat belajar memerlukan pendekatan pembelajaran yang berbeda dengan siswa reguler, termasuk penggunaan metode pembelajaran yang lebih terstruktur, pengulangan materi yang lebih intensif, dan dukungan motivasi yang konsisten. Relevansi penelitian ini juga terlihat dari upaya pemerintah dan institusi pendidikan untuk mengembangkan kurikulum adaptif dan layanan pembelajaran yang disesuaikan dengan kebutuhan siswa lambat belajar. Dengan memahami karakteristik, kebutuhan, dan kendala yang dihadapi oleh siswa lambat belajar melalui penelitian empiris yang mendalam, diharapkan dapat dikembangkan strategi pembelajaran dan sistem dukungan yang lebih efektif untuk memastikan bahwa setiap siswa, termasuk siswa lambat belajar, dapat mencapai potensi maksimal mereka dalam pendidikan.

3.2 Pengertian Siswa Lambat Belajar

3.2.1 Definisi Konseptual Siswa Lambat Belajar

Siswa lambat belajar atau *slow learner* secara konsep didefinisikan sebagai siswa yang memiliki kemampuan akademik yang berada di bawah rata-rata dan memerlukan waktu lebih lama untuk menguasai kompetensi atau materi pembelajaran yang diberikan dibandingkan dengan siswa lainnya pada tingkat kelas yang sama. Istilah *slow learner* dalam bahasa Indonesia sering diterjemahkan sebagai "siswa lambat belajar" atau "siswa berkesulitan belajar", meskipun terdapat perbedaan nuansa antara kedua istilah tersebut. Siswa lambat belajar biasanya memiliki tingkat kecerdasan yang normal atau di bawah rata-rata normal, tetapi menghadapi kesulitan dalam memproses informasi akademik dengan kecepatan yang sama dengan teman sebayanya. Berbeda dengan siswa yang mengalami kesulitan belajar spesifik yang mungkin disebabkan oleh kondisi disleksia atau diskalkulia, siswa lambat belajar umumnya mengalami kesulitan yang lebih umum dalam berbagai aspek pembelajaran. Karakteristik utama siswa lambat belajar mencakup kecepatan membaca yang lebih lambat, kemampuan konsentrasi yang terbatas, kesulitan dalam memahami konsep-konsep abstrak, dan memerlukan banyak informasi dan penjelasan yang lebih banyak untuk dapat memahami materi pelajaran (Nisa & Cahyono, 2025).

3.2.2 Perbedaan antara Slow Learner dengan Learning Disability

Penting untuk membedakan antara siswa lambat belajar (*slow learner*) dengan siswa yang memiliki kesulitan belajar spesifik (*learning disabilities*). Siswa dengan ketidakmampuan belajar adalah siswa yang memiliki gangguan spesifik dalam satu atau lebih bidang akademik, seperti membaca, menulis, atau berhitung, meskipun mereka memiliki tingkat kecerdasan yang normal atau bahkan di atas rata-rata. Gangguan ini biasanya disebabkan oleh disfungsi neurobiologi yang spesifik dan bukan karena kecerdasan yang rendah. Sebaliknya, siswa lambat belajar adalah siswa yang secara keseluruhan memiliki kemampuan kognitif yang lebih rendah dari rata-rata, sehingga mengalami kesulitan dalam hampir semua aspek pembelajaran akademik. Siswa lambat belajar sering kali memiliki skor IQ yang lebih rendah dibandingkan rata-rata, biasanya berada dalam rentang 70-90, sedangkan siswa dengan ketidakmampuan belajar biasanya memiliki skor IQ yang normal atau di atas normal. Meskipun demikian, kedua kelompok siswa ini memerlukan dukungan khusus dan strategi pembelajaran yang disesuaikan dengan kebutuhan mereka. Pemahaman yang jelas tentang perbedaan ini penting bagi guru dan orang tua dalam mengidentifikasi jenis kesulitan yang dihadapi oleh siswa dan merancang intervensi pembelajaran yang tepat.

3.2.3 Terminologi Internasional dan Lokal

Istilah "*slow learner*" merupakan terminologi internasional yang sering digunakan dalam literatur pendidikan global untuk

Merujuk pada siswa yang memiliki kecepatan belajar lebih lambat dari rata-rata. Di Indonesia, istilah ini diterjemahkan dengan berbagai variasi termasuk "siswa lambat belajar", "siswa berkesulitan belajar", atau "siswa keterlamabatan belajar" (*learning delay*). Dalam konteks pendidikan Indonesia, istilah "Anak Berkebutuhan Khusus" (ABK) sering digunakan sebagai istilah payung yang mencakup berbagai kategori siswa yang memerlukan perhatian pendidikan khusus, termasuk siswa lambat belajar. Namun penggunaan istilah ABK ini dapat menjadi problematis karena dapat menyebabkan perbedaan antara berbagai jenis kebutuhan pendidikan khusus. Untuk tujuan penelitian dan praktik pendidikan, penting untuk menggunakan terminologi yang spesifik dan jelas yang dapat membedakan antara berbagai jenis kesulitan belajar. Dalam konteks pendidikan inklusif modern, ada upaya untuk menggunakan terminologi yang lebih positif dan menghindari label yang stigmatisasi, seperti menggunakan istilah "siswa dengan kebutuhan pembelajaran yang beragam" atau "siswa dengan kesulitan belajar tertentu" untuk lebih akurat menggambarkan kondisi mereka tanpa memberikan label yang negatif (Wafiqni et al., 2023).

3.2.4 Perspektif Multidisipliner tentang Siswa Lambat Belajar

Pemahaman tentang siswa lambat belajar telah berkembang melalui berbagai kontribusi disiplin ilmu, termasuk psikologi pendidikan, neuropsikologi, pedagogi, dan sosiologi pendidikan. Dari perspektif psikologi pendidikan, siswa lambat belajar dipahami sebagai individu yang memiliki gaya kognitif yang berbeda, dengan kecepatan memproses informasi yang lebih lambat dan kemampuan

memori kerja yang lebih terbatas dibandingkan dengan siswa lainnya. Dari sudut pandang neuropsikologi, penelitian telah menunjukkan bahwa siswa yang lambat belajar mungkin memiliki perkembangan neurokognitif yang sedikit tertinggal, yang mempengaruhi kecepatan pemrosesan informasi dan kemampuan eksekutif mereka. Dari perspektif pedagogi, siswa lambat belajar dipahami karena memerlukan strategi pembelajaran yang lebih terstruktur, dengan langkah-langkah yang lebih kecil, penjelasan yang lebih detail, dan kesempatan praktik yang lebih banyak. Dari perspektif sosiologi pendidikan, pemahaman tentang siswa lambat belajar juga mempertimbangkan faktor-faktor sosial dan budaya yang dapat mempengaruhi perkembangan akademik mereka, termasuk faktor keluarga, status sosial ekonomi, dan akses terhadap sumber daya pendidikan. Perspektif multidisipliner ini penting untuk mengembangkan pemahaman yang komprehensif tentang siswa lambat belajar dan merancang intervensi yang holistik dan efektif.

3.3 Kebutuhan dan Karakteristik Siswa Lambat Belajar

3.3.1 Karakteristik Kognitif dan Akademik

Siswa lambat belajar menunjukkan berbagai karakteristik kognitif yang membedakan mereka dari siswa reguler. Secara kognitif, siswa lambat belajar umumnya memiliki kecepatan memproses informasi yang lebih lambat, kemampuan konsentrasi yang terbatas, kesulitan dalam memahami konsep-konsep abstrak,

dan memerlukan banyak materi yang lebih sering untuk dapat menguasai kompetensi yang diharapkan. Dalam hal akademik, siswa lambat belajar sering mengalami kesulitan dalam berbagai mata pelajaran, tetapi kesulitan yang paling signifikan biasanya terjadi dalam mata pelajaran yang memerlukan kemampuan abstraksi tinggi seperti matematika. Karakteristik siswa lambat belajar meliputi kesulitan dalam membaca dan memahami teks, kesulitan dalam menyelesaikan operasi hitung dasar, kesulitan dalam menulis dengan sempurna, dan kesulitan dalam mengikuti instruksi yang kompleks. Siswa lambat belajar juga menunjukkan perbedaan dalam hal kecepatan penyelesaian tugas, di mana mereka memerlukan waktu yang lebih lama untuk menyelesaikan pekerjaan rumah atau tugas-tugas di kelas dibandingkan dengan siswa lainnya. Meskipun demikian, penting untuk dicatat bahwa siswa lambat belajar biasanya memiliki kapasitas untuk belajar dan menguasai materi akademik, hanya saja memerlukan pendekatan pembelajaran yang berbeda dan dukungan yang lebih intensif (Itqi, 2023).

3.3.2 Karakteristik Sosial dan Emosional

Selain karakteristik kognitif dan akademik, siswa lambat belajar juga menunjukkan karakteristik sosial dan emosional yang khas. Dalam hal sosial, siswa lambat belajar sering mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan teman sebaya, terutama ketika teman-teman mereka terus maju dalam pembelajaran sementara mereka tertinggal. Hal ini dapat mengakibatkan siswa lambat belajar merasa terlindungi atau dikucilkan oleh kelompok sebaya mereka. Dalam hal emosional, siswa lambat belajar sering mengalami tingkat

kecemasan yang lebih tinggi tentang akademik, rendah diri (*low self-harga diri*), motivasi belajar yang rendah, dan rasa frustrasi terhadap kesulitan akademik yang mereka hadapi. Siswa lambat belajar juga mungkin mengembangkan sikap negatif terhadap sekolah dan pembelajaran, karena pengalaman berulang kali mengalami kegagalan akademik. Penelitian menunjukkan bahwa anak-anak yang mengalami keterlamabatan belajar sering menunjukkan perilaku seperti kurang fokus saat belajar, perhatiannya mudah terpengaruh oleh hal-hal lain, belum mandiri dalam belajar, dan memerlukan bimbingan yang intensif dari guru atau orang tua. Hal-hal ini dapat menimbulkan dampak jangka panjang pada kepribadian dan perkembangan psikologis mereka, sehingga perlu adanya dukungan psikologis dan emosional yang kuat dari guru, orang tua, dan lingkungan sekolah (Wafiqni et al., 2023).

3.3.3 Kebutuhan Pembelajaran Khusus

Siswa lambat belajar memiliki berbagai kebutuhan pembelajaran khusus yang harus dipenuhi agar mereka dapat belajar secara optimal dan mencapai potensi akademik mereka. Pertama, siswa lambat belajar memerlukan pembelajaran yang lebih terstruktur dan sistematis, dengan langkah-langkah pembelajaran yang lebih kecil dan terukur (*scaffolding*) yang membantu mereka membangun pemahaman secara bertahap. Kedua, mereka memerlukan penguatan dan penguatan materi yang lebih intensif, karena mereka memerlukan lebih banyak waktu dan kesempatan untuk menguasai konsep-konsep akademik. Ketiga, siswa lambat belajar memerlukan instruksi yang lebih eksplisit dan detail, di mana

guru perlu memberikan penjelasan yang lebih rinci dan contoh-contoh yang konkret untuk membantu mereka memahami materi. Keempat, siswa lambat belajar memerlukan penggunaan media pembelajaran dan bahan ajar yang lebih bervariasi dan menarik, seperti penggunaan kartu kata, balok angka, huruf, miniatur benda-benda nyata, dan media visual lainnya yang dapat membantu mereka memahami konsep melalui pengalaman konkret. Kelima, siswa lambat belajar memerlukan penilaian yang disesuaikan dengan kemampuan mereka, termasuk penurunan tingkat kesulitan soal dan penyesuaian kriteria ketuntasan minimal yang lebih realistis. Keenam, siswa lambat belajar memerlukan dukungan emosional dan motivasi yang konsisten untuk mempertahankan semangat belajar mereka (Annisa et al., 2023).

3.3.4 Kebutuhan Dukungan Psikososial dan Berkelanjutan

Selain kebutuhan pembelajaran akademik, siswa lambat belajar juga memiliki kebutuhan yang signifikan untuk dukungan psikososial yang berkelanjutan. Dukungan ini mencakup konseling dan bimbingan untuk mengatasi kecemasan akademik, rendah diri, dan masalah motivasi yang mereka hadapi. Siswa lambat belajar memerlukan lingkungan pembelajaran yang aman, mendukung, dan inklusif di mana mereka tidak merasa direndahkan atau dikucilkan karena kesulitan belajar mereka. Mereka juga memerlukan kemitraan yang kuat antara guru, orang tua, dan profesional pendidikan lainnya untuk memastikan bahwa dukungan yang diberikan secara konsisten dan terkoordinasi. Dukungan dari orang tua sangatlah penting, karena orang tua dapat memberikan

penguatan positif di rumah, membantu siswa dengan tugas-tugas akademik, dan membangun kepercayaan diri mereka. Program pembelajaran remedial yang berkelanjutan juga merupakan kebutuhan penting bagi siswa lambat belajar, di mana mereka diberikan kesempatan untuk memperdalam pemahaman mereka tentang materi-materi yang belum dikuasai dengan baik. Dengan memenuhi kebutuhan dan dukungan pembelajaran psikososial ini secara holistik, siswa lambat belajar dapat memiliki pengalaman pendidikan yang lebih positif dan kesempatan yang lebih besar untuk mencapai kesuksesan akademik dan pengembangan pribadi yang optimal.

3.4 Identifikasi Siswa Lambat Belajar

3.4.1 Proses Identifikasi dan Asesmen Awal

Proses mengenali siswa lambat belajar merupakan langkah awal yang sangat penting dalam merancang intervensi pembelajaran yang tepat dan efektif. Guru perlu memahami bahwa lambat belajar bukan sekadar keadaan ketika siswa memperoleh nilai rendah, melainkan kondisi ketika siswa membutuhkan waktu lebih lama untuk memahami materi, mengolah informasi, dan menyelesaikan tugas belajar dibandingkan teman-teman sekelasnya. Karena itu, proses identifikasi perlu dilakukan secara hati-hati agar siswa tidak langsung diberi label negatif, tetapi benar-benar dipahami berdasarkan data, pengamatan, dan kebutuhan belajarnya.

Identifikasi biasanya dimulai dari observasi guru di kelas. Dalam kegiatan pembelajaran sehari-hari, guru dapat memperhatikan siswa yang tampak sering tertinggal, membutuhkan pengulangan instruksi, lambat menyelesaikan tugas, sulit memahami konsep dasar, atau mudah lupa terhadap materi yang baru saja dijelaskan. Guru juga dapat melihat bagaimana siswa merespons pertanyaan, mengikuti arahan, mencatat pelajaran, membaca teks, menulis jawaban, serta mengerjakan soal sederhana. Pengamatan ini penting karena guru adalah pihak yang paling sering berinteraksi dengan siswa dalam situasi belajar nyata.

Observasi dapat dilakukan secara informal maupun formal. Observasi informal berlangsung selama kegiatan belajar mengajar, misalnya ketika guru memperhatikan perilaku siswa saat diskusi, kerja kelompok, latihan soal, atau kegiatan membaca. Sementara itu, observasi formal dapat dilakukan dengan menggunakan instrumen yang lebih terstruktur, seperti lembar pengamatan, daftar cek kemampuan, catatan perkembangan, atau rubrik sederhana. Instrumen tersebut membantu guru mencatat kesulitan siswa secara lebih objektif, bukan hanya berdasarkan kesan umum.

Setelah observasi awal, guru dapat melanjutkan dengan asesmen akademik dasar. Asesmen ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan siswa dalam membaca, menulis, dan berhitung. Pada aspek membaca, guru dapat melihat kemampuan siswa mengenali huruf, membaca kata, memahami kalimat, dan menangkap isi bacaan. Pada aspek menulis, guru dapat menilai kemampuan menyalin, menyusun kalimat, menggunakan ejaan, serta

menuangkan gagasan secara sederhana. Pada aspek berhitung, guru dapat memeriksa pemahaman siswa terhadap angka, operasi hitung dasar, pola, serta pemecahan soal sederhana.

Selain asesmen akademik, tes kecerdasan atau pemeriksaan psikologis dapat dilakukan oleh tenaga profesional yang berwenang. Pemeriksaan ini berguna untuk memperoleh gambaran tentang kemampuan intelektual umum siswa, daya ingat, perhatian, penalaran, serta kemampuan memecahkan masalah. Hasilnya dapat membantu membedakan apakah kesulitan siswa berkaitan dengan lambat belajar, hambatan belajar tertentu, kurangnya kesempatan belajar, masalah emosi, atau faktor lingkungan. Guru sebaiknya tidak membuat kesimpulan sendiri tanpa dukungan data yang memadai.

Asesmen awal perlu menghasilkan data yang objektif tentang kemampuan akademik siswa dan area kesulitan yang dialami. Data tersebut dapat membantu guru memahami profil belajar siswa secara lebih mendalam. Misalnya, ada siswa yang lambat dalam membaca, tetapi cukup baik dalam berhitung. Ada pula siswa yang memahami penjelasan lisan, tetapi kesulitan ketika harus menulis jawaban. Informasi seperti ini sangat penting karena intervensi yang diberikan harus sesuai dengan kebutuhan masing-masing siswa, bukan disamakan untuk semua.

Kolaborasi dengan orang tua juga menjadi bagian penting dalam proses identifikasi. Orang tua dapat memberikan informasi tentang perkembangan anak di rumah, kebiasaan belajar, riwayat kesehatan, pengalaman sekolah sebelumnya, serta kesulitan belajar

yang pernah muncul (Nisa & Cahyono, 2025). Komunikasi yang baik antara guru dan orang tua membantu proses asesmen menjadi lebih lengkap. Melalui kerja sama ini, siswa dapat memperoleh dukungan yang lebih konsisten, baik di sekolah maupun di rumah, sehingga proses pembelajaran dapat disesuaikan dengan kemampuan dan kebutuhan perkembangannya.

3.4.2 Alat Diagnosis dan Kriteria Penentuan

Berbagai alat diagnosis dan kriteria penentuan telah dikembangkan untuk membantu guru, konselor, dan tenaga profesional mengenali siswa lambat belajar secara lebih sistematis dan objektif. Proses ini penting karena siswa lambat belajar tidak dapat ditentukan hanya berdasarkan nilai rendah atau kesan bahwa siswa tampak lambat di kelas. Ada banyak faktor yang dapat memengaruhi performa belajar, seperti kondisi kesehatan, suasana keluarga, kualitas pembelajaran sebelumnya, emosi, motivasi, dan lingkungan sosial. Oleh karena itu, penentuan siswa lambat belajar perlu dilakukan melalui pengumpulan data yang lengkap, terarah, dan tidak terburu-buru.

Salah satu alat yang sering digunakan adalah tes IQ atau tes kecerdasan yang terstandar. Tes ini memberikan gambaran tentang tingkat kecerdasan umum siswa, terutama dalam aspek penalaran, daya ingat, kemampuan memecahkan masalah, dan pemahaman terhadap informasi. Siswa yang dikategorikan lambat belajar umumnya memiliki skor IQ dalam rentang 70–90. Rentang ini menunjukkan bahwa kemampuan kognitif siswa berada di bawah rata-rata, tetapi masih berada dalam batas yang memungkinkan

untuk dikembangkan melalui pembelajaran yang tepat, terstruktur, dan berkelanjutan. Hasil tes IQ tidak boleh dipahami sebagai label tetap, melainkan sebagai salah satu informasi awal untuk menyusun strategi pendampingan yang sesuai.

Selain tes IQ, proses diagnosis juga dapat menggunakan berbagai tes akademik. Tes membaca digunakan untuk mengetahui kemampuan siswa dalam mengenali huruf, membaca kata, memahami kalimat, dan menangkap isi bacaan. Tes matematika membantu melihat kemampuan siswa dalam mengenal angka, melakukan operasi hitung dasar, memahami konsep kuantitas, serta menyelesaikan soal sederhana. Tes bahasa dapat digunakan untuk menilai kemampuan memahami instruksi, menyusun kalimat, menyampaikan gagasan, dan menggunakan kosakata. Melalui tes-tes ini, guru dapat mengetahui area spesifik yang menjadi kesulitan utama siswa.

Kriteria penentuan siswa lambat belajar biasanya mencakup beberapa indikator. Salah satunya adalah pencapaian akademik yang secara konsisten berada di bawah rata-rata kelas. Konsistensi menjadi hal penting karena satu atau dua nilai rendah belum cukup untuk menyimpulkan bahwa siswa mengalami lambat belajar. Indikator lain adalah kecepatan belajar yang lebih lambat dibandingkan teman sebaya. Siswa mungkin membutuhkan waktu lebih lama untuk memahami materi, menyelesaikan tugas, atau mengikuti instruksi yang diberikan guru.

Siswa lambat belajar juga sering mengalami kesulitan dalam memahami konsep akademik baru. Mereka dapat memahami materi

jika diberikan contoh konkret, penjelasan sederhana, dan pengulangan yang cukup. Namun, ketika materi semakin abstrak atau kompleks, mereka cenderung membutuhkan bantuan tambahan. Mereka juga sering memerlukan pengulangan lebih sering untuk menguasai materi. Pengulangan ini bukan berarti siswa tidak mampu belajar, tetapi menunjukkan bahwa proses belajarnya membutuhkan ritme yang lebih pelan dan konsisten.

Indikator lain yang perlu diperhatikan adalah kesulitan menerapkan pengetahuan dalam situasi baru. Misalnya, siswa dapat mengerjakan soal setelah diberi contoh, tetapi bingung ketika bentuk soal sedikit diubah. Hal ini menunjukkan adanya keterbatasan dalam memahami konsep secara mendalam dan mentransfer pengetahuan ke konteks yang berbeda. Guru perlu melihat pola seperti ini secara teliti agar bantuan yang diberikan tidak hanya berupa latihan tambahan, tetapi juga penguatan pemahaman dasar.

Proses penentuan siswa lambat belajar juga harus mempertimbangkan faktor kesehatan, lingkungan, keluarga, dan emosional. Gangguan penglihatan, pendengaran, kurang tidur, gizi kurang, tekanan keluarga, kecemasan, atau pengalaman belajar yang kurang mendukung dapat memengaruhi hasil belajar siswa. Pemeriksaan yang menyeluruh membantu memastikan bahwa proses diagnosis dilakukan secara akurat dan adil (Wafiroh & Harun, 2022). Pendekatan yang hati-hati akan membantu siswa memperoleh layanan pendidikan yang sesuai tanpa mengalami stigma yang dapat merugikan perkembangan dirinya.

3.4.3 Peran Guru dan Orang Tua dalam identifikasi

Guru memiliki peran yang sangat penting dalam proses mengenali siswa lambat belajar. Dalam keseharian di kelas, guru menjadi pihak yang paling sering berinteraksi langsung dengan siswa, melihat cara mereka mengikuti pelajaran, merespons instruksi, menyelesaikan tugas, dan bergaul dengan teman sekelas. Kedekatan ini membuat guru memiliki kesempatan besar untuk mengenali tanda-tanda awal kesulitan belajar. Namun, proses identifikasi perlu dilakukan dengan hati-hati agar siswa tidak langsung diberi label negatif hanya karena nilainya rendah atau lambat menyelesaikan tugas.

Guru dapat mengidentifikasi siswa lambat belajar melalui pengamatan terhadap beberapa aspek. Salah satunya adalah kecepatan siswa dalam menyelesaikan tugas. Siswa lambat belajar biasanya membutuhkan waktu lebih lama untuk memahami instruksi, memulai pekerjaan, atau menyelesaikan latihan. Selain itu, guru dapat memperhatikan kualitas pekerjaan siswa, misalnya apakah jawaban sering tidak lengkap, banyak kesalahan dasar, atau menunjukkan pemahaman yang belum utuh terhadap materi. Partisipasi dalam diskusi kelas juga dapat menjadi petunjuk. Ada siswa yang jarang bertanya bukan karena tidak tertarik, tetapi karena belum memahami materi atau merasa tidak percaya diri untuk menyampaikan pendapat.

Respons siswa terhadap instruksi juga penting diamati. Siswa lambat belajar sering memerlukan penjelasan berulang, contoh yang lebih konkret, atau arahan langkah demi langkah. Mereka mungkin

tampak bingung ketika instruksi terlalu panjang atau disampaikan terlalu cepat. Dalam situasi seperti ini, guru perlu membedakan antara siswa yang tidak memperhatikan dan siswa yang benar-benar membutuhkan bantuan tambahan untuk memahami informasi. Sikap sabar dan peka sangat diperlukan agar proses pengamatan tidak berubah menjadi penilaian yang tergesa-gesa.

Selain observasi, guru dapat menggunakan berbagai instrumen penilaian untuk mengumpulkan data secara lebih sistematis. Instrumen tersebut dapat berupa catatan perkembangan siswa, lembar observasi, hasil tugas harian, tes membaca, tes berhitung, penilaian menulis, atau portofolio belajar. Data dari berbagai sumber akan memberi gambaran yang lebih lengkap mengenai kemampuan siswa. Guru tidak hanya melihat hasil akhir, tetapi juga proses yang dilalui siswa ketika belajar. Dari sana, guru dapat mengetahui bagian mana yang menjadi hambatan utama, apakah pada pemahaman konsep, daya ingat, konsentrasi, bahasa, atau penerapan materi dalam tugas.

Orang tua juga memiliki peran yang tidak kalah penting dalam proses identifikasi. Mereka dapat memberikan informasi tentang perkembangan anak di rumah, kebiasaan belajar, riwayat kesehatan, kemampuan berkomunikasi, serta pengalaman kesulitan belajar sejak usia dini. Orang tua juga dapat menceritakan bagaimana anak menyelesaikan pekerjaan rumah, apakah mudah lelah saat belajar, sering lupa instruksi, atau membutuhkan pendampingan terus-menerus. Informasi ini membantu guru

memahami bahwa perilaku siswa di kelas tidak berdiri sendiri, tetapi berkaitan dengan kondisi anak secara menyeluruh.

Kolaborasi antara guru dan orang tua sangat diperlukan agar identifikasi berlangsung komprehensif dan akurat. Komunikasi yang terbuka memungkinkan kedua pihak saling melengkapi informasi. Guru memahami perilaku siswa dalam konteks sekolah, sedangkan orang tua memahami kebiasaan dan kondisi anak di rumah. Jika keduanya bekerja sendiri-sendiri, gambaran tentang kebutuhan siswa bisa menjadi kurang lengkap.

Kerja sama yang baik juga membantu penyusunan strategi intervensi yang lebih tepat. Guru dapat menyesuaikan cara mengajar di kelas, sementara orang tua dapat memberi dukungan belajar di rumah dengan pola yang sejalan. Dukungan yang konsisten membuat siswa merasa lebih aman, tidak disalahkan, dan lebih percaya diri untuk belajar. Dengan kolaborasi yang efektif, guru dan orang tua dapat memberikan pendampingan yang terarah, manusiawi, dan sesuai dengan kebutuhan siswa lambat belajar (Itqi, 2023).

3.4.4 Dokumentasi dan Rekam Jejak Siswa

Dokumentasi yang sistematis dan rekam jejak siswa atau *student record* yang lengkap merupakan bagian penting dalam proses identifikasi siswa lambat belajar. Proses ini tidak cukup dilakukan hanya melalui pengamatan sesaat atau berdasarkan nilai pada satu periode tertentu. Siswa perlu dipahami melalui data yang terkumpul secara bertahap, mulai dari hasil asesmen, catatan perilaku belajar, riwayat intervensi, hingga informasi dari orang tua.

Dokumentasi yang rapi membantu sekolah melihat perkembangan siswa secara lebih utuh dan menghindari kesimpulan yang terburu-buru.

Dokumentasi tersebut dapat mencakup hasil asesmen akademik, seperti kemampuan membaca, menulis, berhitung, memahami instruksi, dan menyelesaikan tugas. Selain itu, hasil tes kecerdasan atau pemeriksaan psikologis juga dapat dimasukkan apabila dilakukan oleh tenaga profesional yang berwenang. Data ini membantu guru mengetahui kemampuan dasar siswa serta area yang membutuhkan dukungan khusus. Catatan semacam ini sangat berguna karena siswa lambat belajar sering menunjukkan perkembangan yang perlahan, sehingga kemajuan kecil tetap perlu dicatat agar tidak terabaikan.

Catatan observasi guru juga menjadi bagian penting dalam rekam jejak siswa. Guru dapat mencatat bagaimana siswa mengikuti pembelajaran, merespons instruksi, menyelesaikan tugas, bekerja dalam kelompok, dan berinteraksi dengan teman sekelas. Catatan ini sebaiknya dibuat secara objektif, misalnya dengan menuliskan perilaku yang benar-benar terlihat, bukan hanya penilaian umum seperti “malas” atau “tidak memperhatikan”. Misalnya, guru dapat mencatat bahwa siswa membutuhkan tiga kali pengulangan instruksi sebelum mulai mengerjakan tugas, atau siswa mampu menyelesaikan soal jika diberikan contoh konkret terlebih dahulu. Catatan yang spesifik akan lebih membantu dalam merancang strategi pembelajaran.

Dokumentasi juga perlu memuat hasil pertemuan dengan orang tua. Informasi dari orang tua dapat memperkaya pemahaman guru tentang kebiasaan belajar anak di rumah, riwayat perkembangan, kondisi kesehatan, suasana keluarga, serta bentuk dukungan yang sudah diberikan. Komunikasi dengan orang tua sebaiknya tidak hanya dilakukan ketika siswa mengalami masalah, tetapi juga ketika ada perkembangan positif. Hal ini membuat orang tua merasa dilibatkan dan membantu mereka memahami langkah-langkah yang perlu dilakukan di rumah.

Riwayat intervensi yang telah diberikan juga perlu dicatat secara jelas. Misalnya, guru mencatat bentuk bantuan yang sudah dilakukan, seperti pengulangan materi, penggunaan media visual, pendampingan teman sebaya, tugas bertahap, waktu tambahan, atau pembelajaran individual. Selain bentuk intervensi, perlu dicatat pula respons siswa terhadap bantuan tersebut. Apakah siswa menunjukkan kemajuan, tetap mengalami kesulitan, atau membutuhkan strategi lain. Catatan ini membantu guru menilai efektivitas intervensi dan memperbaiki pendekatan yang digunakan.

Rekam jejak siswa yang lengkap juga bermanfaat ketika terjadi pergantian guru, kenaikan kelas, atau perpindahan sekolah. Guru baru dapat memahami kebutuhan siswa tanpa harus memulai proses pengenalan dari awal. Informasi tentang pola belajar, kesulitan utama, strategi yang berhasil, dan dukungan yang masih diperlukan dapat diteruskan dengan lebih efektif. Hal ini penting agar siswa tidak kehilangan kesinambungan layanan hanya karena berganti kelas atau lingkungan belajar.

Selain membantu proses pembelajaran, dokumentasi yang baik juga dapat menunjukkan pola perkembangan jangka panjang siswa. Sekolah dapat melihat apakah siswa mengalami kemajuan yang stabil, stagnan, atau justru memerlukan evaluasi lanjutan. Dari pola tersebut, guru dan pihak sekolah dapat memperkirakan jenis dukungan yang mungkin dibutuhkan pada tahap berikutnya.

Keamanan data dan privasi siswa harus menjadi perhatian utama. Rekam jejak siswa berisi informasi sensitif yang tidak boleh diakses sembarang pihak. Sekolah perlu memastikan bahwa dokumen disimpan dengan aman, digunakan hanya untuk kepentingan pendidikan, dan dibagikan kepada pihak yang berwenang. Dengan dokumentasi yang lengkap, aman, dan sistematis, sekolah dapat memberikan layanan yang lebih tepat, manusiawi, dan responsif bagi siswa lambat belajar.

3.5 Model Bimbingan dan Konseling bagi Siswa Lambat Belajar

3.5.1 Pendekatan Bimbingan Perorangan dan Kelompok

Model bimbingan dan konseling bagi siswa lambat belajar harus dirancang untuk mengatasi berbagai dimensi kesulitan yang mereka hadapi, mulai dari dimensi akademik hingga dimensi emosional dan sosial. Pendekatan bimbingan individu merupakan salah satu model yang sangat efektif untuk siswa lambat belajar, di mana konselor atau guru pembimbing bekerja satu-satu dengan siswa untuk memahami kebutuhan spesifik mereka dan merancang

intervensi yang disesuaikan dengan kebutuhan tersebut. Dalam bimbingan individu, konselor dapat memberikan perhatian penuh kepada siswa, mendengarkan masalah-masalah yang mereka hadapi, dan membantu mereka mengembangkan strategi untuk mengatasi kesulitan akademik dan emosional mereka. Pendekatan bimbingan kelompok juga dapat digunakan, terutama untuk siswa lambat belajar yang mengalami masalah sosial yang serupa atau yang memerlukan dukungan emosional dalam kelompok sebaya. Bimbingan kelompok dapat membantu siswa merasa tidak sendirian dalam menghadapi kesulitan mereka dan dapat memberikan kesempatan bagi mereka untuk belajar dari pengalaman siswa lain yang menghadapi masalah serupa. Kombinasi dari bimbingan individu dan kelompok dapat memberikan manfaat yang optimal, di mana bimbingan individu memberikan dukungan yang terfokus pada kebutuhan spesifik siswa, sementara kelompok bimbingan memberikan kesempatan untuk sosialisasi dan dukungan sebaya (Annisa et al., 2023).

3.5.2 Teknik Konseling dan Intervensi Strategi

Berbagai teknik konseling dan strategi intervensi telah terbukti efektif dalam membantu siswa lambat belajar mengatasi kesulitan mereka. Teknik konseling kognitif-perilaku (*cognitive behavioral counseling*) dapat membantu siswa lambat belajar mengidentifikasi pikiran-pikiran negatif yang mungkin menghambat pembelajaran mereka dan menggantinya dengan pikiran-pikiran yang lebih positif dan produktif. Teknik konseling yang fokus pada solusi (*solution-focused counseling*) dapat membantu siswa

mengidentifikasi kekuatan dan potensi mereka untuk mengatasi kesulitan, serta merancang langkah-langkah konkret untuk mencapai tujuan pembelajaran mereka. Strategi intervensi akademik yang efektif meliputi penggunaan pendekatan pembelajaran yang lebih terstruktur, penggunaan metode pembelajaran yang bervariasi untuk mengakomodasi gaya belajar yang berbeda, penggunaan media pembelajaran yang menarik dan konkret, pemberian kesempatan praktik yang lebih banyak, dan penggunaan sistem penguatan (*reinforcement*) yang positif untuk memotivasi siswa. Strategi lainnya termasuk pemberian tutor akademik (*tutoring*), layanan pembelajaran remedial yang terstruktur, dan penggunaan teknologi pembelajaran yang adaptif untuk membantu siswa belajar dengan kecepatan mereka sendiri. Konseling juga harus mencakup pembangunan motivasi belajar, di mana konselor bekerja dengan siswa untuk mengidentifikasi tujuan pembelajaran yang realistis dan bermakna, serta membantu mereka mengembangkan motivasi intrinsik untuk belajar (Wafiqni et al., 2023).

3.5.3 Kemitraan dengan Orang Tua dan Keluarga

Model bimbingan dan konseling yang efektif bagi siswa lambat belajar harus melibatkan orang tua dan anggota keluarga sebagai mitra yang aktif dalam proses pembelajaran dan pengembangan siswa. Orang tua memiliki peran yang sangat penting dalam memberikan dukungan emosional kepada anak, memotivasi anak untuk belajar, dan membantu anak dengan tugas-tugas akademik di rumah. Kemitraan dengan orang tua dapat meliputi pertemuan rutin antara guru dan orang tua untuk membahas

perkembangan akademik siswa, berbagi informasi tentang strategi pembelajaran yang efektif yang dapat digunakan baik di sekolah maupun di rumah, dan mengidentifikasi faktor-faktor keluarga yang mungkin mempengaruhi pembelajaran siswa. Program pendidikan orang tua (*parent education program*) juga dapat dikembangkan untuk meningkatkan pemahaman orang tua tentang kesulitan belajar anak mereka dan memberikan keterampilan praktis yang dapat digunakan orang tua untuk mendukung pembelajaran anak di rumah. Kemitraan dengan keluarga yang lebih luas juga penting, karena anggota keluarga lainnya seperti kakak-kakak, nenek-nenek, atau paman dapat memberikan dukungan tambahan kepada siswa lambat belajar. Dengan melibatkan orang tua dan keluarga secara aktif dalam proses bimbingan dan konseling, dapat diciptakan sistem dukungan yang komprehensif dan berkelanjutan bagi siswa lambat belajar, baik di sekolah maupun di luar sekolah (Itqi, 2023).

3.5.4 Evaluasi dan Pemantauan Perkembangan Berkelanjutan

Model bimbingan dan konseling yang efektif harus mencakup sistem evaluasi dan pemantauan perkembangan yang berkelanjutan untuk memastikan bahwa intervensi yang diberikan mencapai hasil yang diinginkan. Evaluasi dapat dilakukan melalui berbagai cara, termasuk asesmen akademik secara berkala untuk mengukur peningkatan kemampuan akademik siswa, mengamati guru tentang perubahan perilaku dan sikap siswa terhadap pembelajaran, dan umpan balik dari siswa dan orang tua tentang efektivitas intervensi. Pemantauan perkembangan yang berkelanjutan memungkinkan guru dan konselor untuk melacak

kemajuan siswa dari waktu ke waktu dan untuk melakukan penyesuaian pada intervensi strategi jika diperlukan. Jika siswa tidak menunjukkan kemajuan yang signifikan meskipun telah menerima intervensi, maka perlu dilakukan analisis lebih lanjut untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mungkin menghambat pembelajaran siswa dan untuk merancang strategi intervensi yang berbeda atau lebih intensif. Evaluasi juga harus melibatkan siswa itu sendiri, meminta mereka untuk merefleksikan pembelajaran mereka, mengidentifikasi kesulitan yang masih mereka hadapi, dan berpartisipasi dalam merencanakan langkah-langkah berikutnya untuk meningkatkan pembelajaran mereka. Dengan melakukan evaluasi dan pemantauan yang berkelanjutan, sistem bimbingan dan konseling dapat terus ditingkatkan dan disesuaikan dengan kebutuhan siswa, sehingga semakin efektif dalam membantu siswa lambat belajar mencapai keberhasilan akademik dan pengembangan pribadi mereka (Nisa & Cahyono, 2025).

3.6 Latihan 5 Soal

1. Menanyakan kepada peserta didik untuk menjelaskan perbedaan antara siswa lambat belajar (*slow learner*) dengan siswa yang memiliki kesulitan belajar spesifik (*learning disabilities*) dan siswa yang kurang berprestasi (*underachievement*). Peserta didik diminta untuk memberikan karakteristik yang membedakan kategori ketiga siswa ini dan memberikan contoh konkret tentang

bagaimana kategori ketiga siswa ini menunjukkan kesulitan belajar yang berbeda.

2. Meminta peserta didik untuk menganalisis temuan empiris tentang prevalensi siswa lambat belajar di sekolah dan dampak pandemi COVID-19 terhadap pembelajaran siswa lambat belajar. Peserta didik diminta untuk menjelaskan bagaimana pandemi telah menciptakan tantangan tambahan bagi siswa lambat belajar dan untuk merekomendasikan rekomendasi tentang bagaimana sistem pembelajaran dapat disesuaikan untuk mendukung pembelajaran siswa lambat belajar di era pembelajaran hybrid atau jarak jauh.
3. Menanyakan tentang proses mengidentifikasi siswa lambat belajar dan alat-alat yang dapat digunakan untuk mengidentifikasi siswa-siswa yang termasuk dalam kategori ini. Peserta didik diminta untuk menjelaskan peran guru dan orang tua dalam proses identifikasi, serta untuk menjelaskan bagaimana hasil identifikasi dapat digunakan untuk merancang intervensi pembelajaran yang tepat.
4. Meminta peserta didik untuk menganalisis kebutuhan pembelajaran khusus dan kebutuhan dukungan psikososial bagi siswa lambat belajar. Peserta diminta untuk merancang model pembelajaran yang komprehensif yang dapat memenuhi berbagai kebutuhan ini, dengan mempertimbangkan karakteristik kognitif, akademik, sosial, dan emosional siswa lambat belajar.

5. Menanyakan tentang model bimbingan dan konseling yang efektif bagi siswa lambat belajar dan strategi-strategi yang dapat digunakan untuk meningkatkan motivasi belajar dan kepercayaan diri siswa. Peserta diminta untuk merancang program bimbingan dan konseling yang holistik yang melibatkan kerjasama antara guru, konselor, orang tua, dan anggota keluarga lainnya, serta untuk menyusun sistem evaluasi yang dapat digunakan untuk memadukan efektivitas program tersebut.

Bab 4: Pecandu Narkoba

4.1 Pengertian Narkoba

4.1.1 Definisi dan Klasifikasi Narkoba

Narkoba merupakan singkatan dari narkotika dan obat-obatan berbahaya. Istilah yang lebih lengkap dalam konteks kesehatan masyarakat adalah NAPZA, yang merupakan singkatan dari Narkotika, Psikotropika, dan Zat Adiktif lainnya. Secara umum, narkoba didefinisikan sebagai zat atau bahan yang berasal dari tanaman maupun bukan tanaman, baik yang bersifat sintetis maupun semi sintetis, yang apabila dikonsumsi atau dimasukkan ke dalam tubuh manusia baik melalui cara oral (diminum), dihirup, maupun disuntikkan akan menyebabkan perubahan pada kondisi fisik dan mental serta dapat menyebabkan ketidaksadaran, pembusian, atau bahkan halusinasi (Idris & Rahmadani, 2024).

Klasifikasi narkoba dibagi beberapa menjadi kategori berdasarkan efeknya terhadap sistem saraf manusia pusat. Pertama adalah narkoba golongan depresif yang memperlambat aktivitas otak dan sistem saraf pusat, sehingga menimbulkan efek menenangkan, seperti heroin, morfin, dan alkohol. Kedua adalah narkoba golongan stimulan yang merangsang atau mempercepat aktivitas otak dan sistem saraf, mengakibatkan peningkatan kesadaran dan energi, seperti kokain, amfetamin, dan kafein. Ketiga adalah narkoba golongan halusinogen yang menyebabkan gangguan pada persepsi

visual dan pendengaran, menimbulkan halusinasi, seperti LSD, muskelin, dan ganja dalam dosis tertentu. Keempatnya adalah narkoba golongan volatil yang berupa zat yang mudah menguap dan dihirup, seperti lem, bensin, dan berbagai pelarut organik lainnya.

4.1.2 Mekanisme Kerja dan Efek Narkoba

Narkoba bekerja dengan cara mempengaruhi dan mengubah fungsi neurotransmitter dalam otak. Neurotransmitter adalah zat kimia yang bertanggung jawab untuk mengirimkan sinyal antar sel saraf. Ketika narkoba masuk ke dalam tubuh, zat tersebut akan berinteraksi dengan reseptor-reseptor pada sel saraf dan mengubah keseimbangan neurotransmitter alami di otak. Perubahan ini dapat menyebabkan berbagai efek mulai dari perubahan mood, gangguan persepsi, hingga gangguan fungsi kognitif dan motorik.

Efek narkoba terhadap tubuh manusia sangat beragam tergantung pada jenis narkoba yang digunakan. Efek jangka pendeknya dapat mencakup perubahan denyut jantung, tekanan darah, pupil mata yang melebar, mulut kering, dan perubahan perilaku. Sedangkan efek jangka panjangnya mencakup kerusakan organ seperti jantung, paru-paru, hati, dan otak. Penyalahgunaan narkoba juga dapat mengakibatkan masalah sosial seperti kehilangan pekerjaan, putusnya hubungan keluarga, dan masalah hukum.

4.1.3 Faktor Risiko Penyalahgunaan Narkoba

Terdapat banyak faktor yang dapat meningkatkan risiko seseorang untuk menyalahgunakan narkoba. Faktor-faktor tersebut dapat digolongkan menjadi faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi kepribadian, tingkat kecerdasan, stabilitas

emosional, pengendalian diri, serta kondisi kesehatan mental. Individu dengan kepribadian yang impulsif, lemah dalam kontrol diri, atau memiliki riwayat gangguan mental seperti depresi dan kecemasan cenderung memiliki risiko lebih tinggi untuk menyalahgunakan narkoba.

Faktor eksternal meliputi lingkungan keluarga, lingkungan sosial, teman sebaya, dan lingkungan masyarakat. Keluarga yang tidak harmonis, kurangnya perhatian orang tua, dan keluarga dengan sejarah yang dilindungi narkoba merupakan faktor risiko yang signifikan. Lingkungan sosial yang permisif terhadap penggunaan narkoba, pengaruh teman sebaya yang menggunakan narkoba, dan akses yang mudah terhadap narkoba juga meningkatkan risiko propaganda (Meliyana et al., 2024).

4.1.4 Ciri-Ciri dan Tanda Pecandu Narkoba

Seseorang yang menjadi pecandu narkoba biasanya menunjukkan berbagai ciri-ciri atau tanda-tanda baik yang bersifat fisik maupun perilaku. Tanda-tanda fisik meliputi penurunan berat badan yang signifikan, kulit yang kusam, wajah yang terlihat lelah, mata yang merah atau cekung, serta gigi yang rusak. Penampilan fisik umumnya mengalami penurunan yang cukup drastis dibandingkan dengan kondisi sebelumnya.

Tanda-tanda perilaku meliputi perubahan sifat yang signifikan, prestasi di sekolah atau tempat kerja yang menurun drastis, sering membolos atau tidak masuk kerja tanpa alasan yang jelas, tidak menyelesaikan tugas-tugasnya, perubahan pola tidur menjadi tidak teratur, sering begadang di malam hari, kesulitan

untuk bangun di pagi hari, serta berkurangnya selera makan. Selain itu, pecandu narkoba juga sering menunjukkan tanda-tanda seperti perubahan lingkaran pertemanan, perilaku agresif atau mudah marah, sering berdusta, dan menunjukkan sikap apatis terhadap lingkungan sekitar.

4.2 Bimbingan dan Konseling pada Pecandu Narkoba

4.2.1 Pengertian dan Tujuan Konseling NAPZA

Konseling NAPZA merupakan proses bantuan profesional yang diberikan kepada pengguna atau penyalahguna narkotika, psikotropika, dan zat adiktif lainnya agar mampu keluar dari ketergantungan serta membangun kembali kehidupan yang lebih sehat. Dalam konteks rehabilitasi, konseling menjadi bagian penting yang mendampingi proses pemulihan, baik secara medis, psikologis, sosial, maupun spiritual. Pengguna NAPZA tidak hanya berhadapan dengan dampak fisik akibat zat yang digunakan, tetapi juga sering mengalami tekanan emosional, konflik keluarga, stigma sosial, kesulitan mengambil keputusan, dan hilangnya arah hidup. Karena itu, konseling hadir sebagai ruang yang aman untuk membantu klien memahami masalahnya secara lebih jernih dan menemukan langkah pemulihan yang sesuai.

Konseling pada dasarnya merupakan interaksi antara konselor atau pembimbing dengan individu yang memiliki suatu masalah dengan tujuan membantu klien menghadapi dan mengatasi

masalah yang sedang dihadapinya (Ursula, 2024). Dalam layanan NAPZA, hubungan antara konselor dan klien menjadi sangat penting karena proses pemulihan tidak dapat berjalan hanya dengan nasihat singkat atau tekanan dari luar. Klien perlu merasa diterima, tidak dihakimi, dan dipercaya bahwa dirinya masih memiliki kesempatan untuk berubah. Sikap empatik dari konselor dapat membantu klien lebih terbuka dalam menceritakan pengalaman penggunaan zat, alasan mulai memakai, situasi yang memicu penggunaan, serta hambatan yang membuatnya sulit berhenti.

Konseling NAPZA dapat dilakukan dalam bentuk konseling individu, konseling kelompok, maupun konseling keluarga. Konseling individu memberi ruang bagi klien untuk membahas masalah pribadi secara lebih mendalam. Konseling kelompok membantu klien menyadari bahwa ia tidak sendirian dalam proses pemulihan, sekaligus belajar dari pengalaman orang lain. Sementara itu, konseling keluarga penting karena keluarga sering menjadi lingkungan terdekat yang dapat memberi dukungan atau justru menjadi sumber tekanan apabila komunikasi tidak berjalan baik. Melalui konseling keluarga, anggota keluarga dapat memahami kondisi klien, belajar memberi dukungan yang tepat, dan membangun pola hubungan yang lebih sehat.

Tujuan utama konseling pada pecandu narkoba adalah membantu klien mencapai pemulihan dan keluar dari ketergantungan. Pemulihan bukan hanya berarti berhenti menggunakan NAPZA, tetapi juga mencakup perubahan cara berpikir, pola perilaku, hubungan sosial, dan kemampuan menjalani

kehidupan sehari-hari tanpa bergantung pada zat. Pada tahap awal, konseling dapat membantu klien menyadari dampak buruk penggunaan NAPZA terhadap tubuh, pikiran, keluarga, pendidikan, pekerjaan, dan masa depan. Kesadaran ini menjadi dasar penting agar klien tidak hanya berhenti karena dipaksa, tetapi benar-benar memahami alasan mengapa perubahan perlu dilakukan.

Salah satu tujuan konseling NAPZA adalah mengurangi penggunaan zat secara bertahap hingga berhenti total sesuai kondisi dan rencana rehabilitasi yang dijalani. Pada beberapa klien, proses ini membutuhkan waktu karena ketergantungan telah memengaruhi tubuh dan kondisi psikologisnya. Konselor membantu klien mengenali pemicu penggunaan, seperti stres, lingkungan pergaulan, konflik keluarga, rasa kesepian, atau tekanan emosional. Setelah pemicu dikenali, klien dibimbing untuk memilih cara yang lebih sehat dalam menghadapi situasi tersebut.

Konseling juga bertujuan mencegah kekambuhan. Kekambuhan dapat terjadi ketika klien kembali berada dalam situasi berisiko tanpa memiliki strategi pengendalian diri yang cukup. Karena itu, konseling membantu klien menyusun rencana pencegahan, membangun keterampilan menolak ajakan, mengelola emosi, menghindari lingkungan berisiko, dan mencari bantuan ketika dorongan untuk menggunakan zat kembali muncul.

Selain itu, konseling NAPZA bertujuan mengembangkan keterampilan hidup yang positif dan adaptif. Klien dibantu untuk membangun disiplin, tanggung jawab, komunikasi yang sehat, kemampuan memecahkan masalah, serta harapan terhadap masa

depan. Proses ini penting agar klien tidak hanya lepas dari ketergantungan, tetapi juga mampu menjalani kehidupan yang lebih bermakna, produktif, dan diterima kembali dalam keluarga maupun masyarakat.

4.2.2 Jenis-Jenis Pendekatan Konseling

Terdapat berbagai pendekatan konseling yang dapat digunakan dalam menangani kasus penyalahgunaan NAPZA. Setiap pendekatan memiliki tujuan, teknik, dan penekanan yang berbeda sesuai dengan kondisi klien, tahap pemulihan, serta masalah yang sedang dihadapi. Dalam praktiknya, konselor tidak selalu menggunakan satu pendekatan secara kaku. Konselor dapat menggabungkan beberapa pendekatan agar proses bantuan menjadi lebih sesuai dengan kebutuhan klien. Hal ini penting karena penyalahgunaan NAPZA tidak hanya berkaitan dengan zat yang digunakan, tetapi juga dengan emosi, perilaku, lingkungan sosial, relasi keluarga, nilai hidup, dan kemampuan klien untuk membangun kehidupan baru.

Pendekatan pertama adalah *supportive counseling* atau konseling suportif. Pendekatan ini berfokus pada pemberian dukungan emosional, penguatan, dan motivasi kepada klien agar tetap bertahan dalam proses pemulihan. Banyak klien penyalahguna NAPZA datang dengan perasaan bersalah, malu, takut, atau tidak percaya diri. Dalam kondisi seperti ini, konselor perlu membangun suasana yang aman dan tidak menghakimi. Konselor membantu klien merasa bahwa dirinya masih memiliki harapan dan kemampuan untuk berubah. Dukungan emosional yang konsisten

dapat membuat klien lebih terbuka, lebih tenang, dan lebih siap menjalani tahapan pemulihan.

Pendekatan kedua adalah konseling konfrontasional. Pendekatan ini digunakan untuk membantu klien melihat pola pikir, alasan, atau perilaku yang tidak sehat secara lebih jujur. Konfrontasi dalam konseling bukan berarti memarahi, merendahkan, atau mempermalukan klien. Konfrontasi yang sehat dilakukan dengan empati dan tujuan yang jelas, yaitu membantu klien menyadari ketidaksesuaian antara perkataan, tindakan, dan tujuan hidupnya. Misalnya, klien mengatakan ingin pulih, tetapi masih sering bergaul dengan lingkungan yang mendorong penggunaan zat. Konselor dapat membantu klien melihat risiko tersebut dan mengajak klien menyusun langkah perubahan yang lebih nyata.

Pendekatan ketiga adalah konseling edukatif. Dalam pendekatan ini, konselor memberikan pemahaman kepada klien mengenai sifat NAPZA, dampaknya terhadap tubuh dan pikiran, risiko ketergantungan, bahaya kekambuhan, serta pentingnya mengikuti program pemulihan secara konsisten. Edukasi yang diberikan harus disampaikan dengan bahasa yang mudah dipahami dan tidak menakut-nakuti secara berlebihan. Tujuannya agar klien memiliki pengetahuan yang cukup untuk mengambil keputusan yang lebih sehat. Pengetahuan yang baik dapat membantu klien memahami bahwa pemulihan bukan hanya keinginan sesaat, tetapi proses yang membutuhkan kesadaran, disiplin, dan dukungan.

Pendekatan keempat adalah konseling spiritual. Pendekatan ini menekankan pentingnya nilai-nilai spiritual dan keagamaan

dalam proses pemulihan. Bagi sebagian klien, keyakinan spiritual dapat menjadi sumber kekuatan, harapan, dan ketenangan batin. Konseling spiritual membantu klien menemukan kembali makna hidup, memperbaiki hubungan dengan diri sendiri, keluarga, lingkungan, dan Tuhan sesuai keyakinan masing-masing. Pendekatan ini perlu dilakukan dengan penuh penghormatan terhadap latar belakang agama dan kepercayaan klien.

Pendekatan kelima adalah *group counseling* atau konseling kelompok. Dalam konseling kelompok, klien berinteraksi dengan orang lain yang memiliki pengalaman serupa. Mereka dapat berbagi cerita, mendengarkan pengalaman pemulihan orang lain, saling memberi dukungan, dan belajar bahwa mereka tidak sendirian. Suasana kelompok dapat menumbuhkan rasa diterima dan mengurangi perasaan terasing. Konseling kelompok juga membantu klien belajar berkomunikasi, menerima masukan, serta membangun tanggung jawab sosial.

Pendekatan keenam adalah konseling pencegahan. Pendekatan ini berfokus pada upaya mencegah individu agar tidak terlibat dalam penyalahgunaan NAPZA atau tidak kembali menggunakan zat setelah menjalani pemulihan (Masing, 2020). Konseling pencegahan dapat dilakukan melalui edukasi, penguatan keterampilan menolak ajakan, pengelolaan stres, pemilihan lingkungan pergaulan yang sehat, dan pengembangan aktivitas positif. Pendekatan ini penting karena pemulihan tidak hanya berhenti pada keputusan untuk tidak menggunakan NAPZA, tetapi juga membutuhkan kemampuan menjaga diri dalam situasi berisiko.

4.2.3 Peran Konselor dalam Proses Rehabilitasi

Konselor memiliki peran yang sangat penting dalam proses rehabilitasi pecandu narkoba. Dalam proses ini, konselor tidak hanya berperan sebagai pendengar, tetapi juga sebagai pendamping yang membantu klien memahami kondisi dirinya, mengenali masalah yang sedang dihadapi, serta menyusun langkah pemulihan yang realistis. Rehabilitasi bukan proses yang sederhana karena klien sering datang dengan berbagai persoalan yang saling berkaitan, seperti ketergantungan zat, konflik keluarga, tekanan sosial, rasa bersalah, kecemasan, bahkan kehilangan kepercayaan terhadap diri sendiri. Oleh karena itu, kehadiran konselor menjadi bagian penting untuk membantu klien menjalani proses pemulihan secara lebih terarah.

Konselor perlu memiliki kompetensi, keahlian, dan pengetahuan yang memadai tentang adiksi narkoba. Pemahaman ini mencakup jenis-jenis NAPZA, dampak penggunaannya terhadap fisik dan psikologis, pola ketergantungan, gejala putus zat, faktor pemicu kekambuhan, serta tahapan pemulihan. Pengetahuan tersebut membantu konselor memahami bahwa perilaku klien tidak dapat dilihat hanya sebagai persoalan moral atau kurangnya kemauan, tetapi juga berkaitan dengan kondisi biologis, psikologis, dan sosial. Dengan pemahaman yang tepat, konselor dapat memberikan bantuan yang lebih manusiawi dan tidak menghakimi.

Salah satu peran awal konselor adalah menggali informasi tentang riwayat penggunaan narkoba klien. Informasi ini meliputi jenis zat yang digunakan, lama penggunaan, frekuensi penggunaan,

situasi yang memicu penggunaan, riwayat kekambuhan, serta dampaknya terhadap kehidupan klien. Konselor juga perlu mengidentifikasi masalah utama yang dihadapi klien, baik yang berkaitan langsung dengan penggunaan zat maupun persoalan lain yang menyertainya. Proses penggalian informasi dilakukan secara hati-hati agar klien merasa aman untuk terbuka.

Setelah memahami kondisi klien, konselor membantu klien mengembangkan kesadaran terhadap masalah yang dihadapi. Banyak klien belum sepenuhnya menyadari dampak penggunaan narkoba terhadap diri, keluarga, pendidikan, pekerjaan, dan masa depan. Konselor membantu klien melihat hubungan antara perilaku penggunaan zat dengan konsekuensi yang muncul dalam kehidupannya. Kesadaran ini menjadi dasar penting agar klien tidak hanya menjalani rehabilitasi karena tekanan dari luar, tetapi juga mulai membangun keinginan untuk pulih dari dalam dirinya sendiri.

Konselor juga berperan membantu klien menyusun strategi pemulihan. Strategi tersebut dapat mencakup pengelolaan dorongan untuk kembali menggunakan zat, penghindaran lingkungan berisiko, penguatan keterampilan menolak ajakan, pengelolaan stres, serta pembentukan rutinitas hidup yang lebih sehat. Dalam proses ini, konselor perlu membantu klien menetapkan tujuan yang bertahap dan realistis. Perubahan kecil tetap perlu dihargai karena pemulihan merupakan proses yang membutuhkan waktu, kesabaran, dan konsistensi.

Hubungan terapeutik menjadi dasar penting dalam konseling rehabilitasi. Konselor perlu menunjukkan empati, kehangatan,

keterbukaan, dan penerimaan tanpa menghakimi. Klien yang merasa diterima biasanya lebih mudah berbicara jujur tentang pengalaman, ketakutan, dan kegagalannya. Konselor perlu mendengarkan secara aktif, memberi umpan balik yang membangun, serta membantu klien melihat kekuatan yang masih dimiliki. Sikap ini dapat menjaga motivasi klien agar tetap bertahan dalam proses pemulihan.

Selain mendampingi klien secara langsung, konselor juga perlu berkolaborasi dengan berbagai pihak. Keluarga dapat dilibatkan agar mampu memberi dukungan yang tepat di rumah. Tenaga medis diperlukan ketika klien membutuhkan penanganan fisik, terapi obat, atau pemeriksaan kesehatan. Lembaga rehabilitasi, pekerja sosial, dan pihak terkait lainnya juga dapat membantu menciptakan lingkungan pemulihan yang lebih kuat. Melalui kerja sama tersebut, proses rehabilitasi dapat berjalan lebih menyeluruh dan sesuai dengan kebutuhan klien.

4.2.4 Efektivitas dan Tantangan Konseling pada Pecandu Narkoba

Konseling merupakan salah satu pendekatan yang efektif dalam membantu pemulihan pecandu narkoba. Melalui konseling, klien memperoleh ruang untuk memahami dirinya, mengenali penyebab penggunaan zat, serta menyusun langkah perubahan yang lebih sehat. Proses pemulihan dari ketergantungan narkoba tidak hanya menyangkut penghentian penggunaan zat, tetapi juga perubahan pola pikir, perilaku, hubungan sosial, dan cara klien menghadapi tekanan hidup. Karena itu, konseling menjadi bagian penting dalam rehabilitasi karena membantu klien membangun

kesadaran dan kemampuan untuk menjalani kehidupan tanpa ketergantungan.

Efektivitas konseling dapat terlihat dari meningkatnya kesadaran diri klien. Banyak klien awalnya belum memahami secara penuh dampak penggunaan narkoba terhadap tubuh, emosi, keluarga, pekerjaan, pendidikan, dan masa depan mereka. Melalui sesi konseling yang terarah, klien dibantu untuk melihat hubungan antara perilaku penggunaan zat dan berbagai masalah yang muncul dalam kehidupannya. Kesadaran ini menjadi titik awal yang penting karena perubahan sulit terjadi jika klien belum merasa perlu untuk berubah.

Konseling juga membantu meningkatkan motivasi klien untuk pulih. Dalam proses rehabilitasi, motivasi sering naik turun. Ada saat ketika klien merasa kuat dan yakin dapat berhenti, tetapi ada pula saat ketika dorongan untuk kembali menggunakan zat terasa sangat kuat. Konselor berperan membantu klien menjaga komitmen, mengingat kembali tujuan pemulihan, dan melihat kemajuan kecil yang sudah dicapai. Dukungan seperti ini penting agar klien tidak mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan.

Selain itu, konseling membantu klien mengembangkan kemampuan mengatasi masalah. Banyak pecandu narkoba menggunakan zat sebagai cara untuk melarikan diri dari tekanan, konflik, rasa sakit emosional, atau lingkungan yang tidak mendukung. Melalui konseling, klien belajar mengenali pemicu, mengelola stres, mengambil keputusan, menolak ajakan, dan membangun kebiasaan baru yang lebih sehat. Keterampilan ini

sangat penting untuk mengurangi risiko kekambuhan setelah klien menjalani rehabilitasi medis.

Meskipun efektif, pelaksanaan konseling pada pecandu narkoba memiliki berbagai tantangan. Salah satu tantangan utama adalah ketidakpatuhan klien dalam mengikuti sesi konseling secara konsisten. Sebagian klien merasa proses pemulihan terlalu berat, terlalu lama, atau tidak langsung memberikan hasil yang terlihat. Ada juga klien yang datang karena tekanan keluarga atau kewajiban program, bukan karena kesadaran pribadi. Kondisi ini dapat membuat kehadiran dalam sesi konseling tidak teratur dan keterlibatan klien menjadi kurang optimal.

Tantangan lain adalah kurangnya pemahaman klien tentang pentingnya konseling. Sebagian klien menganggap pemulihan cukup dilakukan dengan berhenti menggunakan zat atau menjalani pengobatan medis. Padahal, ketergantungan juga berkaitan dengan kebiasaan, emosi, lingkungan, dan pola pikir. Tanpa pendampingan psikososial, klien dapat kembali pada pola lama ketika menghadapi tekanan atau berada dalam lingkungan berisiko. Edukasi tentang manfaat konseling perlu diberikan sejak awal agar klien memahami bahwa konseling bukan sekadar percakapan, tetapi bagian dari proses pemulihan yang terarah.

Keterbatasan jumlah konselor yang terlatih dan bersertifikat juga menjadi hambatan. Konseling NAPZA membutuhkan keterampilan khusus karena konselor harus memahami adiksi, dinamika kekambuhan, teknik komunikasi, kondisi psikologis klien, serta kerja sama dengan tenaga medis dan keluarga. Jika layanan

tidak ditangani oleh tenaga yang kompeten, proses konseling dapat kurang efektif atau bahkan membuat klien merasa tidak dipahami.

Faktor sosial dan ekonomi juga memengaruhi akses klien terhadap layanan konseling. Biaya transportasi, jarak tempat layanan, stigma masyarakat, kurangnya dukungan keluarga, dan tekanan pekerjaan dapat membuat klien sulit mengikuti konseling secara teratur. Karena itu, layanan konseling perlu dikembangkan secara lebih mudah diakses, ramah, dan tidak menghakimi. Pendekatan yang manusiawi akan membantu klien merasa lebih aman untuk bertahan dalam proses pemulihan.

4.3 Faktor-Faktor Penyebab Keterlibatan pada Narkoba

4.3.1 Faktor Internal

Faktor internal merupakan faktor-faktor yang berasal dari dalam diri individu itu sendiri yang dapat mendorong seseorang untuk menyebarkan penggunaan narkoba. Faktor pertama adalah kepribadian individu, di mana orang-orang dengan kepribadian impulsif, mudah terpengaruh, atau memiliki kontrol diri yang lemah cenderung lebih rentan terhadap penipuan. Faktor kedua adalah kondisi psikologis seperti depresi, kecemasan, atau stres yang tidak ditangani dengan baik. Individu yang mengalami gangguan psikologis ini sering mencari cara untuk melarikan diri dari masalahnya, dan narkoba dipandang sebagai salah satu cara untuk mengatasi tekanan emosional mereka.

Faktor ketiga adalah rasa penasaran yang tinggi, terutama pada kalangan remaja yang masih dalam masa eksplorasi diri. Banyak remaja yang mencoba narkoba semata-mata karena ingin tahu bagaimana rasanya tanpa mempertimbangkan dampak jangka panjangnya. Faktor keempat adalah lemahnya sifat religius atau spiritual pada individu, di mana individu yang memiliki keyakinan agama yang kuat cenderung memiliki landasan moral yang lebih baik untuk menolak ajakan menyalahgunakan narkoba.

4.3.2 Faktor Eksternal: Lingkungan Keluarga

Lingkungan keluarga merupakan salah satu faktor eksternal yang paling signifikan dalam mempengaruhi perilaku terkait narkoba pada individu. Keluarga yang tidak harmonis, di mana terjadi tabrakan atau kekerasan antar anggota keluarga, menciptakan lingkungan yang penuh stres bagi anak. Anak-anak dari keluarga yang tidak harmonis cenderung mencari cara untuk melarikan diri dari masalah keluarga mereka, dan penggunaan narkoba menjadi salah satu pilihan.

Kurangnya perhatian dan kasih sayang dari orang tua juga merupakan faktor risiko yang tinggi. Orang tua yang sibuk dengan pekerjaan mereka sendiri atau terlalu permisif terhadap perilaku anak dapat menyebabkan anak merasa terabaikan. Perasaan terabaikan ini mendorong anak untuk mencari kepuasan dan perhatian di tempat lain, termasuk melalui penggunaan narkoba. Selain itu, keluarga dengan riwayat berkontribusi terhadap narkoba juga meningkatkan risiko anak untuk melakukan hal yang sama,

karena anak melihat penggunaan narkoba sebagai sesuatu yang normal dalam keluarganya.

4.3.3 Faktor Eksternal: Pengaruh Teman Sebaya dan Lingkungan Sosial

Pengaruh teman sebaya merupakan salah satu faktor paling kuat yang mendorong remaja untuk menyalahgunakan narkoba. Remaja yang berada dalam lingkaran pertemanan di mana penggunaan narkoba adalah hal yang biasa atau dipandang sebagai simbol status atau keberanian, akan merasakan tekanan untuk ikut melakukan hal yang sama agar dapat diterima oleh kelompoknya. Fase remaja yang merupakan masa di mana individu sangat mencari identitas diri dan ingin diterima oleh kelompok sebaya membuatnya sangat rentan terhadap tekanan dari teman.

Lingkungan sosial yang tidak sehat, seperti lingkungan di mana peredaran narkoba mudah diakses dan tidak ada penegakan hukum yang ketat, juga meningkatkan risiko propaganda narkoba. Kemudahan akses terhadap narkoba, ketersediaan penjual narkoba yang dengan mudah dapat dihubungi, serta rendahnya risiko tertangkap membuat penggunaan narkoba menjadi lebih mudah untuk dilakukan. Komunitas dan lingkungan sosial yang menerima atau toleran terhadap penggunaan narkoba juga memainkan peran penting dalam mendorong propaganda narkoba (Msyrh et al., 2024).

4.3.4 Faktor Eksternal: Kondisi Ekonomi dan Pendidikan

Kondisi ekonomi yang sulit merupakan salah satu faktor yang dapat mendorong seseorang untuk menyalahgunakan narkoba. Individu dari latar belakang ekonomi yang rendah sering kali

mencari cara untuk mendapatkan uang dengan cepat, dan perdagangan narkoba menjadi salah satu cara yang mudah untuk mendapatkan penghasilan. Selain itu, kondisi ekonomi yang sulit juga dapat menciptakan stres dan depresi yang mendorong individu untuk menggunakan narkoba sebagai cara untuk mengatasi tekanan hidup mereka.

Tingkat pendidikan juga memainkan peran penting dalam hal ini. Individu dengan tingkat pendidikan yang rendah cenderung memiliki pengetahuan yang terbatas tentang dampak negatif narkoba, sehingga mudah terpengaruh untuk mencoba narkoba. Selain itu, sekolah atau institusi pendidikan yang tidak memiliki program pendidikan anti-narkoba yang efektif juga kurang mampu mempersiapkan siswa untuk menolak ajakan penggunaan narkoba. Kurangnya informasi yang akurat tentang bahaya narkoba membuat remaja rentan terhadap mitos atau informasi yang salah tentang narkoba.

4.4 Model Bimbingan dan Konseling Pecandu Narkoba

4.4.1 Model Komunitas Terapi

Therapeutic Community merupakan salah satu model yang paling banyak digunakan dalam rehabilitasi pecandu narkoba di berbagai lembaga rehabilitasi. Model ini didasarkan pada konsep bahwa pemulihan terbaik terjadi dalam komunitas yang mendukung di mana setiap individu dapat saling membantu dan belajar dari

pengalaman satu sama lain. Dalam model ini, terapi komunitas berfungsi sebagai "terapis utama" di mana setiap anggota komunitas, baik yang sudah pulih maupun yang masih dalam proses pemulihan, memiliki tanggung jawab untuk saling mendukung dan membimbing.

Struktur dalam *Therapeutic Community* biasanya meliputi berbagai tingkatan atau fase pemulihan, mulai dari fase awal yang fokus pada pemberian motivasi dan pemahaman tentang masalahnya, hingga fase lanjutan yang fokus pada reintegrasi sosial dan persiapan kembali ke masyarakat. Setiap fase memiliki tujuan spesifik dan aktivitas yang dirancang untuk mendukung proses pemulihan. Dalam model ini, klien diberikan tanggung jawab dan otonomi yang semakin meningkat seiring dengan perkembangan mereka dalam proses pemulihan.

4.4.2 Model Terapi Perilaku Kognitif (CBT)

Cognitive Behavior Therapy atau CBT merupakan pendekatan konseling yang fokus pada perubahan pola pikir dan perilaku negatif yang berkontribusi terhadap doktrin narkoba. Model ini didasarkan pada prinsip bahwa pikiran, perasaan, dan perilaku saling terhubung, dan dengan mengubah pola pikir yang negatif menjadi positif, individu dapat mengubah perilaku mereka dan mengatasi masalahnya.

Dalam CBT, konselor membantu klien untuk mengidentifikasi pikiran-pikiran yang tidak produktif atau irasional yang mendorong mereka untuk menggunakan narkoba. Misalnya, pikiran seperti "saya tidak bisa mengatasi tekanan ini tanpa narkoba"

atau "saya tidak pantas untuk hidup yang baik" sering kali mendorong individu untuk menggunakan narkoba. Konselor kemudian membantu klien untuk menantang pikiran-pikiran tersebut dengan bukti-bukti logistik dan menggantinya dengan pikiran-pikiran yang lebih sehat dan adaptif. Selain itu, CBT juga fokus pada pengembangan keterampilan koping yang sehat untuk mengatasi stres dan emosi negatif tanpa menggunakan narkoba.

4.4.3 Model Integrasi Terapi Inabah dan REBT

Model integrasi antara *Rational Emotive Behavioral Therapy (REBT)* dengan terapi Inabah merupakan pendekatan yang menggabungkan aspek psikologis dengan aspek spiritual dan keagamaan. Terapi Inabah tekanan pada praktik ibadah dan pembenahan aqidah serta akhlak dalam proses pemulihan, sementara REBT fokus pada pembenahan pola pikir yang salah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa integrasi antara REBT dan terapi Inabah sangat berperan dalam pemulihan pecandu narkoba. Konseli yang mengikuti program rehabilitasi dengan model ini merasakan adanya perubahan pola pikir mengenai narkoba yang selama ini keliru, serta mengalami pelatihan keagamaan melalui terapi Inabah yang tekanan pada praktik ibadah keseharian. Dengan kombinasi kedua pendekatan ini, klien tidak hanya mengalami perubahan kognitif dan perilaku, tetapi juga mengalami peningkatan spiritual yang membantu mereka dalam mempertahankan komitmen untuk tetap berpantang narkoba (Veronica, 2025).

4.4.4 Model Pendekatan Spiritual dan Keagamaan

Model pendekatan spiritual dan keagamaan merupakan pendekatan yang menekankan pentingnya penguatan nilai-nilai spiritual dan keagamaan dalam proses pemulihan dari kecanduan narkoba. Model ini didasarkan pada pemahaman bahwa kecanduan narkoba tidak hanya merupakan masalah fisik dan psikologis, tetapi juga masalah spiritual yang memerlukan pendekatan holistik.

Dalam pendekatan ini, klien diberikan bimbingan agama Islam melalui berbagai kegiatan seperti membaca Al-Quran, sholat berjamaah, dzikir, dan pembelajaran tentang ajaran agama Islam. Melalui kegiatan-kegiatan ini, klien diharapkan dapat mengalami penguatan iman dan ketakwaan yang menjadi landasan untuk mempertahankan diri dari penggunaan narkoba. Penelitian menunjukkan bahwa bimbingan agama Islam yang dilaksanakan secara konsisten pada pecandu narkoba memberikan banyak manfaat dan perubahan, terutama dalam ibadah sholat dan perbaikan akhlak serta sikap klien terhadap kehidupan.

4.5 Latihan 5 Soal

1. Jelaskan pengertian narkoba dan menyebutkan empat golongan narkoba berdasarkan efeknya terhadap sistem saraf pusat.
2. Analisis perbedaan antara faktor internal dan faktor eksternal yang menyebabkan seseorang menyalahgunakan narkoba. Berikan masing-masing tiga contoh dari setiap faktor.

3. Bandingkan tiga model bimbingan dan konseling pada pecandu narkoba yang disebutkan dalam bab ini dan jelaskan keunggulan serta kelemahan masing-masing model.
4. Jelaskan peran konselor dalam proses rehabilitasi pecandu narkoba dan sebutkan sikap atau kompetensi apa yang harus dimiliki oleh seorang konselor yang efektif.
5. Diskusikan mengapa pendekatan spiritual dan keagamaan dianggap penting dalam proses pemulihan pecandu narkoba, serta bagaimana pendekatan ini dapat diintegrasikan dengan pendekatan-pendekatan lain dalam proses rehabilitasi.

Bab 5: Penderita HIV/AIDS

5.1 Pengertian HIV/AIDS

5.1.1 Definisi HIV dan AIDS

Human Immunodeficiency Virus (HIV) adalah virus yang menyerang dan merusak sistem kekebalan tubuh manusia dengan cara menginfeksi dan menghancurkan sel darah putih yang disebut CD4. Virus ini termasuk dalam keluarga retrovirus yang mempunyai kemampuan untuk mengintegrasikan dirinya ke dalam genom sel inang. Ketika jumlah sel CD4 menurun secara signifikan, tubuh kehilangan kemampuannya untuk melawan berbagai infeksi dan penyakit oportunistik. *Acquired Immunodeficiency Syndrome* (AIDS) adalah kumpulan gejala penyakit yang muncul akibat kerusakan sistem imun yang disebabkan oleh infeksi HIV yang berkepanjangan. AIDS merupakan tahap akhir dari infeksi HIV ketika sistem kekebalan tubuh sudah tidak berfungsi lagi dengan baik. Secara klinis, AIDS ditemukan ketika jumlah sel CD4 turun di bawah 200 sel per mikroliter darah atau ketika pasien mengalami penyakit oportunistik tertentu yang terkait dengan imunosupresi berat (Salbila & Usiono, 2023).

5.1.2 Karakteristik dan gejala klinis

Infeksi HIV pada tahap awal sering kali tidak menunjukkan gejala yang jelas atau gejalanya sangat ringan, sehingga banyak orang yang tidak menyadari bahwa mereka telah terinfeksi. Gejala

awal yang mungkin muncul antara dua hingga empat minggu setelah infeksi termasuk demam, kelelahan, nyeri sendi, mialgia, pembesaran kelenjar getah bening, dan ruam kulit. Namun, gejala-gejala ini seringkali dianggap sebagai gejala flu biasa. Seiring dengan perkembangan penyakit, penderita HIV/AIDS dapat mengalami berbagai manifestasi klinis seperti penurunan berat badan yang signifikan, diare kronik, infeksi oportunistik seperti tuberkulosis, pneumonia, kandidiasis esofageal, toksoplasmosis otak, dan retinitis sitomegalovirus. Penderita AIDS juga dapat mengalami berbagai keganasan seperti limfoma non-Hodgkin dan karsinoma serviks. Gejala neurologi juga dapat terjadi termasuk demensia AIDS, neuropati perifer, dan meningitis (Wardiyah et al., 2026).

5.1.3 Patofisiologi HIV/AIDS

Patofisiologi HIV melibatkan proses infeksi virus terhadap sel CD4 dan sel imun lainnya. Setelah masuk ke dalam tubuh, HIV menargetkan sel T CD4+ yang merupakan sel kunci dalam sistem imun adaptif. Virus mengikat pada reseptor CD4 dan korseptor CCR5 atau CXCR4 pada permukaan sel, kemudian virus memasuki sel dan melepaskan materi genetiknya. Virus kemudian menggunakan enzim reverse transkriptase untuk mengubah RNA menjadi DNA, yang kemudian diintegrasikan ke dalam genom sel CD4. Sel yang menginfeksi akan memproduksi ribuan salinan virus baru yang akan menginfeksi sel-sel CD4 lainnya. Proses ini terjadi secara berkelanjutan, menyebabkan penurunan jumlah sel CD4 secara progresif. Ketika jumlah sel CD4 turun drastis, sistem imun

menjadi sangat lemah dan tidak mampu melawan berbagai infeksi oportunistik dan kanker yang muncul. Perjalanan penyakit dari infeksi HIV hingga AIDS biasanya berlangsung antara 8 hingga 10 tahun, namun tanpa pengobatan antiretroviral, jumlah sel CD4 terus menurun (Nasution et al., 2025).

5.1.4 Klasifikasi stadium klinis

Klasifikasi stadium klinis HIV/AIDS didasarkan pada jumlah sel CD4 dan jenis penyakit oportunistik yang dialami pasien. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (*World Health Organization*, WHO), stadium klinis HIV dibagi menjadi empat tahap. Stadium 1 ditandai dengan tidak adanya atau sedikit gejala dengan jumlah sel CD4 di atas 500 sel/mm³. Stadium 2 ditandai dengan gejala ringan seperti dermatitis seborrheik, herpes zoster, dan infeksi saluran napas atas berulang dengan jumlah sel CD4 antara 200-499 sel/mm³. Stadium 3 ditandai dengan gejala sedang termasuk infeksi oportunistik seperti TB paru, pneumonia berulang dengan jumlah sel CD4 antara 100-199 sel/mm³. Stadium 4 ditandai dengan penyakit berat termasuk AIDS dengan berbagai infeksi oportunistik berat dengan jumlah sel CD4 di bawah 100 sel/mm³. Pemahaman tentang stadium klinis sangat penting untuk menentukan strategi pengobatan dan pencegahan penyakit oportunistik (Susanti et al., 2023).

5.2 Faktor-Faktor Penyebab Keterlibatan pada HIV/AIDS

5.2.1 Faktor perilaku seksual berisiko

Perilaku seksual berisiko merupakan salah satu faktor penyebab utama penularan HIV. Hubungan seksual tanpa menggunakan kondom dengan pasangan yang berstatus HIV positif atau dengan banyak pasangan seksual meningkatkan risiko penularan secara signifikan. Jenis aktivitas seksual juga mempengaruhi risiko penularan, dengan hubungan seks anal mempunyai risiko penularan paling tinggi, tidak disarankan dengan hubungan seksual melalui vagina dan seks oral. Kelompok lelaki seks dengan laki-laki (laki-laki yang berhubungan seks dengan laki-laki, LSL) memiliki risiko 25 kali lebih besar tertular HIV dibandingkan laki-laki heteroseksual karena jenis aktivitas seksual yang dilakukan. Faktor-faktor sosial dan individu seperti kurangnya pengetahuan tentang cara penularan HIV, kurang percaya diri dalam menggunakan kondom, pengaruh pasangan seksual yang tidak mendukung penggunaan kondom, serta pengaruh lingkungan sosial yang mendorong perilaku seksual berisiko turut berkontribusi dalam meningkatkan risiko penularan. Selain itu, penggunaan alkohol dan zat adiktif seringkali mengurangi pertimbangan rasional dalam pengambilan keputusan tentang perilaku seksual yang aman (Susanti et al., 2023).

5.2.2 Faktor penggunaan jarum suntik tidak steril

Penggunaan suntik yang tidak steril merupakan jalur penularan jarum HIV yang penting, terutama di kalangan pengguna narkoba suntik (pengguna narkoba suntik, IDU). Penularan terjadi ketika jarum suntik yang sudah tercemar darah penderita HIV digunakan bersama oleh pengguna lain tanpa sterilisasi terlebih dahulu. Risiko penularan meningkat ketika pengguna narkoba menggunakan jarum suntik, jarum suntik ulang (*needle sharing*), atau menggunakan jarum yang sama untuk melarutkan atau menyuntikkan narkoba. Selain jarum suntik, penggunaan peralatan lain yang terkontaminasi seperti botol untuk melarutkan obat, bola kapas atau tisu untuk menyaring obat juga dapat menjadi media penularan HIV. Kondisi sosial ekonomi yang rendah, stigma dan diskriminasi, serta keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan membuat pengguna narkoba yang disuntikkan lebih rentan terhadap infeksi HIV. Program distribusi jarum suntik bersih dan program substitusi metadon telah terbukti efektif dalam mengurangi risiko penularan HIV pada kalangan pengguna narkoba suntik (Nasution et al., 2025).

5.2.3 Faktor keterbatasan pengetahuan dan akses informasi

Keterbatasan pengetahuan tentang HIV/AIDS, cara penularan, dan metode pencegahan merupakan faktor risiko yang signifikan terhadap penularan HIV. Remaja dan kelompok usia produktif sering kali memiliki pengetahuan yang kurang akurat tentang HIV/AIDS, terutama mengenai cara penularan yang sebenarnya dan metode pencegahan yang efektif. Salah persepsi

tentang HIV/AIDS seperti menganggap bahwa HIV dapat menular melalui kontak sosial biasa, berbagi makanan, atau kontak kulit dengan penderita HIV menyebabkan stigma yang kuat dan menghambat upaya pencegahan. Keterbatasan akses terhadap informasi kesehatan yang akurat, terutama di daerah terpencil, menyebabkan penyebaran informasi yang salah tentang HIV/AIDS. Sumber informasi yang tidak dapat dipercaya seperti media sosial yang menyebarkan hoaks seringkali memberikan informasi yang menyesatkan. Kelompok-kelompok tertentu yang marginalisasi seperti waria, pekerja seks, dan LSM sering kali mengalami kesulitan dalam mengakses informasi kesehatan yang komprehensif dan akurat karena stigma dan diskriminasi (Salbila & Usiono, 2023).

5.2.4 Faktor sosial ekonomi dan lingkungan

Faktor sosial seperti kemiskinan, kemiskinan, dan kondisi perumahan yang buruk turut meningkatkan risiko penularan HIV. Kemiskinan mendorong beberapa perempuan untuk terlibat dalam pekerjaan seks komersial sebagai upaya bertahan hidup, meningkatkan risiko penularan HIV. Kondisi perumahan yang padat penduduk dan sanitasi yang buruk menciptakan lingkungan yang kondusif bagi penyebaran penyakit menular termasuk HIV. Keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan berkualitas, terutama di daerah perdesaan, menyebabkan terlambatnya diagnosis dan pengobatan HIV. Mobilitas penduduk yang tinggi, terutama di kalangan tenaga bongkar muat, anak buah kapal, dan supir truk, meningkatkan risiko penularan HIV karena jauh dari keluarga dan memiliki akses mudah terhadap pekerja seks. Ketimpangan gender

juga berkontribusi pada peningkatan risiko seksual penularan HIV pada perempuan karena tawaran posisi yang lebih rendah dalam negosiasi praktik yang aman (Alvina et al., 2026).

5.3 Bagaimana Melakukan Kegiatan Pencegahan HIV/AIDS

5.3.1 Promosi penggunaan kondom dan praktik seksual aman

Promosi penggunaan kondom merupakan salah satu strategi pencegahan HIV yang paling efektif dan terjangkau. Kondom dapat menurunkan risiko penularan HIV hingga 95 persen ketika digunakan dengan benar dan konsisten. Promosi penggunaan kondom perlu dilakukan melalui berbagai media seperti iklan di media massa, penyuluhan di sekolah, fasilitas kesehatan, dan organisasi komunitas. Pendekatan yang sensitif terhadap budaya dan agama lokal perlu dilakukan agar promosi kondom dapat diterima dengan baik oleh masyarakat. Edukasi tentang praktik seksual yang aman termasuk mengakhiri usia pertama kali melakukan hubungan seksual, mengurangi jumlah pasangan seksual, dan melakukan hubungan seksual monogami dengan pasangan yang seronegatif atau telah menjalani terapi antiretroviral. Program promosi kondom juga perlu mencakup pelatihan bagi penyuluh kesehatan, petugas di lokalisasi, dan pekerja kesehatan dalam memberikan edukasi masyarakat tentang penggunaan kondom yang benar (Salbila & Usiono, 2023).

5.3.2 Pendidikan kesehatan dan peningkatan literasi tentang HIV/AIDS

Pendidikan kesehatan tentang HIV/AIDS merupakan komponen penting dalam strategi pencegahan, terutama untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat. Edukasi perlu mencakup informasi tentang pengertian HIV/AIDS, cara penularan, gejala awal, metode pencegahan, dan pentingnya tes HIV untuk deteksi dini. Sasaran edukasi harus mencakup berbagai kelompok umur mulai dari anak-anak, remaja, hingga orang dewasa, dengan materi yang disesuaikan dengan tingkat pemahaman dan karakteristik kelompok tersebut. Metode penyuluhan interaktif seperti diskusi kelompok, pemaparan, dan penggunaan media visual telah terbukti lebih efektif dibandingkan dengan penyuluhan satu arah. Edukasi sebaya (*peer education*) juga merupakan pendekatan yang efektif, terutama untuk kelompok remaja dan kelompok berisiko tinggi, karena teman sebaya memiliki kredibilitas yang lebih tinggi dalam memberikan informasi kesehatan. Peningkatan literasi kesehatan reproduksi pada remaja sejak dini, melalui program pendidikan kesehatan reproduksi di sekolah, dapat membantu remaja dalam mengambil keputusan yang sehat terkait dengan seksualitas dan pencegahan HIV/AIDS (Wardiyah et al., 2026).

5.3.3 Program tes dan konseling HIV (*Voluntary Counseling and Testing*, VCT)

Program VCT merupakan salah satu strategi pencegahan HIV yang penting karena memungkinkan deteksi dini infeksi HIV

dan akses lebih awal terhadap pengobatan antiretroviral. VCT melibatkan dua komponen utama, yaitu konseling sebelum tes (*pre - test counseling*) yang memberikan informasi tentang tes HIV, manfaat tes, dan persiapan psikologis, serta konseling setelah tes (*post -test counseling*) yang membantu klien dalam menerima hasil tes dan merencanakan rencana tindak lanjut. Konseling yang berkualitas memerlukan tenaga konselor yang terlatih dan terampil dalam komunikasi, memiliki pengetahuan yang mendalam tentang HIV/AIDS, dan mampu memberikan dukungan psikologis yang empatik. Aksesibilitas VCT perlu ditingkatkan melalui penyediaan klinik VCT di berbagai lokasi, terutama di daerah yang memiliki prevalensi HIV tinggi. Promosi VCT melalui berbagai media dan strategi komunikasi kesehatan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya tes HIV sebagai langkah awal dalam deteksi dini (Noflita et al., 2024).

5.3.4 Penguatan kelembagaan dan kemitraan dengan kelompok komunitas

Pencegahan HIV/AIDS memerlukan pendekatan yang melibatkan berbagai pihak termasuk pemerintah, fasilitas kesehatan, organisasi masyarakat sipil, sektor swasta, dan kelompok komunitas. Pembentukan kelembagaan seperti Komisi Penanggulangan AIDS (KPA) di tingkat nasional, provinsi, dan kabupaten/kota memiliki peran penting dalam koordinasi upaya pencegahan dan penanggulangan HIV/AIDS. Kemitraan dengan kelompok komunitas, terutama kelompok yang berisiko tinggi atau marginalisasi, sangat penting untuk menjangkau populasi kunci dan

membangun kepercayaan. Program pemberdayaan komunitas melalui pelatihan kader kesehatan masyarakat, pembentukan kelompok pendukung pendidik sebaya, dan dukungan teknis dapat meningkatkan kapasitas komunitas dalam melaksanakan kegiatan pencegahan HIV/AIDS di tingkat akar rumput. Penguatan kelembagaan juga mencakup kebijakan pengembangan dan regulasi yang mendukung pencegahan HIV/AIDS, pengalokasian anggaran yang memadai, dan peningkatan kapasitas sumber daya manusia (Syarifudin et al., 2023).

5.4 Model Bimbingan Konseling pada Penderita HIV/AIDS

5.4.1 Konseling individu dan dukungan psikososial

Bimbingan konseling individu pada penderita HIV/AIDS bertujuan untuk membantu penderita dalam menerima diagnosis, mengatasi stres dan depresi yang sering menyertai diagnosis HIV, merencanakan strategi koping yang sehat, dan meningkatkan kualitas hidup. Konselor perlu memiliki pengetahuan yang mendalam tentang HIV/AIDS, dilatih dalam teknik konseling yang empatik dan tidak menghakimi, serta mampu membangun hubungan terapeutik yang kuat dengan klien. Sesi konseling individu perlu dilakukan secara berkala, disesuaikan dengan kebutuhan klien, dan mencakup pembahasan tentang keadaan kesehatan fisik, psikologis, sosial, dan spiritual klien. Dukungan psikososial juga mencakup penyampaian informasi tentang pengobatan antiretroviral,

penatalaksanaan efek samping obat, pentingnya kepatuhan terhadap pengobatan, dan strategi untuk meningkatkan kualitas hidup. Konselor juga perlu membantu klien dalam mengungkapkan status HIV kepada pasangan seksual, keluarga, dan orang-orang terpercaya lainnya dengan mempertimbangkan risiko dan manfaat dari pengungkapan tersebut (Noflita et al., 2024).

5.4.2 Konseling kelompok dan kelompok pendukung sebaya

Kelompok konseling dan kelompok pendukung sebaya merupakan bentuk dukungan yang sangat efektif bagi penderita HIV/AIDS karena memberikan kesempatan untuk berbagi pengalaman dengan orang lain yang memiliki situasi serupa, mengurangi perasaan isolasi, dan membangun rasa solidaritas. Kelompok pendukung sebaya dapat membantu anggota dalam menerima diagnosis, mengatasi stigma dan diskriminasi, meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan, dan merencanakan masa depan yang lebih baik. Fasilitator kelompok perlu dilatih dalam dinamika kelompok, mampu menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung, serta memiliki pengetahuan tentang HIV/AIDS. Kelompok konseling juga dapat digunakan untuk memberikan edukasi tentang pencegahan penularan HIV, manajemen penyakit oportunistik, dan strategi perawatan diri. Integrasi kelompok pendukung sebaya dengan layanan klinis bahwa penderita HIV/AIDS mendapatkan dukungan yang komprehensif baik dari aspek medis maupun psikososial (Salbila & Usiono, 2023).

5.4.3 Konseling pasangan dan keluarga

Konseling pasangan dan keluarga sangat penting untuk membantu pasangan dan anggota keluarga penderita HIV/AIDS dalam menerima diagnosis, mengatasi berbagai perasaan kompleks seperti kemarahan, rasa bersalah, dan ketakutan, serta merencanakan dukungan yang tepat. Konseling pasangan juga mencakup pembahasan tentang pencegahan penularan HIV, keamanan seksual, dan perencanaan keluarga berencana bagi pasangan yang ingin memiliki anak. Konselor perlu sensitif terhadap dinamika hubungan pasangan dan membantu mereka dalam membangun komunikasi yang lebih baik. Konseling keluarga bertujuan untuk meningkatkan pemahaman anggota keluarga tentang HIV/AIDS, mengurangi stigma dalam keluarga, memperkuat fungsi keluarga sebagai sistem dukungan, dan merencanakan pembagian tanggung jawab dalam perawatan penderita HIV. Keterlibatan keluarga dalam proses konseling dan perawatan telah terbukti meningkatkan kepatuhan penderita terhadap pengobatan dan meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan (Wardiyah et al., 2026).

5.4.4 Konseling pasca-tes dan perencanaan tindak lanjut

Konseling pasca-tes merupakan proses penting yang dilakukan setelah hasil tes HIV diberikan kepada klien untuk membantu klien dalam memproses hasil tes, merencanakan tindak lanjut, dan mengakses layanan kesehatan yang diperlukan. Untuk klien dengan hasil tes HIV positif, konseling pasca-tes termasuk memberikan informasi tentang pentingnya hasil tes positif, pentingnya pemeriksaan lanjutan untuk mengetahui jumlah sel CD4

dan viral load, serta keputusan tentang kapan akan memulai pengobatan antiretroviral. Konselor perlu membantu klien dalam merencanakan rencana tindak lanjut yang realistis dan terukur, termasuk pemilihan fasilitas kesehatan untuk perawatan berkelanjutan, penjadwalan kunjungan medis, dan persiapan untuk memulai pengobatan. Untuk klien dengan hasil tes HIV negatif, konseling pasca-tes mencakup penguatan pesan tentang pencegahan HIV, diskusi tentang perilaku seksual yang aman, dan rencana untuk tes HIV ulang di masa mendatang. Perencanaan tindak lanjut juga mencakup rujukan klien ke layanan konseling lebih lanjut, kelompok pendukung sebaya, atau layanan kesehatan mental jika diperlukan (Syarifudin et al., 2023).

5.5 Latihan 5 Soal

1. Jelaskan secara rinci definisi HIV dan AIDS serta perbedaan mendasar antara kedua istilah tersebut! Uraikan pula patofisiologi infeksi HIV dalam merusak sistem kekebalan tubuh dan mengapa penderita HIV rentan terhadap infeksi oportunistik!
2. Identifikasi dan analisis faktor-faktor utama yang menyebabkan keterlibatan pada HIV/AIDS berdasarkan pendekatan perilaku, sosial ekonomi, dan lingkungan! jelaskan bagaimana setiap faktor tersebut meningkatkan risiko penularan HIV di berbagai kelompok populasi!

3. Buatlah rencana program pencegahan HIV/AIDS yang komprehensif untuk suatu komunitas dengan mempertimbangkan berbagai strategi promosi, edukasi, tes dan konseling, serta penguatan kelembagaan! Berikan alasan mengapa strategi-strategi tersebut penting dan efektif!
4. Analisis peran dan pentingnya bimbingan konseling individu, kelompok, pasangan, dan keluarga dalam manajemen penderita HIV/AIDS! Menjelaskan bagaimana setiap jenis konseling berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup penderita dan pencegahan penularan HIV!
5. Jelaskan tantangan yang dihadapi dalam implementasi program pencegahan dan penanganan HIV/AIDS, terutama yang berkaitan dengan stigma, diskriminasi, dan keterbatasan sumber daya! Rumuskan rekomendasi strategi untuk mengatasi tantangan-tantangan tersebut dan meningkatkan efektivitas program!

Bab 6: Konseling Pra-Nikah dan Pernikahan

6.1 Pengertian Pra-Nikah dan Perkawinan

6.1.1 Definisi Pernikahan

Pernikahan merupakan suatu ikatan lahir dan batin antara seorang pria dan seorang wanita yang bertujuan membentuk keluarga yang bahagia berdasarkan ketaqwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa. Dalam konteks yang lebih luas, pernikahan bukanlah sekadar hubungan fisik, tetapi juga melibatkan hubungan batin yang mendalam antara dua individu yang memiliki komitmen untuk membangun kehidupan bersama. Pernikahan dalam berbagai tradisi budaya dan agama memiliki makna yang sama, yaitu sebagai bentuk komitmen formal dan diakui oleh masyarakat untuk membangun keluarga yang harmonis dan sejahtera. Institusi pernikahan berperan penting dalam struktur sosial masyarakat karena menjadi fondasi dalam pembentukan keluarga dan pengembangan generasi berikutnya. Tanpa pemahaman yang tepat tentang makna dan tujuan pernikahan, individu dapat memasuki komitmen seumur hidup dengan ekspektasi yang tidak realistis.

6.1.2 Pengertian Pra-Nikah

Pra-nikah Merujuk pada periode sebelum pernikahan resmi dilaksanakan. Periode ini merupakan waktu yang sangat penting

bagi calon pasangan untuk mempersiapkan diri secara fisik, emosional, psikologis, spiritual, dan sosial menghadapi kehidupan pernikahan. Pra-nikah bukan hanya tentang persiapan teknis seperti perencanaan acara pernikahan, tetapi lebih pada kesiapan menyeluruh untuk menjalankan peran sebagai suami atau istri serta memahami tanggung jawab dan kewajiban dalam kehidupan keluarga. Pemahaman yang baik tentang makna pernikahan sejati akan membantu calon pasangan untuk memiliki ekspektasi yang realistis tentang kehidupan pernikahan. Persiapan ini mencakup pemahaman tentang pentingnya emosional, finansial, sosial, dan spiritual dari keputusan untuk menikah yang sangat serius dan penuh tanggung jawab.

6.1.3 Konseling Pra-Nikah: Pemahaman dan Ruang Lingkup

Konseling pra-nikah adalah suatu proses pemberian bimbingan, pendampingan, dan dukungan psikologis kepada calon pengantin agar mereka dapat mempersiapkan diri dengan baik sebelum memasuki kehidupan pernikahan (Lumunder et al., 2024). Pra-nikah konseling mencakup pemberian bekal pengetahuan, pemahaman, keterampilan, dan penumbuhan kesadaran kepada calon pasangan tentang berbagai aspek kehidupan berkeluarga. Proses konseling ini dirancang untuk membantu calon pengantin memahami dinamika hubungan interpersonal, pengelolaan emosi, komunikasi efektif, penyelesaian konflik, dan berbagai aspek lainnya yang relevan dengan kehidupan pernikahan. Melalui konseling pra-nikah yang efektif, diharapkan calon pasangan dapat memasuki pernikahan dengan kesiapan yang matang dan

pemahaman yang mendalam tentang tanggung jawab mereka (Lubis et al., 2024). Layanan konseling pra-nikah juga dikenal dengan istilah *premarital counseling* atau pendidikan pranikah yang dirancang untuk meningkatkan kualitas persiapan sebelum pernikahan dengan pendekatan yang holistik dan komprehensif.

6.1.4 Perkawinan Sebagai Komitmen Hidup

Perkawinan merepresentasikan komitmen seumur hidup yang dibangun di atas dasar cinta, saling pengertian, dan kepercayaan antara dua individu. Komitmen ini bukan sekadar ikatan hukum atau agama, tetapi juga tanggung jawab moral dan sosial terhadap pasangan, keluarga, dan masyarakat. Dalam perspektif Islam, pernikahan dianggap sebagai ibadah yang bertujuan untuk membangun keluarga *sakinah, mawaddah*, dan *warahmah*, yang berarti keluarga yang dipenuhi dengan ketenangan, kasih sayang, dan belas kasihan (Muallifah et al., 2023). Komitmen ini memerlukan dedikasi, pengorbanan, dan kemauan untuk terus belajar dan berkembang bersama pasangan sepanjang hidup dalam segala situasi dan kondisi. Kesadaran akan sifat komitmen pernikahan yang mendalam ini harus tertanam sejak calon pasangan memutuskan untuk menikah melalui proses konseling pra-nikah yang komprehensif dan terstruktur dengan baik.

6.2 Tujuan Konseling Pra-Nikah dan Perkawinan

6.2.1 Tujuan Umum Konseling Pra-Nikah

Tujuan umum konseling pra-nikah adalah mempersiapkan calon pengantin secara menyeluruh untuk memasuki kehidupan pernikahan yang harmonis, berkelanjutan, dan bermakna. Konseling pra-nikah bertujuan untuk memberikan pengetahuan, keterampilan, dan wawasan kepada pasangan tentang berbagai aspek kehidupan berkeluarga sehingga mereka mampu menghadapi tantangan dan dinamika calon rumah tangga dengan lebih baik. Tujuan ini mencakup peningkatan kesiapan psikologis, emosional, dan spiritual calon pengantin dalam menghadapi kehidupan baru sebagai suami atau istri. Dengan memiliki persiapan yang matang, diharapkan tingkat perkawinan dapat diminimalkan dan kualitas kehidupan keluarga dapat ditingkatkan secara signifikan melalui pemahaman dan keterampilan yang tepat.

6.2.2 Peningkatan Kesiapan Emosional dan Spiritual

Salah satu tujuan penting konseling pra-nikah adalah meningkatkan kesiapan emosional dan spiritual calon pengantin untuk memahami makna dan tujuan pernikahan menurut nilai-nilai spiritual mereka (Hendarso et al., 2025). Dengan bimbingan yang tepat, calon pasangan yang diharapkan dapat membangun landasan spiritual yang kuat dalam pernikahan mereka sehingga dapat saling mendukung dalam menjalankan nilai-nilai agama dan prinsip hidup mereka. Ketersediaan emosional juga mencakup kemampuan untuk mengenali, mengekspresikan, dan mengelola emosi dengan sehat,

baik dalam konteks individu maupun dalam hubungan interpersonal yang kompleks. Program bimbingan pra-nikah yang mengintegrasikan aspek psikologis dan agama terbukti lebih efektif dalam mempersiapkan pengantin mencapai calon keluarga yang harmonis dan berkelanjutan sesuai dengan nilai-nilai spiritual mereka.

6.2.3 Pengembangan Keterampilan Komunikasi dan Penyelesaian Konflik

Konseling pra-nikah bertujuan untuk mengembangkan keterampilan komunikasi efektif antara calon pasangan agar mereka dapat saling memahami, mendengarkan dengan empati, dan mengekspresikan kebutuhan serta perasaan mereka dengan jelas dan konstruktif. Penelitian menunjukkan bahwa cara pasangan menyelesaikan konflik merupakan prediktor terkuat dari kekuatan dan keinginan pernikahan dalam jangka panjang. Oleh karena itu, konseling pra-nikah memberikan pelatihan praktis tentang teknik penyelesaian konflik yang konstruktif, termasuk negosiasi, kompromi, dan pengambilan keputusan bersama yang melibatkan kedua belah pihak secara seimbang. Keterampilan komunikasi yang baik akan menjadi fondasi yang kuat untuk membangun hubungan suami istri yang saling menghormati dan memahami satu sama lain dengan lebih baik sepanjang hidup.

6.2.4 Pembentukan Pemahaman tentang Peran dan Tanggung Jawab Keluarga

Tujuan lainnya adalah membantu calon pengantin memahami dengan jelas peran, hak, kewajiban, dan tanggung jawab

mereka sebagai suami atau istri dalam kehidupan keluarga yang dinamis dan kompleks (Baihaqy et al., 2026). Pemahaman yang baik tentang hal-hal ini akan mengurangi kesalahpahaman dan ekspektasi yang tidak realistis di kemudian hari ketika pernikahan telah berjalan. Konseling pra-nikah juga membantu calon pasangan untuk membicarakan berbagai isu penting seperti perencanaan keuangan, pembagian tugas rumah tangga, rencana memiliki anak, pendidikan, dan aspek-aspek praktis lainnya dalam kehidupan keluarga. Dengan memiliki pemahaman yang sama tentang peran dan tanggung jawab, calon pasangan dapat menjalankan kehidupan keluarga dengan lebih terkoordinasi, efisien, dan memuaskan bagi semua pihak.

6.3 Prosedur Konseling Pra-Nikah dan Perkawinan

6.3.1 Tahap Persiapan dan Perencanaan

Tahap persiapan merupakan tahap awal dalam proses konseling pra-nikah yang sangat penting untuk memastikan keberhasilan program secara keseluruhan dan berkelanjutan. Pada tahap ini, konselor melakukan berbagai persiapan aktivitas seperti penyusunan program, penentuan materi konseling, persiapan fasilitas dan sumber daya, serta identifikasi calon pengantin yang memerlukan layanan konseling. Konselor juga perlu melakukan pemetaan kebutuhan spesifik calon pasangan melalui komunikasi awal atau pra-asesmen untuk memahami latar belakang mereka, ekspektasi mereka terhadap konseling, serta isu-isu spesifik yang mungkin mereka hadapi. Perencanaan yang matang akan

memastikan bahwa program konseling pranikah dapat memberikan manfaat maksimal bagi setiap pasangan yang mengikutinya dan mencapai hasil yang optimal.

6.3.2 Tahap Asesmen dan Penggalan Informasi

Pada tahap asesmen, konselor melakukan pengumpulan informasi yang komprehensif tentang calon pengantin dan hubungan mereka dengan metode yang valid dan reliabel. Informasi yang dikumpulkan mencakup latar belakang keluarga, pengalaman masa lalu, nilai-nilai yang dianut, ekspektasi terhadap pernikahan, serta potensi konflik area yang mungkin muncul di masa depan. Asesmen ini dapat dilakukan melalui wawancara individu dan bersama pasangan, pengisian kuesioner terstandar, atau penggunaan instrumen psikodiagnostik lainnya yang telah terbukti keabsahannya. Penggalan informasi yang mendalam membantu konselor untuk memahami dinamika hubungan pasangan dan identifikasi kekuatan serta area yang memerlukan pengembangan lebih lanjut dengan akurat. Hasil asesmen menjadi dasar untuk merancang intervensi konseling yang disesuaikan dengan kebutuhan unik setiap pasangan secara spesifik dan personal.

6.3.3 Tahap Pelaksanaan Sesi Konseling

Tahap pelaksanaan meliputi serangkaian sesi konseling yang dirancang untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya dengan jelas dan terukur. Sesi-sesi ini dapat dilakukan dalam format individu, berpasangan, atau kelompok tergantung pada kebutuhan dan konteks lokal yang spesifik. Dalam setiap sesi, konselor menggunakan berbagai teknik konseling seperti mendengarkan

aktif, refleksi, pertanyaan terbuka, *role-play*, diskusi kelompok, dan simulasi situasi untuk membantu calon pengantin belajar dan mengembangkan keterampilan yang dibutuhkan. Durasi dan jumlah sesi disesuaikan dengan kebutuhan spesifik calon pasangan, biasanya berkisar antara tiga hingga enam sesi dengan intensitas yang teratur dan konsisten. Pendekatan yang fleksibel dan responsif terhadap kebutuhan pasangan akan meningkatkan efektivitas konseling secara signifikan.

6.3.4 Tahap Evaluasi dan Tindak Lanjut

Tahap evaluasi dilakukan untuk menilai efektivitas konseling pra-nikah dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan dengan menggunakan berbagai instrumen ukur yang valid. Evaluasi dapat dilakukan melalui pengisian *post-test*, wawancara keluar, atau observasi perilaku calon pengantin dalam sesi terakhir dengan cermat dan sistematis. Hasil evaluasi memberikan umpan balik penting tentang perubahan yang terjadi pada calon pasangan, terutama dalam hal peningkatan pengetahuan, keterampilan, dan kesiapan mereka untuk memasuki pernikahan. Setelah konseling pra-nikah selesai, konselor juga dapat menyediakan layanan tindak lanjut atau konseling pasca-nikah untuk memastikan bahwa calon pasangan dapat terus beradaptasi dan berkembang dalam kehidupan pernikahan mereka. Proses evaluasi berkelanjutan ini penting untuk meningkatkan kualitas program konseling dari waktu ke waktu dan mencapai hasil yang lebih baik.

6.3.5 Materi dan Konten Konseling Pra-Nikah

Materi konseling pra-nikah dirancang untuk mencakup berbagai topik yang relevan dengan kehidupan pernikahan dan keluarga secara menyeluruh. Topik-topik umum yang dibahas meliputi pemahaman tentang makna dan tujuan pernikahan, komunikasi efektif dalam hubungan, manajemen konflik dan penyelesaian masalah, kehidupan seksual yang sehat dan memuaskan, perencanaan keuangan keluarga, peran dan tanggung jawab suami istri, persiapan menjadi orang tua, kesehatan reproduksi, dan nilai-nilai spiritual atau agama dalam keluarga. Materi dapat disesuaikan berdasarkan konteks budaya, agama, dan kebutuhan komunitas tertentu yang disajikan dengan mempertimbangkan karakteristik unik setiap kelompok masyarakat. Integrasi berbagai perspektif termasuk perspektif agama, psikologi, dan kesehatan akan memberikan pemahaman yang komprehensif kepada calon pasangan tentang kehidupan pernikahan yang sukses dan berkelanjutan.

6.3.6 Metode dan Teknik Penyampaian Konseling

Konseling pra-nikah dapat menggunakan berbagai metode dan teknik kualitas untuk memastikan efektivitas dan perubahan perilaku pada calon pengantin secara optimal. Metode yang efektif antara lain ceramah interaktif, diskusi kelompok, *role-play* atau simulasi situasi, analisis kasus, *brainstorming*, permainan edukatif, video pembelajaran, dan kunjungan rumah yang dilakukan dengan profesional. Teknik-teknik konseling yang digunakan disesuaikan dengan gaya belajar calon pengantin, tingkat pendidikan mereka,

dan preferensi mereka terhadap cara belajar yang paling efektif dan menyenangkan. Penggunaan kombinasi berbagai metode ini akan meningkatkan keterlibatan dan penyerapan materi konseling oleh calon pasangan secara signifikan. Pendekatan inovatif seperti penggunaan teknologi digital juga dapat dipertimbangkan untuk meningkatkan aksesibilitas layanan konseling pra-nikah, terutama di era digital saat ini.

6.4 Latihan Soal

1. Jelaskan pengertian pra-nikah dan mengapa periode pra-nikah dianggap sangat penting dalam mempersiapkan calon pengantin untuk memasuki kehidupan pernikahan! Membahas berbagai aspek kesiapan yang perlu dipersiapkan selama periode pra-nikah tersebut dan bagaimana konseling pra-nikah dapat membantu calon pasangan dalam mempersiapkan diri. Analisis juga bagaimana persiapan yang matang dapat berdampak pada pencegahan perceraian dan peningkatan kualitas kehidupan keluarga.
2. Identifikasikan dan jelaskan minimal empat tujuan utama dari konseling pra-nikah! Untuk setiap tujuan yang Anda kenali, berikan contoh konkret tentang bagaimana tujuan tersebut dapat diterapkan dalam sesi konseling pra-nikah dengan pasangan calon pengantin di masyarakat. Evaluasi pula bagaimana pencapaian tujuan-tujuan tersebut dapat diukur untuk memastikan efektivitas program.

3. Analisis perbedaan antara sesi konseling pra-nikah yang dilakukan secara individual dengan sesi yang dilakukan bersama pasangan! Diskusikan kelebihan dan kekurangan masing-masing format sesi dan dalam situasi apa format tersebut paling tepat untuk digunakan dalam praktik konseling. Memberikan rekomendasi tentang kombinasi format yang paling efektif untuk program konseling pra-nikah yang holistik.
4. Rancanglah suatu program konseling pra-nikah yang komprehensif dengan mempertimbangkan tahap-tahap prosedur yang telah dijelaskan! Dalam desain program Anda, jelaskan materi-materi yang akan disampaikan, metode interaksi yang akan digunakan, durasi program, dan bagaimana evaluasi akan dilakukan untuk mengukur efektivitas program. Termasuk pula implementasi program di konteks lokal Anda dengan memperhatikan karakteristik komunitas.
5. Diskusikan tantangan-tantangan yang mungkin dihadapi konselor dalam melaksanakan konseling pra-nikah di berbagai konteks komunitas yang berbeda! Bagaimana konselor dapat mengadaptasi pendekatan dan metode konseling mereka untuk memastikan bahwa layanan konseling pra-nikah relevan, efektif, dan sensitif terhadap kebutuhan serta karakteristik unik setiap komunitas yang dilayani. Sertakan strategi untuk meningkatkan kesadaran dan partisipasi masyarakat dalam program konseling pra-nikah secara berkelanjutan.

Bab 7: Warga Binaan Masyarakat (WBM)

7.1 Pengertian WBP

Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) mengacu pada individu yang berada dalam sistem pemasyarakatan Indonesia dan menjalani proses rehabilitasi serta reintegrasi sosial (Arganata et al., 2025). Istilah warga binaan mencakup penyesuaian, anak didik pemasyarakatan, dan klien yang berada di bawah pengawasan balai pemasyarakatan. Pengertian WBP dalam konteks modern tidak lagi dipandang sebagai para penjahat semata, tetapi sebagai individu yang memerlukan pelatihan komprehensif untuk memahami kesalahan mereka, memperbaiki diri, dan siap untuk kembali menjadi anggota masyarakat yang produktif dan taat hukum (Hakimah et al., 2026). Sistem pemasyarakatan Indonesia secara fundamental berkomitmen untuk mengubah paradigma dari pendekatan punitif murni menjadi pendekatan rehabilitatif dan restoratif yang mengakui harkat dan martabat setiap warga binaan sebagai manusia.

7.1.1 Status dan Hak-Hak WBP

Warga binaan pemasyarakatan memiliki status hukum yang unik dalam sistem peradilan Indonesia, di mana mereka tetap diakui sebagai warga negara dengan berbagai hak asasi yang harus

dihormati. Meskipun tidak termasuk kebebasan bergerak, WBP berhak mendapatkan perlakuan yang manusiawi, kesehatan yang layak, pendidikan, pelatihan keterampilan, serta layanan konseling dan bimbingan (Arganata et al., 2025). Hak-hak ini diatur dalam Undang-Undang Nomor 22 Tahun 2022 tentang Pemasyarakatan dan berbagai peraturan pelaksana yang mengatur secara rinci tentang termasuk hak-hak WBP selama berada dalam lembaga pemasyarakatan.

7.1.2 Kategori Warga Binaan Pemasyarakatan

Warga binaan pemasyarakatan dapat dimasukkan ke dalam beberapa kelompok berdasarkan status hukum dan jenis pelanggaran yang dilakukan. Kategori pertama adalah mikroskop dewasa yang telah diajarkan oleh pengadilan dan menjalani hukuman penjara di lembaga pemasyarakatan. Kategori kedua adalah anak didik pemasyarakatan yang merupakan anak-anak berusia di bawah delapan belas tahun yang melakukan tindak pidana. Kategori ketiga adalah klien pemasyarakatan yang berada di bawah pengawasan balai pemasyarakatan setelah menjalani sebagian dari hukuman mereka atau mendapatkan remisi. Setiap kategori memiliki kebutuhan pelatihan yang spesifik dan disesuaikan dengan usia, kondisi psikologis, dan jenis pelanggaran yang dilakukan.

7.1.3 Tujuan Pemasyarakatan terhadap WBP

Tujuan utama dari sistem pemasyarakatan terhadap warga binaan adalah untuk memastikan bahwa setiap individu dapat menyadari kesalahan mereka, memperbaiki diri secara berkelanjutan, dan siap untuk kembali ke masyarakat tanpa

mengurangi pelanggaran (Arganata et al., 2025). Sistem ini bukan semata-mata tentang penghukuman atau kompensasi, tetapi lebih merupakan upaya holistik untuk mengubah perilaku, memperkuat nilai-nilai moral dan spiritual, serta mengembangkan keterampilan praktis yang memungkinkan WBP untuk hidup mandiri dan produktif setelah bebas. Pendekatan ini sejalan dengan paradigma pemasyarakatan modern yang menempatkan rehabilitasi dan reintegrasi sebagai fokus utama daripada hanya retribusi semata.

7.1.4 Tantangan dan Hambatan dalam Pembinaan WBP

Sistem pemasyarakatan di Indonesia menghadapi berbagai tantangan signifikan dalam memberikan pelatihan yang berkualitas kepada warga binaan. Tantangan utama meliputi overkapasitas lembaga pemasyarakatan yang melebihi kapasitas desain, keterbatasan anggaran untuk program pelatihan, kurangnya sumber daya manusia yang dilindungi, dan minimnya sarana prasarana pendukung (Arganata et al., 2025). Selain itu, masalah psikologis WBP seperti depresi, kecemasan, dan trauma dari pengalaman masa lalu juga menjadi hambatan signifikan dalam proses pelatihan. Hambatan eksternal seperti stigma masyarakat terhadap kegagalan mantan dan kurangnya dukungan keluarga juga mempengaruhi keberhasilan proses rehabilitasi dan reintegrasi sosial.

7.2 Prinsip-Prinsip Konseling WBP

7.2.1 Prinsip Humanitas dan Penghargaan atas Harkat Martabat

Prinsip fundamental dalam konseling warga binaan pemasyarakatan adalah prinsip humanitas yang mengakui setiap individu, terlepas dari kesalahannya, memiliki nilai dan harkat sebagai manusia (Firdaus et al., 2025). Konselor harus mendekati konseling dengan kesadaran bahwa WBP adalah individu kompleks dengan latar belakang yang unik, motivasi yang beragam, dan potensi untuk berubah. Prinsip ini menuntut konselor untuk menghindari stereotip negatif dan prasangka terhadap klien, serta memperlakukan setiap WBP dengan rasa hormat dan martabat yang layak. Dengan mendasarkan praktik konseling pada prinsip humanitas, konselor dapat membangun hubungan terapeutik yang kuat dan otentik dengan klien, yang merupakan fondasi penting untuk proses perubahan yang bermakna.

7.2.2 Prinsip Rehabilitasi dan Pemulihan

Prinsip rehabilitasi mengakui bahwa setiap warga binaan memiliki potensi untuk berubah dan memulihkan pelanggaran yang telah mereka lakukan (Wangsanata et al., 2024). Prinsip ini fokus pada upaya membantu WBP mengidentifikasi akar masalah perilaku mereka, mengembangkan kesadaran diri yang lebih dalam, dan membangun strategi untuk mengubah pola pikir dan perilaku yang merugikan. Dalam konteks ini, konseling bukan hanya tentang mengatasi gejala masalah, tetapi tentang menciptakan perubahan

mendasar dalam cara WBP memandang diri mereka sendiri dan hubungan mereka dengan masyarakat. Prinsip rehabilitasi ini sejalan dengan tujuan akhir dari sistem pemasyarakatan, yaitu untuk menghasilkan individu yang dapat berfungsi secara positif dalam masyarakat setelah adanya jaminan.

7.2.3 Prinsip Reintegrasi Sosial dan Restitusi

Prinsip reintegrasi sosial pentingnya mempersiapkan warga binaan untuk kembali ke masyarakat dengan cara yang inklusif dan tanpa stigma negatif. Konseling dalam konteks ini berfokus pada pengembangan keterampilan sosial, pemulihan kepercayaan diri, dan pembangunan jaringan dukungan sosial yang akan membantu WBP beradaptasi dengan kehidupan di luar lembaga pemasyarakatan. Prinsip restitusi, sementara itu, mengakui pentingnya bahwa WBP memahami dampak pelanggaran mereka terhadap korban dan masyarakat, serta berkomitmen untuk melakukan perbaikan dalam hubungan sosial mereka. Melalui konseling yang menonjolkan prinsip-prinsip ini, WBP dapat mengembangkan pemahaman yang lebih dalam tentang tanggung jawab dan motivasi mereka untuk menjadi anggota masyarakat yang positif dan kontributif.

7.2.4 Prinsip Pendekatan Holistik dan Multidimensi

Konseling warga binaan pemasyarakatan harus menerapkan pendekatan holistik yang mengakui bahwa setiap individu merupakan sistem yang kompleks dengan berbagai dimensi kehidupan yang saling berinteraksi (Maharani et al., 2024). Pendekatan multidimensi ini mencakup aspek emosional, kognitif,

behavioral, sosial, spiritual, dan fisik dari kehidupan WBP. Konselor harus mempertimbangkan faktor-faktor seperti riwayat trauma, masalah kesehatan mental, situasi keluarga, kondisi sosial ekonomi, dan keyakinan spiritual dalam merancang program konseling yang efektif. Dengan mengadopsi pendekatan holistik ini, konseling dapat menjadi lebih efektif dalam membantu WBP mengintegrasikan berbagai aspek kehidupan mereka dan mencapai pemulihan yang berkelanjutan dan komprehensif.

7.3 Azas-Azas Konseling WBP

7.3.1 Azas Kerahasiaan dan Kepercayaan

Azas kerahasiaan merupakan fondasi etis dari praktik konseling warga binaan pemasyarakatan yang tekanan perlindungan informasi pribadi klien (Firdaus et al., 2025). Konselor harus menjamin bahwa semua informasi yang disampaikan oleh WBP selama sesi konseling akan dijaga kerahasiaannya, kecuali dalam situasi ekstrem seperti ancaman keselamatan atau tuntutan hukum tertentu. Azas ini penting karena memungkinkan WBP merasa aman dan dipercaya dalam mengungkapkan masalah pribadi mereka yang mungkin sensitif dan sulit untuk dipublikasikan. Dengan menjaga kerahasiaan, konselor membangun kepercayaan yang memungkinkan proses konseling berlangsung lebih efektif dan bermakna bagi klien.

7.3.2 Azas Kesukarelaan dan Partisipasi Aktif

Meskipun WBP berada dalam sistem yang penuh dengan elemen kompulsi, azas kesukarelaan dalam konseling tetap penting untuk memastikan partisipasi yang bermakna dan autentik (Wangsanata et al., 2024). Konselor harus menjelaskan secara transparan tujuan, proses, dan manfaat konseling, serta memberikan pilihan kepada WBP untuk berpartisipasi dalam program. Ketika WBP memahami bahwa mereka memiliki suara dalam proses konseling mereka, tingkat motivasi dan keterlibatan mereka meningkat secara signifikan. Azas kesukarelaan juga mendorong WBP untuk mengambil tanggung jawab aktif dalam proses perubahan pribadi mereka, daripada menerima perlakuan secara pasif.

7.3.3 Azas Tidak Diskriminasi dan Perlakuan yang Adil

Azas tidak diskriminasi mengharuskan konselor untuk memberikan layanan konseling yang adil dan setara kepada semua warga binaan, terlepas dari latar belakang etnis, agama, gender, atau karakteristik lainnya (Yuliana et al., 2025). Konselor harus sadar akan bias pribadi mereka dan bekerja secara aktif untuk menghindari membiarkan prasangka ini mempengaruhi kualitas layanan yang diberikan. Perlakuan yang adil juga berarti menyesuaikan pendekatan konseling dengan kebutuhan unik setiap individu, mengakui bahwa tidak ada pendekatan satu ukuran yang cocok untuk semua. Dengan penerapan azas ini, lembaga masyarakat dapat memastikan bahwa semua WBP memiliki akses yang sama terhadap layanan konseling berkualitas tinggi.

7.3.4 Azas Keberlanjutan dan Tindak Lanjut

Azas mendesak pentingnya proses konseling yang berkelanjutan dan terpadu, tidak hanya selama WBP berada di dalam lembaga pemasyarakatan, tetapi juga setelah pengampunan. Konseling harus dirancang dengan visi jangka panjang yang mempertimbangkan kebutuhan WBP di berbagai tahap pengaturan hukum mereka. Tindak lanjut pasca-pembebasan melalui balai pemasyarakatan adalah komponen penting dari azas ini untuk memastikan bahwa WBP mendapatkan dukungan berkelanjutan ketika mereka beradaptasi dengan kehidupan di luar lembaga. Dengan menerapkan prinsip-prinsip keberlanjutan ini, sistem masyarakat dapat lebih efektif dalam mencegah residivisme dan mendukung reintegrasi sosial yang sukses.

7.4 Perawatan Kesehatan WBP

7.4.1 Pelayanan Kesehatan Fisik untuk WBP

Perawatan kesehatan fisik merupakan aspek mendasar dari tanggung jawab lembaga pemasyarakatan terhadap warga binaan, yang mencakup penyediaan fasilitas medis dasar, obat-obatan, dan rujukan ke rumah sakit untuk kasus yang memerlukan perawatan khusus. Lembaga pemasyarakatan harus memastikan bahwa setiap WBP memiliki akses ke pemeriksaan kesehatan rutin, vaksinasi, dan perawatan preventif untuk menjaga kesehatan fisik mereka (Arganata et al., 2025). Sanitasi lingkungan, penyediaan air bersih, makanan bergizi, dan fasilitas olahraga juga merupakan

komponen penting dari pelayanan kesehatan fisik. Namun, banyak lembaga masyarakat di Indonesia masih menghadapi keterbatasan dalam hal sarana dan prasarana medis, yang berupaya menerapkan standar kesehatan internasional.

7.4.2 Pelayanan Kesehatan Mental dan Konseling Psikologis

Kesehatan mental warga binaan pemasyarakatan sering kali terabaikan meskipun merupakan aspek kritis dari kesejahteraan mereka secara keseluruhan (Richter & Dixon, 2022). Lembaga masyarakat harus menyediakan layanan konseling individu dan kelompok yang dirancang untuk mengatasi masalah psikologis seperti depresi, kecemasan, trauma, dan gangguan regulasi emosi. Konseling psikologis harus dilakukan oleh tenaga profesional yang melatih dan menggunakan pendekatan berbasis bukti yang terbukti efektif. Selain itu, program kesehatan mental harus mencakup intervensi krisis untuk WBP yang mengalami krisis suicidal atau psikotik, serta dukungan berkelanjutan untuk mereka yang memiliki kondisi mental yang persisten (Hariyadi et al., 2025). Pelayanan kesehatan mental yang komprehensif ini sangat penting untuk mempersiapkan WBP untuk mengintegrasikan kembali sosial yang sukses dan mengurangi risiko residivisme.

7.4.3 Rehabilitasi Medis dan Sosial untuk WBP Penyalahguna Narkotika

Warga binaan pemasyarakatan yang dilindungi karena narkoba memerlukan program rehabilitasi medis dan sosial yang khusus dirancang untuk mengatasi kecanduan mereka (Wangsanata et al., 2024). Rehabilitasi medis mencakup detoksifikasi, manajemen

gejala putus obat, dan terapi farmakologis bila diperlukan untuk membantu WBP mengatasi ketergantungan fisik mereka terhadap narkotika. Setelah fase medis, rehabilitasi sosial dilanjutkan melalui berbagai kegiatan terapi komunitas, kelompok konseling, dan pelatihan keterampilan yang membantu WBP membangun gaya hidup yang sehat dan produktif tanpa ketergantungan obat-obatan terlarang. Program rehabilitasi narkotika yang efektif harus mengintegrasikan pendekatan farmakologis, psikologis, dan sosial untuk mencapai hasil yang optimal dalam membantu WBP mengatasi Kecanduan mereka.

7.4.4 Program Kesehatan Preventif dan Promotif

Pendekatan kesehatan preventif dan promotif dalam lembaga pemasyarakatan bertujuan untuk meningkatkan kesadaran WBP tentang pentingnya gaya hidup sehat dan mencegah penyakit sebelum terjadi. Program penyuluhan kesehatan harus dilaksanakan secara rutin untuk memberikan informasi kepada WBP tentang pencegahan penyakit menular, pentingnya kebersihan diri dan lingkungan, serta manfaat olahraga dan nutrisi yang sehat (Arganata et al., 2025). Program promosi kesehatan juga harus mencakup inisiatif untuk meningkatkan kesadaran WBP tentang kesehatan reproduksi, pencegahan penyakit seksual menular, dan manajemen stres. Dengan menerapkan pendekatan preventif dan promotif ini, lembaga masyarakat dapat mengurangi beban penyakit di antara WBP dan meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan.

7.5 Latihan 5 Soal

1. Jelaskan konsep dan definisi warga binaan pemasyarakatan. Jelaskan secara rinci pengertian warga binaan pemasyarakatan menurut sistem pemasyarakatan Indonesia modern, serta mengapa paradigma pemasyarakatan telah berubah dari pendekatan punitif murni menjadi pendekatan rehabilitatif dan restoratif. Diskusikan juga berdampak pada perubahan paradigma ini terhadap persepsi masyarakat terhadap warga binaan dan terhadap kualitas layanan yang diberikan di lembaga pemasyarakatan.
2. Analisis komprehensif tentang prinsip-prinsip konseling. Analisis keempat prinsip konseling warga binaan pemasyarakatan, yaitu humanitas, rehabilitasi, reintegrasi sosial, dan pendekatan holistik, kemudian menjelaskan bagaimana setiap prinsip ini dapat diimplementasikan secara praktis dalam konteks lembaga pemasyarakatan yang menghadapi berbagai keterbatasan sumber daya dan tantangan operasional.
3. Diskusikan bagaimana azas kerahasiaan dan kepercayaan dapat diperkuat dalam lingkungan lembaga pemasyarakatan yang penuh dengan pengawasan, dan bagaimana konselor dapat menjaga profesionalisme sambil bekerja dalam sistem yang kompleks dengan berbagai pemangku kepentingan yang terlibat.
4. Evaluasi kritis tentang pelayanan kesehatan. Evaluasi tantangan utama yang dihadapi lembaga pemasyarakatan dalam menyediakan pelayanan kesehatan fisik dan mental yang

berkualitas bagi warga binaan, mengidentifikasi faktor-faktor yang menghambat penerapan standar kesehatan internasional, dan mengusulkan strategi praktis untuk meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan dalam konteks keterbatasan sumber daya yang realistis.

5. Rancang program komprehensif tentang rehabilitasi narkoba. Rancangan program rehabilitasi medis dan sosial yang komprehensif untuk warga binaan pemasyarakatan penyalahguna narkoba, dengan mempertimbangkan pendekatan terintegrasi yang menggabungkan unsur farmakologis, psikologis, sosial, dan spiritual untuk mencapai hasil rehabilitasi yang optimal dan berkelanjutan.

Bab 8: Korban Bencana Alam

Bencana alam merupakan peristiwa luar biasa yang mengganggu dan mengancam kehidupan manusia, menimbulkan kerusakan infrastruktur, kerugian harta benda, dan yang paling penting adalah hilangnya nyawa serta dampak psikologis yang mendalam bagi para korban yang selamat. Indonesia sebagai negara yang terletak di lingkaran api pasifik atau *Ring of Fire* merupakan salah satu negara dengan tingkat kerawanan bencana alam yang sangat tinggi. Berbagai jenis bencana alam seperti gempa bumi, letusan gunung berapi, tsunami, banjir, tanah longsor, dan angin puting beliung sering terjadi di berbagai wilayah Indonesia, menyebabkan penderitaan yang sangat besar bagi masyarakat yang terdampak.

8.1 Korban Pengertian Bencana Alam

8.1.1 Definisi Korban Bencana Alam

Korban bencana alam adalah individu atau kelompok orang yang mengalami kerugian, cedera, atau kehilangan akibat peristiwa bencana alam yang terjadi secara mendadak dan tidak dapat diprediksi dengan akurat (Sa'adah et al., 2025). Korban bencana alam dapat mengalami berbagai jenis kerugian yang mencakup kehilangan harta benda, rumah, mata pencaharian, bahkan anggota keluarga. Lebih dari itu, korban bencana alam juga mengalami

penderitaan yang tidak terlihat secara fisik yaitu penderitaan psikologis dan emosional yang dapat berlangsung dalam waktu yang relatif lama.

Korban bencana alam dapat dibagi menjadi beberapa kelompok berdasarkan tingkat keparahan yang dialami. Kelompok pertama adalah korban yang mengalami cedera fisik berat atau luka serius. Kelompok kedua adalah korban yang kehilangan tempat tinggal atau mengalami kerusakan harta benda yang signifikan. Kelompok ketiga adalah keluarga dari korban yang meninggal atau hilang dalam bencana. Keempatnya adalah kelompok rentan seperti anak-anak, lanjut usia, dan penyandang disabilitas yang memerlukan perhatian khusus dalam penanganan pascabencana (Sa'adah et al., 2025).

8.1.2 Jenis-Jenis Bencana Alam

Bencana alam memiliki berbagai jenis yang dapat mengancam kehidupan masyarakat di Indonesia. Gempa bumi merupakan salah satu jenis bencana alam yang paling sering terjadi dan menimbulkan dampak yang sangat signifikan terhadap kehidupan masyarakat. Letusan gunung berapi juga merupakan bencana alam yang berbahaya, tidak hanya menimbulkan kerusakan fisik tetapi juga dapat menimbulkan dampak lingkungan yang berkepanjangan. Tsunami atau gelombang laut yang tinggi dapat menyebabkan banyak korban dan kerusakan yang masif, seperti yang terjadi pada tsunami Aceh tahun 2004 (Rahmawati et al., 2024).

Banjir merupakan jenis bencana alam yang sering terjadi di berbagai wilayah Indonesia, terutama di musim hujan atau ketika terjadi curah hujan yang sangat tinggi. Tanah longsor sering terjadi di daerah pegunungan atau daerah dengan kemiringan yang curam, dan dapat menyebabkan kerusakan organisasi dan hilangnya nyawa. Angin puting beliung atau tornado juga merupakan jenis bencana alam yang berbahaya dan dapat terjadi dengan cepat tanpa peringatan yang memadai. Setiap jenis bencana alam memiliki karakteristik yang unik dan menuntut respons serta penanganan yang berbeda-beda.

8.1.3 Skala dan Intensitas Bencana

Skala dan intensitas bencana alam mempengaruhi besarnya dampak yang ditimbulkan dan jumlah korban yang ditimbulkan. Gempa bumi diukur dengan menggunakan skala Richter atau skala magnitudo, dimana gempa dengan magnitudo lebih besar akan menimbulkan kerusakan yang lebih parah dan menambah jumlah korban. Intensitas dampak bencana juga dipengaruhi oleh lokasi bencana, infrastruktur yang ada, tingkat kesiapsiagaan masyarakat, dan kecepatan tanggap darurat (Sa'adah et al., 2025).

Bencana alam yang terjadi di daerah berpenduduk padat akan menimbulkan dampak yang jauh lebih besar dibandingkan dengan bencana alam yang terjadi di daerah yang jarang penduduknya. Demikian pula dengan infrastruktur yang ada, bencana alam yang terjadi di daerah dengan infrastruktur yang kurang baik akan menimbulkan kerusakan yang lebih parah. Kemampuan penanganan dan tanggap darurat dari pemerintah dan berbagai pihak yang terlibat

juga sangat mempengaruhi besarnya dampak dan jumlah korban yang dapat diselamatkan.

8.1.4 Sebaran dan Karakteristik Korban Bencana

Korban bencana alam tersebar di berbagai kelompok usia dan status sosial ekonomi, meskipun kelompok yang lebih rentan seperti anak-anak, lansia, dan orang-orang dengan status sosial ekonomi rendah cenderung mengalami dampak yang lebih berat. Anak-anak merupakan kelompok yang paling rentan terhadap trauma psikologis akibat bencana alam, karena mereka belum memiliki mekanisme koping yang kuat dan kesulitan dalam mengekspresikan perasaan mereka (Rahmawati et al., 2024). Lansia juga merupakan kelompok rentan karena kemampuan mereka untuk beradaptasi dengan situasi stres menurun seiring dengan bertambahnya usia.

Karakteristik korban bencana alam sangat beragam, tergantung pada jenis bencana, lokasi bencana, dan faktor-faktor lainnya. Beberapa korban mengalami cedera fisik yang serius, sementara yang lain mengalami kehilangan harta benda atau keluarga. Trauma psikologis yang dialami korban juga bervariasi, mulai dari rasa ketakutan yang ringan hingga gangguan stres pasca-trauma serius yang dapat mempengaruhi kualitas hidup mereka dalam jangka panjang.

8.2 Penderitaan Fisik dan Psikis Korban Bencana Alam

8.2.1 Dampak Fisik Bencana Alam

Dampak fisik bencana alam sangat bervariasi tergantung pada jenis bencana yang terjadi dan intensitasnya. Cedera fisik dapat berkisar dari luka ringan hingga cedera yang mengakibatkan cacat permanen atau kematian. Gempa bumi dapat menimbulkan fraktur tulang, luka robek, dan cedera kepala yang serius. Tsunami dapat menyebabkan luka bakar, tenggelam, atau cedera akibat tertimpa puing-puing (puing-puing). Letusan gunung berapi dapat menyebabkan luka bakar akibat awan panas, luka bakar kimiawi akibat abu vulkanik, dan gangguan pernapasan (Rahmawati et al., 2024).

Selain cedera individu, bencana alam juga menimbulkan dampak fisik yang lebih luas pada lingkungan dan infrastruktur. Rumah-rumah hancur atau rusak parah, membuat korban kehilangan tempat tinggal dan memerlukan pengungsian. Infrastruktur kesehatan seperti rumah sakit atau klinik juga dapat rusak, sehingga menyulitkan akses korban terhadap layanan kesehatan yang mereka butuhkan. Infrastruktur air bersih, listrik, dan sanitasi juga sering mengalami kerusakan, meningkatkan risiko penyakit menular pada periode pasca-bencana (Rahmawati et al., 2024).

8.2.2 Dampak Psikologis Korban Bencana Alam

Dampak psikologis bencana alam pada korban sangat signifikan dan sering kali bersifat jangka panjang. Pengalaman

traumatis dari bencana alam dapat mengakibatkan gangguan mental yang berbeda-beda, mulai dari kecemasan, depresi, hingga *Post-Traumatic Stress Disorder* atau PTSD. PTSD merupakan gangguan mental yang paling sering muncul pada korban bencana alam, ditandai dengan adanya gejala intrusi berulang atau kilas balik (*flashback*) terhadap peristiwa traumatis, penghindaran terhadap hal-hal yang mengingatkan pada bencana, dan peningkatan reaksi mengagetkan atau keasingan emosional (Maulana et al., 2023).

Korban bencana alam juga sering mengalami gejala kecemasan yang tinggi, ditandai dengan perasaan takut yang berlebihan, khawatir yang terus-menerus, dan ketegangan otot yang terus-menerus. Depresi juga merupakan gejala yang sering ditemui, terutama pada korban yang mengalami kehilangan yang signifikan seperti kehilangan anggota keluarga atau kehilangan rumah. Gejala depresi dapat mencakup perasaan sedih yang mendalam, kehilangan minat pada aktivitas yang sebelumnya menyenangkan, dan pikiran untuk mengakhiri hidup (Maulana et al., 2023).

8.2.3 Gejala dan Manifestasi Penderitaan

Gejala psikologis korban bencana alam dapat diwujudkan dalam berbagai bentuk. Secara fisik, korban sering menunjukkan gejala seperti gangguan tidur, nafsu makan berkurang, kelelahan yang berlebihan, dan sakit kepala atau pusing. Secara emosional, korban dapat menunjukkan iritabilitas atau mudah marah, kecemasan yang tinggi, perasaan sedih yang mendalam, dan rasa bersalah. Secara kognitif, korban sering mengalami kesulitan dalam

konsentrasi, gangguan memori, dan pikiran yang tidak terorganisir (Sa'adah et al., 2025).

Secara perilaku, korban bencana alam dapat menunjukkan perubahan yang signifikan seperti menarik diri dari interaksi sosial, perilaku destruktif, penggunaan substansi terlarang, atau perilaku agresif yang tidak biasa. Anak-anak korban bencana alam sering menunjukkan reaksi seperti regresi (kembali ke perilaku yang sebelumnya sudah ditinggalkan), enuresis (mengompol kembali), dan perubahan perilaku di sekolah (Sa'adah et al., 2025).

8.2.4 Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Penderitaan

Tingkat psikologis korban bencana alam dipengaruhi oleh berbagai faktor. Faktor pra-bencana meliputi riwayat kesehatan mental sebelum bencana, pengalaman traumatis sebelumnya, tingkat kerentanan psikologis, dan dukungan sosial yang dimiliki sebelum bencana terjadi. Faktor saat bencana meliputi tingkat paparan terhadap bencana, pengalaman kehilangan dalam bencana, dan respon emosional langsung pada saat peristiwa bencana terjadi. Faktor pasca-bencana mencakup ketersediaan dukungan sosial, akses terhadap layanan kesehatan mental, stabilitas hidup, dan keberhasilan dalam membangun kembali kehidupan normal (Maulana et al., 2023).

Karakteristik individu seperti usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan status sosial ekonomi juga mempengaruhi tingkat penderitaan. Anak-anak dan lansia cenderung mengalami tingkat penderitaan yang lebih tinggi. Perempuan sering kali menunjukkan gejala PTSD yang lebih berat dibandingkan laki-laki. Orang-orang

dari status sosial ekonomi yang lebih rendah sering kali mengalami kesulitan yang lebih besar dalam pemulihan karena keterbatasan sumber daya (Maulana et al., 2023).

8.3 Model Bimbingan dan Konseling terhadap Korban Bencana Alam

8.3.1 Layanan Informasi dan Edukasi

Layanan informasi dan edukasi merupakan salah satu bentuk intervensi awal yang sangat penting dalam membantu korban bencana alam memahami kondisi psikologis mereka dan cara-cara yang dapat dilakukan untuk memulihkan diri. Layanan informasi dapat diberikan melalui berbagai media seperti penyuluhan langsung, media cetak, media digital, atau melalui sesama korban yang telah mengalami pemulihan. Informasi yang diberikan dapat mencakup penjelasan tentang reaksi normal pascabencana, gejala-gejala yang mungkin dialami, dan strategi-strategi *coping* atau pengatasan yang dapat digunakan (Wangsanata et al., 2024).

Edukasi kesehatan mental juga merupakan bagian penting dari layanan informasi, di mana korban mennggal tentang pentingnya menjaga kesehatan mental, tanda-tanda peringatan dini dari gangguan mental yang serius, dan kapan harus mencari bantuan profesional. Layanan informasi juga dapat mencakup edukasi tentang teknik-teknik relaksasi sederhana seperti teknik pernapasan dalam, teknik grounding, atau meditasi yang dapat digunakan korban

untuk mengurangi gejala kecemasan dan stres (Maulana et al., 2023).

8.3.2 Layanan Konseling Perorangan dan Kelompok

Layanan konseling individu dirancang untuk memberikan perhatian khusus kepada korban yang mengalami trauma serius atau yang memiliki kebutuhan khusus yang tidak dapat dipenuhi melalui layanan kelompok. Melalui konseling individu, konselor dapat membantu korban memproses pengalaman traumatis mereka, mengidentifikasi perasaan dan pikiran yang alami mereka, dan mengembangkan strategi untuk mengatasi kesulitan yang mereka hadapi. Konseling individu juga memungkinkan konselor untuk mengadaptasi pendekatan sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik unik dari setiap individu (Wangsanata et al., 2024).

Layanan konseling kelompok memberikan kesempatan kepada korban untuk berbagi pengalaman dengan korban lainnya, sehingga mereka merasa tidak sendiri dalam menghadapi situasi yang sulit. Melalui konseling kelompok, korban dapat belajar dari pengalaman korban lainnya, mendapatkan dukungan emosional dari sesama korban, dan mengembangkan keterampilan sosial yang dapat membantu pemulihan mereka. Konseling kelompok juga lebih efisien dalam hal sumber daya dan dapat menjangkau lebih banyak korban (Wangsanata et al., 2024).

8.3.3 Teknik Terapi Trauma Healing

Trauma *healing* atau penyembuhan trauma merupakan proses intervensi yang dirancang khusus untuk membantu korban bencana alam mengatasi trauma psikologis yang alami. Terdapat

berbagai teknik trauma healing yang telah terbukti efektif dalam membantu korban, termasuk terapi bermain (terapi bermain), *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT), *Eye Movement Desensitization and Reprocessing* (EMDR), dan hipnosis atau hypnotherapy (Maulana et al., 2023).

Terapi bermain merupakan teknik yang sangat efektif terutama untuk anak-anak, karena memungkinkan anak mengekspresikan perasaan dan trauma mereka melalui bermain. Bermain memberikan jarak yang aman bagi anak untuk mengalami emosi yang sulit tanpa merasa suasana hati. CBT adalah pendekatan yang menekankan perubahan pola pikir negatif menjadi pola pikir yang lebih positif dan adaptif. EMDR adalah teknik yang menggunakan gerakan mata bilateral untuk membantu memproses memori traumatis. Hipnosis dapat membantu korban memasuki keadaan rileks di mana mereka dapat menerima sugesti positif untuk mengubah persepsi dan respon mereka terhadap trauma (Rahmawati et al., 2024).

8.3.4 Strategi Penanganan Komprehensif dan Berkelanjutan

Penanganan korban bencana alam yang efektif memerlukan strategi yang komprehensif dan berkelanjutan yang melibatkan berbagai pihak termasuk pemerintah, organisasi masyarakat sipil, profesional kesehatan mental, keluarga, dan komunitas lokal. Strategi penanganan harus dimulai sejak fase darurat atau fase segera setelah bencana terjadi, dengan fokus pada pertolongan pertama psikologis yang bertujuan untuk menstabilkan emosi korban dan

memastikan kebutuhan dasar mereka terpenuhi (Wangsanata et al., 2024).

Setelah fase darurat berlalu, penanganan harus beralih ke fase pemulihan jangka menengah dengan fokus pada pemulihan psikologis, dukungan sosial, dan pembangun kembali rutinitas hidup normal. Fase pemulihan jangka panjang memerlukan dukungan berkelanjutan untuk mencegah terjadinya gangguan kronis mental dan memastikan integrasi sosial korban kembali ke masyarakat. Strategi penanganannya juga harus mempertimbangkan aspek kultural dan spiritual, mengintegrasikan nilai-nilai lokal dan kepercayaan agama dalam proses pemulihan, karena faktor-faktor ini memiliki peran yang signifikan dalam resiliensi dan pemulihan korban (Maulana et al., 2023).

8.4 Latihan Soal

1. Jelaskan pengertian korban bencana alam serta sebutkan dan uraikan kelompok-kelompok korban berdasarkan tingkat keparahan yang dialami.
2. Uraikan berbagai jenis bencana alam yang sering terjadi di Indonesia serta jelaskan dampak yang ditimbulkan oleh masing-masing jenis bencana tersebut.
3. Bagaimana skala dan intensitas bencana mempengaruhi jumlah korban dan tingkat kerusakan? Jelaskan dengan contoh.

4. Jelaskan perbedaan dampak fisik dan dampak psikologis yang dialami oleh korban bencana alam, serta berikan contoh gejalanya.
5. Uraikan berbagai model bimbingan dan konseling yang dapat diberikan kepada korban bencana alam serta jelaskan tujuan dari masing-masing layanan tersebut.

Bab 9: Konseling Teman Sebaya

9.1 Pengertian Konseling Teman Sebaya

9.1.1 Definisi Konseling Teman Sebaya

Konseling teman sebaya atau *peer counseling* adalah suatu bentuk bantuan interpersonal yang dilakukan secara langsung antara dua orang atau lebih, di mana individu yang memberikan dukungan (konselor sebaya) memiliki latar belakang pengalaman yang serupa dengan yang menerima bantuan (konseli), dan keduanya berada pada tingkat kedudukan atau usia yang relatif sama. Konseling teman sebaya bukan merupakan pengganti dari konseling profesional yang dilakukan oleh konselor bersertifikat, melainkan merupakan bentuk intervensi psikologis yang saling melengkapi dalam sistem dukungan emosional dan sosial. Hubungan konseling teman sebaya adalah hubungan pribadi yang dibangun atas dasar kepercayaan, empati, dan pemahaman mendalam, di mana konselor sebaya harus memiliki kemampuan-kemampuan khusus untuk menggiring situasi belajar dan membentuk individu yang menerima konseling agar dapat memahami dirinya sendiri dengan lebih baik. Dalam konteks pendidikan, konseling teman sebaya merupakan bagian dari program bimbingan dan konseling yang dirancang untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa melalui dukungan dari sesama siswa

yang telah mendapatkan pelatihan khusus. Konseling teman sebaya didasarkan pada premis bahwa individu sering merasa lebih nyaman berbagi masalah mereka dengan sesama sebaya daripada dengan orang dewasa atau figur otoritas, karena adanya kesamaan pengalaman dan perspektif yang lebih relevan (Fitriyah, 2023).

9.1.2 Karakteristik dan Prinsip Dasar Konseling Teman Sebaya

Konseling teman sebaya memiliki beberapa karakteristik yang membedakannya dari bentuk konseling lainnya. Pertama, konseling teman sebaya didasarkan pada prinsip kesetaraan, di mana baik konselor maupun konseli berada pada posisi yang seimbang dalam hal usia, status sosial, atau pengalaman hidup. Kedua, konseling teman sebaya menekankan pada pembangunan hubungan yang autentik dan penuh kepercayaan, didasarkan pada pemahaman emosional yang mendalam terhadap masalah yang dihadapi. Ketiga, konseling teman sebaya fokus pada pemberdayaan individu melalui penguatan mental, pemberian dukungan emosional, dan peningkatan kapasitas untuk menghadapi tantangan. Keempat, menasihati teman sebaya meliputi keterampilan komunikasi yang efektif, termasuk kemampuan mendengarkan dengan penuh perhatian, memberikan umpan balik yang konstruktif, dan menunjukkan empati yang tulus. Kelima, konseling teman sebaya harus bekerja dalam kerangka etika yang jelas, termasuk menjaga privasi, menghormati privasi, dan menghindari memberikan nasihat yang melampaui kompetensi mereka. Prinsip dasar konseling teman sebaya adalah bahwa setiap individu memiliki potensi untuk berkembang dan mengatasi tantangan dalam hidup mereka, dan dukungan dari teman sebaya

dapat menjadi katalis penting dalam proses pemulihan dan pertumbuhan pribadi (Mu'alifah et al., 2023).

9.1.3 Perbedaan Konseling Teman Sebaya dengan Konseling Profesional

Penting untuk memahami perbedaan antara konseling teman sebaya dengan konseling profesional yang dilakukan oleh konselor bersertifikat atau psikolog. Konseling profesional melibatkan praktisi yang telah menjalani pendidikan formal yang ekstensif, memiliki kredensial profesional yang diakui, dan tunduk pada kode etik profesi yang ketat. Konselor profesional dilatih untuk menggunakan berbagai teknik psikoterapi yang terbukti secara ilmiah dan memiliki keahlian dalam mendiagnosis dan merawat gangguan mental yang kompleks. Sebaliknya, konseling teman sebaya melibatkan individu yang telah menerima pelatihan dasar dalam keterampilan konseling, namun tidak memiliki kredensial profesional formal. Konseling teman sebaya lebih fokus pada memberikan dukungan emosional, membagi pengalaman, dan membantu konseli dalam mengidentifikasi solusi sendiri daripada memberikan terapi formal. Meskipun demikian, kedua bentuk konseling ini dapat bekerja secara komplementer, di mana konseling teman sebaya dapat berfungsi sebagai pintu masuk pertama bagi individu yang mencari bantuan, atau dapat melengkapi terapi profesional dengan memberikan dukungan berkelanjutan. Pemahaman yang jelas tentang perbedaan ini penting untuk memastikan bahwa konseling teman sebaya digunakan dengan tepat dan bahwa individu dengan kebutuhan psikologis yang kompleks

atau krisis akut dirujuk ke profesional kesehatan mental yang dilatih (Fitriyah, 2023).

9.1.4 Aplikasi Konseling Teman Sebaya dalam Berbagai Konteks

Konseling teman sebaya dapat diterapkan dalam berbagai konteks, mulai dari sekolah, tempat kerja, komunitas kesehatan, hingga organisasi sosial. Dalam konteks sekolah, konseling teman sebaya sering diimplementasikan melalui program konselor sebaya yang melibatkan siswa yang telah dilatih untuk memberikan dukungan kepada siswa lain yang menghadapi masalah akademik, sosial, atau emosional. Dalam lingkungan kesehatan, konseling teman sebaya telah terbukti efektif dalam mendukung pasien yang mengalami kondisi kesehatan kronis, seperti kelompok dukungan sebaya untuk individu yang hidup dengan HIV/AIDS yang memberikan dukungan emosional, informasi kesehatan, dan pemberdayaan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku kesehatan. Dalam organisasi kerja, konseling teman sebaya dapat digunakan untuk mendukung karyawan dalam mengatasi stres kerja, konflik interpersonal, atau tantangan dalam adaptasi terhadap perubahan organisasi. Dalam komunitas, konseling teman sebaya telah digunakan untuk program kesejahteraan mental pekerja migran, di mana teman sebaya yang berlatih berfungsi sebagai para-konselor atau pemimpin dukungan sebaya yang memberikan dukungan psikologis dasar, edukasi kesehatan mental, dan fasilitasi akses ke layanan kesehatan profesional (Khusumadewi et al., 2024). Aplikasi konseling teman sebaya yang beragam ini menunjukkan

keanehan dan potensi model ini dalam berbagai pengaturan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis individu.

9.2 Pentingnya Konseling Teman Sebaya

9.2.1 Peran Konseling Teman Sebaya dalam Kesehatan Mental Remaja

Pentingnya konseling teman sebaya dalam konteks kesehatan mental remaja tidak dapat diragukan lagi, mengingat masa remaja merupakan fase kritis dalam pengembangan identitas, pembentukan hubungan sosial, dan navigasi tantangan emosional. Remaja sering mengalami berbagai masalah psikologis seperti kecemasan, depresi, hubungan yang tidak sehat, putus cinta, dan tekanan akademik yang signifikan dapat mempengaruhi kesejahteraan mereka. Konseling teman sebaya menyediakan ruang yang aman di mana remaja dapat berbagi perasaan dan pengalaman mereka dengan seseorang yang mereka percayai dan yang memahami tantangan mereka dari perspektif yang sama. Penelitian menunjukkan bahwa remaja yang mengalami masalah putus cinta mengalami berbagai kesulitan emosional seperti kesulitan tidur, sering menangis, dan bahkan pikiran untuk mengakhiri hidup, yang dapat diminimalkan melalui konseling sebaya dengan prinsip harus dipatuhi dalam hubungan seperti keseriusan dan kejelasan hubungan, yang memungkinkan konseli untuk memiliki pemahaman baru dan dapat memulai memilih pasangan hidup dengan lebih gangguan. Dengan memberikan dukungan emosional, konseling

teman sebaya membantu remaja merasa tidak sendirian dalam menghadapi tantangan mereka, yang dapat meningkatkan kepercayaan diri, harga diri, dan kemampuan *coping* mereka (Harisma, 2022). Pentingnya konseling teman sebaya juga terletak pada kemampuan untuk mengidentifikasi remaja yang berisiko dan menghubungkan mereka dengan layanan profesional ketika diperlukan, sehingga berfungsi sebagai gatekeeper yang penting dalam sistem kesehatan mental remaja.

9.2.2 Manfaat Konseling Teman Sebaya untuk Penerimaan Diri

Salah satu manfaat penting dari konseling teman sebaya adalah kemampuan untuk meningkatkan penerimaan diri pada individu, terutama mereka yang menghadapi situasi kehidupan yang sulit seperti rumah tangga yang rusak atau perceraian orang tua. Penerimaan diri dapat diartikan sebagai upaya individu untuk menerima dirinya secara utuh, baik dengan kelebihan maupun kekurangan, dengan tujuan mencapai kebahagiaan dan keseimbangan dalam hidup. Melalui konseling teman sebaya, individu yang mengalami kesulitan penerimaan diri diberikan kesempatan untuk memahami diri mereka dengan lebih baik, mengidentifikasi kekuatan dan potensi mereka, dan belajar untuk menerima aspek-aspek diri mereka yang tidak dapat diubah. Proses konseling teman sebaya meliputi kegiatan pemberdayaan yang mencakup penguatan mental melalui pengalaman positif, memberikan dukungan emosional yang konsisten, dan peningkatan kesadaran diri tentang kemampuan mereka untuk mengatasi tantangan. Penelitian menunjukkan bahwa anak-anak dari keluarga

yang mengalami Broken Home yang menerima konseling teman sebaya menunjukkan peningkatan signifikan dalam penerimaan diri mereka, merasa lebih bahagia dalam menyesuaikan diri dengan situasi, memiliki keyakinan pada kemampuan mereka menghadapi kehidupan, dan menunjukkan peningkatan keterbukaan dalam berkomunikasi serta menerima situasi baru dalam hidup mereka (Mu'alifah et al., 2023). Dengan demikian, konseling teman sebaya memiliki dampak positif dalam membantu individu mencapai kesejahteraan psikologis yang lebih baik.

9.2.3 Pentingnya Konseling Teman Sebaya dalam Pencegahan Masalah Psikologis

Konseling teman sebaya memainkan peran penting dalam pencegahan berbagai masalah psikologis dan perilaku berisiko di kalangan remaja dan masyarakat luas. Program pelatihan konseling teman sebaya dapat meningkatkan kesadaran remaja terhadap berbagai masalah sosial dan kesehatan, seperti bahaya penggunaan narkoba, pentingnya kesehatan reproduksi, pencegahan kekerasan, dan kesadaran akan kesehatan mental. Melalui program edukasi yang dirancang dengan cermat, konselor sebaya yang memantau dapat menyampaikan informasi penting kepada teman sebaya mereka dalam cara yang lebih dapat diterima dan relevan dibandingkan dengan informasi yang disampaikan oleh orang dewasa atau figur otoritas. Penelitian menunjukkan bahwa pelatihan konseling teman sebaya untuk meningkatkan kesadaran terhadap bahaya narkoba yang melibatkan proses yang terstruktur, mulai dari menyumbangkan video edukasi, diskusi dalam kelompok kecil di

lingkungan sekolah, hingga monitoring hasil yang melibatkan guru bimbingan dan konseling serta guru pendidikan agama Islam. Manfaat konseling teman sebaya dalam pencegahan juga mencakup kemampuan untuk memberikan dukungan sosial yang memperkuat faktor-faktor protektif dalam kehidupan individu, seperti peningkatan koneksi sosial, rasa memiliki, dan pemberdayaan untuk membuat keputusan yang sehat (Zuwirda et al., 2022). Dengan demikian, investasi dalam program konseling teman sebaya dapat memberikan hasil yang signifikan dalam mengurangi maraknya masalah psikologis dan perilaku berisiko di masyarakat.

9.2.4 Pentingnya Pelatihan dan Pengembangan Kompetensi Konselor Sebaya

Untuk memastikan efektivitas konseling teman sebaya, penting untuk memberikan pelatihan yang komprehensif dan berkelanjutan kepada konselor sebaya. Pelatihan harus mencakup berbagai aspek, mulai dari keterampilan komunikasi dasar seperti mendengarkan aktif dan empati, hingga keterampilan yang lebih maju seperti identifikasi risiko, de-eskalasi krisis, dan rujukan ke layanan profesional. Pelatihan juga harus mencakup pemahaman mendalam tentang berbagai masalah psikologis yang mungkin dihadapi konseli, strategi konseling yang efektif, dan etika konseling. Program pengembangan kompetensi konselor sebaya harus dirancang dengan mempertimbangkan konteks lokal dan kebutuhan populasi spesifik yang akan dilayani. Penelitian menunjukkan bahwa penerapan modul pelatihan dan materi konseling yang relevan dan efektif untuk konselor sebaya remaja

dapat meningkatkan kompetensi mereka dalam memberikan dukungan kepada teman sebaya mereka. Dengan adanya modul pelatihan yang dirancang khusus, diharapkan bahwa layanan konseling dapat ditingkatkan, memastikan bahwa siswa yang membutuhkan dukungan psikologis menerima layanan yang lebih baik dan berkualitas tinggi. Pelatihan keberlanjutan dan pengembangan kepemimpinan di antara konselor sebaya juga penting untuk memastikan keberlanjutan program dan peningkatan kualitas layanan dalam jangka panjang (Fitriyah, 2023).

9.3 Strategi Konseling Teman Sebaya

9.3.1 Strategi Pembangunan Hubungan dan Hubungan Baik

Strategi pertama dalam konseling teman sebaya adalah pembangunan hubungan yang kuat dan hubungan baik yang mendalam antara konselor sebaya dan konseli. *Rapport* adalah keadaan di mana dua orang atau lebih merasa saling memahami, saling menghormati, dan merasa nyaman satu sama lain. Dalam konteks konseling teman sebaya, pembangunan rapport adalah fondasi yang sangat penting karena konseli akan lebih terbuka dan responsif terhadap konseling apabila mereka merasa dipahami dan diterima. Strategi pembangunan rapport dapat dilakukan melalui beberapa teknik, seperti menggunakan bahasa yang familiar dan mudah dipahami, menunjukkan minat yang tulus terhadap masalah konseli, menggunakan refleksi untuk menunjukkan pemahaman, dan menghindari penilaian yang tidak adil. Konselor sebaya juga perlu

menciptakan suasana yang aman dan rahasia, di mana konseli merasa percaya bahwa mereka yang membagikan informasi akan dijaga kerahasiaannya. Pembangunan hubungan yang efektif memungkinkan konseli untuk merasa lebih nyaman dalam mengungkapkan perasaan dan pemikiran terdalam mereka, yang pada memfasilitasi proses konseling yang lebih efektif. Selain itu, hubungan yang kuat antara konselor sebaya dan konseli juga dapat memberikan dukungan emosional yang berkelanjutan bahkan setelah proses konseling formal berakhir.

9.3.2 Strategi Mendengarkan Aktif dan Empati

Strategi kedua dalam konseling teman sebaya adalah penerapan teknik mendengarkan aktif dan empati. Mendengarkan aktif adalah keterampilan untuk mendengarkan dengan penuh perhatian, mengosongkan pikiran dari gangguan, dan fokus sepenuhnya pada apa yang dikatakan oleh konseli. Mendengarkan aktif tidak hanya melibatkan mendengar kata-kata yang diucapkan, tetapi juga memperhatikan ekspresi wajah, bahasa tubuh, nada suara, dan emosi yang terkandung dalam komunikasi konseli. Empati adalah kemampuan untuk memahami dan merasakan apa yang dirasakan oleh konseli, memposisikan diri dalam situasi mereka, dan menunjukkan bahwa konseli dipahami dan didukung. Teknik mendengarkan aktif dapat dilakukan melalui berbagai cara, seperti membuat kontak mata yang tepat, menggunakan bahasa tubuh yang terbuka, memberikan refleksi atas apa yang didengar, mengajukan pertanyaan klarifikasi ketika diperlukan, dan menghindari untuk memotong atau menyelesaikan pembicaraan konseli. Kombinasi

mendengarkan aktif dan empati menciptakan lingkungan yang mendukung di mana konseli merasa benar-benar didengar dan dihargai, yang merupakan langkah penting dalam proses konseling. Penelitian menunjukkan bahwa konselor sebaya yang menerapkan teknik mendengarkan aktif dan empati secara konsisten menghasilkan hasil konseling yang lebih baik dibandingkan dengan mereka yang tidak menerapkan teknik ini.

9.3.3 Strategi Identifikasi Masalah dan Penetapan Tujuan

Strategi ketiga dalam konseling teman sebaya adalah mengidentifikasi masalah secara jelas dan menetapkan tujuan yang realistis untuk proses konseling. Identifikasi masalah melibatkan proses pengumpulan informasi mendalam tentang masalah utama yang dihadapi konseli, faktor-faktor yang berkontribusi terhadap masalah, dan dampak masalah tersebut terhadap kehidupan konseli. Konselor sebaya perlu membantu konseli untuk mengartikulasikan masalah mereka dengan jelas sehingga keduanya memiliki pemahaman yang sama tentang apa yang perlu ditangani. Setelah masalah teridentifikasi, langkah berikutnya adalah menetapkan tujuan konseling yang spesifik, terukur, dapat dicapai, relevan, dan berjangka waktu (SMART). Tujuan yang jelas membantu konseli dan konselor sebaya untuk tetap fokus dan termotivasi dalam proses konseling. Penetapan tujuan juga membantu konseli untuk melihat arah perubahan yang diinginkan dan mengukur kemajuan yang telah dibuat. Strategi ini penting karena memastikan bahwa konseling memiliki arah yang jelas dan hasil yang terukur, daripada menjadi proses yang tidak terarah dan membingungkan bagi konseli.

9.3.4 Strategi Pemberian Dukungan dan Penguatan Positif

Strategi keempat dalam konseling teman sebaya adalah memberikan dukungan yang konsisten dan penerapan penguatan positif. Dukungan dapat diberikan dalam berbagai bentuk, seperti validasi perasaan konseli, pengakuan atas upaya konseli untuk mengatasi masalah, dan memberikan bantuan praktis ketika diperlukan. Penguatan positif melibatkan pengakuan dan penghargaan terhadap perilaku atau kemajuan positif yang ditunjukkan oleh konseli, dengan tujuan untuk memotivasi mereka melanjutkan upaya perubahan. Konselor sebaya juga dapat membantu konseli dalam mengidentifikasi kekuatan dan sumber daya yang dimiliki konseli yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah. Pemberian dukungan yang autentik dan penguatan positif yang tepat dapat meningkatkan kepercayaan diri konseli, memperkuat motivasi mereka untuk berubah, dan menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan pribadi. Strategi ini sangat penting karena banyak individu yang menghadapi masalah psikologis cenderung memiliki persepsi negatif tentang diri mereka sendiri dan ragu akan kemampuan mereka untuk mengatasi tantangan. Dengan pemberian dukungan dan penguatan positif yang konsisten, konselor sebaya dapat membantu pergeseran perspektif konseli menjadi lebih optimis dan proaktif dalam menghadapi tantangan.

9.4 Model Konseling Teman Sebaya

9.4.1 Model Konseling Teman Sebaya Berbasis Sekolah

Model konseling teman sebaya berbasis sekolah adalah implementasi program konseling teman sebaya yang dilakukan di lingkungan sekolah dengan melibatkan siswa yang telah dilatih sebagai konselor sebaya. Model ini biasanya mengidentifikasi siswa yang memiliki potensi untuk menjadi konselor berdasarkan kriteria tertentu seperti kepemimpinan, empati, komunikasi yang baik, dan kestabilan emosional. Siswa terpilih kemudian diberikan pelatihan intensif dalam keterampilan konseling, etika, dan penanganan berbagai masalah psikologis yang mungkin dihadapi oleh siswa lain. Dalam model ini, konseling teman sebaya dapat ditawarkan melalui berbagai mekanisme, seperti *open door* di mana konseli dapat datang dengan inisiatif mereka sendiri, rujukan dari guru atau konselor profesional, atau program proaktif yang melibatkan penjangkauan kepada siswa yang teridentifikasi berisiko. Model konseling teman sebaya berbasis sekolah memiliki keuntungan karena konselor sebaya dan konseli berada dalam lingkungan yang sama, sehingga lebih mudah untuk diakses, dan konseling dapat diberikan secara proaktif untuk mencegah masalah. Namun, model ini juga memiliki tantangan, seperti beban tambahan pada siswa konselor, potensi konflik kepentingan, dan keterbatasan kerahasiaan di lingkungan sekolah.

9.4.2 Model Konseling Teman Sebaya Berbasis Kelompok

Model konseling teman sebaya berbasis kelompok melibatkan proses konseling yang dilakukan dalam format kelompok, di mana seorang atau lebih konselor sebaya memimpin diskusi dengan beberapa konseli yang memiliki masalah atau kepentingan yang serupa. Model ini dapat mengambil berbagai bentuk, seperti kelompok dukungan, kelompok pembelajaran, atau kelompok pemecahan masalah. Keuntungan dari model konseling kelompok adalah efisiensi sumber daya, karena seorang konselor sebaya dapat memberikan dukungan kepada beberapa konseli sekaligus. Selain itu, format kelompok dapat memberikan manfaat tambahan seperti normalisasi pengalaman, rasa memiliki dan solidaritas di antara anggota kelompok, dan pembelajaran dari pengalaman konseli lain. Dalam kelompok dukungan untuk individu yang hidup dengan HIV/AIDS, misalnya, konseling sebaya memberikan dukungan emosional, berbagi pengalaman, dan pemberdayaan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku kesehatan yang lebih positif. Model konseling kelompok memerlukan keterampilan fasilitasi yang kuat dari konselor sebaya, kemampuan untuk mengelola dinamika kelompok yang kompleks, dan perhatian terhadap kebutuhan individu dalam konteks kelompok (Khusumadewi et al., 2024). Model ini sangat efektif untuk menciptakan dukungan komunitas yang kuat dan berkelanjutan.

9.4.3 Model Konseling Teman Sebaya Berbasis Komunitas

Model konseling teman sebaya berbasis komunitas melibatkan implementasi program konseling teman sebaya di tingkat komunitas yang lebih luas, dengan melibatkan anggota masyarakat yang pelatihan sebagai para-konselor atau pemimpin dukungan sebaya. Model ini dirancang untuk menjangkau populasi yang mungkin tidak memiliki akses mudah ke layanan kesehatan mental profesional, atau untuk melayani kebutuhan komunitas yang spesifik. Dalam konteks dukungan kesehatan mental pekerja migran, misalnya, program pemimpin dukungan sebaya melatih pekerja migran untuk memberikan dukungan psikologis dasar kepada sesama pekerja migran, menciptakan mekanisme pendidikan kesehatan mental, dan akses memfasilitasi ke layanan kesehatan profesional. Model konseling teman sebaya berbasis komunitas memiliki keunggulan dalam hal relevansi budaya, aksesibilitas, keinginan, dan pemberdayaan komunitas. Para-konselor yang berasal dari komunitas yang sama lebih memahami konteks budaya dan tantangan spesifik yang dihadapi anggota komunitas. Model ini juga dapat berkontribusi pada komunitas pemberdayaan dengan melatih anggota komunitas untuk menjadi agen perubahan dalam layanan kesehatan mental mereka sendiri. Namun model ini juga memerlukan dukungan yang terstruktur, pengawasan berkelanjutan, dan kemitraan dengan layanan kesehatan profesional untuk memastikan kualitas dan efektivitas layanan (Fitriyah, 2023).

9.4.4 Model Konseling Teman Sebaya Berbasis Nilai dan Kepercayaan Religius

Model konseling teman sebaya berbasis nilai dan kepercayaan religius adalah bentuk konseling teman sebaya yang mengintegrasikan nilai-nilai spiritual dan keagamaan dalam proses konseling. Model ini didasarkan pada pengakuan bahwa nilai-nilai keagamaan memainkan peran penting dalam kehidupan banyak individu dan dapat menjadi sumber kekuatan, harapan, dan makna dalam menghadapi tantangan. Dalam konteks asrama pesantren, misalnya, konseling kelompok berbasis nilai-nilai profetik yang dilakukan oleh konselor profesional dan mentor non-profesional yang diselaraskan dengan nilai-nilai religius dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa secara signifikan. Pendekatan ini mengintegrasikan nilai-nilai moral dan spiritual dalam memberikan dukungan, membantu individu untuk menemukan makna dan tujuan dalam kehidupan mereka, dan memperkuat motivasi untuk membuat pilihan-pilihan yang sejalan dengan nilai-nilai mereka. Keuntungan dari model ini adalah bahwa hal tersebut dapat beresonansi lebih kuat dengan individu yang memiliki latar belakang keagamaan yang kuat, dan dapat memberikan kerangka kerja yang jelas untuk pemecahan masalah dan pengambilan keputusan. Namun, penting untuk memastikan bahwa konseling berbasis nilai keagamaan dilakukan dengan cara yang menghormati agama kepercayaan, tidak memaksakan nilai-nilai tertentu pada konseli, dan tetap fokus pada kesejahteraan psikologis sebagai tujuan utama (Khusumadewi et al., 2024).

9.5 Latihan 5 Soal

1. Jelaskan definisi konseling teman sebaya dengan jelas dan menjelaskan perbedaan antara konseling teman sebaya dengan konseling profesional yang dilakukan oleh konselor bersertifikat. Peserta diminta untuk memberikan contoh konkret tentang situasi di mana konseling teman sebaya mungkin lebih sesuai daripada konseling profesional, dan situasi di mana konseling profesional lebih diperlukan.
2. Jelaskan pentingnya konseling teman sebaya dalam konteks kesehatan mental remaja dan menjelaskan bagaimana konseling teman sebaya dapat membantu remaja dalam mengatasi masalah psikologis seperti kecemasan, depresi, atau masalah hubungan interpersonal. Peserta didik juga diminta untuk mendeskripsikan peran konseling teman sebaya dalam pencegahan masalah psikologis di kalangan remaja.
3. Jelaskan strategi-strategi kunci dalam konseling teman sebaya dan meminta peserta didik untuk menjelaskan bagaimana strategi pengembangan hubungan baik, mendengarkan aktif, memahami masalah, dan memberikan dukungan dapat diterapkan dalam proses konseling. Peserta didik diminta untuk memberikan contoh konkret tentang bagaimana setiap strategi dapat diimplementasikan dengan efektif.
4. Bandingkan berbagai model konseling teman sebaya yang telah dibahas, termasuk model berbasis sekolah, kelompok, komunitas, dan nilai-nilai keagamaan. Peserta diminta untuk

menganalisis keunggulan dan keterbatasan setiap model, serta menyebarkan model mana yang paling sesuai untuk berbagai konteks dan populasi.

5. Jelaskan pentingnya pelatihan dan pengembangan kompetensi konselor sebaya dan meminta peserta didik untuk merancang program pelatihan komprehensif untuk konselor teman sebaya. Program pelatihan harus mencakup berbagai komponen, mulai dari keterampilan dasar hingga keterampilan lanjutan, dan peserta didik diminta untuk menjelaskan bagaimana program ini dapat dievaluasi untuk memastikan efektivitasnya dalam meningkatkan kompetensi konselor sebaya dan kualitas layanan konseling.

Bab 10: Layanan Bimbingan dan Konseling Anak Yatim

10.1 Pengertian Bimbingan dan Konseling Anak Yatim

10.1.1 Definisi Bimbingan dan Konseling

Bimbingan bantuan dan konseling merupakan sebuah proses pemberian yang sistematis dan berkelanjutan kepada individu agar dapat mencapai perkembangan yang optimal. Layanan bimbingan dan konseling dirancang untuk membantu seseorang dalam mengidentifikasi masalah pribadi, mengembangkan potensi diri, dan beradaptasi dengan lingkungan sekitar. Dalam konteks anak-anak, layanan bimbingan dan konseling menjadi sangat penting karena mereka berada dalam fase perkembangan yang kritis dan memerlukan dukungan profesional untuk mengatasi berbagai tantangan yang dihadapi (Arum, 2025).

10.1.2 Pengertian Anak Yatim dalam Konteks Bimbingan dan Konseling

Anak yatim secara umum didefinisikan sebagai anak yang telah kehilangan salah satu atau kedua orang tuanya. Dalam konteks bimbingan dan konseling, anak yatim adalah individu muda yang memerlukan perhatian khusus karena menghadapi kehilangan yang traumatis dan membutuhkan dukungan psikologis untuk proses

penyesuaian diri. Anak yatim sering mengalami berbagai kesulitan emosional, sosial, dan akademis yang membutuhkan intervensi profesional untuk memastikan kesejahteraan mereka.

10.1.3 Karakter Layanan Bimbingan dan Konseling Anak Yatim

Layanan bimbingan dan konseling anak yatim memiliki beberapa karakteristik khusus yang membedakannya dari layanan umum. Pertama, layanan ini bersifat preventif dan kuratif, artinya tidak hanya mengatasi masalah yang sudah ada tetapi juga mencegah masalah yang mungkin timbul di masa depan. Kedua, pendekatan yang digunakan harus holistik dan mempertimbangkan aspek fisik, emosional, sosial, dan spiritual anak. Ketiga, layanan ini melibatkan kolaborasi antara konselor profesional, keluarga angkat atau pengasuh, guru, dan komunitas untuk memberikan dukungan yang komprehensif.

10.1.4 Tujuan Bimbingan dan Konseling Anak Yatim

Tujuan utama layanan bimbingan dan konseling anak yatim adalah membantu mereka dalam mengatasi trauma kehilangan orang tua dan beradaptasi dengan kehidupan baru. Secara spesifik, layanan ini bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis anak, membangun kepercayaan diri, mengembangkan keterampilan sosial yang baik, mendukung prestasi akademis, dan mempersiapkan mereka untuk masa depan yang lebih mandiri dan sejahtera. Melalui layanan bimbingan dan konseling yang efektif, anak yatim diharapkan dapat mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal meskipun telah mengalami kehilangan orang tua.

10.2 Latar Belakang Bimbingan dan Konseling Anak Yatim

10.2.1 Kondisi Sosial Anak Yatim di Indonesia

Indonesia menghadapi tantangan signifikan terkait jumlah anak yatim yang terus meningkat. Data menunjukkan bahwa banyak anak kehilangan orang tua mereka karena berbagai sebab, termasuk penyakit, kecelakaan, dan peristiwa darurat seperti pandemi. Kondisi ekonomi yang sulit sering membuat anak yatim rentan terhadap eksploitasi dan perlakuan tidak layak. Oleh karena itu, kebutuhan akan layanan bimbingan dan konseling menjadi semakin mendesak untuk memastikan bahwa anak-anak ini mendapatkan perlindungan dan dukungan yang mereka butuhkan.

10.2.2 Dampak Kehilangan Orang Tua pada Perkembangan Anak

Kehilangan orang tua merupakan pengalaman traumatis yang memiliki dampak jangka panjang terhadap perkembangan psikologis anak. Kehilangan ini bukan hanya berarti kehilangan sosok pemberi kasih sayang, tetapi juga kehilangan sumber dukungan emosional, finansial, dan pedoman hidup. Penelitian menunjukkan bahwa anak yatim sering mengalami penurunan kesehatan mental yang signifikan, termasuk depresi, kecemasan, dan masalah perilaku. Oleh karena itu, intervensi bimbingan dan konseling yang tepat waktu dan terstruktur menjadi sangat penting untuk mencegah eskalasi masalah psikologis ini (Ajarni et al., 2025).

10.2.3 Peran Panti Asuhan dan Lingkungan Pengasuhan

Panti asuhan berperan penting sebagai lembaga alternatif yang memberikan perlindungan, perawatan, dan pelatihan bagi anak yatim. Namun lingkungan panti asuhan tidak selalu mampu memberikan perhatian individu yang dibutuhkan setiap anak karena keterbatasan sumber daya dan staf. Oleh karena itu, kehadiran layanan bimbingan dan konseling profesional di panti asuhan menjadi komplemen penting yang dapat meningkatkan kualitas pengasuhan dan pelatihan yang diberikan kepada anak-anak yatim.

10.2.4 Urgensi Layanan Bimbingan dan Konseling

Pentingnya layanan bimbingan dan konseling anak yatim terletak pada kemampuan untuk menjembatani kesenjangan antara kebutuhan psikologis anak dengan layanan yang tersedia. Dengan adanya layanan bimbingan dan konseling yang profesional dan terstruktur, anak yatim dapat menerima dukungan emosional yang komprehensif, belajar strategi mengatasi kesulitan, mengembangkan ketahanan, dan membangun persepsi positif tentang masa depan mereka. Dengan demikian, memastikan layanan ini menjadi investasi penting dalam kesejahteraan jangka panjang generasi muda yang telah kehilangan orang tuanya.

10.3 Masalah-Masalah Psikologis Anak Yatim

10.3.1 Depresi dan Gangguan Mood

Salah satu masalah psikologis yang paling umum dialami oleh anak yatim adalah depresi. Pengalaman kehilangan orang tua

yang traumatis dapat memicu gejala depresi yang ditandai dengan perasaan sedih yang mendalam, kehilangan minat terhadap aktivitas yang menyenangkan sebelumnya, perubahan pola tidur dan makan, serta pikiran negatif tentang diri sendiri dan masa depan. Penelitian menunjukkan bahwa prevalensi depresi pada anak yatim yang tinggal di panti asuhan cukup tinggi, dengan faktor-faktor seperti kurangnya dukungan sosial, diskriminasi, dan isolasi sosial menjadi pemicu utama. Gangguan *mood* ini memerlukan intervensi bimbingan dan konseling yang sensitif dan terstruktur untuk membantu anak memproses trauma dan membangun kembali harapan hidup mereka (Ajarni et al., 2025).

10.3.2 Masalah Kecemasan dan Trauma

Anak yatim sering mengalami kecemasan yang signifikan terkait dengan penutupan masa depan, ketakutan ditinggalkan, dan kekhawatiran tentang keamanan mereka. Trauma kehilangan orang tua dapat menyebabkan gejala stres pasca-trauma, termasuk mimpi buruk, ketakutan yang berlebihan, dan perilaku menghindari yang terkait dengan pengalaman traumatis. Masalah kecemasan ini dapat mengganggu aktivitas sehari-hari anak, termasuk partisipasi di sekolah, interaksi sosial, dan pembentukan hubungan yang sehat. Oleh karena itu, pendekatan konseling yang menggunakan teknik relaksasi, pemrosesan emosi, dan pemulihan kognitif menjadi sangat penting untuk membantu anak mengelola kecemasan mereka.

10.3.3 Masalah Sosial dan Interpersonal

Anak yatim sering menghadapi kesulitan dalam membentuk dan mempertahankan hubungan sosial yang sehat. Kehilangan orang

tua dapat menyebabkan anak mengalami isolasi sosial, kesulitan dalam percaya kepada orang lain, dan masalah dalam berkomunikasi dengan teman sebaya. Beberapa anak yatim mungkin juga mengalami stigma sosial dari masyarakat, yang dapat membantu masalah harga diri dan kepercayaan diri mereka. Dukungan sosial terbukti memiliki peran penting dalam melindungi anak yatim dari konsekuensi negatif kehilangan orang tua. Oleh karena itu, layanan bimbingan dan konseling harus fokus pada pengembangan keterampilan sosial anak dan membangun sistem dukungan sosial yang kuat di sekitar mereka (Ibda, 2023).

10.3.4 Masalah Identitas Diri dan Harga Diri

Anak yatim sering menghadapi masalah dalam pembentukan identitas diri dan harga diri yang positif. Kehilangan orang tua dapat membuat anak merasa bahwa dirinya berbeda dari anak-anak lain, yang dapat menyebabkan rasa malu, perasaan tidak berharga, dan kegoyahan dalam identitas pribadi mereka. Masalah ini dapat berdampak negatif pada pengembangan kepribadian anak dan mempengaruhi keputusan-keputusan penting yang mereka buat di masa depan. Layanan bimbingan dan konseling yang fokus pada peningkatan harga diri, eksplorasi identitas, dan penerimaan diri menjadi sangat penting untuk membantu anak yatim membangun gambaran positif tentang diri mereka dan menemukan makna dalam hidup mereka.

10.4 Model Bimbingan dan Konseling Anak Yatim

10.4.1 Model Konseling Individu Berbasis Dukungan Emosional

Model konseling individu merupakan pendekatan satu-satu antara konselor dan klien anak yatim yang dirancang untuk memberikan dukungan emosional yang intensif dan personal. Dalam model ini, konselor menciptakan lingkungan yang aman dan terpercaya di mana anak dapat mengekspresikan perasaan, pikiran, dan kekhawatiran mereka tanpa rasa takut akan penghakiman. Konselor menggunakan teknik-teknik seperti mendengarkan empatik, refleksi, dan validasi emosi untuk membantu anak memproses trauma kehilangan orang tua. Model ini sangat efektif karena memungkinkan konselor untuk memahami kebutuhan unik setiap anak dan merancang intervensi yang disesuaikan dengan kebutuhan spesifik mereka.

10.4.2 Model Konseling Kelompok dan Dukungan Sebaya

Konseling kelompok merupakan model yang mengumpulkan beberapa anak yatim dalam satu sesi untuk berbagi pengalaman, saling memberi dukungan, dan belajar dari pengalaman anak lain yang menghadapi situasi serupa. Model ini sangat bermanfaat karena menciptakan rasa solidaritas dan mengurangi perasaan isolasi yang sering dialami anak yatim. Melalui kelompok konseling, anak dapat mengembangkan keterampilan sosial, mempelajari strategi mengatasi masalah dari teman sebaya, dan membangun jaringan dukungan yang kuat. Pendekatan kelompok juga membantu anak-

anak menyadari bahwa mereka tidak sendirian dalam menghadapi tantangan, yang dapat meningkatkan rasa harapan dan ketahanan mereka.

10.4.3 Model Pendekatan Psikososial Terintegrasi

Model pendekatan psikososial terintegrasi menggabungkan dukungan psikologis dengan pemberdayaan ekonomi dan pengembangan keterampilan praktis. Model ini mengakui bahwa anak yatim tidak hanya membutuhkan dukungan emosional tetapi juga persiapan untuk menjadi mandiri secara ekonomi di masa depan. Pendekatan ini meliputi pemberian pelatihan keterampilan digital, kewirausahaan, dan literasi keuangan yang dipadukan dengan konseling psikologis untuk memastikan anak memiliki kepercayaan diri dan keterampilan yang diperlukan untuk mandiri setelah meninggalkan lembaga pengasuhan (Raditya et al., 2026). Model terintegrasi ini terbukti lebih efektif dalam menciptakan fondasi yang kokoh untuk kesuksesan jangka panjang anak yatim.

10.4.4 Model Kolaboratif dengan Pengasuh dan Keluarga

Model kolaboratif melibatkan kerjasama erat antara konselor, pengasuh di panti asuhan, guru, dan keluarga atau kerabat dekat anak yatim untuk memberikan dukungan yang konsisten dan terkoordinasi. Model ini mengakui bahwa kesejahteraan anak tidak dapat dicapai melalui upaya konselor saja, tetapi memerlukan keterlibatan aktif dari semua pihak yang berinteraksi dengan anak dalam kehidupan sehari-hari. Konselor berperan sebagai fasilitator yang mengoordinasikan upaya-upaya berbagai pihak, memberikan pelatihan kepada pengasuh tentang cara mendukung kesejahteraan

psikologis anak, dan memastikan bahwa strategi konseling yang diterapkan secara konsisten di berbagai lingkungan anak. Sistem manajemen layanan bimbingan dan konseling yang baik dan terstruktur dapat mendukung kelancaran implementasi model kolaboratif ini (Arum, 2025).

10.5 Latihan 5 Soal

1. Jelaskan secara singkat pengertian bimbingan dan konseling anak yatim dan apa yang membedakannya dari layanan bimbingan dan konseling pada umumnya?
2. Refleksi dan jelaskan empat masalah psikologis utama yang dialami oleh anak yatim berdasarkan pemahaman Anda terhadap materi bab ini!
3. Anda adalah seorang konselor di sebuah panti asuhan. Seorang anak yatim berusia 13 tahun menunjukkan gejala depresi seperti kutipan diri, prestasi akademis yang menurun, dan pernyataan negatif tentang diri sendiri. Model konseling apa yang menurut Anda paling tepat untuk menangani kasus ini dan mengapa?
4. Diskusikan pentingnya dukungan sosial dalam membantu anak yatim mengatasi masalah psikologis mereka! Bagaimana strategi bimbingan dan konseling dapat memfasilitasi sistem pembangunan dukungan sosial yang kuat?
5. Jelaskan mengapa model pendekatan psikososial terintegrasi yang menggabungkan dukungan psikologis dengan pemberdayaan ekonomi dianggap lebih efektif dalam membantu

anak yatim dibandingkan dengan pendekatan yang fokus hanya pada dukungan emosional saja!

Bab 11: Bunuh Diri

11.1 Pengertian Bunuh Diri

11.1.1 Definisi Bunuh Diri dan Perilaku Terkait

Bunuh diri merupakan suatu tindakan yang dilakukan secara sengaja untuk mengakhiri hidup seseorang, yang disebabkan oleh berbagai faktor psikologis, sosial, dan lingkungan yang kompleks. Istilah bunuh diri dalam bahasa Inggris disebut sebagai bunuh diri, yang berasal dari kata Latin "*sui*" yang berarti diri sendiri dan "*caedere*" yang berarti membunuh. Selain bunuh diri yang selesai (*complete suicide*), ada juga istilah bunuh diri yang mengacu pada pikiran atau ide tentang bunuh diri, dan upaya bunuh diri yang merupakan usaha bunuh diri yang tidak berhasil mengakhiri kehidupan. yang Perilaku berhubungan dengan bunuh diri juga termasuk *non-suicide self-injury* (NSSI), yang merupakan tindakan menyakiti diri sendiri secara sengaja tanpa disertai niat untuk mengakhiri hidup. Membunuh diri bukan hanya suatu peristiwa yang terjadi begitu saja, tetapi merupakan hasil dari proses psikologis yang panjang dan kompleks yang melibatkan berbagai faktor pencetus dan faktor predisposisi. Pemahaman yang mendalam tentang definisi karakteristik dan bunuh diri sangat penting bagi para profesional kesehatan mental, pendidik, dan orang tua dalam mengidentifikasi individu yang berisiko dan memberikan intervensi yang tepat waktu (Morris-Perez et al., 2023).

11.1.2 Prevalensi dan Epidemiologi Bunuh Diri

Bunuh diri merupakan masalah kesehatan masyarakat yang serius di seluruh dunia, dengan angka kejadian yang terus meningkat, terutama di kalangan remaja. Data menunjukkan bahwa bunuh diri merupakan penyebab kematian yang sangat signifikan, khususnya untuk kelompok usia muda. Di Amerika Serikat, bunuh diri telah menjadi penyebab kematian kedua bagi remaja dalam dekade terakhir ini, dengan angka yang terus meningkat selama 15 tahun terakhir. Penelitian epidemiologis menunjukkan bahwa antara 14 persen hingga 23 persen remaja mengalami keinginan bunuh diri, sementara antara 5 persen hingga 16 persen telah melakukan usaha bunuh diri. Tingkat prevalensi ini menunjukkan bahwa bunuh diri bukanlah fenomena langka, namun merupakan tantangan kesehatan masyarakat yang mendesak yang memerlukan perhatian khusus dari berbagai pemangku kepentingan. Prevalensi ide dan upaya bunuh diri bervariasi berdasarkan faktor-faktor demografi seperti usia, jenis kelamin, ras, etnis, dan latar belakang sosial ekonomi. Selain itu, penelitian menunjukkan bahwa prevalensi ini juga dipengaruhi oleh faktor-faktor eksternal seperti kondisi ekonomi, akses terhadap sarana self-harm, dan dukungan sosial yang tersedia (Gargot et al., 2025).

11.1.3 Dimensi Psikologis dan Sosial Bunuh Diri

Membunuh diri bukan sekedar tindakan impulsif, tetapi merupakan hasil dari kombinasi kompleks antara faktor psikologis dan sosial. Dari dimensi psikologis, bunuh diri sering kali dikaitkan dengan adanya depresi, gangguan kepribadian, kecemasan, trauma

psikologis, dan penurunan rasa percaya diri yang signifikan. Individu yang memiliki ide bunuh diri sering menunjukkan perubahan dalam pola pikirnya, seperti munculnya pikiran negatif yang terus-menerus, perasaan putus asa yang mendalam, dan hilangnya harapan tentang masa depan. Dari dimensi sosial, bunuh diri dapat dipicu oleh berbagai stresor sosial seperti pengalaman bullying, tekanan akademik, masalah hubungan interpersonal, kehilangan orang-orang terkasih, isolasi sosial, dan pengalaman diskriminasi. Faktor-faktor ini bekerja secara sinergis untuk menciptakan kondisi psikologis yang rentan terhadap ide dan perilaku bunuh diri. Pemahaman terhadap dimensi psikologis dan sosial ini penting karena menunjukkan bahwa intervensi untuk pencegahan bunuh diri harus bersifat holistik dan mempertimbangkan baik aspek kesehatan mental individu maupun lingkungan sosialnya. Dengan pemahaman yang mendalam tentang dimensi ini, para profesional dapat merancang program pencegahan yang lebih efektif dan intervensi yang lebih responsif terhadap kebutuhan spesifik individu yang berisiko (Bridge et al., 2023).

11.1.4 Perubahan Persepsi dan Penanganan Bunuh Diri Kontemporer

Persepsi terhadap bunuh diri telah mengalami perubahan signifikan dalam beberapa dekade terakhir, dari pandangan yang sebelumnya menganggap bunuh diri sebagai dosa atau kelemahan moral, menjadi pemahaman kontemporer yang mengakui bunuh diri sebagai hasil dari kondisi kesehatan mental yang serius dan memerlukan penanganan medis serta psikologis. Perubahan ini

mencerminkan berkembangnya pemahaman ilmiah tentang mekanisme biologi, psikologis, dan sosial yang mendasari perilaku bunuh diri. Penanganan bunuh diri kontemporer adalah pendekatan yang berfokus pada kesejahteraan individu, dengan fokus pada pencegahan, identifikasi dini, dan intervensi yang trauma-informed. Organisasi kesehatan internasional seperti WHO telah mengembangkan pedoman dan rekomendasi untuk pencegahan bunuh diri yang mencakup berbagai strategi mulai dari tingkat universal untuk seluruh populasi, hingga tingkat yang lebih tertarget untuk individu yang berisiko tinggi. Pendekatan kontemporer juga pentingnya menghilangkan stigma terkait bunuh diri dan menciptakan lingkungan yang mendukung individu untuk mencari bantuan. Perubahan persepsi dan penanganan ini mencerminkan komitmen masyarakat global untuk mengurangi angka bunuh diri dan meningkatkan kesejahteraan mental populasi, terutama kelompok usia muda yang rentan (Yan et al., 2023).

11.2 Pentingnya BK pada Orang yang Terindikasi Akan Melakukan Bunuh Diri

11.2.1 Peran Bimbingan dan Konseling dalam Pencegahan Bunuh Diri

Bimbingan dan konseling (BK) memainkan peran yang sangat krusial dalam pencegahan bunuh diri, khususnya dalam mengidentifikasi individu yang berisiko dan memberikan dukungan psikologis yang diperlukan untuk membantu mereka melewati krisis.

Konselor bimbingan dan konseling memiliki pelatihan khusus untuk mengenali tanda-tanda peringatan (*warning sign*) dari ide bunuh diri, termasuk perubahan perilaku drastis, ungkapan verbal yang menunjukkan keinginan untuk mati, persiapan untuk meninggalkan kehidupan, atau bahkan upaya bunuh diri yang sebelumnya. Ketika individu teridentifikasi memiliki risiko bunuh diri, konselor dapat dengan segera memberikan intervensi yang tepat, mulai dari membuat rencana keselamatan (*safety plan*) hingga Merujuk individu tersebut ke layanan kesehatan mental yang lebih intensif jika diperlukan. Peran BK juga mencakup penyediaan dukungan emosional yang konsisten, membantu individu mengidentifikasi sumber-sumber dukungan dalam lingkungan mereka, dan memfasilitasi komunikasi yang lebih baik antara individu dan anggota keluarga atau orang-orang terdekat mereka. Dengan pelatihan dan keterampilan yang dimiliki, konselor dapat menciptakan hubungan terapeutik yang aman dan kepercayaan yang penting bagi individu yang mempertimbangkan bunuh diri untuk merasa cukup aman guna membagikan perasaan dan pikiran mereka. Pentingnya BK dalam pencegahan bunuh diri telah diakui oleh berbagai organisasi kesehatan internasional, yang merekomendasikan pelatihan untuk semua profesional yang bekerja dengan remaja agar dapat mengenali dan merespons krisis bunuh diri dengan tepat (Morris-Perez et al., 2023).

11.2.2 Identifikasi Dini dan Asesmen Risiko Bunuh Diri

Salah satu kontribusi paling penting dari BK dalam pencegahan bunuh diri adalah kemampuan untuk mengidentifikasi

dini individu yang berisiko tinggi untuk melakukan bunuh diri. Asesmen risiko bunuh diri merupakan proses sistematis untuk mengumpulkan informasi tentang faktor-faktor risiko dan faktor-faktor pelindung yang ada pada seorang individu, dengan tujuan untuk menentukan tingkat risiko individu tersebut terhadap perilaku bunuh diri. Faktor-faktor risiko umum yang meliputi keinginan bunuh diri yang aktif, riwayat usaha bunuh diri sebelumnya, riwayat keluarga dengan bunuh diri, depresi atau gangguan kesehatan mental lainnya, percakapan alkohol atau narkoba, dan akses terhadap sarana bunuh diri. Di sisi lain, faktor-faktor pelindung meliputi dukungan sosial yang kuat, keterampilan *coping* yang efektif, alasan untuk hidup yang bermakna, dan akses terhadap layanan kesehatan mental yang memadai. Dalam proses asesmen, konselor akan melakukan wawancara mendalam dengan individu untuk mengeksplorasi pikiran, perasaan, dan rencana yang mungkin dimiliki terkait bunuh diri. Penting untuk dicatat bahwa bertanya langsung kepada individu tentang *ide* bunuh diri tidak akan meningkatkan risiko, tetapi justru dapat membantu dalam mengidentifikasi tingkat risiko dengan lebih akurat. Setelah asesmen selesai, konselor dapat mengkategorikan tingkat risiko individu menjadi rendah, sedang, atau tinggi, dan kemudian merencanakan intervensi yang sesuai dengan tingkat risiko tersebut. Identifikasi dini dan asesmen yang akurat memungkinkan konselor untuk memberikan intervensi yang lebih tertarget dan efektif dalam mencegah perilaku bunuh diri (Gargot et al., 2025).

11.2.3 Dukungan Emosional dan Pembangun Hubungan Terapeutik

Individu yang mengalami *ide* bunuh diri sering kali merasa terlindungi, tidak dimengerti, dan putus asa tentang kemampuan mereka untuk mengatasi masalah yang mereka hadapi. Bimbingan dan konseling memberikan kesempatan bagi individu untuk mendapatkan dukungan emosional yang mendalam dan bermakna dalam lingkungan yang aman dan tidak menghakimi. Konselor yang terlatih dapat membuat hubungan terapeutik yang kuat berdasarkan empati, ketulusan, dan penerimaan tanpa syarat terhadap klien. Dalam hubungan ini, klien merasa didengar dan dipahami, yang merupakan langkah pertama yang sangat penting dalam membantu mereka merasa kurang terlindungi dan lebih percaya bahwa ada orang yang peduli dengan kesejahteraan mereka. Dukungan emosional yang diberikan oleh konselor dapat membantu klien dalam berbagai cara, termasuk mengurangi intensitas emosi negatif seperti kesedihan, kecemasan, dan keputusasaan yang sering kali menjadi pendorong untuk *ide* bunuh diri. Konselor juga dapat membantu klien dalam mengidentifikasi dan mengaktifkan sumber-sumber dukungan emosional yang ada di lingkungan mereka, seperti keluarga, teman-teman, atau kelompok dukungan komunitas. Melalui proses konseling yang berkelanjutan, klien dapat mengembangkan rasa percaya diri dan harapan yang lebih kuat untuk masa depan, yang merupakan faktor-faktor pelindung yang penting terhadap *ide* bunuh diri. Dengan demikian, dukungan emosional yang diberikan melalui BK dapat secara signifikan

mengurangi risiko bunuh diri dan meningkatkan kesejahteraan psikologis individu (Kotikalapudi & Sheibani, 2025).

11.2.4 Pencegahan dan Intervensi Krisis Bunuh Diri

Bimbingan dan konseling juga memegang peranan penting dalam pencegahan dan intervensi krisis bunuh diri yang akut. Ketika seorang individu mengalami krisis bunuh diri yang segera atau ketika individu sudah memiliki rencana spesifik untuk bunuh diri (risiko bunuh diri yang segera terjadi), intervensi BK yang cepat dan tepat dapat berarti perbedaan antara hidup dan mati. Konselor yang dilatih dapat menggunakan berbagai teknik intervensi krisis, termasuk terapi perilaku kognitif (CBT), wawancara motivasi, dan terapi realitas, untuk membantu individu dalam krisis untuk mengatasi pemikiran bunuh diri mereka dan menemukan cara alternatif untuk menangani masalah mereka. Salah satu alat yang sangat berguna dalam intervensi krisis adalah pembuatan rencana keselamatan (*safety plan*), yang merupakan rencana tertulis yang berisi strategi-strategi yang telah diidentifikasi oleh individu untuk mengatasi krisis bunuh diri, termasuk identifikasi faktor-faktor pemicu, strategi *coping* internal yang dapat digunakan, orang-orang yang dapat dihubungi untuk mendapatkan dukungan, dan lingkungan yang aman di mana individu dapat berada. Rencana keselamatan ini membantu individu untuk merasa lebih siap dan terkendali dalam menghadapi keinginan untuk bunuh diri, sekaligus memberikan jalan keluar yang jelas untuk mendapatkan bantuan ketika mereka mengancam. Dalam kasus-kasus di mana risiko bunuh diri sangat tinggi, konselor juga dapat memfasilitasi referensi ke

layanan kesehatan mental yang lebih intensif, seperti rawat inap psikiatri, jika diperlukan. Dengan memberikan intervensi krisis yang efektif, BK dapat membantu menyelamatkan nyawa dan memberikan kesempatan bagi individu untuk pulih dan menjalani kehidupan yang lebih bermakna (Force et al., 2022).

11.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Seseorang Bunuh Diri

11.3.1 Faktor Risiko Psikologis dan Psikiatris

Faktor-faktor risiko psikologis dan psikiatris merupakan kondisi-kondisi kesehatan mental yang signifikan meningkatkan kemungkinan seseorang untuk memiliki ide bunuh diri dan melakukan usaha bunuh diri. Depresi adalah salah satu faktor risiko psikiatris yang paling kuat, dengan penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar individu yang melakukan bunuh diri memiliki riwayat depresi atau kondisi gangguan mood lainnya pada saat mereka melakukan tindakan tersebut. Selain depresi, gangguan kesehatan mental lainnya seperti gangguan kecemasan, gangguan bipolar, gangguan kepribadian, psikosis, dan gangguan penggunaan zat juga meningkatkan risiko bunuh diri secara signifikan. Faktor-faktor psikologis seperti keputusasaan, ketidakberdayaan, perasaan tidak berdaya, dan anhedonia (hilangnya kemampuan merasakan kesenangan) juga merupakan faktor-faktor risiko yang penting. Individu yang mengalami burnout akademik, yang ditandai dengan kelelahan emosional, sinis, dan penurunan efektivitas, juga

menunjukkan peningkatan risiko untuk bunuh diri. Penelitian menunjukkan bahwa lebih dari setengah siswa yang melakukan bunuh diri telah mengalami burnout akademik sebelumnya, menunjukkan keterkaitan yang kuat antara kedua kondisi ini. Pemahaman tentang faktor-faktor risiko psikologis dan psikiatris ini penting karena memungkinkan profesional kesehatan untuk mengidentifikasi individu yang berisiko tinggi dan memberikan intervensi yang tepat (Sadaf & Tariq, 2025).

11.3.2 Faktor Risiko Sosial dan Lingkungan

Selain faktor-faktor psikologis, faktor-faktor sosial dan lingkungan juga berperan penting dalam meningkatkan risiko bunuh diri. Pengalaman atau perundungan, baik dalam bentuk verbal, fisik, maupun cyber, telah diidentifikasi sebagai salah satu faktor risiko sosial yang paling signifikan, khususnya pada remaja. Bullying dapat menyebabkan dampak psikologis yang serius termasuk kecemasan, depresi, rendah diri, dan keinginan bunuh diri. Penelitian menunjukkan bahwa remaja yang mengalami bullying memiliki risiko yang jauh lebih tinggi untuk memiliki pikiran bunuh diri dibandingkan dengan remaja yang tidak mengalami bullying. Faktor-faktor sosial lainnya yang meningkatkan risiko bunuh diri termasuk isolasi sosial, kurangnya dukungan sosial yang bermakna, masalah dalam hubungan interpersonal, pengalaman kehilangan yang signifikan, dan diskriminasi atau marginalisasi dalam masyarakat. Faktor-faktor lingkungan seperti kemiskinan, akses terhadap sarana bunuh diri, dan paparan terhadap kekerasan juga meningkatkan risiko. Penelitian juga menunjukkan bahwa paparan

terhadap konten negatif di media sosial, termasuk *cyberbullying* dan komunikasi sosial yang tidak sehat, dapat berkontribusi pada peningkatan ide bunuh diri pada remaja. Dengan memahami faktor-faktor sosial dan lingkungan ini, para profesional dapat merencanakan intervensi yang lebih komprehensif yang tidak hanya fokus pada kesehatan mental individu, tetapi juga pada penciptaan lingkungan sosial yang lebih mendukung dan protektif (Putri & Oktaviana, 2024).

11.3.3 Faktor Risiko Biologis dan Genetis

Selain faktor-faktor psikologis dan sosial, penelitian juga menunjukkan adanya faktor-faktor biologis dan genetis yang berkontribusi pada risiko bunuh diri. Adanya riwayat bunuh diri dalam keluarga merupakan salah satu faktor risiko genetis yang paling kuat, dengan penelitian menunjukkan bahwa individu yang memiliki anggota keluarga yang telah melakukan bunuh diri memiliki risiko yang lebih tinggi untuk juga memiliki *ide* bunuh diri dan melakukan usaha bunuh diri. Faktor-faktor saraf seperti kelainan dalam sistem neurotransmitter, khususnya dalam sistem serotonin, juga dikaitkan dengan peningkatan risiko bunuh diri. Individu yang memiliki kadar serotonin yang rendah menunjukkan peningkatan impulsivitas dan agresivitas, yang dapat berkontribusi pada perilaku bunuh diri yang impulsif. Hormon dan perubahan hormonal juga dapat berperan dalam risiko bunuh diri, khususnya selama periode-periode tertentu seperti pubertas, menopause, atau selama periode hormonal perempuan. Kondisi kesehatan fisik yang serius atau kronis juga dapat meningkatkan risiko bunuh diri, karena

individu dengan kondisi kesehatan yang serius sering kali mengalami depresi dan keputusasaan tentang prospek pemulihan mereka. Usia juga merupakan faktor risiko biologi yang penting, dengan *ide* bunuh diri dan usaha bunuh diri yang lebih umum pada kelompok usia remaja dan dewasa muda. Memahami faktor-faktor biologi dan genetis ini penting untuk intervensi pengembangan yang lebih efektif dan untuk mengidentifikasi dini dari individu-individu yang mungkin berisiko tinggi berdasarkan profil biologi mereka (Gargot et al., 2025).

11.3.4 Faktor Risiko Khusus untuk Remaja

Remaja memiliki profil risiko bunuh diri yang unik yang berbeda dari kelompok usia lainnya, karena mereka mengalami kombinasi unik dari perubahan perkembangan biologi, psikologis, dan sosial yang membuat mereka rentan terhadap keinginan bunuh diri. Salah satu faktor risiko yang sangat spesifik untuk remaja adalah tekanan akademik dan tantangan dalam penyesuaian akademik, yang dapat menyebabkan kelelahan akademik dan pada akhirnya *ide* bunuh diri. Penelitian menunjukkan bahwa remaja yang mengalami stres akademik yang tinggi, khususnya mereka yang merasa stres untuk mencapai standar akademik yang tinggi, menunjukkan tingkat *ide* bunuh diri yang lebih tinggi. Faktor-faktor terkait perkembangan lainnya yang spesifik untuk remaja termasuk pertanyaan tentang identitas dan penerimaan oleh kelompok sebaya, yang dapat menjadi sumber stres yang signifikan selama periode ini. Remaja yang mengidentifikasi dirinya sebagai LGBTQ+ (lesbian, gay, biseksual, transgender, *queer*) menunjukkan risiko bunuh diri

yang jauh lebih tinggi dibandingkan dengan remaja heteroseksual karena mereka sering mengalami diskriminasi, *bullying*, dan penolakan dari lingkungan sosial mereka. Paparan terhadap berita tentang bunuh diri yang lain atau kematian tokoh masyarakat yang menonjol juga dapat meningkatkan risiko bunuh diri pada remaja, fenomena yang dikenal sebagai *contagion effect*. Dengan memahami faktor-faktor risiko yang spesifik untuk remaja ini, profesional kesehatan dapat mengembangkan strategi pencegahan yang lebih tertarget dan efektif untuk mengatasi tantangan unik yang dihadapi oleh kelompok usia ini (Anderson et al., 2023).

11.4 Model BK pada Seseorang yang Akan Melakukan Bunuh Diri

11.4.1 Model Konseling Kognitif-Perilaku untuk Intervensi Bunuh Diri

Konseling kognitif-perilaku (*Cognitive Behavioral Counseling*, CBT) telah terbukti sebagai salah satu pendekatan yang paling efektif dalam intervensi bunuh diri, khususnya untuk mengatasi pola pikir dan perilaku yang mendorong keinginan bunuh diri. Model CBT bekerja berdasarkan premis bahwa pikiran, emosi, dan perilaku saling terhubung, dan dengan mengubah pola pikir yang tidak adaptif, individu dapat mengubah perasaan dan perilaku mereka. Dalam konteks intervensi bunuh diri, terapis CBT akan bekerja dengan klien untuk mengidentifikasi pikiran-pikiran otomatis negatif yang berkontribusi pada ide bunuh diri, seperti

"tidak ada yang peduli dengan saya", "saya adalah beban bagi orang lain", atau "tidak ada harapan untuk masa depan saya". Setelah mengidentifikasi pikiran-pikiran ini, terapis akan membantu klien untuk menguji kebenaran pikiran-pikiran tersebut dan mengembangkan pikiran-pikiran alternatif yang lebih realistis dan adaptif. Teknik-teknik CBT yang digunakan dalam intervensi bunuh diri termasuk aktivasi perilaku, di mana klien didorong untuk terlibat dalam aktivitas yang bermakna dan menyenangkan untuk meningkatkan suasana hati mereka, dan pemecahan masalah, di mana klien belajar untuk mengidentifikasi masalah, menghasilkan solusi alternatif, dan memilih solusi yang paling efektif. CBT juga menekankan pentingnya pengembangan keterampilan *coping* yang adaptif, seperti manajemen stres, regulasi emosi, dan strategi *mindfulness*, untuk membantu klien dalam mengatasi krisis bunuh diri. Model CBT telah menunjukkan efektivitas yang signifikan dalam mengurangi *ide* bunuh diri dan mencegah upaya bunuh diri berulang (Gargot et al., 2025).

11.4.2 Model Wawancara Motivasi untuk Meningkatkan Motivasi Perubahan

Model *Motivational Interviewing* (MI) adalah pendekatan konseling yang berorientasi pada klien yang dirancang untuk meningkatkan motivasi internal klien untuk melakukan perubahan positif dalam kehidupan mereka. Dalam konteks intervensi bunuh diri, MI sangat berguna untuk mengatasi ambivalensi yang sering dialami oleh individu yang memiliki ide bunuh diri, di mana di satu sisi mereka ingin mengakhiri hidup mereka, tetapi di sisi lain mereka

juga memiliki alasan untuk tetap hidup. Konselor yang menggunakan pendekatan MI akan menggunakan teknik-teknik seperti pertanyaan terbuka, afirmasi, mendengarkan reflektif, dan ringkasan untuk membantu klien mengeksplorasi alasan-alasan mereka untuk hidup dan untuk mengidentifikasi nilai-nilai dan tujuan yang bermakna bagi mereka. Melalui proses MI, klien didorong untuk berbicara tentang alasan-alasan perubahan (*change talk*) yang mungkin mereka miliki, seperti "saya ingin tetap hidup untuk melihat kakak saya lulus dari perguruan tinggi" atau "saya ingin mencoba terapi sebelum mengambil keputusan akhir tentang hidup saya". Konselor akan memperkuat dan memperluas perubahan pembicaraan ini, sementara secara empati menerima pembicaraan yang berkelanjutan (pembicaraan yang mendukung status quo atau bunuh diri) tanpa menolak klien. Pendekatan MI juga menekankan pentingnya membangun kemitraan terapeutik yang kuat dan menghormati otonomi klien dalam membuat keputusan tentang kehidupan mereka. Dengan meningkatkan motivasi intrinsik klien untuk membuat perubahan positif dalam hidup mereka, MI dapat membantu mengurangi risiko bunuh diri dan meningkatkan komitmen klien terhadap pemulihan (Gargot et al., 2025).

11.4.3 Model Intervensi Krisis dan Perencanaan Keselamatan

Model intervensi krisis adalah pendekatan yang dirancang khusus untuk mengatasi situasi krisis akut di mana individu memiliki risiko bunuh diri yang segera terjadi atau ketika individu telah melakukan usaha bunuh diri. Dalam situasi darurat ini, tujuan utama intervensi adalah untuk segera memastikan keselamatan individu

dan untuk mengatasi krisis psikologis yang akut. Konselor dalam situasi krisis akan menggunakan pendekatan yang lebih terarah dan terstruktur, dengan fokus pada stabilisasi emosional klien dan pengurangan risiko bunuh diri yang segera. Salah satu alat yang sangat penting dalam intervensi krisis adalah pembuatan rencana keselamatan, yang merupakan rencana tertulis yang dirancang bersama antara konselor dan klien untuk membantu klien mengatasi keinginan bunuh diri dan tetap aman. Rencana keselamatan biasanya mencakup beberapa komponen kunci: pengenalan dari tanda-tanda peringatan yang menunjukkan bahwa klien sedang dalam krisis; strategi *coping* internal yang dapat digunakan klien untuk mengatasi keinginan bunuh diri tanpa membahayakan diri; orang-orang yang dapat dihubungi atau ditemui untuk mendapatkan dukungan; layanan krisis atau profesional kesehatan mental yang dapat dihubungi; dan perubahan-perubahan lingkungan atau cara hidup yang dapat membuat lingkungan lebih aman dan kurang mendukung untuk bunuh diri. Rencana keselamatan memberikan struktur dan harapan kepada klien tentang apa yang harus dilakukan ketika mereka mengalami dorongan bunuh diri, sehingga mengurangi peluang mereka untuk bertindak impulsif. Selain rencana keselamatan, intervensi krisis juga melibatkan koordinasi dengan keluarga, teman, dan profesional kesehatan lainnya untuk memastikan bahwa klien menerima dukungan yang konsisten dan terkoordinasi. Dalam kasus-kasus dengan risiko bunuh diri yang sangat tinggi, intervensi krisis mungkin juga melibatkan rujukan

untuk rawat inap psikiatri untuk memastikan keselamatan klien (Morris-Perez et al., 2023).

11.4.4 Model Dukungan Berkelanjutan dan Pencegahan Kekambuhan Bunuh Diri

Setelah krisis akut berakhir dan klien telah mencapai stabilitas awal, model dukungan berkelanjutan menjadi sangat penting untuk memastikan bahwa klien terus dalam perjalanan pemulihan dan untuk mencegah kekambuhan atau upaya bunuh diri berulang kali. Model dukungan berkelanjutan yang melibatkan konseling jangka panjang yang konsisten, di mana konselor bekerja dengan klien untuk mengatasi masalah-masalah yang mendasari yang memberikan kontribusi pada ide bunuh diri, seperti depresi, trauma, atau masalah interpersonal. Dalam fase ini, pendekatan konseling dapat mencakup kombinasi dari CBT, terapi psikodinamis, terapi keluarga, atau pendekatan lainnya yang disesuaikan dengan kebutuhan spesifik klien. Dukungan berkelanjutan juga melibatkan keterlibatan keluarga dan sistem dukungan klien sosial, karena penelitian menunjukkan bahwa keluarga yang terlibat dan mendukung memainkan peran yang penting dalam pencegahan kambuhnya bunuh diri. Konselor dapat memfasilitasi pertemuan keluarga di mana keluarga belajar tentang ide bunuh diri dan usaha bunuh diri, dan di mana seluruh keluarga dapat bekerja bersama untuk mengembangkan strategi dukungan yang efektif. Selain itu, model dukungan berkelanjutan juga mencakup pemantauan yang teratur terhadap gejala depresi, keinginan bunuh diri, dan kesejahteraan klien secara umum,

sehingga perubahan dalam kondisi klien dapat diidentifikasi dengan cepat dan intervensi tambahan dapat diberikan jika diperlukan. Program dukungan kelompok (*peer support groups*) juga dapat menjadi bagian penting dari model dukungan berkelanjutan, di mana klien dapat berbagi pengalaman mereka dengan individu lain yang telah mengalami pengalaman serupa dan dapat memperoleh inspirasi dan harapan dari kisah pemulihan mereka. Dengan memberikan dukungan berkelanjutan yang konsisten dan responsif, konselor dapat membantu klien untuk membangun kehidupan yang bermakna dan mengurangi risiko mereka untuk kambuh atau usaha bunuh diri berulang (Kotikalapudi & Sheibani, 2025).

11.5 Latihan 5 Soal

1. Jelaskan definisi bunuh diri dengan jelas dan membedakan antara ide bunuh diri, upaya bunuh diri, dan bunuh diri selesai, serta menjelaskan mengapa perbedaan antara ketiga istilah ini penting dalam konteks pencegahan dan intervensi bunuh diri. Peserta didik juga diminta untuk memberikan contoh konkret tentang bagaimana setiap istilah ini dapat diidentifikasi dalam praktik.
2. Analisis faktor-faktor risiko psikologis, sosial, biologi, dan lingkungan yang berkontribusi pada ide bunuh diri dan perilaku bunuh diri. Peserta diminta untuk menjelaskan bagaimana faktor-faktor ini saling berinteraksi dan mengapa pemahaman

holistik tentang faktor-faktor ini penting dalam merancang program pencegahan bunuh diri yang efektif.

3. Jelaskan peran bimbingan dan konseling dalam pencegahan bunuh diri, dengan fokus khusus pada proses identifikasi dini dan asesmen risiko bunuh diri. Peserta diminta untuk mendeskripsikan langkah-langkah spesifik yang harus diambil oleh konselor dalam melakukan asesmen risiko bunuh diri dan bagaimana hasil asesmen ini dapat digunakan untuk merencanakan intervensi yang tepat.
4. Bandingkan berbagai model konseling yang digunakan dalam intervensi bunuh diri, termasuk Konseling Perilaku Kognitif, Wawancara Motivasi, dan Intervensi Krisis, serta menganalisis keunggulan dan keterbatasan masing-masing model dalam konteks pencegahan dan intervensi bunuh diri.
5. Jelaskan pentingnya dukungan berkelanjutan dan pencegahan kambuhnya bunuh diri setelah krisis akut teratasi. Peserta diminta untuk merancang program dukungan berkelanjutan yang komprehensif untuk individu yang pernah mengalami ide bunuh diri atau usaha bunuh diri, dengan mempertimbangkan keterlibatan keluarga, sistem dukungan sosial, dan pemantauan kesehatan mental yang teratur.

Bab 12: Konseling Teistik

Spiritual

12.1 Kebutuhan terhadap Konseling Teistik Spiritual

12.1.1 Krisis Spiritual Kontemporer

Masyarakat modern menghadapi tantangan serius berkaitan dengan lemahnya spiritual yang menyebabkan berbagai masalah psikologis dan sosial. Perkembangan teknologi dan sekularisasi telah menciptakan keadaan di mana nilai-nilai spiritual semakin terabaikan dalam kehidupan sehari-hari. Fenomena ini mengakibatkan meningkatnya tingkat stres, kecemasan, depresi, dan krisis identitas di kalangan berbagai lapisan masyarakat (Said et al., 2024). Konseling teistik spiritual hadir sebagai pendekatan yang mengintegrasikan dimensi spiritual dan keagamaan dalam proses konseling untuk menghadapi krisis makna hidup yang dirasakan oleh individu modern.

12.1.2 Keterbatasan Konseling Konvensional

Konseling konvensional yang berbasis pada psikologi Barat sering kali hanya fokus pada dimensi psikologis dan sosial, sementara mengabaikan aspek spiritual yang merupakan bagian integral dari kemanusiaan. Pemisahan antara aspek spiritual dan dimensi psikologis menciptakan pendekatan yang tidak holistik dan

kurang relevan dengan kebutuhan individu yang memiliki latar belakang keagamaan yang kuat. Konseling teistik spiritual muncul sebagai solusi untuk mengintegrasikan pengetahuan psikologis modern dengan nilai-nilai spiritual dan keagamaan yang menjadi sumber makna dan arah hidup bagi individu (Saparwadi & Syafiq, 2025).

12.1.3 Pentingnya Integrasi Agama dan Psikologi

Kebutuhan untuk mengintegrasikan agama dan psikologi dalam konseling semakin terasa penting seiring dengan kesadaran bahwa kesejahteraan individu tidak dapat dicapai hanya melalui pendekatan materialistik. Individu membutuhkan koneksi spiritual yang mendalam untuk mencapai ketenangan batin, menemukan tujuan hidup yang bermakna, dan mengembangkan ketahanan dalam menghadapi tantangan kehidupan. Konseling spiritual teistik mengakui bahwa ketahanan spiritual menjadi penting dalam membantu individu mencapai kesejahteraan psikologis yang sesungguhnya (Suhartono et al., 2025).

12.1.4 Relevansi dalam Konteks Indonesia

Dalam konteks Indonesia di mana mayoritas penduduk beragama dan memiliki komitmen terhadap nilai-nilai spiritual, konseling teistik spiritual menjadi pendekatan yang sangat relevan. Masyarakat Indonesia menginginkan layanan konseling yang tidak hanya menyelesaikan masalah psikologis, tetapi juga memperkuat dimensi spiritual dan membantu individu menemukan kedamaian batin melalui pengalaman spiritual yang mendalam dan bermakna.

12.2 Konsep Spiritualitas

12.2.1 Definisi Spiritualitas

Spiritualitas adalah pengalaman dan pemahaman manusia tentang dimensi transenden yang melampaui materi fisik, yang memberikan makna, tujuan, dan arah dalam kehidupan. Spiritualitas bukan hanya merujuk pada praktik keagamaan formal, tetapi mencakup pengalaman batin yang mendalam tentang koneksi dengan realitas yang lebih tinggi, entah itu dipahami sebagai Tuhan, alam semesta, atau kekuatan universal lainnya (Johan et al., 2025). Spiritualitas menciptakan kerangka makna yang membantu individu memahami diri mereka sendiri, hubungan dengan orang lain, dan tujuan akhir kehidupan mereka.

12.2.2 Dimensi-Dimensi Spiritualitas

Spiritualitas memiliki beberapa dimensi penting yang saling terkait. Pertama adalah dimensi transendensial, yang mengacu pada hubungan individu dengan kekuatan atau realitas yang melampaui diri mereka sendiri. Kedua adalah dimensi makna dan tujuan, di mana spiritualitas memberikan pemahaman tentang mengapa kita hidup dan apa tujuan akhir dari kehidupan kita. Ketiga adalah dimensi nilai-nilai, yang mencakup komitmen terhadap prinsip-prinsip moral dan etika yang diyakini memiliki signifikansi universal. Keempat adalah dimensi komunal, yang menunjukkan bahwa spiritualitas sering kali dipraktikkan dalam konteks komunitas dan tradisi yang lebih luas (Faizah et al., 2025).

12.2.3 Spiritualitas Teistik

Spiritualitas teistik secara khusus mengacu pada pengalaman spiritual yang didasarkan pada kepercayaan kepada Tuhan atau Kekuatan Ilahi. Dalam teistik spiritualitas, ketuhanan bukan sekedar konsep abstrak, tetapi merupakan realitas kehidupan yang aktif mempengaruhi kehidupan individu. Hubungan dengan Tuhan menjadi pusat dari semua pengalaman spiritual, dan individu mencari koneksi yang mendalam melalui doa, perenungan, dan praktik keagamaan. Spiritualitas teistik menekankan pentingnya ketergantungan pada Tuhan, kepercayaan, dan penerimaan kehendak Ilahi sebagai bagian dari perjalanan spiritual individu.

12.2.4 Perbedaan Spiritualitas dan Religiusitas

Penting untuk membedakan antara spiritualitas dan religiusitas, meskipun keduanya sering kali saling terkait. Religiusitas mengacu pada komitmen terhadap tradisi keagamaan tertentu, ketaatan terhadap ajaran dan praktik agama, serta partisipasi dalam komunitas keagamaan. Sebaliknya, spiritualitas adalah pengalaman pribadi yang lebih luas dan dapat melampaui batas-batas tradisi agama formal. Individu dapat memiliki spiritualitas yang mendalam tanpa harus menganut tradisi keagamaan tertentu, meskipun religiusitas yang autentik biasanya mencerminkan komitmen spiritual yang mendalam (Faizah et al., 2025).

12.3 Landasan Teologis Konseling Teistik Rohani

12.3.1 Konsep Ketuhanan dalam Berbagai Tradisi Agama

Landasan teologis konseling spiritual teistik dibangun atas pemahaman tentang Ketuhanan yang dipercaya oleh individu. Dalam tradisi Islam, Tuhan dipahami sebagai Allah yang maha kuasa, maha pengasih, dan hadir dalam setiap aspek kehidupan. Dalam tradisi Kristen, Tuhan dipahami sebagai Pribadi yang penuh kasih, yang turut menderita bersama umat-Nya dan menawarkan pemulihan. Dalam tradisi lain, Tuhan dipahami sebagai sumber kebenaran universal dan aturan moral yang mengatur alam semesta (Johan et al., 2025). Pemahaman teologis yang kuat tentang sifat Tuhan fondasi menjadi bagi konselor teistik spiritual dalam membantu klien membangun hubungan yang sehat dan bermakna dengan Tuhan.

12.3.2 Manusia sebagai Makhluk Spiritual

Teologi konseling spiritual teistik mengakui bahwa manusia diciptakan sebagai makhluk yang memiliki dimensi spiritual yang fundamental. Dalam tradisi Islam, manusia diciptakan dengan fitrah, yaitu bawaan alamiah untuk mengenali Tuhan dan mengikuti jalan yang benar. Dalam tradisi Kristen, manusia diciptakan menurut gambar Tuhan, yang berarti manusia memiliki potensi untuk mencerminkan sifat ilahi dalam kehidupannya. Pengakuan terhadap dimensi spiritual manusia menjadi langkah pertama dalam konseling teistik spiritual, karena mengakui bahwa pencarian spiritual

bukanlah sesuatu yang asing atau tidak alami bagi manusia (Suhartono et al., 2025).

12.3.3 Penyembuhan Spiritual sebagai Tujuan Utama

Dalam kerangka teologi konseling spiritual teistik, penyembuhan spiritual dipahami sebagai tujuan utama dari proses konseling. Penyembuhan ini bukan sekedar pengobatan gejala psikologis, tetapi transformasi mendasar dalam hubungan individu dengan Tuhan dan pemahaman tentang tujuan hidup. Penyembuhan spiritual melibatkan rekonsiliasi dengan Tuhan, penerimaan atas apa yang telah terjadi, dan penemuan makna baru dari pengalaman yang sulit sekalipun. Melalui penyembuhan spiritual, individu dapat mencapai ketenangan batin dan ketahanan yang diperlukan untuk menghadapi kehidupan dengan bijaksana.

12.3.4 Berkah dan Pemulihan

Konsep grasi atau rahmat Tuhan memainkan peran sentral dalam teologi konseling spiritual teistik. Grasi mengacu pada pemberian Tuhan yang cuma-cuma, tanpa didasarkan pada prestasi atau kelayakan manusia, yang memberikan kekuatan untuk berubah dan pulih. Dalam proses konseling, konselor membantu klien memahami bahwa pemulihan mereka tidak hanya bergantung pada usaha pribadi, tetapi juga pada penerimaan terhadap kasih dan pertolongan Tuhan. Kepercayaan kepada kasih karunia Tuhan memberikan harapan bagi individu yang merasa putus asa dan membantu mereka menemukan kembali kepercayaan diri dan kehidupan yang bermakna.

12.4 Landasan Filosofis Konseling Teistik Rohani

12.4.1 Filosofi Holistik tentang Manusia

Filosofi konseling spiritual teistik dibangun atas pemahaman holistik tentang manusia sebagai kesatuan utuh dari dimensi fisik, psikologis, sosial, dan spiritual. Filosofi ini menolak pendekatan reduksionistik yang hanya melihat manusia sebagai makhluk material atau hanya dari perspektif psikologis. Sebaliknya, filosofi holistik mengakui bahwa makna kehidupan manusia harus mencakup pembangunan dan pengembangan semua dimensi ini secara seimbang. Penyalahgunaan satu dimensi atau pengabaian terhadap salah satu aspek menyebabkan ketidakseimbangan dan penderitaan (Johan et al., 2025).

12.4.2 Pencarian Makna Hidup

Filosofi konseling teistik spiritual menekankan pentingnya pencarian makna hidup sebagai kebutuhan fundamental manusia. Manusia bukan hanya makhluk yang mencari kepuasan materi atau kenyamanan fisik, tetapi juga makhluk yang mencari jawaban atas pertanyaan-pertanyaan eksistensial tentang asal-usul, tujuan, dan akhir kehidupan. Konseling teistik spiritual memfasilitasi proses pencarian makna ini dengan membantu individu menghubungkan pengalaman pribadi mereka dengan nilai-nilai spiritual dan pemahaman teologis yang lebih luas.

12.4.3 Keseimbangan antara Ketergantungan dan Otonomi

Filosofi konseling spiritual teistik mencari keseimbangan antara ketergantungan pada Tuhan dan pengembangan otonomi individu. Meskipun individu diundang untuk mempercayai Tuhan, ini tidak berarti pasif atau menghilangkan tanggung jawab pribadi. Sebaliknya, kepercayaan kepada Tuhan harus memotivasi individu untuk mengembangkan potensi mereka dan bertanggung jawab atas pilihan-pilihan mereka. Filosofi ini mengakui bahwa kebebasan sejati ditemukan dalam hubungan yang harmonis dengan Tuhan, di mana individu memahami kehendak Ilahi dan secara sadar memilih untuk mengikutinya.

12.4.4 Nilai-Nilai Etika dan Moral

Filosofi konseling teistik spiritual didasarkan pada sistem nilai-nilai etika dan moral yang tertanam pada pemahaman tentang Tuhan. Nilai-nilai ini bukan bersifat arbitrer atau relatif, tetapi dianggap memiliki signifikansi universal yang melampaui preferensi pribadi. Nilai-nilai seperti kejujuran, kepedulian, keadilan, dan kasih sayang dipahami sebagai cerminan dari sifat Tuhan dan sebagai dasar untuk kehidupan yang bermakna dan mulia. Dalam konseling, nilai-nilai ini menjadi pedoman bagi konselor dan klien dalam mengambil keputusan dan membangun hubungan yang sehat.

12.5 Landasan Teoritis dan Empiris Konseling Teistik Spiritual

12.5.1 Teori Kecerdasan Spiritual

Kecerdasan spiritual adalah kemampuan individu untuk mengintegrasikan pengalaman dan pengetahuan tentang nilai-nilai spiritual dalam kehidupan mereka. Teori ini mengakui bahwa kecerdasan spiritual bukanlah sesuatu yang bersifat psikopatologis, tetapi merupakan dimensi penting dari kesejahteraan mental yang sehat. Individu dengan kecerdasan spiritual yang tinggi mampu menemukan makna dalam pengalaman yang sulit, menjaga perspektif yang seimbang, dan memotivasi diri mereka berdasarkan nilai-nilai yang lebih tinggi (Said et al., 2024).

12.5.2 Teori Adaptasi Stres Religius

Teori adaptasi stres keagamaan menjelaskan bagaimana kepercayaan dan praktik keagamaan membantu individu mengatasi stres dan trauma. Penelitian empiris menunjukkan bahwa individu yang memiliki komitmen spiritual yang kuat lebih mampu beradaptasi dengan krisis dan mencari makna dari pengalaman yang sulit. Mekanisme adaptasi ini meliputi doa, meditasi, pencarian dukungan dari komunitas keagamaan, dan reinterpretasi pengalaman dalam kerangka makna spiritual (Faizah et al., 2025).

12.5.3 Penelitian tentang Efektivitas Konseling Spiritual

Penelitian empiris telah menunjukkan bahwa konseling spiritual teistik efektif dalam membantu individu mengatasi berbagai masalah psikologis. Studi menunjukkan bahwa integrasi dimensi

spiritual dalam konseling meningkatkan kepuasan klien, tingkat pemulihan yang lebih baik, dan pencegahan kekambuhan. Efektivitas ini terkait dengan fakta bahwa konseling spiritual teistik bekerja dalam kerangka nilai dan makna yang dipegang teguh oleh klien, sehingga meningkatkan relevansi dan penerimaan intervensi konseling (Suhartono et al., 2025).

12.5.4 Perspektif Neurofisiologis Spiritualitas

Penelitian neurofisiologis menunjukkan bahwa praktik spiritual seperti doa dan meditasi memiliki efek positif pada fungsi otak. Penelitian neuroimaging menunjukkan bahwa pengalaman spiritual diproses di berbagai bagian otak dan menghasilkan efek yang mirip dengan beberapa obat penenang alami. Pemahaman ini memperkuat argumen bahwa spiritualitas bukan hanya masalah kepercayaan subjektif, tetapi memiliki fondasi biologis yang dapat menghasilkan perubahan nyata pada kondisi fisik dan mental individu.

12.6 Landasan Empirik Konseling Rohani

12.6.1 Bukti Empiris tentang Manfaat Spiritual

Data empiris menunjukkan bahwa individu yang aktif terlibat dalam praktik spiritual melaporkan tingkat kesejahteraan yang lebih tinggi, tingkat depresi dan kecemasan yang lebih rendah, dan hubungan sosial yang lebih kuat. Penelitian pada berbagai populasi menunjukkan hubungan positif antara keterlibatan spiritual

dan hasil-hasil kesehatan mental yang positif (Saparwadi & Syafiq, 2025).

12.6.2 Studi Kasus dalam Konseling Teistik Spiritual

Studi kasus dari berbagai konteks menunjukkan bagaimana konseling spiritual teistik telah membantu individu mengatasi masalah seperti depresi, kecemasan, trauma, dan krisis identitas. Dalam studi-studi ini, integrasi dimensi spiritual dalam proses konseling terbukti membantu klien menemukan makna baru, membangun ketahanan, dan mencapai transformasi pribadi yang berkelanjutan.

12.6.3 Penelitian tentang Pencarian Makna dan Kesejahteraan

Penelitian empiris secara konsisten menunjukkan bahwa pencarian makna hidup dan tujuan penemuan merupakan faktor penting dalam kesejahteraan psikologis. Individu yang memiliki pemahaman yang jelas tentang tujuan hidup melaporkan tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi, kepuasan hidup yang lebih besar, dan ketahanan yang lebih baik dalam menghadapi kesulitan (Faizah et al., 2025).

12.6.4 Meta-Analisis tentang Efektivitas Konseling Berbasis Nilai

Meta-analisis dari berbagai penelitian menunjukkan bahwa konseling yang didasarkan pada nilai-nilai yang dipegang oleh klien lebih efektif daripada konseling yang netral secara nilai. Konseling teistik spiritual, yang secara eksplisit mengintegrasikan nilai-nilai spiritual dan keagamaan, menunjukkan tingkat efektivitas yang tinggi dalam berbagai setting dan dengan berbagai populasi.

12.7 Konsep Konseling Teistik Spiritual

12.7.1 Definisi Komprehensif

Konseling spiritual teistik adalah proses bantuan profesional yang mengintegrasikan pemahaman teologis, nilai-nilai spiritual, dan prinsip-prinsip psikologis modern untuk membantu individu mencapai kesejahteraan holistik. Konseling mengakui Tuhan atau kekuatan ilahi sebagai sumber utama dari makna, arah, dan pemulihan dalam kehidupan. Tujuannya tidak hanya mengatasi masalah psikologis, tetapi juga memfasilitasi pertumbuhan spiritual dan transformasi pribadi yang mendalam (Johan et al., 2025).

12.7.2 Komponen-Komponen Inti

Teistik spiritual konseling memiliki beberapa komponen inti yang membedakannya dari konseling konvensional. Pertama, pengakuan dan penghormatan terhadap keyakinan spiritual klien sebagai bagian integral dari identitas dan kesejahteraan mereka. Kedua, penggunaan praktik spiritual seperti doa, meditasi, dan refleksi keagamaan sebagai bagian dari proses konseling. Ketiga, membantu klien mengintegrasikan pengalaman sulit mereka dengan pemahaman spiritual yang lebih luas tentang kehidupan. Keempat, terciptanya hubungan konseling yang mencerminkan nilai-nilai spiritual seperti rasa hormat, empati, dan kepedulian yang tulus.

12.7.3 Proses Konseling Rohani

Proses konseling spiritual teistik meliputi beberapa tahap. Tahap pertama adalah pengenalan dan validasi terhadap pengalaman spiritual klien. Tahap kedua melibatkan eksplorasi mendalam

tentang apa yang bermakna bagi klien dan bagaimana pengalaman mereka terkait dengan pemahaman spiritual mereka. Tahap ketiga adalah pencarian pemahaman dan pemaknaan atas pengalaman yang sulit. Tahap keempat adalah mobilisasi sumber-sumber spiritual klien untuk menghadapi tantangan dan membangun ketahanan. Tahap kelima adalah integrasi pembelajaran spiritual ke dalam kehidupan sehari-hari dan penciptaan rencana untuk pertumbuhan berkelanjutan (Suhartono et al., 2025).

12.7.4 Peran Konselor Teistik Rohani

Teistik spiritual Konselor memiliki peran yang kompleks dan multifaset. Sebagai fasilitator, konselor membantu klien mengeksplorasi pengalaman spiritual mereka dan menemukan jawaban atas pertanyaan-pertanyaan eksistensial mereka. Sebagai pendamping, konselor memberikan dukungan emosional dan kehadiran yang penuh empati. Sebagai pembimbing, konselor membantu klien menghubungkan pengalaman mereka dengan pemahaman spiritual yang lebih luas. Sebagai ahli, konselor memberikan wawasan psikologis dan spiritual yang dapat membantu klien memahami situasi mereka dengan lebih baik dan membuat keputusan yang bijaksana.

12.8 Beberapa Pendekatan Konseling Teistik Spiritual

12.8.1 Konseling Spiritual Berbasis Islam

Konseling spiritual berbasis Islam mengintegrasikan ajaran-ajaran Al-Qur'an, hadis Nabi, dan tradisi spiritual Islam dalam proses konseling. Pendekatan ini menggunakan konsep-konsep seperti tawakal (kepercayaan kepada Tuhan), taubat (pertobatan), sabar (kesabaran), dan syukur (rasa syukur) sebagai alat untuk membantu klien membangun ketahanan spiritual dan psikologis. Praktik seperti doa, dzikir (mengingat Tuhan), dan pembacaan Al-Qur'an diintegrasikan dalam proses konseling untuk memperkuat koneksi spiritual klien dengan Tuhan (Faizah et al., 2025).

12.8.2 Konseling Rohani Berbasis Kristen

Konseling spiritual berbasis Kristen mengintegrasikan ajaran Alkitab, teologi Kristen, dan pemahaman tentang cinta Tuhan dalam proses konseling. Pendekatan ini kompresi pemulihan, pemulihan, dan transformasi pribadi melalui hubungan dengan Kristus. Konselor membantu klien memahami bahwa Tuhan adalah sumber kasih yang tak terbatas, dan bahwa melalui iman dan kepercayaan, individu dapat mengalami pemulihan dan pertumbuhan spiritual yang mendalam.

12.8.3 Konseling Teistik Spiritual Integratif

Konseling spiritual teistik integratif adalah pendekatan yang menggabungkan unsur-unsur dari berbagai tradisi spiritual sambil tetap mempertahankan kerangka teistik. Pendekatan ini

menghormati keyakinan dan praktik spiritual klien sambil menekankan nilai-nilai universal yang diyakini bersama seperti kasih sayang, keadilan, dan pencarian makna. Pendekatan integratif ini sangat berguna dalam masyarakat multikultural dan multireligius di mana klien mungkin memiliki latar belakang spiritual yang beragam.

12.8.4 Konseling Teistik Spiritual dengan Fokus pada Konseling Syukur

Gratitude Counseling atau konseling rasa syukur adalah pendekatan yang secara khusus fokus pada pengembangan sikap bersyukur sebagai sarana untuk meningkatkan kesejahteraan spiritual dan psikologis. Pendekatan ini membantu klien untuk mengenali berkat dan kebaikan dalam hidup mereka, bahkan di tengah kesulitan. Melalui praktik refleksi tentang hal-hal yang dapat disyukuri dan pernyataan rasa terima kasih, klien dapat mengalihkan perspektif mereka dari fokus pada masalah menuju apresiasi terhadap kebaikan yang ada dalam hidup mereka (Said et al., 2024).

12.9 Latihan 5 Soal

1. Jelaskan perbedaan antara konseling teistik spiritual dan konseling konvensional yang berbasis pada psikologi Barat. Apa keunggulan dan keterbatasan masing-masing pendekatan?
2. Analisis bagaimana landasan teologis tentang sifat Tuhan mempengaruhi proses dan hasil dari konseling spiritual teistik. Berikan contoh konkret dari berbagai tradisi agama.

3. Diskusikan peran dan tanggung jawab konselor teistik spiritual dalam membantu klien menemukan makna hidup dan membangun ketahanan spiritual di tengah tantangan kehidupan modern.
4. Bandingkan tiga pendekatan konseling spiritual teistik yang berbeda dan jelaskan bagaimana masing-masing pendekatan dapat disesuaikan dengan kebutuhan klien dari berbagai latar belakang spiritual.
5. Analisis bukti empiris yang mendukung efektivitas konseling spiritual teistik dan diskusikan bagaimana penelitian ini dapat digunakan untuk mengembangkan praktik konseling yang lebih baik di masa depan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajarni, A., Zakaria, R., Zahara, M., Abdullah, A., & Maidar, M. (2025). Depression among adolescents living in orphanages in central Aceh district, Indonesia. None. <https://doi.org/https://doi.org/10.33024/minh.v8i5.819>
- Alvina, A., Mashabi, Y., Amalia, H., Hairunisa, N., Pratiwi, L. A., Rahman, A. N. P., & Irawan, A. (2026). Program Penyuluhan Pencegahan HIV AIDS untuk Pekerja Migran Indonesia di Penang, Malaysia. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat*. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v9i4.24877>
- Anderson, K. N., Johns, D. E., Holland, K. M., Chen, Y., Vivolo-Kantor, A. M., Trinh, E., Bitsko, R., Leeb, R., Radhakrishnan, L., Bacon, S., & Jones, C. M. (2023). Emergency Department Visits Involving Mental Health Conditions, Suicide-Related Behaviors, and Drug Overdoses Among Adolescents — United States, January 2019–February 2023. *MMWR. Morbidity and Mortality Weekly Report*. <https://doi.org/10.15585/mmwr.mm7219a1>
- Annisa, Y. N., Marmoh, S., & Hadiyah, H. (2023). Strategi pembelajaran anak lamban belajar (slow learner) pada pembelajaran jarak jauh siswa sekolah dasar. None. <https://doi.org/https://doi.org/10.20961/ddi.v10i5.66955>

- Arganata, D. C., Qaedi, M., Nuranda, R., Binaan, W., & Keterampilan, P. (2025). INTERVENSI SOSIAL MELALUI PELATIHAN KETERAMPILAN DAN KONSELING SEBAGAI UPAYA REHABILITASI DAN REINTEGRASI WARGA BINAAN DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN KELAS IIB TULUNGAGUNG. Journal Central Publisher. <https://doi.org/10.60145/jcp.v3i2.293>
- Arum. (2025). Transformasi Manajemen Bimbingan dan Konseling di Panti Asuhan. *Assertive: Islamic Counseling Journal*. <https://doi.org/10.24090/j.assertive.v4i1.10155>
- Baihaqy, G., Maryandi, Y., & Mujahid, I. (2026). Implementasi Pelaksanaan Bimbingan Perkawinan dalam Upaya Pencegahan Perceraian di Kantor Urusan Agama Kecamatan Andir Kota Bandung. *Bandung Conference Series Islamic Family Law*. <https://doi.org/10.29313/bcsifl.v6i1.23041>
- Bridge, J. A., Ruch, D. A., Sheftall, A. H., Hahm, H. C., O'Keefe, V. M., Fontanella, C. A., Brock, G., Campo, J. V., & Horowitz, L. M. (2023). Youth Suicide During the First Year of the COVID-19 Pandemic. *American Academy of Pediatrics*. <https://doi.org/https://doi.org/10.1542/peds.2022-058375>
- Faizah, N., Islam, M. H., & Fatimah, N. (2025). Analisis Bimbingan Konseling Islami Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Pada Mata Pelajaran PAI. *Irsyaduna: Jurnal Studi*

Kemahasiswaan.

<https://doi.org/10.54437/irsyaduna.v5i1.2101>

Firdaus, M. D., Kumariaksy, F. A., & Habsy, B. A. (2025).
Memahami Peran Etika dan Kompetensi Konselor dalam
Konseling Multibudaya. *Katalis Pendidikan : Jurnal Ilmu
Pendidikan Dan Matematika*.

<https://doi.org/10.62383/katalis.v2i2.1702>

Fitriyah, L. (2023). Enhancing Counseling Services in Secondary
Schools Through the Implementation of Training Modules
and Counseling Materials for Peer Counselors. *None*.
<https://doi.org/https://doi.org/10.51278/bce.v3i2.827>

Force, U. P. S. T., Mangione, C. M., Barry, M. J., Nicholson, W. K.,
Cabana, M. D., Chelmow, D., Coker, T. R., Davidson, K. W.,
Davis, E. M., Donahue, K. E., Jaén, C. R., Kubik, M., Li, L.,
Ogedegbe, G., Pbert, L., Ruiz, J., Silverstein, M., Stevermer,
J., & Wong, J. B. (2022). Screening for Depression and
Suicide Risk in Children and Adolescents. *American
Medical Association*.

<https://doi.org/https://doi.org/10.1001/jama.2022.16946>

Gargot, T., Tanyeri, S., & Psychiatry, K. (2025). Cognitive
Behavioural Therapy/Motivational Interviewing in
Emergency Settings in Child and Adolescent Psychiatry.
European Psychiatry.

<https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2025.116>

Hakimah, M., Sunarti, T., Febriyanti, I., & Elfiyanti, I. (2026).
Perkembangan Gerakan Bimbingan Konseling di Indonesia

- dari Masa ke Masa. Jurnal Ilmu Pendidikan.
<https://doi.org/10.62383/hardik.v3i1.2871>
- Hakimah, M., Sunarti, T., Febriyanti, I., & Elfiyanti, I. (2026).
 Perkembangan Gerakan Bimbingan Konseling di Indonesia
 dari Masa ke Masa. Jurnal Ilmu Pendidikan.
<https://doi.org/10.62383/hardik.v3i1.2871>
- Harisma, B. F. (2022). KONSELING SEBAYA: SEBUAH
 PENANGANAN MASALAH PSIKOLOGIS REMAJA
 PUTUS CINTA [PEER COUNSELING: A HANDLING OF
 POST-BREAKUP ADOLESCENT PSYCHOLOGICAL
 PROBLEM]. None.
<https://doi.org/https://doi.org/10.59027/alihtiram.v1i2.250>
- Hariyadi, S., Wibowo, M. E., Muslikah, & Saraswati, S. (2025).
 Efektivitas Konseling Kelompok dalam Meningkatkan
 Kesejahteraan Psikologis Siswa di Sekolah Indonesia:
 Tinjauan Sistematis. JKP (Jurnal Konseling Pendidikan).
<https://doi.org/10.29408/jkp.v9i2.31082>
- Hendarso, M. H., Firdawaty, L., Zahry, A. A., & Jebat, D. B. B. M.
 (2025). Efektivitas Program Konseling Pra-Nikah dalam
 Mengurangi Konflik Rumah Tangga: Studi Perbandingan di
 Indonesia, Malaysia, dan Uni Emirat Arab. Bulletin of
 Islamic Law. <https://doi.org/10.51278/bil.v2i1.1721>
- Ibda, F. (2023). Dukungan Sosial: Sebagai Bantuan Menghadapi
 Stres Dalam Kalangan Remaja Yatim di Panti Asuhan. None.
<https://doi.org/https://doi.org/10.22373/ji.v12i2.21652>

- Idris, M., & Rahmadani, E. (2024). ANALISIS FAKTOR PENYALAHGUNAAN NAPZA PADA WARGA BINAAN DI LAPAS NARKOTIKA KELAS II A JAKARTA. Afiat. <https://doi.org/10.34005/afiat.v10i2.4290>
- Itqi. (2023). STRATEGI GURU DALAM MENGATASI SISWA SLOW LEARNER DI SEKOLAH DASAR. None. <https://doi.org/https://doi.org/10.61798/wjpe.v1i1.1>
- Johan, B., Yusrofil, M., Maghfiraldi, F., Ariiq, F., & Athoillah, M. K. N. (2025). PENANGANAN SEKULARISASI DALAM LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING MELALUI INTEGRASI KURIKULUM BERBASIS NILAI ISLAM. Al-Ulum: Jurnal Pendidikan Islam. <https://doi.org/10.54090/alulum.850>
- Khotimah, R., & Syafril, S. (2024). Identifikasi Siswa Berbakat dan Bertalenta pada Anak Usia Dini: Tinjauan Pustaka. Journal of Educational Research. <https://doi.org/10.37985/jer.v5i4.1740>
- Khusumadewi, A., Hannurawan, F., Hambali, I., & Atmoko, A. (2024). Enhancing Students Psychological Well-being in Islamic Boarding Schools: The Impact of Prophetic Values-Based Group Counseling. Padang State University. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/0202312427-0-86>
- Kotikalapudi, B. B., & Sheibani, S. (2025). Women's Mental Health in Andhra Pradesh Post-COVID: Global Insights and Perspectives. International Journal of Research and

Lubis, M. A., Ayuningtias, E. W., Oktaviana, V., & Asrofi, F. (2024). REVITALISASI PERAN KONSELOR DALAM PELAYANAN KONSELING PRA-NIKAH DI KUA. Jurnal Mahasiswa BK An-Nur. <https://doi.org/10.31602/jmbkan.v10i3.14374>

Lumunder, E. M., Retor, E. A., Kreysen, I. F., Bawihu, S. E., Awalo, M. L., & Weol, W. (2024). PENGARUH PENGEMBALAN PRA NIKAH TERHADAP KESIAPAN EMOSIONAL DAN SPIRITUAL PASANGAN DALAM MEMASUKI PERNIKAHAN. ATOHEMA: Jurnal Teologi Pastoral Konseling. <https://doi.org/10.70420/vsah1n56>

Maharani, R., Yazid, Y., Rafdeadi, R., & Azwar, A. (2024). Dakwah dan Konseling dalam Menghadapi Isu Kesehatan Mental di Indonesia. Idarotuna. <https://doi.org/10.24014/idarotuna.v6i2.32927>

Malahati, F., & Maemonah, M. (2022). Analisis Hambatan Belajar Tatap Muka Terbatas Selama Masa Pandemi Mata Pelajaran Matematika Operasi Hitung Pembagian Kelas IV A di SD Negeri Mejing 2 Ambarketawang Gamping. Alma Ata University Press. [https://doi.org/https://doi.org/10.21927/literasi.2022.13\(1\).63-](https://doi.org/https://doi.org/10.21927/literasi.2022.13(1).63-77)

- Masing, M. (2020). *Konseling Agama Pada Siswa Pecandu Narkoba*. None.
<https://doi.org/https://doi.org/10.34307/peada.v1i1.9>
- Maulana, I., Febrianti, S., & Nugraha, B. A. (2023). *Intervensi Terapi Dukungan Psikologis pada Korban Terdampak Bencana yang Mengalami PTSD (Literature Review)*. Malahayati Nursing Journal.
<https://doi.org/10.33024/mnj.v5i3.8019>
- Meliyana, A. F., Leksono, T. M., Nashwa, A., Salam, I., Syifa, I., Sari, R., & Putri, M. (2024). *Penyalahgunaan Narkoba Di Kalangan Remaja Kota Tanjung Pinang*. *Irpia : Jurnal Ilmiah Riset Dan Pengembangan*.
<https://doi.org/10.71040/irpia.v9i8.249>
- Morris-Perez, P., Abenavoli, R. M., Benzekri, A., Rosenbach-Jordan, S., & Boccieri, G. R. (2023). *Preventing adolescent suicide: Recommendations for policymakers, practitioners, program developers, and researchers*. None.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1002/sop2.30>
- Msyrrh, I., Suandi, D., & Ismawati, I. (2024). *Strategi Pencegahan Penyalahgunaan Narkotika Pada Remaja*. *JURNAL RUANG HUKUM*. <https://doi.org/10.58222/juruh.v3i2.787>
- Mu'alifah, I., Pribadi, T., & Elliya, R. (2023). *Konseling teman sebaya untuk meningkatkan penerimaan diri pada anak broken home*. None.
<https://doi.org/https://doi.org/10.56922/mhc.v2i1.365>

- Muallifah, M., Sa''adiyah, E. H., & Muhayani, U. (2023).
PREMARITAL COUNSELING; MODEL KONSELING
PRA NIKAH MEMBENTUK KELUARGA SAKINAH,
MAWADDAH, WA RAHMAH. *Egalita Jurnal Kesetaraan
Dan Keadilan Gender*.
<https://doi.org/10.18860/egalita.v18i2.18336>
- Mubarok, A. K., Az-Zahra, T. A., Choirunisa, L., & Habsy, B. A.
(2025). Konseling Kejatmikaan: Integrasi Kearifan Lokal
dalam Praktik Konseling di Indonesia. *Jurnal Ilmu Sosial
Dan Humaniora*. <https://doi.org/10.62383/wissen.v3i2.796>
- Nasution, I. S., Margolang, A. S., Rizky, A., Butar, E. A. B., Rambe,
N., Albani, R. A., & Syaqueeina, S. (2025). STUDI
LITERATUR FAKTOR RISIKO DAN PENCEGAHAN
PENULARAN HIV/AIDS DI MASYARAKAT. *Jurnal
Kesehatan Tambusai*. <https://doi.org/10.31004/jkt.v6i4.53218>
- Nisa, S., & Cahyono, R. (2025). Penggunaan Metode Fonik untuk
Meningkatkan Kemampuan Membaca pada Anak Slow
Learner. *None*.
<https://doi.org/https://doi.org/10.61404/mutiara.v3i3.412>
- Noflita, N., Ginting, C. N., & Nasution, S. W. (2024). Implementasi
Program Pencegahan dan Penanganan HIV/AIDS di Kota
Tebing Tinggi. *MAHESA Malahayati Health Student
Journal*. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i12.16256>
- Nurismawan, Ach. S., & Rahmawati, S. (2025). Dari Mazhab
Padang Ke Mazhab Bandung: Menelaah Pergeseran
Paradigma Model Layanan Bimbingan dan Konseling di

- Indonesia. Jurnal Konseling Gusjigang.
<https://doi.org/10.24176/jkg.v11i1.14720>
- Putri, S., & Oktaviana, W. (2024). Hubungan Tingkat Resiliensi Dengan Ide Bunuh Diri pada Remaja di SMK Muhammadiyah Kartasura. None.
<https://doi.org/https://doi.org/10.37148/arteri.v6i1.532>
- Raditya, D. I. A., Khosianah, F., & Purnomo, B. R. (2026). PENDEKATAN PSIKOSOSIAL-EKONOMI MELALUI DUKUNGAN PSIKOLOGIS AWAL DAN DIGITAL ENTREPRENEURSHIP PADA ANAK PANTI. Jurnal Terapan Abdimas. <https://doi.org/10.25273/jta.v11i1.23466>
- Rahmawati, P. R., Pebriyanti, D., Sulistyono, R. E., & Suhari. (2024). Efektivitas Terapi Hipnotik Lima Jari Pada Gangguan Stres Pasca Trauma Pasca Bencana. Binawan Student Journal. <https://doi.org/10.54771/jbp0t543>
- Richter, D., & Dixon, J. (2022). Models of mental health problems: a quasi-systematic review of theoretical approaches. Taylor & Francis.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1080/09638237.2021.2022638>
- Sa''adah, Z., Fikasari, J., & Pramesti, R. (2025). Implementasi Trauma Healing untuk Korban Bencana Alam di Indonesia: Kajian Sistematis Literatur. Jurnal Siber Multi Disiplin. <https://doi.org/10.38035/jsmd.v3i3.548>
- Sadaf, & Tariq, Dr. Q. (2025). Academic Burnout and Suicidal Ideation among Young Scholars: A Cross-Sectional Study.

Inverge Journal of Social Sciences.
<https://doi.org/10.63544/ijss.v4i2.129>

Said, P. C., Buchori, S., Harum, A., & Hikmah, M. (2024). Pengembangan Modul Gratitude Counseling dan Spiritual Teistik Untuk Meningkatkan Psychological Well Being Wanita Tuna Susila Mattiro Deceng. Indonesian Journal of School Counseling: Theory, Application, and Development. <https://doi.org/10.26858/ijosc.v4i1.60795>

Salbila, I., & Usiono, U. (2023). STRATEGI PENCEGAHAN HIV & AIDS : LANGKAH-LANGKAH EFEKTIF UNTUK MASYARAKAT. Jurnal Kesehatan Tambusai. <https://doi.org/10.31004/jkt.v4i4.19941>

Saparwadi, S., & Syafiq, M. (2025). Peranan Bimbingan Konseling Islam dalam Menumbuhkan Kecerdasan Spiritual Siswa. Muthmainnah: Jurnal Bimbingan Konseling Islam Dan Psikosufistik. <https://doi.org/10.38073/muthmainnah.v1i1.3507>

Sari, S. M., Syafril, S., & Ishak, N. (2024). Learning Style Analysis of Gifted and Talented Children. KINDERGARTEN Journal of Islamic Early Childhood Education. <https://doi.org/10.24014/kjiece.v7i1.29428>

Suhartono, Pratama, H. C., & Kuncoro, A. (2025). Implementasi Bimbingan dan Konseling Spiritual dalam Menegakkan Tata Tertib Siswa di Madrasah Aliyah Islamic Center Bin Baz Yogyakarta. Alhamra Jurnal Studi Islam. <https://doi.org/10.30595/ajsi.v6i1.23441>

- Susanti, V., Sitorus, R. J., & Anwar, C. (2023). PERILAKU SEKSUAL BERISIKO HIV/AIDS PADA KELOMPOK PRIA RISIKO TINGGI. *Journal of Nursing and Public Health*. <https://doi.org/10.37676/jnph.v11i1.4124>
- Susilawati, N. (2020). Peranan Orang Tua Dalam Mengembangkan Potensi Anak Berbakat (Gifted). *None*. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/sikola.v2i2.102>
- Syarifudin, A., Rostika, I., Rengganis, W. C., & Muhria, L. (2023). Manajemen Pemberdayaan Sumber Daya Manusia Dalam Pencegahan Dan Penanggulangan Hiv/Aids Melalui Pendekatan Peer Educator Di Kabupaten Cirebon. *Jurnal Cendekia Mengabdikan Berinovasi Dan Berkarya*. <https://doi.org/10.56630/jenaka.v1i3.474>
- Ursula, P. A. (2024). KONSELING NAPZA. *Daiwi Widya*. <https://doi.org/10.37637/dw.v11i1.2015>
- Veronica, M. (2025). Integrasi antara Terapi Inabah dan Rational Emotive Behavioral Therapy untuk pemulihan pecandu narkoba. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v15i2.22187>
- Wafiqni, N., Rahmania, N., & Supena, A. (2023). STRATEGI PEMBELAJARAN UNTUK ANAK BERKESULITAN BELAJAR DI SEKOLAH INKLUSIF. *None*. <https://doi.org/https://doi.org/10.32678/primary.v15i1.7800>
- Wafiroh, H., & Harun, H. (2022). The barriers in the implementation of mathematics learning for slow learner during the COVID-

Wangsanata, S. A., Jamalullael, J., Khakim, L., Maulidawati, M., & Sanjaya, L. A. (2024). Traumatic counseling: An alternative problem solving post traumatic stress disorder for natural disaster victims in Indonesia. *Jurnal Ilmu Dakwah*. <https://doi.org/10.21580/jid.v44.2.23536>

Wardiyah, A., Setiawati, S., Rilyani, R., Riyanto, E., Nafisah, N., Gusleni, M., Maharani, E., Rohmah, E. A., Marzuna, M., Sahara, A., & Capilo, P. L. (2026). Edukasi deteksi dini HIV/AIDS pada ibu sebagai upaya pencegahan penularan HIV kepada anak. *JOURNAL OF Public Health Concerns*. <https://doi.org/10.56922/phc.v5i12.2366>

Witjati, L., & Hamidah, R. (2023). Peran konselor dalam mengoptimalkan potensi siswa berbakat melalui layanan bimbingan dan konseling. *Counseling and Humanities Review*. <https://doi.org/10.24036/000522chr2023>

Yan, Y., Hou, J., Li, Q., & Yu, N. X. (2023). Suicide before and during the COVID-19 Pandemic: A Systematic Review with Meta-Analysis. *Multidisciplinary Digital Publishing Institute*. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/ijerph20043346>

Yuliana, T. T., Saraswati, A. R., & Habsy, B. A. (2025). Konsep Bimbingan dan Konseling Multikultural pada Saat Ini. *Dialogika : Jurnal Penelitian Komunikasi Dan Sosialisasi*. <https://doi.org/10.62383/dialogika.v1i2.291>

- Zamroni, E., Hanurawan, F., Muslihati, Hambali, I., & Hidayah, N. (2022). Trends and Research Implications of Guidance and Counseling Services in Indonesia From 2010 to 2020: A Bibliometric Analysis. SAGE Open. <https://doi.org/10.1177/21582440221091261>
- Zuwirda, Z., Maisseptian, F., Nasrul, D. F., & Dewita, E. (2022). PELATIHAN KONSELING TEMAN SEBAYA UNTUK MENINGKATKAN KESADARAN REMAJA TERHADAP BAHAYA NARKOBA. None. <https://doi.org/https://doi.org/10.31869/jmp.v1i1.3462>

PROFIL PENULIS



Siti Natijatul Pu'at, M.Pd. lahir di Sintang pada 29 Desember 1993. Ia menyelesaikan pendidikan S-1 di Universitas Tanjungpura dan S-2 di Universitas Negeri Yogyakarta. Saat ini, ia berprofesi sebagai dosen di Universitas Tanjungpura.

Penulis memiliki pengalaman menulis kolaborasi buku **Bimbingan dan Konseling**, menulis beberapa artikel ilmiah, melaksanakan PKM, serta menjadi narasumber dalam pertemuan ilmiah dan berbagai kegiatan lainnya.

Pesan untuk pembaca, *“Buku Konseling Diperluas hadir untuk mengajak Anda melihat konseling dari sudut pandang yang lebih luas dan mendalam. Konseling tidak hanya terbatas pada ruang praktik antara konselor dan klien, tetapi juga menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari dalam keluarga, lingkungan pendidikan, hingga masyarakat.”*

Buku ajar yang berjudul *Konseling Diperluas* membahas konseling sebagai proses bantuan yang tidak hanya berlangsung dalam ruang layanan formal, tetapi juga dapat diterapkan dalam berbagai konteks kehidupan, pendidikan, keluarga, pekerjaan, dan masyarakat. Buku ini menguraikan pentingnya konseling dalam membantu individu memahami diri, menghadapi masalah, mengambil keputusan, serta mengembangkan potensi secara lebih optimal.

Melalui pembahasan yang sistematis dan mudah dipahami, buku ini mengajak pembaca melihat konseling sebagai pendekatan yang luas, adaptif, dan relevan dengan kebutuhan zaman. Buku ini cocok dibaca oleh masyarakat umum yang ingin memahami peran konseling dalam mendukung kesehatan mental, perkembangan pribadi, dan kualitas hubungan antarmanusia.