

PERAN BIMBINGAN KONSELING BERBASIS NILAI-NILAI ISLAM DALAM MENINGKATKAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGI SISWA DI SMAN 5 TANGERANG

**Maemunah¹⁾, Dede Rosmanah²⁾, Devita Hermayani³⁾, Rini Nurmayanti⁴⁾, Riska Agustina⁵⁾,
Syifa Kurotul A'ini⁶⁾, Zahra Rizkya Fillah⁷⁾**

¹⁾Pendidikan Agama Islam, FTIK, Universitas Cendekia Abditama,
maemunah@uca.ac.id

²⁾ Pendidikan Agama Islam, FTIK, Universitas Cendekia Abditama,
dederosmanah037@gmail.com

³⁾ Pendidikan Agama Islam, FTIK, Universitas Cendekia Abditama,
mayaoppoa54128@gmail.com

⁴⁾ Pendidikan Agama Islam, FTIK, Universitas Cendekia Abditama,
rininurmayanti71@gmail.com

⁵⁾ Pendidikan Agama Islam, FTIK, Universitas Cendekia Abditama,
riskaagtna@gmail.com

⁶⁾ Pendidikan Agama Islam, FTIK, Universitas Cendekia Abditama,
syifakurotulaini@gmail.com

⁷⁾ Pendidikan Agama Islam, FTIK, Universitas Cendekia Abditama,
zahrarizkyafillah@gmail.com

Abstract

This study aims to explore how the implementation of Islamic-based counseling can contribute to improving students' mental health at SMAN 5 Tangerang. During adolescence, students often face various emotional and social challenges that can affect their psychological condition. Through a qualitative approach, this study analyzed in-depth interviews involving students, counseling teachers, and principals. The results showed that the Islamic-based counseling program was able to significantly help students develop emotional, social, and coping skills. This program provides students with an understanding of managing emotions, facing challenges, and establishing healthy social interactions. Support from parents and counseling teachers plays a very important role in this process. Parents help students deal with emotional problems through effective communication, while counseling teachers provide the necessary direction and support. Overall, Islamic-based counseling has proven effective in improving students' mental health by facilitating them in managing stress, solving problems, and building positive social relationships. Synergy between students, parents, and counseling teachers is essential to creating an environment that supports the growth of students' psychological well-being holistically.

Keywords: *Counseling Guidance, Islamic Values, Welfare, Student Psychology*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana penerapan bimbingan konseling yang berlandaskan nilai-nilai Islam dapat berkontribusi dalam meningkatkan kesehatan mental siswa di SMAN 5 Tangerang. Dalam masa remaja, siswa sering menghadapi berbagai tantangan emosional dan sosial yang dapat berdampak pada kondisi psikologis mereka. Melalui pendekatan kualitatif, penelitian ini menganalisis wawancara mendalam yang melibatkan siswa, guru bimbingan konseling, dan kepala sekolah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa program bimbingan konseling berbasis nilai-nilai Islam mampu secara signifikan membantu siswa mengembangkan keterampilan emosional, sosial, serta kemampuan mengatasi masalah (*coping skills*). Program ini memberikan siswa pemahaman untuk mengelola emosi, menghadapi tantangan, dan menjalin interaksi sosial yang sehat. Dukungan dari orang tua dan guru bimbingan konseling memainkan peran yang sangat penting dalam proses ini. Orang tua membantu siswa dalam menangani masalah emosional melalui komunikasi yang efektif, sementara guru bimbingan konseling memberikan arahan serta dukungan yang diperlukan. Secara keseluruhan, bimbingan konseling berbasis nilai-nilai Islam terbukti efektif dalam meningkatkan kesehatan mental siswa dengan memfasilitasi mereka dalam mengelola stres, menyelesaikan masalah, serta membangun hubungan sosial yang positif. Sinergi antara siswa, orang tua, dan guru bimbingan konseling sangat diperlukan untuk menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan kesejahteraan psikologis siswa secara holistik.

Kata Kunci: Bimbingan Konseling, Nilai-Nilai Islam, Kesejahteraan, Psikologi Siswa

PENDAHULUAN

Bimbingan dan konseling berbasis nilai-nilai Islam adalah sebuah pendekatan yang dirancang untuk memberikan panduan, arahan, dan pengajaran kepada siswa guna mengembangkan potensi intelektual, emosional, spiritual, dan keyakinan mereka. Selain itu, pendekatan ini juga bertujuan untuk membantu siswa mengatasi berbagai permasalahan yang muncul di lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat, dengan tetap berpegang pada prinsip-prinsip agama. Konselor dalam program ini menggunakan teknik-teknik yang mencakup aspek fisik dan spiritual untuk mendukung proses konseling di sekolah atau madrasah (Nurhidayah 2019) Menurut Faqih Wicaksono, bimbingan dan konseling Islami adalah upaya membantu siswa dengan menanamkan dan mengaplikasikan nilai-nilai Islam agar mereka dapat membentuk kepribadian yang membawa kebahagiaan baik di dunia maupun akhirat (Pratiwi and Shobabiya 2024).

Pendidikan memiliki peran sentral dalam kehidupan siswa, terutama di sekolah. Selain fokus pada prestasi akademik, kesejahteraan psikologis siswa juga sangat penting untuk mendukung hasil belajar yang maksimal (Eva, N., & Bisri 2018). Kesehatan mental siswa mencakup aspek emosional, sosial, dan psikologis yang sangat memengaruhi perkembangan mereka secara keseluruhan, termasuk capaian akademik (Asmarani, F. F., & Sugiasih 2020). Oleh karena itu, kesejahteraan psikologis tidak hanya terkait dengan kemampuan akademik, tetapi juga dengan kemampuan siswa untuk mengelola emosi, menjalin hubungan sosial yang sehat, serta mencapai keseimbangan psikologis (Atikasari

2021). Faktor-faktor ini berkontribusi secara signifikan terhadap perkembangan siswa dan secara langsung berdampak pada keberhasilan belajar mereka.

Dalam konteks pendidikan di tingkat sekolah menengah atas, perhatian terhadap kesejahteraan psikologis siswa menjadi prioritas yang tidak boleh diabaikan. Pendidik dan pihak sekolah harus mengembangkan strategi serta program pendidikan yang tidak hanya menekankan aspek akademik, tetapi juga mencakup kebutuhan emosional, sosial, dan psikologis siswa (Martani, W., & Psikologi 2012). Dengan pendekatan holistik, pendidikan di SMAN 5 Tangerang dapat lebih berfokus pada pengembangan siswa secara menyeluruh, sehingga mereka mampu meraih kesuksesan baik di bidang akademik maupun dalam kehidupan pribadi (Febianti, Y. N., & Joharudin 2018).

Salah satu upaya untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa di SMAN 5 Tangerang adalah melalui program bimbingan konseling (Suyati, *dkk* 2015). Program ini berperan penting dalam memberikan dukungan, arahan, dan solusi kepada siswa untuk mengatasi berbagai tantangan, baik yang bersifat akademik maupun non-akademik (Sumar, W. T., & Razak 2016). Masalah seperti stres, konflik interpersonal, kesulitan beradaptasi, kecemasan, hingga persoalan emosional lainnya sering kali menjadi penghalang bagi siswa untuk berkembang secara optimal.

Bimbingan konseling berbasis nilai-nilai Islam diharapkan mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa secara keseluruhan. Melalui dukungan ini, siswa dapat membangun keterampilan yang diperlukan untuk mengelola stres, menyelesaikan masalah, serta menjalin hubungan sosial yang positif. Namun, meskipun pentingnya program ini sudah diakui, masih terdapat kekurangan informasi mengenai bagaimana program bimbingan konseling di sekolah diimplementasikan dan dianggap efektif oleh siswa.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dan menganalisis peran bimbingan konseling dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa di SMAN 5 Tangerang. Penelitian ini berfokus pada sudut pandang kepala sekolah, guru bimbingan konseling, serta siswa. Dengan memahami persepsi mereka terhadap program ini, diharapkan dapat dikembangkan strategi implementasi yang lebih efektif. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan memberikan rekomendasi bagi pihak sekolah, guru, dan konselor untuk meningkatkan efektivitas program bimbingan konseling yang ada.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk menggali pemahaman yang lebih mendalam terkait penerapan serta peran bimbingan konseling berbasis nilai-nilai Islam dalam mendukung peningkatan kesejahteraan psikologis siswa di SMAN 5 Tangerang (Fitrah 2018). Metode kualitatif dipilih karena berfokus pada eksplorasi kontekstual, interpretasi mendalam, serta analisis fenomena yang terjadi. Dalam pelaksanaannya, penelitian ini memanfaatkan teknik pengumpulan data seperti wawancara mendalam dengan kepala sekolah, guru bimbingan konseling (BK), dan sejumlah siswa, serta analisis terhadap dokumen terkait program bimbingan konseling di sekolah tersebut.

Wawancara dilakukan dengan pendekatan pertanyaan terbuka untuk menggali pengalaman, persepsi, dan pandangan dari pihak-pihak yang terlibat, termasuk kepala sekolah, guru BK, dan siswa. Tujuannya adalah memahami secara holistik bagaimana bimbingan konseling berbasis nilai-nilai Islam berkontribusi dalam meningkatkan kesehatan psikologis siswa, baik dari segi pengelolaan emosi, penyelesaian masalah, maupun pengembangan keterampilan sosial mereka.

HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

Penelitian tentang peran bimbingan konseling berbasis nilai-nilai Islam dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa di SMAN 5 Tangerang memiliki signifikansi yang besar, terutama mengingat berbagai tantangan emosional dan sosial yang sering dialami oleh remaja selama masa perkembangan mereka. Artikel ini akan membahas beberapa aspek utama yang menjadi sorotan dari hasil penelitian tersebut.

A. peran bimbingan konseling dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa di sekolah dasar melalui sudut pandang Kepala Sekolah/wakil kepala sekolah

Berikut adalah beberapa hasil wawancara dengan Ibu Zuraida M.Pd selaku wakil kepala sekolah dan wakil kesiswaan di SMAN 5 Tangerang:

1. Peran bimbingan konseling di sekolah

“Peran Bimbingan Konseling di dalam sekolah ini sangat penting dikarenakan untuk kemajuan sekolah dan siswa yang harus dibina terutama dalam hal pembinaan dan bimbingan tentu saja harus bekerjasama dengan bimbingan konseling apalagi dalam menangani kasus siswa. Disini banyak masalah yang harus ditangani oleh para konselor (guru bimbingan konseling) dan bekerjasama dengan pihak kesiswaan juga. Bimbingan konseling di sekolah ini juga perannya penting untuk meningkatkan kesejahteraan

psikologis siswa. Sebagai kepala sekolah, saya percaya bahwa layanan ini tidak hanya mendukung perkembangan akademis, tetapi juga aspek sosial dan emosional pada siswa”.

2. Pandangan tentang BK dalam peningkatan kesejahteraan psikologi siswa

“Pandangan ibu sebagai kesiswaan, bimbingan konseling itu sangat diperlukan dalam hal membimbing yang tidak hanya untuk siswa yang bermasalah tapi untuk siswa yang berprestasi juga terutama untuk karir mereka. Nah, biasanya bimbingan konseling ini memberikan dukungan emosional, membantu pengembangan identitas diri, mencegah masalah psikologis, meningkatkan prestasi akademik, dan mengembangkan keterampilan sosial, bimbingan konseling dapat menciptakan lingkungan belajar yang lebih sehat dan produktif. Sebagai kepala sekolah, saya percaya bahwa investasi dalam program bimbingan konseling yang efektif akan memberikan dampak positif tidak hanya pada kesehatan mental siswa, tetapi juga pada seluruh atmosfer sekolah”.

3. Kasus yang dialihkan dari guru BK kepada pihak kepala sekolah atau psikolog

“Dalam kasus yang dialihkan tentunya banyak apalagi ibu sebagai kesiswaan dan pastinya guru bimbingan konseling akan mengalihkan kepada yang lebih atas yaitu pihak kesiswaan. Pihak kesiswaan akan terus berkolaborasi memantau kasus siswa di sekolah ini untuk melihat perubahannya tidak hanya pada bimbingan konseling saja tetapi seluruh komite sekolah seperti wali kelas dan guru lainnya agar memantau siswa yang bermasalah ini dan jika siswa yang bermasalah dalam pemantauan belum berubah dan masalahnya belum terselesaikan, maka akan minta bantuan ke yang lebih tinggi lagi yaitu psikolog. Psikolog yang biasa sekolah ini minta bantuan ada di PUSPAGA (Pusat Pembelajaran Keluarga) semacam lembaga yang akan membantu sekolah-sekolah untuk menangani masalah-masalah yang dihadapi ketiks tidak bisa dihadapi di sekolah. Contohnya disini ada siswa yang ingin membunuh temannya yang membuly, dimana si korban membawa pisau yang terbuat dari sendok yang ujungnya diasah disebabkan si korban dibully oleh teman sekelasnya. Mungkin bagi pelaku itu merupakan bercanda semata sedangkan menurut korban itu perundungan dikarenakan bercanda yang secara berulang-ulang kali sehingga korban nekat memiliki niat tersebut. Untungnya barang ditemukan oleh guru olahraga yang pada saat itu jam mata pelajaran olahraga kemudian menghadap kepada pihak kesiswaan dan guru bimbingan konseling ini adalah karena kasus besar. Kemudian guru bimbingan konseling dan kesiswaan berkolaborasi dengan menyelidiki akar masalahnya ketika sudah dapat tetapi belum tertangani dengan maksimal akhirnya sekolah membutuhkan saran dari psikolog. Akhirnya setelah 3 minggu dari bantuan psikolog si korban kembali membaik dan

untuk pelaku diberi sanksi dan mendatangkan orang tuanya karena kasus ini bukan hal sepele yang membuat korban memiliki niat tersebut hingga batinnya terluka”.

4. Langkah-langkah yang diambil untuk peningkatan efektivitas program BK disekolah

“Langkah-langkah yang sudah kita ambil itu ada beberapa seperti pembinaan berkelanjutan kemudian sekarang ini kami sedang menyusun program TPPTKSP (Tim Pencegahan Penanggulangan Tindak Kekerasan pada Satuan Pendidikan) jadi sebuah tim kerjasama dengan BK juga kemudian kita rangkul beberapa siswa sebagai teman-teman sebaya untuk menanggulangi tindak kekerasan yang terjadi pada siswa seperti bulliying, kemudian kekerasan karena perundungan itu bukahn hanya mental saja tetapi dengan fisik juga apalagi kalau misalnya sudah berkaitan dengan psikis seperti kasus tadi sampai kitab bawa ke psikolog. Dan kita sudah membuat sebuah perencanaan yang nanti akan bekerjasama dengan BK karena biasanya siswa yang dibully oleh temannya itu tidak pernah langsung laporan ke BK mereka tidak ingin lapor ke BK. Justru kita tahu informasi itu dari teman-temannya yang lain, maka kami membuat tim dengan melibatkan beberapa siswa dibawah foderansi BK dan Kesiswaan. Jadi para siswa itu yang akan melaporkan kasus-kasus yang terjadi pada temannya kepada guru BK maupun kesiswaan. Belum lama ini kami juga mendapat kasus di kelas 12 ada yang dibully oleh teman-temannya. Tapi yang lapor bukan yang dibully melainkan temannya yang tidak tega melihatnya dibully. Kemudian kami tindak lanjuti masalah tersebut dengan memberikan punishmen bagi pelaku perundungan sedangkan siswa yang dirundung kita berikan motivasi, penguatan, dan engelolaan emosionalnya karena biasanya siswa yang dirundung memunculkan sikap yang beda dengan teman-temannya yang lain, akan tetapi hal itu akan dipantau terus oleh wali kelas dan guru BK”.

5. Dukungan yang diberikan pihak kepala sekolah terhadap guru BK

”Dapat bekerjasama dengan baik merupakan sebuah bentuk dukungan juga dari kepala kesolah kepada guru BK. Nah, bentuk dukungan laiinya yaitu dengan melakukan lngkah-langkah perencanaan program BK agar lebih maju dan kami insyaAllah akan melakukan banyak hal. Salah satunya dengan memaksimalkan Tim pencegahan tadi kemudian juga BK tidak hanya untuk mengatasi masalah kekerasan saja tetapi juga untuk meningkatkan kesehatan mental pada siswa terutama pada tahap perkembangan remaja ini dengan cara bekerjasama dengan dinas-dinas kesehatan mental maupun kesehatan fisik”.

Hasil wawancara dengan Ibu Zuraida, M.Pd., mengungkapkan bahwa bimbingan konseling memegang peranan krusial dalam sistem pendidikan di SMAN 5 Tangerang. Melalui pendekatan yang holistik dan berbasis kolaborasi, layanan bimbingan konseling mampu memberikan dukungan yang dibutuhkan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa. Penanganan masalah secara tepat, dukungan penuh dari kepala sekolah, serta partisipasi aktif siswa dalam melaporkan kasus bullying menjadi langkah strategis yang dapat memperkuat efektivitas program bimbingan konseling di sekolah. Selain itu, kolaborasi antara guru, siswa, dan orang tua dianggap sebagai faktor kunci dalam menciptakan lingkungan belajar yang aman, nyaman, dan mendukung perkembangan siswa. Dengan mengintegrasikan berbagai program dan inisiatif, sekolah dapat memastikan setiap siswa memperoleh dukungan yang optimal, baik untuk pencapaian akademis maupun kesejahteraan emosional mereka.

B. Peran bimbingan konseling dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa di sekolah dasar melalui sudut pandang guru BK

Berikut adalah beberapa hasil wawancara dengan Ibu Jelita Tribudiani, S.Psi selaku salah satu guru BK kelas XII di SMAN 5 Tangerang:

1. Teknik yang dipakai guru BK dalam memecahkan masalah dan menangani kasus di sekolah berbasis nilai-nilai Islam

“Sebagai guru Bimbingan Konseling (BK), saya biasanya menggunakan berbagai cara untuk membantu siswa yang menghadapi masalah. Pertama-tama, penting bagi saya untuk menjalin hubungan yang baik dengan siswa. Saya percaya bahwa mereka perlu merasa nyaman dan aman ketika berbicara tentang masalah yang mereka hadapi. Oleh karena itu, saya selalu berusaha untuk ngobrol dengan mereka secara santai, tanpa tekanan, agar mereka bisa terbuka dan jujur tentang apa yang mereka rasakan. Ketika siswa datang dengan masalah, saya sering memulai dengan wawancara. Di sini, saya akan mendengarkan cerita mereka dan mencoba memahami perasaan mereka. Selain itu, saya juga kadang menggunakan kuesioner. Kuesioner ini membantu saya mengumpulkan informasi yang lebih banyak dan memberikan gambaran yang lebih jelas tentang situasi yang mereka alami. Dengan cara ini, saya bisa lebih memahami masalah yang dihadapi siswa dan faktor-faktor yang mungkin menyebabkannya”.

“Setelah mendapatkan informasi yang cukup, langkah selanjutnya adalah menganalisis masalah tersebut. Saya berusaha untuk mengidentifikasi masalah utama dan mencari tahu penyebabnya. Misalnya, apakah masalah tersebut berkaitan dengan tekanan

dari teman, kesulitan belajar, atau masalah di rumah? Dengan pemahaman yang lebih baik tentang situasi mereka, saya bisa membantu siswa mencari solusi yang tepat. Kemudian, kita bisa melakukan brainstorming bersama untuk mencari ide-ide solusi. Saya sering mengajak siswa untuk berpikir kreatif dan menemukan cara-cara yang bisa mereka coba untuk mengatasi masalah tersebut. Misalnya, jika seorang siswa merasa cemas saat berbicara di depan kelas, kita bisa mencari strategi untuk mengatasi rasa cemasnya, seperti latihan berbicara di depan teman-teman dekat terlebih dahulu. Setelah kita menemukan beberapa solusi, saya biasanya melakukan intervensi. Ini bisa berupa sesi konseling pribadi di mana saya memberikan dukungan langsung kepada siswa, atau bisa juga melalui kelompok dukungan di mana siswa bisa berbagi pengalaman dan saling mendukung satu sama lain. Dengan cara ini, mereka tidak merasa sendirian dalam menghadapi masalah. Saya juga selalu berusaha untuk tetap terhubung dengan siswa dan melihat bagaimana mereka beradaptasi dengan solusi yang telah kita diskusikan. Jika perlu, kita bisa melakukan sesi lanjutan untuk mengevaluasi apakah solusi tersebut efektif atau perlu disesuaikan. Selain itu, saya juga sangat menghargai kerja sama dengan orang tua dan guru lain. Mengajak orang tua untuk berdiskusi tentang masalah yang dihadapi siswa bisa memberikan perspektif baru dan dukungan tambahan. Begitu juga dengan bekerja sama dengan guru lain, kita bisa saling berbagi informasi dan strategi untuk membantu siswa. Dengan cara-cara ini, saya berharap bisa mendukung siswa agar bisa melalui masalah yang mereka hadapi di sekolah dengan lebih baik”.

2. Tantangan-tantangan yang di hadapi saat menangani kasus di sekolah

“Ada beberapa tantangan besar yang saya hadapi saat menangani berbagai kasus siswa. Salah satunya adalah ketika siswa sulit untuk terbuka dan berbagi masalah mereka. Kadang-kadang, mereka merasa malu atau takut untuk bercerita, sehingga saya harus mencari cara agar mereka merasa nyaman dan aman. Selain itu, ada juga tantangan dalam memahami latar belakang siswa yang berbeda-beda. Setiap siswa punya cerita dan masalah yang unik, jadi saya perlu lebih peka dan sabar dalam mendengarkan mereka. Tak jarang, saya juga harus berhadapan dengan masalah yang kompleks, seperti tekanan dari teman sebaya atau masalah di rumah yang mempengaruhi kesehatan mental mereka. Ini bisa membuat saya merasa terbebani, karena saya ingin memberikan yang terbaik untuk mereka. Belum lagi, kadang-kadang ada orang tua yang sulit diajak komunikasi atau tidak mendukung proses konseling. Contoh kasus yang saya tangani yaitu siswa yang terdampak dari perceraian kedua orangtuanya, jadi jelas kasus ini ternyata sebagian ada yang bisa survive, sebagian memang ada yang berontak dan sebagian juga ada yang acuh, namun

yang survive tidak kelihatan disekolah sedangkan yang acuh dan yang berontak bisa terlihat misalnya dia jadi lebih murung disekolah atau jarang masuk sekolah padahal dari rumah berangkat ternyata tidak sampai disekolah dan faktornya adalah internal seperti melihat orangtuanya selalu bertengkar hingga membuat dia merasa tidak nyaman, jadi tantangannya justru berasal dari siswa tersebut. Semua tantangan ini membuat pekerjaan saya semakin menantang, tapi saya percaya bahwa dengan kesabaran dan pendekatan yang tepat, saya bisa membantu siswa menemukan jalan keluar dari masalah mereka”.

3. Keterlibatan antara guru BK dan orangtua untuk meningkatkan kesejahteraan psikologi siswa

“Keterlibatan orang tua siswa memang sangat penting dalam membantu meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa. Saya sering mengajak orang tua untuk berdiskusi tentang kondisi anak mereka, baik itu melalui pertemuan langsung atau komunikasi lewat telepon dan pesan. Dengan melibatkan orang tua, kita bisa mendapatkan informasi lebih lengkap tentang latar belakang dan masalah yang dihadapi siswa di rumah. Selain itu, saya juga memberikan tips kepada orang tua tentang cara mendukung anak-anak mereka, seperti cara berkomunikasi yang baik atau mengenali tanda-tanda stres. Saat orang tua aktif terlibat, anak-anak biasanya merasa lebih didukung dan diperhatikan, yang bisa membantu mereka lebih terbuka saat menjalani sesi konseling. Saya percaya, jika kita bisa bekerja sama dengan orang tua, kita bisa menciptakan lingkungan yang lebih positif bagi siswa, sehingga mereka bisa merasa lebih nyaman dan aman dalam menghadapi berbagai tantangan yang mereka hadapi. Keterlibatan ini bukan hanya membantu siswa, tetapi juga memperkuat hubungan antara sekolah dan keluarga, yang tentunya sangat bermanfaat bagi perkembangan mereka”.

4. Sistem pencatatan (administrasi) untuk setiap kasus yang ditangani

”Dalam BK itu tentunya ada administrasi, salah satu administrasinya adalah pencatatan di buku konselling, saya memang punya sistem pencatatan untuk setiap kasus yang saya tangani. Sistem ini penting banget supaya saya bisa memantau perkembangan siswa dan memastikan bahwa semua informasi tercatat dengan baik. Biasanya, setiap kali ada sesi konseling, saya mencatat detail penting seperti tanggal, masalah yang dihadapi siswa, serta langkah-langkah yang sudah diambil. Saya juga mencatat hasil dari setiap sesi dan rencana tindak lanjut yang perlu dilakukan. elain itu, saya berusaha untuk menjaga kerahasiaan informasi siswa, jadi semua catatan ini disimpan dengan aman dan hanya diakses oleh saya. Dengan sistem pencatatan ini, saya bisa melihat pola atau masalah yang

sering muncul, dan itu membantu saya dalam merancang program atau kegiatan yang lebih sesuai untuk siswa. Jadi, bisa dibilang, pencatatan ini sangat membantu dalam memberikan layanan yang lebih baik dan terarah bagi siswa, serta memudahkan saya dalam melakukan evaluasi terhadap proses konseling yang sudah dilakukan”.

5. Keterbukaan siswa kepada guru BK terhadap masalah-masalahnya

*“Di sekolah ini, kita punya program yang namanya “konsul teman sebaya”. Dalam program ini, ada sekitar 5 sampai 7 siswa yang bertindak sebagai perantara untuk membantu teman-teman mereka yang mengalami masalah. Misalnya, jika ada siswa bernama A yang ingin membantu teman sebaya B yang sedang bermasalah, tetapi B merasa malu untuk langsung datang ke BK. Mereka sering berpikir bahwa masuk ke ruang BK berarti mereka adalah anak yang bermasalah. Nah, di sini, A bisa membantu B dengan cara berkonsultasi terlebih dahulu kepada guru BK. Jika B ingin cerita tentang masalahnya, A bisa mendampingi B saat bertemu dengan guru BK. Ketika sesi konseling individu berlangsung, kita biasanya berhadapan langsung. Di sinilah saya menjelaskan pentingnya **azas kerahasiaan**. Saya bilang kepada siswa, “Dalam BK, semua yang kita bicarakan adalah rahasia. Hanya kita berdua yang tahu tentang ini. Jadi, kamu harus percaya bahwa saya tidak akan memberitahukan kepada orang lain. Jika siswa sudah merasa percaya, kita bisa mulai sesi konseling dengan bertanya, “Apa masalah yang ingin kamu ceritakan?” Namun, jika siswa tidak merasa percaya kepada saya, lebih baik kita tidak melanjutkan sesi konseling itu. Karena tanpa rasa percaya, proses konseling tidak akan berjalan dengan baik”.*

6. Dampak positif dari bimbingan konseling bagi siswa yang bermasalah maupun siswa yang berprestasi

“Saya melihat banyak dampak positif dari bimbingan konseling, baik untuk siswa yang bermasalah maupun yang berprestasi. Untuk siswa yang bermasalah, bimbingan konseling itu seperti jembatan yang membantu mereka melewati masalah yang mereka hadapi. Mereka bisa berbagi cerita, mendapatkan dukungan, dan menemukan solusi yang tepat. Ini membuat mereka merasa lebih baik dan lebih mampu menghadapi tantangan yang ada. Sementara itu, untuk siswa yang berprestasi, bimbingan konseling membantu mereka untuk mengembangkan potensi yang sudah ada. Kita bisa memberikan arahan dan strategi supaya mereka bisa mencapai tujuan dengan lebih efektif. Dengan bimbingan yang tepat, mereka juga bisa belajar mengelola stres dan tekanan yang sering muncul dari ekspektasi yang tinggi, sehingga mereka tetap merasa nyaman dan termotivasi”.

7. Integrasi nilai-nilai pendidikan islam dalam proses bimbingan konseling

“Menurut saya, integrasi nilai-nilai pendidikan islam dalam proses bimbingan konseling itu penting banget. Kita bisa mulai dengan membangun hubungan yang baik dengan siswa, karena dalam Islam, akhlak dan etika dalam berinteraksi sangat ditekankan. Misalnya, saat kita melakukan konseling, kita bisa menekankan pentingnya saling menghormati dan mendengarkan satu sama lain. Selain itu, kita juga bisa mengajarkan siswa tentang konsep tawakal, yaitu berserah diri kepada Allah setelah berusaha, yang bisa membantu mereka menghadapi masalah dengan lebih tenang. Kita juga bisa mengaitkan nilai-nilai seperti kejujuran, tanggung jawab, dan disiplin dalam setiap sesi bimbingan. Misalnya, saat membahas tentang cara mengatasi stres atau masalah pribadi, kita bisa mengingatkan mereka untuk selalu jujur pada diri sendiri dan orang lain, serta bertanggung jawab atas tindakan mereka. Dengan cara ini, kita tidak hanya membantu mereka secara emosional, tapi juga membentuk karakter yang sesuai dengan ajaran Islam. Jadi, bimbingan konseling yang kita lakukan bisa menjadi sarana untuk menanamkan nilai-nilai tersebut dalam kehidupan sehari-hari siswa”.

8. Nilai nilai Pendidikan islam dalam proses bimbingan konseling

“Pentingnya pondasi agama dalam kehidupan sangat jelas, terutama bagi siswa yang beragama Islam, karena agama memberikan prinsip hidup yang menjadi landasan dalam berperilaku. Tanpa pondasi ini, sulit untuk mendiskusikan makna kehidupan itu sendiri. Sebagai contoh, ketika saya menghadapi siswa yang bermasalah, khususnya yang beragama Islam, saya sering menanyakan tentang kewajiban ibadah seperti shalat. Saya akan bertanya, misalnya, "Apakah kamu sudah shalat dzuhur atau subuh tadi? Jika tidak, apa alasanmu?" Jawaban yang sering saya dengar adalah malas atau kesiangan. Dalam hal ini, saya akan meminta mereka untuk merefleksikan kapan terakhir kali mereka melaksanakan shalat, karena banyak siswa yang merasa tidak ada kewajiban dalam diri mereka terkait ibadah ini. Jika shalat yang merupakan tiang agama saja tidak dianggap penting, maka hal-hal lain dalam agama pun akan sulit diterima. Oleh karena itu, saya tidak heran jika ada siswa yang shalatnya tidak teratur atau terbengkalai. Sebagai guru BK, saya hanya bisa memberikan motivasi, namun keputusan untuk berubah tetap berada pada diri siswa itu sendiri, apakah mereka ingin maju, tetap diam, atau bahkan mundur. Untuk siswa yang beragama non-Islam, saya lebih fleksibel. Di sekolah ini, sebagian besar siswa beragama Kristen Protestan, Katolik, serta ada juga yang beragama Buddha dan Hindu. Ibadah mereka umumnya dilakukan pada hari Minggu. Jika saya menemui siswa yang

sangat religius namun saya tidak memahami agamanya, saya akan mengarahkan mereka untuk berkonsultasi dengan guru agama yang bersangkutan. Misalnya, bagi siswa yang beragama Kristen, saya akan bertanya, "Apakah kamu rutin pergi ke gereja setiap minggu?" Jika mereka tidak melakukannya, saya akan menanyakan kegiatan apa yang mereka lakukan di gereja. Saya berusaha untuk memberikan informasi yang saya ketahui terkait dengan ibadah mereka. Namun, jika mereka tidak melakukannya, itu menjadi tanda adanya masalah dalam dirinya. Sejauh ini, saya jarang menangani masalah siswa non-Islam yang berkaitan dengan agama mereka".

9. Evaluasi efektivitas program bimbingan konseling di sekolah

"Dalam mengevaluasi efektivitas bimbingan konseling yang kita lakukan, ada beberapa cara yang bisa kita terapkan. Pertama, kita bisa melakukan observasi langsung terhadap perubahan perilaku siswa setelah sesi konseling. Misalnya, kalau sebelumnya mereka terlihat stres atau kurang percaya diri, kita bisa lihat apakah ada peningkatan dalam cara mereka berinteraksi atau menghadapi masalah. Selain itu, kita juga bisa mengadakan sesi umpan balik, di mana siswa bisa berbagi pengalaman mereka setelah mengikuti bimbingan. Ini penting supaya kita tahu apakah mereka merasa terbantu atau tidak. Kita juga bisa menggunakan angket atau kuesioner untuk mendapatkan data lebih objektif tentang bagaimana mereka merasakan bimbingan yang kita berikan. Dengan cara ini, kita bisa mengidentifikasi area yang perlu diperbaiki atau ditingkatkan. Yang tak kalah penting, kita harus selalu terbuka untuk kritik dan saran dari rekan-rekan sejawat, karena mereka bisa memberikan perspektif berbeda tentang metode yang kita gunakan. Dengan semua informasi ini, kita bisa terus mengembangkan dan meningkatkan kualitas bimbingan konseling yang kita berikan, sehingga bisa lebih efektif dalam membantu siswa".

Hasil wawancara dengan Ibu Jelita Tribudiani, S.Psi., menunjukkan bahwa bimbingan konseling merupakan komponen penting dalam pendidikan yang berperan membantu siswa menghadapi berbagai tantangan, baik akademik maupun non-akademik. Dengan pendekatan yang tepat, keterlibatan aktif orang tua, serta integrasi nilai-nilai Islam, seperti kesabaran, kejujuran, dan kasih sayang, sekolah dapat menciptakan lingkungan yang kondusif untuk mendukung perkembangan siswa secara menyeluruh. Bimbingan konseling tidak hanya berfokus pada memberikan solusi untuk masalah siswa, tetapi juga bertujuan membangun kepercayaan, komunikasi yang baik, serta hubungan yang harmonis antara siswa, orang tua, dan pihak sekolah. Pendekatan ini memperkuat penerapan nilai-nilai Islam,

seperti pentingnya silaturahmi dan kerja sama, yang dapat membantu siswa merasa lebih dihargai dan dipahami.

Dampak positif yang paling menonjol dari bimbingan konseling adalah pengaruhnya terhadap kesejahteraan psikologis siswa. Dengan dukungan yang sesuai, siswa dapat mengembangkan keterampilan coping yang efektif, mengurangi tingkat kecemasan dan stres, serta meningkatkan rasa percaya diri. Selain itu, bimbingan konseling membantu siswa mengenali dan memahami emosi mereka, sembari menawarkan strategi Islami, seperti introspeksi (muhasabah) dan doa, untuk mengatasi berbagai persoalan emosional.

C. Peran bimbingan konseling dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa di sekolah dasar melalui sudut pandang guru siswa

Berikut adalah beberapa hasil wawancara dengan Ananda Ari selaku salah satu siswa yang pernah menghadapi masalah kelas XII di SMAN 5 Tangerang:

1. Pengalaman pertama bertemu dengan guru BK dan dorongan untuk mencari bantuan

“Saat pertama kali bertemu dengan guru Bimbingan Konseling (BK), saya menghadapi masalah serius dengan teman-teman karena melanggar aturan sekolah. Saya merasa bingung dan tertekan untuk mengikuti perilaku mereka, meskipun saya tahu itu salah. Tanpa bimbingan guru BK, saya khawatir akan terus terjebak dalam perilaku negatif. Namun, setelah berinteraksi dengan guru BK, saya merasakan perubahan signifikan. Mereka mendengarkan masalah saya dan membantu saya memahami dampak tindakan saya. Saya belajar tentang disiplin dan tanggung jawab, serta mendapatkan strategi untuk mengatasi tekanan teman-teman. Saya juga menyadari peran penting guru BK dalam membantu siswa lain yang mengalami masalah serupa, memberikan dukungan emosional dan membantu kami memperbaiki perilaku. Bimbingan mereka membuat kami berusaha menjalani hidup yang lebih positif”.

2. Masalah yang dihadapi dan strategi guru BK dalam membantunya

“Saat itu, saya dan teman-teman menghadapi masalah serius ketika kami berlari dari razia rambut di sekolah. Sebagai laki-laki, kami merasa tidak nyaman dan tidak ingin rambut kami diperiksa, karena kami tahu ada aturan tertentu mengenai penampilan yang harus diikuti. Ketika kami berlari, kami berharap bisa menghindari razia tersebut, tetapi akhirnya kami tetap dipanggil oleh pihak sekolah. Setelah itu, kami dipanggil oleh guru Bimbingan Konseling (BK) untuk menjelaskan tindakan kami. Dalam pertemuan tersebut, guru BK memberikan kami sanksi sebagai bentuk konsekuensi atas pelanggaran yang kami

lakukan. Namun, yang lebih penting, mereka juga memberikan saran dan bimbingan agar kami tidak mengulangi kesalahan yang sama di masa depan. Guru BK menjelaskan kepada kami bahwa aturan tentang penampilan, termasuk rambut, ada untuk menciptakan lingkungan yang tertib dan menghormati norma-norma sekolah. Mereka membantu kami memahami bahwa melanggar aturan bukan hanya merugikan diri sendiri, tetapi juga dapat mempengaruhi teman-teman dan suasana di sekolah secara keseluruhan”.

3. Perasaan yang dirasakan selama sesi bimbingan konseling

“Pengalaman saya selama sesi bimbingan konseling sangat positif dan memperkaya hidup saya. Saya merasa nyaman untuk berbagi masalah saya, dan bimbingan yang saya terima sangat membantu dalam mengatasi tantangan yang saya hadapi. Pengalaman ini tidak hanya memberikan saya alat untuk mengatasi masalah, tetapi juga mengajarkan saya untuk lebih menghargai peran guru BK dalam kehidupan sekolah saya. Saya merasa lebih siap untuk menghadapi masa depan dengan sikap yang lebih positif dan percaya diri berkat dukungan yang saya terima”.

4. Perubahan positif dalam diri anda setelah mendapatkan bimbingan dari guru BK

“Setelah mendapatkan bimbingan dari guru BK, saya merasa ada banyak perubahan positif dalam diri saya. Dulu, saya sering merasa bingung dan tertekan, terutama saat menghadapi masalah dengan teman-teman atau saat harus mengikuti aturan di sekolah. Tapi setelah sesi bimbingan itu, saya jadi lebih percaya diri. Guru BK membantu saya untuk lebih memahami diri sendiri dan memberi saran yang bermanfaat. Misalnya, saya belajar cara mengatasi tekanan dari teman-teman dengan lebih baik, dan sekarang saya bisa bilang "tidak" tanpa merasa takut. Selain itu, saya juga jadi lebih disiplin dan menghargai aturan yang ada. Semua ini membuat saya merasa lebih tenang dan siap menghadapi tantangan di sekolah. Jadi, saya benar-benar merasakan perubahan yang positif dalam diri saya setelah bimbingan itu”.

5. Saran bagi teman-teman serta harapan untuk program bimbingan konseling kedepannya

“Kalau ada teman-teman yang lagi menghadapi masalah serupa dan mikir buat cari bantuan dari guru BK, saran saya sih jangan ragu untuk pergi ke mereka. Mereka itu bukan cuma siap dengerin, tapi juga bisa kasih solusi yang bermanfaat. Buka aja diri kalian, ceritakan apa yang kalian rasakan, karena kadang kita butuh orang lain buat melihat masalah dari sudut pandang yang berbeda. Dan jangan takut, karena semua yang kalian

bicarakan itu rahasia. Kesejahteraan psikologi kita itu penting, lho! Ketika kita merasa nyaman dan didukung, kita bisa lebih fokus belajar dan menghadapi tantangan sehari-hari. Harapan saya untuk program bimbingan konseling di sekolah ini sih semoga bisa terus berkembang. Mungkin bisa ada lebih banyak kegiatan atau workshop yang bikin kita lebih paham tentang diri sendiri dan cara mengatasi masalah. Dengan begitu, semua siswa bisa merasakan manfaatnya dan jadi lebih kuat dalam menghadapi tantangan di sekolah”.

Berikut adalah beberapa hasil wawancara dengan Ananda Kinai selaku salah satu siswa yang berprestasi kelas XII di SMAN 5 Tangerang:

1. Pengalaman pertama saat bertemu dengan guru BK

“Saat pertama kali ketemu guru BK, saya langsung merasa nyaman. Soalnya, guru BK di sekolah saya itu jago banget memotivasi siswa. Mereka nggak cuma kasih nasihat, tapi juga bisa bikin kita semangat buat belajar. Cara mereka ngobrol itu ramah dan penuh pengertian, jadi kita merasa didukung. Selain itu, guru BK juga bikin suasana nyaman pas kita mau konsultasi. Kalau kita punya masalah atau bingung, mereka selalu siap dengerin tanpa menghakimi. Mereka kasih jawaban yang sesuai dengan harapan kita, jadi kita ngerasa pendapat dan perasaan kita dihargai. Dengan begitu, kita jadi lebih terbuka buat cerita masalah dan cari solusi. Semua ini bikin pengalaman konsultasi jadi lebih positif dan bantu kita berkembang, baik dibidang akademik maupun dalam kehidupan pribadi”.

2. Strategi bimbingan konseling dalam membantu merencanakan masa depan

“Menurut saya, bimbingan konseling itu sangat penting dan bisa membantu kita untuk lebih memahami arah tujuan hidup kita. Setiap orang pasti punya potensi dalam diri mereka, tapi kadang kita tidak tahu bagaimana cara mengembangkannya. Nah, di sinilah peran guru Bimbingan dan Konseling (BK) sangat berarti. Ketika kita berkonsultasi dengan guru BK, kita bisa lebih jelas mengenai apa yang ingin kita capai di masa depan. Misalnya, jika kita punya minat dalam seni, guru BK bisa membantu kita melihat apakah itu bisa menjadi pilihan karier yang baik. Selain memberikan arahan, guru BK juga sering memberi nasihat dan motivasi. Ini sangat membantu kita agar tidak salah langkah dalam memilih jalan hidup. Dengan dukungan dari mereka, kita bisa merencanakan masa depan dengan lebih matang. Kita jadi tahu langkah-langkah yang perlu diambil untuk mencapai impian kita. Jadi, bimbingan konseling bukan hanya sekadar konsultasi, tetapi juga proses yang membantu kita untuk mengenali diri dan mengarahkan potensi kita ke arah yang lebih baik”.

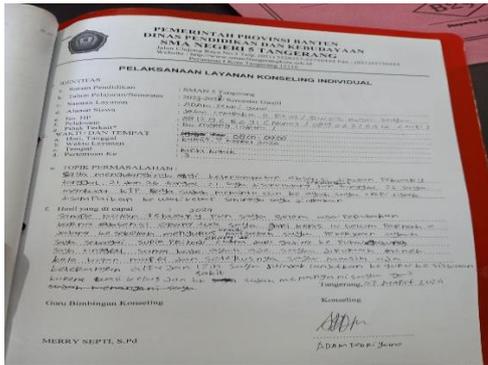
3. Peran BK dalam mendukung siswa berprestasi

“Keberadaan program BK itu penting banget untuk mendukung kita agar terus berprestasi. Ketika kita sudah punya semangat dalam diri, dukungan dan arahan dari guru BK bisa jadi penyemangat tambahan yang sangat berharga. Mereka tidak hanya memberikan motivasi, tapi juga membantu kita menentukan langkah-langkah yang perlu diambil untuk mencapai tujuan kita. Misalnya, kalau kita merasa kesulitan dalam belajar atau kurang percaya diri, guru BK bisa kasih saran yang tepat dan cara-cara untuk mengatasi masalah tersebut. Selain itu, peran bimbingan konseling juga sangat besar dalam meningkatkan kesejahteraan psikologi siswa. Dengan adanya bimbingan, kita bisa lebih memahami diri sendiri, mengatasi stres, dan menjaga kesehatan mental kita. Ini semua penting agar kita bisa fokus belajar dan berprestasi. Ketika kita berprestasi, bukan hanya kita yang merasa bangga, tetapi juga bisa membawa nama baik sekolah. Jadi, peran BK dalam memberikan motivasi, arahan, dan dukungan psikologis itu sangat besar, karena mereka membantu kita untuk terus maju dan mencapai impian kita”.

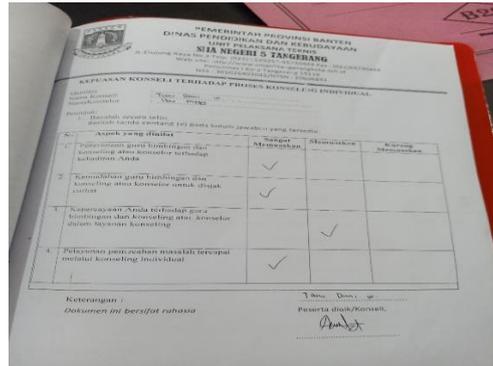
Hasil wawancara dengan Ananda Ari dan Ananda Kinai menegaskan bahwa program bimbingan konseling (BK) di SMAN 5 Tangerang memainkan peran yang sangat penting dalam mendukung kesejahteraan psikologis siswa, baik dalam menghadapi tantangan pribadi maupun merancang masa depan mereka. Ananda Ari, yang pernah mengalami masalah perilaku, menceritakan bagaimana guru BK membantunya memahami dampak buruk dari tindakan negatif dan memberikan dukungan emosional untuk mengatasi tekanan dari teman sebaya. Di sisi lain, Ananda Kinai, seorang siswa dengan prestasi akademik tinggi, berbagi pengalamannya tentang manfaat bimbingan konseling dalam membantu dirinya merencanakan masa depan dengan lebih terstruktur.

Dukungan yang diberikan oleh guru BK mencakup motivasi berkelanjutan serta panduan langkah demi langkah untuk mencapai tujuan hidupnya, baik secara akademik maupun pribadi. Kedua siswa sepakat bahwa guru BK memiliki peran sentral dalam memberikan dukungan emosional, membantu menyelesaikan berbagai persoalan psikologis, dan mengarahkan potensi siswa agar lebih terfokus pada pencapaian tujuan mereka. Program bimbingan konseling di sekolah tidak hanya berkontribusi terhadap peningkatan kesehatan mental siswa, tetapi juga mendukung pertumbuhan pribadi mereka, baik dalam mengatasi tantangan harian maupun merancang masa depan yang lebih cerah.

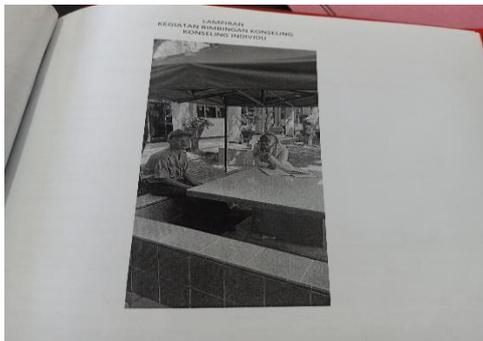
D. Dokumentasi Terkait Program Bimbingan Konseling di SMAN 5 Tangerang



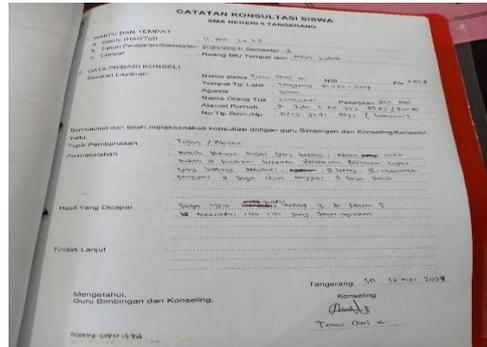
Gambar.1 : Catatan Pelaksanaan Layanan kepuasan Layanan Konseling Individual



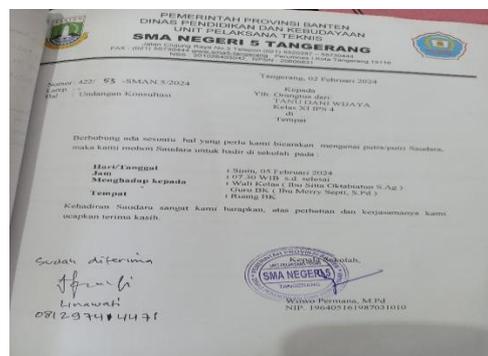
Gambar.2 : Catatan angket Bimbingan Konseling



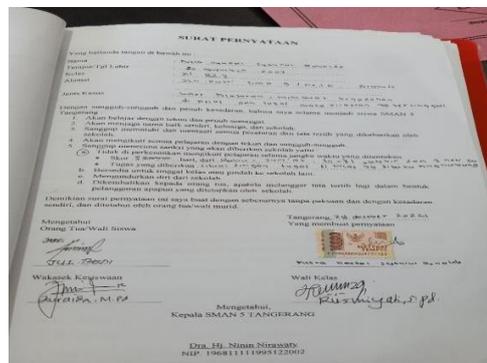
Gambar.3 : Foto Kegiatan Bimbingan Konsultasi Siswa



Gambar.4 : Catatan Konseling Individu



Gambar.5 : Surat Undangan Konsultasi dan Kontrak Orangtua Siswa



Gambar.6 : Surat Pernyataan Perilaku Siswa

PENUTUP

Simpulan

Penelitian ini menegaskan pentingnya bimbingan konseling dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa, baik secara emosional, akademik, maupun sosial. Melalui program ini, siswa mendapatkan ruang untuk mengekspresikan perasaan, memahami tantangan yang dihadapi, dan belajar cara mengatasinya secara sehat. Pendekatan bimbingan konseling yang mengintegrasikan nilai-nilai Islam, seperti kesabaran, introspeksi (muhasabah), dan ikhtiar, membantu siswa mengelola emosi secara efektif serta mencegah munculnya masalah psikologis seperti kecemasan dan stres berlebih.

Keberhasilan program ini memerlukan kerja sama antara guru BK, siswa, dan orang tua. Orang tua yang terlibat aktif dapat memberikan dukungan moral dan informasi yang relevan tentang kondisi anak mereka, sementara guru dan konselor bekerja sama untuk mendeteksi masalah lebih awal dan merancang intervensi yang tepat. Di SMAN 5 Tangerang, kolaborasi antara pihak sekolah dan orang tua menciptakan dukungan yang kuat, menjadikan sekolah tidak hanya berfokus pada prestasi akademik tetapi juga pada kesehatan mental siswa. Dengan pendekatan ini, bimbingan konseling berperan penting dalam membentuk generasi yang cerdas secara akademik dan tangguh menghadapi tantangan hidup.

Saran

Berikut adalah beberapa saran yang dapat diambil dari hasil penelitian mengenai peran bimbingan konseling dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa di SMAN 5 Tangerang:

1. Pelatihan Berkelanjutan untuk Guru BK

Guru bimbingan konseling perlu secara aktif mengikuti pelatihan profesional dan pengembangan kompetensi. Langkah ini sangat penting agar mereka mampu menghadapi tantangan psikologis siswa yang semakin beragam dan kompleks. Dengan pembaruan metode konseling yang efektif dan relevan, guru BK dapat memberikan dukungan yang optimal sesuai dengan perkembangan terkini di bidang kesehatan mental.

2. Peningkatan Kesadaran dan Edukasi tentang Kesehatan Mental

Sekolah perlu membangun kesadaran yang lebih tinggi di kalangan siswa, guru, dan orang tua tentang pentingnya kesehatan mental. Melalui program edukasi dan sosialisasi, komunitas sekolah dapat belajar strategi efektif dalam menghadapi tekanan emosional, sekaligus menciptakan lingkungan yang lebih suportif dan peduli terhadap kesejahteraan semua pihak.

3. Penguatan Program Pengembangan Diri Siswa

Menginisiasi program khusus yang fokus pada pengembangan potensi diri siswa dapat memberikan manfaat besar bagi kesejahteraan psikologis mereka. Program ini dapat mencakup pelatihan keterampilan kepemimpinan, pengembangan kreativitas, serta pengambilan keputusan yang bijak. Dengan membangun keterampilan ini, siswa akan lebih percaya diri, mampu mengatasi tekanan, dan lebih siap menghadapi tantangan kehidupan sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Asmarani, F. F., & Sugiasih, I. 2020. "Kesejahteraan Psikologis Pada Ibu Yang Memiliki Anak Tunagrahita Ditinjau Dari Rasa Syukur Dan Dukungan Sosial Suami." *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi*, 1.
- Atikasari, F. 2021. "Religiusitas Dan Kesejahteraan Psikologis Dimediasi Oleh Kebahagiaan Siswa." *Jurnal Ilmiah Psikomuda (JIPM) Connectedness*, 1.
- Eva, N., & Bisri, M. 2018. *Kesejahteraan Psikologis Siswa Cerdas Istimewa*. Malang: Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Malang.
- Febianti, Y. N., & Joharudin, M. 2018. "Faktor-Faktor Ekstern Yang Mempengaruhi Prestasi Belajar Mahasiswa." *Edunomic Jurnal Pendidikan Ekonomi*, 5(2).
- Fitrah, M. 2018. *Metodologi Penelitian: Penelitian Kualitatif, Tindakan Kelas & Studi Kasus*. CV Jejak (Jejak Publisher).
- Martani, W., & Psikologi, F. 2012. "Metode Stimulasi Dan Perkembangan Emosi Anak Usia Dini." *Jurnal Psikologi*, 39(1).
- Nurhidayah. 2019. *Bimbingan Konseling Dalam Perspektif Islam*. Skripsi, Palopo: Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah. Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Palopo.
- Pratiwi, Haning Tyas, Mega Kusuma Pratiwi, and Mahasri Shobabiya. 2024. "Penerapan Bimbingan Konseling Islam Sebagai Upaya Meningkatkan Kesehatan Mental Siswa SMA." *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia* 1(2):411–18.
- Sumar, W. T., & Razak, I. A. 2016. *Strategi Pembelajaran Dalam Implementasi Kurikulum Berbasis Soft Skill*. Deepublish.
- Suyati, T., Rakhmawati, E., Retnaningdyastuti, S. R., & Agustini, F. (. 2015. "HUBUNGAN PERSEPSI KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS SISWA DI SEKOLAH PADA TINGKAT PENDIDIKAN ANAK USIA DINI DAN SEKOLAH DASAR DENGAN PERKEMBANGAN SOSIAL-EMOSI SISWA DAN KOMUNIKASI ORANGTUA-SISWA."