

## PERAN GURU DALAM MENJAGA KESEHATAN MENTAL PESERTA DIDIK

Fithriani<sup>1</sup>

### ABSTRAK

Peserta didik dalam hal ini usia sekolah umur 10 s.d 19 tahun sangat rentan terjadi gangguan mental. penelitian menunjukkan, satu dari tujuh anak usia sekolah mengalami gangguan mental, depresi, kecemasan dan gangguan perilaku. Konsekuensi dari kegagalan mengatasi kondisi kesehatan mental remaja akan meluas hingga masa dewasa, berdampak buruk pada kesehatan fisik dan mental, serta membatasi peluang untuk menjalani kehidupan yang memuaskan di masa dewasa. realitas ini tentunya menjadi tanggung jawab guru di sekolah. Guru memegang peran penting dalam membimbing dan membentuk kesehatan mental anak di sekolah. Mereka harus bertindak sebagai teladan, menanamkan nilai-nilai positif, dan menciptakan lingkungan yang mendukung bagi siswa. Kesehatan mental anak dipengaruhi oleh faktor internal (seperti hereditas) dan eksternal (lingkungan keluarga dan sekolah). Guru juga harus peka terhadap tanda-tanda gangguan kesehatan mental dan siap memberikan bimbingan dan konseling yang diperlukan. Ada beberapa pendekatan yang dapat digunakan untuk membimbing anak dalam mengatasi masalah mentalnya, seperti pendekatan krisis, remedial, preventif, dan perkembangan. Dalam upaya menjaga kesehatan mental siswa, guru harus terlibat aktif dalam memahami dan mengatasi masalah-masalah yang mereka hadapi.

***Kata Kunci: Peran, Guru, Kesehatan Mental, Anak Didik.***

### A. PENDAHULUAN

Guru sebagai seorang pendidik dan pembimbing dituntut untuk memiliki kematangan, kedewasaan, kesehatan jasmani dan rohani. Seorang guru harus terdiri atas orang-orang yang bisa bertanggung jawab. Guru bertugas menanamkan nilai-nilai dan sikap kepada anak didik agar memiliki kepribadian yang baik. Oleh karena itu, guru harus bisa memberikan contoh yang baik kepada anak didiknya. Apabila ada seorang

---

<sup>1</sup> Dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry Banda Aceh. email. [fithriani@ar-raniry.ac.id](mailto:fithriani@ar-raniry.ac.id)

guru yang mencontohkan sikap negatif maka hal itu akan berpengaruh dan berdampak buruk terhadap anak didik.

Mengajar merupakan sebuah aktivitas kompleks, yang melibatkan penyiapan dan perencanaan saksama sasaran-sasaran dan aktivitas-aktivitas tiap jam, harian, dan mingguan. Selain itu orang tua perlu memperhatikan keadaan sekolah anak, karena apabila tidak sesuai dengan keadaan di rumah, sekolah dapat menjadi sumber stress bagi anak dan akan mengacaukan perkembangan kepribadian yang telah disusun di rumah. Maka sekolah harus sadar akan peran dan tugasnya. Kesehatan mental dalam sekolah haruslah ditegakkan, untuk itu fungsi guru memegang peranan yang sangat penting disamping faktor-faktor yang lain. Dalam dunia pendidikan anak, peran orang tua dan sekolah tidaklah berdiri sendiri-sendiri melainkan berpasangan.

Peran guru sangat penting untuk dilibatkan dalam mencegah masalah kesehatan mental pada remaja. Guru dapat berperan sebagai sahabat bagi remaja, menciptakan lingkungan sekolah yang nyaman, memberikan keleluasaan remaja mengekspresikan diri pada kegiatan ekstrakurikuler, menyediakan sarana dan prasarana bermain dan olahraga

Tak lepas dari hal tersebut, fungsi guru yang seharusnya secara sempit hanya menjadi seorang pendidik, maka guru juga harus berfungsi juga sebagai orang tua bagi siswa-siswinya Ketika disekolah. Hal ini bertujuan agar anak tidak kehilangan sosok orang tua yang mengarahkan dan mengayomi Ketika ia mendapatkan depresi atau stress karena masalah Ketika ia berada di lingkungan sekolah.

## **B. METODOLOGI PENELITIAN**

Penelitian ini adalah penelitian kualitatif yaitu suatu penelitian yang berusaha mengungkapkan suatu kejadian dalam bentuk narasi verbal. adapun jenis penelitiannya adalah penelitian kepustakaan (*library Research*). Menurut Sutrisno Hadi (1990: 54) penelitian kepustakaan adalah suatu penelitian yang berusaha mengungkapkan secara argumentatif dari sumber data yang dikumpulkan melalui telaah kepustakaan. Sumber data yang dimaksudkan sebagaimana dikemukakan oleh menurut Suharsimi Arikunto (2002:107) adalah "Subjek dari mana diperolehnya". data diperoleh melalui buku-buku rujukan dan juga hasil penelitian ilmiah dari peneliti-peneliti lain yang dianggap relevan dengan topik yang dibahas.

## C. PEMBAHASAN

### 1. KESEHATAN MENTAL

#### a. Pengertian Kesehatan Mental

Kesehatan mental adalah suatu kesehatan yang berkaitan dengan aspek mental dan emosional seorang individu. Dede Rahmad Hidayat (2013: 30) mengutip *The World Federation For Mental Health* 1948 menjelaskan bahwa Kesehatan mental sebagai sebagai satu keadaan yang mengedepankan nilai dan tujuan perkembangan individu terutama dalam hal emosi, fisik atau intelktual dan tidak berbanding terbalik dlaam artian tidak menyeleweng dan tidak mengganggu lingkungan . artinya ia merupakan kondidi yang memungkinkan perkembangan optimal yang dialami oleh individu secara fisik.

Secara global orang yang mentalnya sehat merupakan seorang individu yang berkembang, berperilaku wajar serta mampu menyesuaikan dengan berbagai norma yang berjalan pada satu lingkup sosio masyarakat.

Jika ditinjau dari segi tujuan dari diadakan suatu Lembaga pendidikan, maka Lembaga tersebut sejatinya merupakan wadah atau tempat untuk mengembangkan potensi dan membantu untuk mewujudkan apa yang dicita-citakan seorang peserta didik. Pendidikan diharapkan dapat mengubah dan membentuk karakter serta watak seorang murid untuk menjadi generasi millennial yang siap tempur secara psikis dan emosial di dunia yang penuh dengan tantangan, baik itu dalam bidang regeli, akademik dan sosial -budaya.

Pendidikan yang pertama bagi seorang manusia menurut Elsi Novarita (2014:2) memerankan peran yang sangat vital. Pendidikan ini tercipta dari keluarga dan lingkungan atau biasa disebut sebagai pendidikan sekunder. Hal ini karena sangat berpengaruh terhadap perilaku seorang murid dan akan membentuk sikap dan karakternya kelak. Oleh karena itu, sekolah berperan penting. Ia merupakan lembaga yang membantu proses pendidikan tersebut, utamanya mengenai sesuatu yang berkaitan dengan aspek akademis dan bersifat formal. Sekolah tidak hanya berisi tentang proses pembelajaran yang dijalankan dalam bentuk pertemuan dalam kelas. Lebih dari itu, ia dapat diejahwantahkan dalam bentuk aktivitas di luar kelas, seperti

tentang bagaimana interaksi sosial antarteman dan lingkungan yang dapat membantu membentuk karakter seorang peserta didik. Proses ini penting dalam rangka membentuk satu manusia yang memiliki sikap yang selaras dengan pelbagai peraturan dan norma-norma lain yang berlaku di dalam masyarakat. Tentunya juga harus mampu memunculkan siswa yang berkarakter secara akademis.

Dalam hubungannya dengan agama (spiritual), Zakiah Daradjat (1982:000) juga menambahkan bahwa mental yang sehat ialah yang beriman dan bertaqwa kepada Allah swt. Dan mental inilah yang akan membawa perbaikan hidup dalam masyarakat dan bangsa.

Mental yang sehat tampak dari beberapa ciri yang dapat diringkas menjadi berikut:

- 1) Kemampuan adaptasi dengan dirinya sendiri maupun orang lain dan lingkungan sekitarnya.
- 2) Kesanggupan menghadapi masalah dan gangguan yang biasa terjadi.
- 3) Memiliki integrasi dan harmonisasi fungsi-fungsi kejiwaan sehingga terhindar dari konflik batin.
- 4) Kemampuan merasakan ketentraman dan kebahagiaan atas keadaan yang dimilikinya.
- 5) Kemampuan mengembangkan dan memanfaatkan potensi diri dan bakat yang dimiliki secara optimal, baik untuk kepentingan pribadi sendiri dan orang lain.

#### **b. Stabilitas Kesehatan Mental Anak**

Stabilitas secara bahasa adalah bentuk kata sifat dari stabil. Berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), stabil memiliki arti mantap, kukuh, tidak goyah (Kemendikbud, n.d.). Stabilitas kesehatan mental menggambarkan keadaan kesehatan mental seseorang yang mantap dan tidak mudah goyah. Ciri-ciri kesehatan mental yang stabil berdasar pada ciri-ciri mental yang sehat seperti yang telah disebutkan di atas, serta bila diukur dalam jangka waktu tertentu, naik turunnya kesehatan mental tersebut tidak memiliki perbedaan yang terlalu signifikan.

Anak sebagai bagian dari kelompok masyarakat, yang menjadi cikal dari manusia dewasa juga memiliki sisi mental di samping fisik. Kesehatan mental anak menjadi hal yang penting pula untuk

diperhatikan oleh pendidik dan siapapun yang ada di lingkungan anak tersebut. Gambaran stabilnya kesehatan mental anak tak jauh berbeda dari ciri-ciri kesehatan mental pada umumnya. Hanya saja semua ciri tersebut disesuaikan dengan tingkat kemampuan anak sesuai dengan umur anak tersebut.

**c. Gangguan kesehatan mental dan penyakit mental**

Gangguan kesehatan mental juga mencakup penyakit mental yang merupakan gangguan yang terberat. Penyakit mental adalah gangguan yang sangat berat sehingga memerlukan tenaga dokter ahli mental untuk menanganinya. Kalau seseorang mengalami suatu goncangan mental yang mendadak atau suatu krisis yang disebabkan sebuah peristiwa, dan krisis itu tidak dapat ia atasi dengan baik, maka ada kemungkinan mentalnya akan menjadi lebih rapuh. Hal ini dapat membawa akibat di kemudian hari. Apabila suatu saat ia kembali mengalami suatu krisis, maka ada kemungkinan gangguan kesehatan mental yang disebabkan krisis itu akan menjelma sebagai gangguan kesehatan mental yang lebih berat, bahkan dapat menjadi penyakit mental.

1) Ruang Lingkup Kesehatan Mental

Kesehatan mental juga dapat digambarkan sebagai suatu ilmu (semacam sosiologi baru) yang membahas bagaimana manusia menghadapi kesulitan hidup dan berusaha mengatasinya, sambil menjaga keseimbangan dirinya. Timbul pertanyaan : “ *apa yang mengatur dan mengusahakan segalanya dalam diri manusia?*” jawabannya adalah: “*mentalnya*”. Ilmu kesehatan mental membahas masalah mental, tetapi istilah mental dalam ilmu *behavioral* dan kedokteran mental lazimnya diganti dengan kata kepribadian. Kerangka berfikir yang dimaksud disini ialah dinamika kesehatan mental. Dalam dinamika ini ada salah satu masalah yang merupakan titik tolak segalanya, yakni kebutuhan manusia.

Dalam ilmu kesehatan mental segala sesuatu yang menyangkut kepribadian, khususnya kesanggupan untuk melakukan tugas, senantiasa mendapat perhatian utama. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kalau kepribadian sanggup mengatur agar kebutuhan bisa dipenuhi, maka akan menghasilkan kesehatan mental yang cukup baik. Sebaliknya, kalau kepribadian

gagal dalam tugasnya, maka akan muncul gangguan kesehatan mental.

#### **d. Karakteristik Mental yang Sehat**

Zakiyah Daradjat (1975) mengemukakan perbedaan antara gangguan jiwa (neurose) dengan penyakit jiwa (psikose), yaitu:

- 1) Terhindar dari Gangguan Jiwa
  - a. Neurose masih mengetahui dan merasakan kesukarannya, sebaliknya yang kena psikose tidak.
  - b. Neurose kepribadiannya tidak jauh dari realitas dan masih hidup dalam alam kenyataan pada umumnya. Sedangkan yang terkena psikose kepribadiannya dari segala segi (tanggapan, perasaan/emosi, dan dorongan-dorongan) sangat terganggu, tidak ada integritas, dan ia hidup jauh dari alam kenyataan.

- 2) Dapat menyesuaikan diri

Penyesuaian diri (self-adjustment) merupakan proses untuk memperoleh/memenuhi kebutuhan (needs satisfaction), dan mengatasi stres, konflik, frustrasi, serta masalah-masalah tertentu dengan cara-cara tertentu. Seseorang dapat dikatakan memiliki penyesuaian diri yang normal apabila dia mampu memenuhi kebutuhan dan mengatasi masalahnya secara wajar, tidak merugikan diri sendiri dan lingkungannya, serta sesuai dengan norma agama.

- 3) Memanfaatkan potensi semaksimal mungkin

Individu yang sehat mentalnya adalah yang mampu memanfaatkan potensi yang dimilikinya, dalam kegiatan-kegiatan yang positif dan konstruktif bagi pengembangan kualitas dirinya. Pemanfaatan itu seperti dalam kegiatan-kegiatan belajar (dirumah, sekolah atau dilingkungan masyarakat), bekerja, berorganisasi, pengembangan hobi, dan berolahraga.

- 4) Tercapai kebahagiaan pribadi dan orang lain

Orang yang sehat mentalnya menampilkan perilaku atau respon-responnya terhadap situasi dalam memenuhi kebutuhannya, memberikan dampak yang positif bagi dirinya dan atau orang lain. Dia mempunyai prinsip bahwa tidak mengorbankan hak orang lain demi kepentingan dirinya sendiri di

atas kerugian orang lain. Segala aktivitasnya ditujukan untuk mencapai kebahagiaan bersama. sehat mentalnya menampilkan perilaku atau respon-responnya terhadap situasi dalam memenuhi kebutuhannya, memberikan dampak yang positif bagi dirinya dan atau orang lain. Dia mempunyai prinsip bahwa tidak mengorbankan hak orang lain demi kepentingan dirinya sendiri di atas kerugian orang lain. Segala aktivitasnya ditujukan untuk mencapai kebahagiaan bersama.

Uraian diatas, menunjukkan ciri-ciri mental yang sehat, adapun mental yang tidak sehat menurut Wardani dan Dina Kusuma (0000:00) sedangkan yang tidak sehat cirinya sebagai berikut:

1. Perasaan tidak nyaman (*inadequacy*)
2. Perasaan tidak aman (*insecurity*)
3. Kurang memiliki rasa percaya diri (*self-confidence*)
4. Kurang memahami diri (*self-understanding*)
5. Ketidakmatangan emosi
6. Kurang mendapat kepuasan dalam berhubungan sosial.<sup>2</sup>

## **2. FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KESEHATAN MENTAL ANAK**

### **a. Faktor-faktor yang mempengaruhi pertumbuhan dan Perkembangan Anak**

#### **a) Hereditas (Keturunan/Pembawaan)**

Hereditas merupakan faktor pertama yang mempengaruhi perkembangan individu. menurut Syamsul Yusuf (2009:31) Dalam hal ini hereditas diartikan sebagai “totalitas karakteristik individu yang diwariskan orang tua kepada anak, atau segala potensi, baik fisik maupun psikis yang dimiliki individu sejak masa konsepsi (pembuahan ovum oleh sperma) sebagai pewaris dari pihak orang tua melalui gen-gen.

#### **b) Faktor Lingkungan**

Lingkungan adalah “keseluruhan fenomena (peristiwa situasi atau kondisi) fisik/alam atau sosial yang memengaruhi atau dipengaruhi perkembangan individu”. Faktor lingkungan

---

<sup>2</sup> Wardhani, Rr Dina Kusuma. "Peran kesehatan mental bagi guru dalam proses belajar mengajar di sekolah." *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan FKIP*. Vol. 1. No. 2.

yang dibahas pada paparan berikut adalah lingkungan keluarga, sekolah.

c) Lingkungan Keluarga

Lingkungan keluarga sangat penting dipandang sebagai faktor penentu utama terhadap perkembangan mental anak spiritual anak. Syamsul Yusuf (2013:23) mengatakan bahwa orang tua bukan hanya memenuhi kebutuhan fisik anak, namun perilaku, keyakinan dan sifat orang tua juga berpengaruh terhadap perkembangan anak. pernyataan ini sesuai dengan salah satu hadits yang diriwayatkan oleh Imam Bukhari, Rasulullah SAW bersabda:

*Artinya: "Tiap bayi lahir dalam keadaan fitrah (suci). Orang tuanyalah yang membuat ia yahudi ( jika mereka yahudi), Nasrani ( jika mereka nasrani), Majusi (jka mereka majusi). Seperti binatang yang lahir sempurna, adakah engkau melihat terluka pada saat lahir"*

d) Lingkungan sekolah

Sekolah merupakan lembaga pendidikan formal yang secara sistematis melaksanakan program bimbingan, pengajaran, dan latihan dalam rangka membantu siswa agar mampu mengembangkan potensinya, baik yang menyangkut aspek moral-spiritual, intelektual, emosional, maupun sosial.

Mengenai peran sekolah dalam megembangkan kepribadian anak, Hurlock mengemukakan bahwa sekolah merupakan faktor penentu bagi perkembangan kepribadian anak (siswa), baik dalam cara berfikir, bersikap maupun cara berperilaku.

Pertumbuhan dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu faktor internal (genetik) dan faktor eksternal (lingkungan). Faktor internal antara lain jenis kelamin, obstetrik dan ras atau suku bangsa. Apabila faktor ini dapat berinteraksi dalam lingkungan yang baik dan optimal, akan menghasilkan pertumbuhan yang optimal pula. Gangguan pertumbuhan di negara maju lebih sering diakibatkan oleh faktor genetik, di negara berkembang selain disebabkan oleh faktor genetic juga dipengaruhi oleh lingkungan yang tidak memungkinkan seseorang tumbuh secara optimal. Faktor eksternal sangat menentukan tercapainya potensi genetic yang optimal.



Terdapat 4 lapisan faktor yang mempengaruhi kesehatan mental, yaitu:1) tingkat pertama (tingkat mikro, hilir) terletak perilaku kesehatan dan gaya hidup.2) tingkatan kedua (tingkat meso) terdiri dari pengaruh sosial dan masyarakat, meliputi nilai-nilai sosial, kelembagaan masyarakat, modal sosial, jaringan sosial dan sejenisnya.3) tingkat ketiga (exo level) meliputi faktor structural.4) tingkat terluar (tingkat makro, hulu) terdiri dari kondisi makro dan kebijakan sosial ekonomi, budaya, politik dan lingkungan fisik.

### **3. KESEHATAN MENTAL DI LINGKUNGAN SEKOLAH**

#### **a. Kesehatan Mental Bagi Guru di Sekolah**

Guru harus memiliki kepribadian yang dapat dijadikan profil dan idola, seluruh kehidupannya adalah figur paripurna. Sedikit saja guru berbuat yang tidak atau kurang baik, akan mengurangi kewibawaannya dan kharisma pun secara perlahan lebur dari jati diri. Karena itu kepribadian adalah masalah yang sangat sensitif sekali. Penyatuan kata dan perbuatan dituntut dari guru, bukan lain perkataan dengan perbuatan, ibarat kata pepatah “pepat di luar runcing di dalam”.

Guru adalah mitra anak didik dalam kebaikan. Guru yang baik, anak-anak didik pun menjadi baik. Tidak ada seorang guru yang bermaksud menjerumuskan anak didiknya ke lembah kenistaan.

Sekolah adalah salah satu lembaga sekunder yang mempunyai peranan penting terhadap perkembangan jiwa anak. Sekolah bukan hanya berfungsi untuk mencerdaskan, tapi juga membentuk watak dan kepribadian anak. Orang tua perlu memperhatikan keadaan sekolah anaknya karena apabila tidak sesuai dengan kebudayaan rumah anak. Dan apabila tidak berfungsi dengan baik, maka sekolah akan menjadi sumber stress bagi anak dan akan mengacaukan perkembangan anak itu sendiri yang telah disusun di rumah.

Apabila ditinjau dari segi kesehatan mental sekolah seharusnya diusahakan agar (1) dalam pemilihan untuk menentukan guru, kesehatan mental dipakai sebagai faktor persyaratan, (2) menghilangkan hal-hal yang dapat mengganggu kesehatan jiwa guru, misalnya gaji yang tidak cukup, tugas pekerjaan yang terlalu banyak,

persoalan administrasi yang terlalu rumit, (3) mengadakan pertemuan-pertemuan diantara guru-guru yang dapat mempunyai efek penyembuhan ( *group therapeutic session*) agar guru-guru dapat meninjau kondisinya dengan lebih objektif, dan (4) menganjurkan kepada guru yang sekiranya mentalnya tidaklah begitu sehat untuk usaha penyembuhan kepada pihak-pihak kompeten.

**b. Hubungan Kesehatan Mental Guru dengan Proses Mengajar-belajar**

Mengajar merupakan istilah kunci yang tak pernah luput dari pembahasan mengenai pendidikan karena keamatan hubungan antara keduanya. Mengajar hanya dianggap sebagai salah satu alat atau cara dalam menyelenggarakan pendidikan, bukan pendidikan itu sendiri. Guru (pendidik) memiliki peranan penting dalam menumbuhkan motivasi belajar peserta didiknya melalui berbagai aktivitas belajar yang didasarkan pada pengalaman dan kemampuan guru kepada siswa secara individual. Jika kesehatan mental seorang pendidik terganggu, peserta didik akan merasa tidak aman dan nyaman dalam proses pembelajaran yang nantinya akan menghasilkan jiwa seorang pemimpin yang kurang baik.

Guru merupakan salah satu faktor penentu tinggi rendahnya mutu hasil pendidikan. Keberhasilan penyelenggaraan pendidikan sangat ditentukan oleh sejauh mana kesiapan guru dalam mempersiapkan peserta didiknya melalui kegiatan belajar mengajar. Namun demikian, posisi strategis guru untuk meningkatkan mutu hasil pendidikan sangat dipengaruhi oleh kemampuan profesional mengajar dan tingkat kesejahteraannya. Maka dari itu, jika kesehatan mental seorang pendidik kurang baik maka hasil pembelajaran tidak akan berjalan secara efektif.

Dalam tugasnya sebagai penyaji pelajaran khususnya di kelas, guru tidak hanya dituntut mentransfer pengetahuan atau isi pelajaran yang ia sajikan kepada para siswanya melainkan lebih daripada itu. Sepanjang memungkinkan, guru juga harus mentransfer kecakapan karsa dan kecakapan rasa yang terkandung dalam materi pelajaran yang disajikan. Dalam arti yang lebih ideal, mengajar bahkan mengandung konotasi membimbing dan membantu untuk memudahkan siswa dalam menjalani proses perubahannya sendiri, yakni proses belajar untuk meraih kecakapan cipta, rasa, dan karsa

yang menyeluruh dan utuh. Sudah tentu kecakapan-kecakapan seluruh ranah psikologis tersebut tak dapat dicapai sekaligus tetapi berproses, setahap demi setahap. Untuk memilih metode mengajar harus sesuai, banyak faktor yang mempengaruhinya dan patut dipertimbangkan, sebagai berikut:

- 1) Tujuan dengan berbagai jenis dan fungsinya.
- 2) Anak didik dengan berbagai tingkat kematangannya.
- 3) Memanfaatkan potensi semaksimal mungkin
- 4) Tercapai kebahagiaan pribadi dan orang lain

Jadi, kesehatan mental seorang pendidik dibutuhkan oleh peserta didik untuk membangun kepribadian anak didik yang baik untuk ke depannya dan menjauhkan dari sifat-sifat yang tercela.

#### **c. Usaha Guru Demi Menjaga Stabilitas Kesehatan Mental Siswa**

Dalam proses monitoring perkembangan jiwa, khususnya pada masa anak-anak menurut maherah (2020: 34) ada berbagai cara bagi pendidik, baik orang tua ataupun guru yaitu dengan melalui beberapa teknik pendekatan sebagai berikut:

- 1) Pendekatan melalui permainan
- 2) Pendekatan dengan latihan-latihan / praktek kerja sehari-hari
- 3) Melalui perintah yang mendidik
- 4) Memberikan contoh teladan dan pembiasaan disiplin
- 5) Melalui cerita, baik cerita kepahlawanan atau cerita agama dan lain sebagainya

#### **d. Peran Guru Bimbingan dan Konseling**

Bimbingan dan konseling adalah salah satu komponen yang penting dalam proses Pendidikan sebagai suatu sistem. Bimbingan konseling dipahami sebagai suatu proses bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli kepada individu secara berkelanjutan, agar yang bersangkutan dapat memahami diri sendiri, menghubungkan dengan pemahaman dirinya sendiri dan tututan lingkungan berdasarkan norma-norma yang berlaku. Seorang konselor harus bisa menjadikan siswa memiliki mental yang sehat yaitu mental yang mampu menyesuaikan diri dengan orang lain, dengan lingkungan sekitarnya, dan terhindar dari gejala jiwa yang mengarah kepada sikap destruktif ataupun pelanggaran moral.

Secara umum peran guru bimbingan dan konseling adalah membantu peserta didik untuk mengenal bakat, minat dan kemampuannya, serta memilih dan menyesuaikan diri dengan kesempatan pendidikan untuk merencanakan karier yang sesuai dengan tuntutan kerja. Semua peran tersebut menurut Sabrida M.Ilyas (201:63) diletakan dalam program tugas yang dimiliki oleh seorang guru bimbingan dan konseling atau konselor di sekolah antara lain.

- a) Mengadakan penelitian ataupun observasi terhadap situasi atau keadaan sekolah, baik mengenai peralatan, tenaga, penyelenggaraan maupun aktivitas-aktivitas lainnya.
  - b) Kegiatan penyusun program dalam bidang bimbingan pribadi sosial, bimbingan belajar, bimbingan karir serta semua jenis layanan.
  - c) Kegiatan melaksanakan dalam pelayanan bimbingan pribadi, bimbingan sosial, bimbingan belajar, bimbingan karir serta semua jenis layanan.
  - d) Kegiatan evaluasi pelaksanaan layanan dalam bimbingan pribadi, bimbingan sosial, bimbingan belajar, bimbingan karir serta semua jenis layanan.
  - e) Menyelenggarakan bimbingan terhadap siswa, baik yang bersifat preventif, perservatif maupun yang bersifat korektif atau kuratif.
  - f) Sebagaimana guru mata pelajaran, guru pembimbing atau konselor yang membimbing 150 orang siswa dihargai sebanyak 18 jam.
- e. Pendekatan Bimbingan Mental Anak pada Pertumbuhan dan Perkembangannya**

Ada beberapa pendekatan yang di gunakan dalam layanan bimbingan anak pada masa pertumbuhan dan perkembangannya, demi untuk memenuhi kebutuhan bimbingan psikologinya. Depaetemen Kesehatan (2005:35) mengemukakan ada empat pendekatan yang dapat dilakukan, yakni:

- a) Pendekatan Krisis

Dalam pendekatan krisis layanan bimbingan di lakukan bilamana di temukan adanya suatu masalah yang krisis yang harus segera di tanggulangi, dan guru atau pembimbing bertindak membantu anak yang mengalami masalah tersebut untuk menyelesaikannya. Teknik yang di gunakan dalam pendekatan ini adalah teknik-

teknik yang secara “pasti” dapat mengatasi krisis tersebut. Contoh: seorang anak menangis ketika anak bermain di luar kelas karena tangannya berdarah di lempar batu oleh teman sebayanya. Guru atau pembimbing yang menggunakan pendekatan krisis akan meminta anak untuk membicarakan penyelesaian masalahnya dengan teman yang telah melukainya. Titih Huriah (2005: 30-31) menyarankan kalau mungkin guru atau pembimbing segera memanggil anak yang telah bersalah tersebut untuk menghadap dan membicarakan penyelesaian masalah yang telah dilakukannya.

b) Pendekatan Remedial.

Dalam pendekatan remedial, guru atau pembimbing akan menfokuskan bantuannya kepada upaya penyembuhan atau perbaikan terhadap kelemahankelemahan yang di tampilkan anak. Tujuan bantuan dari pendekatan ini adalah menghindarkan terjadinya krisis yang mungkin dapat terjadi. Berbagai strategi dapat di gunakan untuk membantu anak, seperti mengajarkan kepada anak keterampilan belajar, keterampilan bersosial dan sejenisnya yang belum di miliki anak sebelumnya. Guru atau pembimbing yang menggunakan pendekatan remedial untuk contoh kasus di atas, akan mengambil tindakan mengajarkan anak keterampilan berdamai sehingga anak dapat memiliki keterampilan untuk mengatasi masalah-masalah hubungan antar pribadi. Misal guru atau pembimbing meminta anak yang telah melempar temannya dengan batu untuk meminta maaf atas perbuatannya, dan berjanji untuk tidak mengulangnya. Mereka diminta untuk bersalaman dan bermain kembali.

c) Pendekatan preventif

Pendekatan preventif merupakan pendekatan yang mencoba mengantisipasi masalahmasalah yang mungkin akan muncul pada anak dan mencegah terjadinya masalah tersebut. Pendekatan perkembangan Dalam pendekatan perkembangan, kebutuhan akan layanan bimbingan di taman kanak-kanak muncul dari karakteristik dan permasalahan perkembangan anak didik, baik

permasalahan yang berkenaan dengan perkembangan fisik motorik, kognitif, sosial, emosi, maupun bahasa.

d) Pendekatan perkembangan

dalam bimbingan lebih berorientasi pada bagaimana menciptakan suatu lingkungan yang kondusif agar anak didik dapat berkembang secara optimal. Berbagai teknik ini di gunakan dalam pendekatan ini seperti mengajar, tukar informasi, bermain peran, melatih, tutorial dan konseling. Selain itu, dalam penerapan bimbingan terdapat beberapa layanan bimbingan untuk anak usia dini, yaitu : Layanan pemahaman siswa (pengumpulan data), layanan pemberian informasi, layanan pemberian nasehat, layanan penempatan, layanan pemecahan masalah dan pembiasaan.

itulah empat pendekatan pendekatan yang digunakan untuk membina dan membimbing problema mental yang dihadapi anak dalam pertumbuhannya. Guru khususnya guru bimbingan konseling sangat diharapkan keaktifannya dalam menggunakan keempat pendekatan tersebut disesuaikan dengan realitas anak yang dihadapinya.

## E. KESIMPULAN

Sekolah berfungsi untuk menjadi wadah dan sarana bagi siswa dalam pengembangan mentalnya, memenuhi kebutuhan dan pelayanan siswa untuk terus maju dalam belajar dan mengembangkan potensinya agar terciptanya generasi-generasi yang membanggakan negeri. Siswa yang mengalami gangguan mental tidak bisa melakukan hal-hal yang sesuai harapan keluarga, guru maupun masyarakat secara luas. Oleh karenannya, peran guru bimbingan konseling adalah untuk memperbaiki dan mengawasi keadaan mental setiap siswanya terutama dalam masa-masa yang sulit seperti ketika akan menghadapi ujian nasional. Dalam menjalin tahap-tahap bimbingan konseling, ada empat proses yang harus dilalui oleh seorang konselor, di antaranya: menjalin keakraban (pengembangan rapport), mengidentifikasi masalah yang dihadapi oleh klien, menyediakan fasilitas perubahan, mengadakan evaluasi.

Guru adalah *spiritual father* atau bapak rohani bagi seorang anak didik. Ialah yang memberikan santapan jiwa dengan ilmu pendidikan akhlak, dan membenarkannya. Profil guru yang ideal adalah sosok yang

mengabdikan diri berdasarkan panggilan jiwa, panggilan hati nurani, bukan karena tuntutan uang belaka, yang membatasi tugas dan tanggung jawabnya sebatas dinding sekolah. Tapi, jangan hanya menuntut pengabdian guru, kesejahteraannya juga patut ditingkatkan. Guru yang ideal selalu ingin bersama anak didik di dalam dan di luar sekolah. Bila melihat anak didiknya menunjukkan sikap dan sifat tidak atau kurang baik seperti sedih, murung, tidak ingin mengerjakan tugas, suka berkelahi, malas belajar, jarang turun ke sekolah, dan sebagainya, guru merasa prihatin dan tidak jarang pada waktu tertentu guru harus menghabiskan waktunya untuk memikirkan bagaimana perkembangan pribadi anak didiknya, bukan dengan cara memarahi atau emosi kepada anak didiknya.

#### DAFTAR KEPUSTAKAAN

- Arikunto Suharsimi, *Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta: Rieneka Cipta, 2002
- Dede Rahmat Hidayat et al., *Bimbingan Konseling Kesehatan Mental di Sekolah*, Bandung: PT. Remaja Rosda Karya, 2013
- Departemen Kesehatan RI & Ikatan Dokter Anak Indonesia. *Pedomanan Pelaksanaan Stimulasi, Deteksi dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak di Tingkat Pelayanan Dasar*. Jakarta: Depkes RI dan IDAL.2005
- Elsi Novarita, "Perilaku Bolos Siswa Dan Implikasinya Terhadap Layanan Bimbingan Dan Konseling", *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, vol. 2, no. 2, tahun 2014
- Sabrina M.Ilyas, *Peran Guru Bimbingan Dan Konseling Mengatasi Trend Lgbt (Lesbian, Gay, Biseksual, Dan Transgender) Di Sma Negeri 1 Aceh Tamiang*, *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, Vol.1 No1, tahun 2018
- Sutrisno Hadi, *Metodologi Research Jilid I*, Yogyakarta: Yogya Yayasan Penerbit Psychology UGM, 1990
- Syamsul Yusuf L.N. *Perkembangan Peserta Didik*, Jakarta: PT Rajagrafindo Persada, 2013
- , *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2009
- Titih huriah, *Metode Student Center Learning*, Jakarta: Depkes RI dan IDAL. 2005

Wardhani, Rr Dina Kusuma. "*Peran Kesehatan Mental Bagi Guru Dalam Proses Belajar Mengajar Di Sekolah.*" *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan FKIP.* Vol. 1. No. 2.