



IMPLEMENTASI LAYANAN BIMBINGAN KONSELING DALAM MEWUJUDKAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS SISWA DI SMPIT AN-NIDA

Seprianto¹, Fadila², Dina Hajja Ristianti³, Beni Azwar⁴

¹SIT Annida' Lubuklinggau, ^{2,3,4}Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup

¹seprilinggaupos@gmail.com, ²fadila@iaincurup.ac.id, ³dinahajja@iaincurup.ac.id,

⁴beniazwar@iaincurup.ac.id

Abstract: *Psychological well-being of adolescents is an important concern in the context of today's globalization, including in Indonesia, where social changes, technology, and complex life demands have the potential to affect their psychological well-being. This study aims to investigate the implementation of guidance and counseling services at SMPIT An-Nida' in Lubuklinggau City in achieving students' psychological well-being. This study uses a field research approach with a qualitative approach. Primary data were collected through observation, interviews, and documentation at SMPIT An-Nida'. Secondary data include information related to school policies and documentation of student activities. The profile of students' psychological well-being at SMPIT An-Nida' shows that the majority of students have high levels of joy and life satisfaction. However, some students face challenges related to academic and social stress. The implementation of guidance and counseling services is effective in improving psychological well-being, with a holistic approach that includes individual and group services and self-development strategies.*

Keywords: *Psychological well-being, Adolescents, Guidance and counseling, Implementation*

Abstrak: *Kesejahteraan psikologis remaja menjadi perhatian penting dalam konteks globalisasi saat ini, termasuk di Indonesia, di mana perubahan sosial, teknologi, dan tuntutan hidup kompleks berpotensi memengaruhi kesejahteraan psikologis mereka. Penelitian ini bertujuan untuk menginvestigasi implementasi layanan bimbingan konseling di SMPIT An-Nida' Kota Lubuklinggau dalam mencapai kesejahteraan psikologis siswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan field research dengan pendekatan kualitatif. Data primer dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi di SMPIT An-Nida'. Data sekunder meliputi informasi terkait kebijakan sekolah dan dokumentasi aktivitas siswa. Profil kesejahteraan psikologis siswa di SMPIT An-Nida' menunjukkan mayoritas siswa memiliki keceriaan dan kepuasan hidup yang tinggi. Meskipun demikian, beberapa siswa menghadapi tantangan terkait stres akademik dan sosial. Implementasi layanan bimbingan konseling efektif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis, dengan pendekatan holistik yang mencakup layanan individu dan kelompok serta strategi pengembangan diri.*

Kata Kunci : *Kesejahteraan Psikologis, Remaja, Bimbingan Konseling, Implementasi*

PENDAHULUAN

Seiring dengan perkembangan zaman, pendidikan tidak hanya berfokus pada aspek akademik semata, tetapi juga harus memperhatikan aspek pengembangan kesejahteraan psikologis Siswa. Kesejahteraan psikologis menjadi faktor penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dan memastikan siswa dapat

tumbuh dan berkembang secara optimal. Karena sekolah memainkan peran penting dalam membantu siswa dalam mencapai tujuan pendidikan mereka, mereka harus membantu siswa dalam menyelesaikan setiap masalah yang mungkin timbul. Mengingat keadaan ini, menyediakan siswa dengan layanan bimbingan dan konseling di sekolah sangat penting untuk keberhasilan mereka dalam mengatasi tantangan. (Suwamo 2006)

Hal ini sesuai dengan Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional disebutkan bahwa Pendidikan merupakan bentuk usaha sadar dan terencana untuk dapat mewujudkan suasana atau kondisi belajar mengajar dalam proses pembelajaran supaya Siswa dapat secara aktif mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya untuk dapat mempunyai kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia dan ketrampilan yang sekiranya dibutuhkan dalam dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. (Indonesia 2003)

Berdasarkan Undang-undang No. 20 Tahun 2003 diatas maka bimbingan konseling diidentifikasi sebagai sarana yang efektif dalam membantu siswa mengatasi tantangan psikologisnya. Layanan ini dapat memberikan dukungan emosional, membantu mengembangkan keterampilan sosial, dan memberikan panduan dalam pengambilan keputusan, yang semuanya berkontribusi pada kesejahteraan psikologis siswa.

Selain itu, terkait kesejahteraan psikologis merupakan konsep yang mencakup kondisi kejiwaan individu yang positif dan seimbang. Kesejahteraan psikologis melibatkan aspek-aspek seperti kebahagiaan, kepuasan hidup, kesehatan mental, dan kualitas hubungan sosial. (Indriani and Sugiasih 2018) Hal ini melampaui hanya tidak adanya penyakit mental, tetapi juga berfokus pada faktor-faktor yang meningkatkan kualitas hidup dan mempromosikan pertumbuhan dan perkembangan individu. Selain itu, peran konselor dalam memberikan dukungan emosional dan sosial tidak boleh diabaikan. Dalam lingkungan yang peduli dan mendukung, Siswa di SMPIT An-Nida' Kota Lubuklinggau merasa didengar dan dipahami. Konselor siap membantu mereka mengatasi stres, menghadapi masalah pribadi, dan meningkatkan keterampilan sosial mereka. Melalui sesi konseling individu dan kelompok, Siswa dapat membangun kesehatan mental yang baik, memperkuat hubungan sosial, dan mencapai kesejahteraan psikologis yang optimal.

Kesejahteraan psikologis remaja menjadi isu yang semakin penting di era globalisasi saat ini, termasuk di Indonesia. Seiring dengan perubahan sosial, teknologi, dan tuntutan hidup yang semakin kompleks, remaja menghadapi berbagai tekanan dan tantangan yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis mereka. Beberapa fenomena yang perlu diperhatikan pada saat ini ialah diantaranya seperti ; 1). Teknologi dan Media Sosial, pada fenomena penggunaan teknologi dan media sosial yang merajalela dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis remaja. Pemaparan terus-menerus terhadap konten negatif atau *cyberbullying* dapat meningkatkan tingkat stres dan kecemasan. 2). Tuntutan Akademis dan Karir, dengan adanya tekanan dari tuntutan akademis dan harapan untuk mencapai keberhasilan dalam karir dapat menciptakan tingkat stres yang tinggi di kalangan remaja. Hal ini dapat berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis mereka. 3). Perubahan Identitas dan Hubungan Sosial, para remaja sedang mengalami fase pencarian identitas, dan interaksi sosial yang kompleks dapat memengaruhi perkembangan kesejahteraan psikologis mereka. Persoalan pertemanan, pergaulan, dan hubungan romantis dapat menjadi sumber

stres. 4). Ketidaksetaraan Sosial dan Ekonomi, dengan adanya ketidaksetaraan ekonomi dan sosial dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis remaja. Mereka yang kurang beruntung secara ekonomi mungkin menghadapi tantangan yang lebih besar dalam mencapai kesejahteraan psikologis. (Abidin et al. 2020)

Maka dengan demikian, pentingnya penerapan layanan bimbingan konseling dikarenakan layanan ini dapat memberikan dukungan yang dibutuhkan dalam mengelola stres, mengatasi konflik interpersonal, membimbing dalam pengambilan keputusan, dan memberikan pemahaman tentang perkembangan emosional. Dengan menerapkan layanan bimbingan konseling yang efektif, sekolah seperti SMPIT An-Nida' dapat memberikan wadah yang aman dan mendukung bagi siswa untuk mengatasi masalah psikologis mereka.

Adapun hasil observasi dengan mengamati secara langsung di lapangan yang telah peneliti lakukan sebelumnya di SMPIT Annida' Kota Lubuklinggau. dengan melakukan wawancara kepada guru Bimbingan Konseling ditemui bahwa untuk dapat mengetahui tingkat kesejahteraan psikologis pada siswa, Guru Bimbingan Konseling (BK) di SMPIT An-Nida' Kota Lubuklinggau telah mengembangkan berbagai metode evaluasi yang informatif. Salah satu metode yang digunakan adalah melalui kuesioner atau survei yang dirancang secara khusus untuk mengukur berbagai aspek kesejahteraan psikologis siswa, termasuk penerimaan diri, relasi positif dengan orang lain, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi, kemandirian, dan penguasaan lingkungan. Siswa diminta untuk mengisi kuesioner tersebut secara mandiri. Selain itu, guru BK juga melakukan observasi langsung terhadap perilaku siswa di lingkungan sekolah, termasuk interaksi mereka dengan teman sebaya, partisipasi dalam kegiatan sekolah, dan tanda-tanda perilaku yang mencerminkan tingkat kesejahteraan psikologis. Wawancara individu dengan siswa juga menjadi metode penting untuk mendapatkan wawasan yang lebih mendalam tentang perasaan dan pengalaman pribadi mereka terkait kesejahteraan psikologis. Guru BK juga memeriksa catatan akademik dan catatan perilaku siswa untuk mencari tanda-tanda perubahan yang mungkin terjadi dalam kesejahteraan psikologis. Dengan data-data ini, guru BK dapat mengidentifikasi siswa yang mungkin membutuhkan dukungan khusus dan merancang program bimbingan yang sesuai untuk membantu mereka mencapai kesejahteraan psikologis yang lebih baik.

Berdasarkan pengukuran-pengukuran yang dilakukan guru Bimbingan Konseling (BK) terkait kesejahteraan psikologis siswa ditemui bahwa awal kondisi psikologis siswa di SMPIT Annida' Kota Lubuklinggau mengungkapkan sejumlah temuan yang mencerminka. Berdasarkan hasil analisis menggunakan alat ukap yang melihat dari persentase berbagai aspek kesejahteraan psikologis siswa di SMPIT An-Nida' Lubuklinggau, ditemukan beberapa masalah utama yang mempengaruhi kesejahteraan mereka. Aspek Hubungan Sosial (HSO) menunjukkan persentase tertinggi dengan 35%, menunjukkan bahwa banyak siswa mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan teman sebaya atau lingkungan sosial mereka. Diikuti oleh aspek Pendidikan dan Pelajaran (PDP) dengan 25%, yang menunjukkan bahwa tekanan akademis dan tantangan belajar merupakan sumber utama stres bagi siswa. Aspek Jasmani dan Kesehatan (JDK) serta Ekonomi dan Keuangan (EDK) masing-masing mencatat 15% dan 10%, menunjukkan adanya masalah kesehatan fisik dan keterbatasan finansial yang turut berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis mereka. Aspek lain seperti Keadan dan Hubungan dalam Keluarga (KHK), Waktu

Senggang (WSG), Hubungan Muda-Mudi (HMM), dan Karir dan Pekerjaan (KDP) masing-masing mencatat persentase lebih rendah, tetapi tetap relevan dalam mempengaruhi kesejahteraan psikologis siswa. Hasil ini menunjukkan perlunya intervensi yang komprehensif dan terintegrasi untuk menangani berbagai aspek yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis siswa di SMPIT 'An-Nida' Lubuklinggau.

Dengan demikian Layanan Bimbingan dan Konseling juga berperan dalam memberikan dukungan persepsi emosional dan sosial terhadap kesejahteraan psikologis kepada Siswa. Dalam konteks ini, konselor dapat membantu Siswa dalam menghadapi stres, mengatasi masalah pribadi, meningkatkan keterampilan sosial, dan mengembangkan kesehatan mental yang baik. (Fauziah, Firman, and Ahmad 2022) Perkembangan zaman menempatkan pendidikan sebagai instrumen penting dalam membentuk individu yang bukan hanya cerdas secara akademis, tetapi juga memiliki kesejahteraan psikologis yang optimal. Sekolah, sebagai lingkungan pendidikan, memainkan peran sentral dalam membantu siswa mengatasi tantangan psikologis. Untuk mencapai tujuan ini, layanan bimbingan konseling menjadi krusial. Sesuai dengan Undang-Undang No. 20 Tahun 2003, bimbingan konseling diidentifikasi sebagai sarana efektif untuk membantu siswa mengembangkan potensi diri dan mencapai kesejahteraan psikologis yang optimal. (Prabowo 2016)

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kholiq, dkk, bahwa tingkat kesejahteraan siswa pada layanan bimbingan konseling sangatlah tinggi. Bahwa dalam pemberian layanan konseling ini dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa. Layanan konseling dapat memberikan berbagai keuntungan bagi siswa. Keuntungan tersebut berhubungan dengan aspek-aspek kesejahteraan psikologis. Aspek kesejahteraan psikologis yang meningkat secara spesifik minimal satu dari enam aspek maka layanan konseling kelompok dinyatakan mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa. Setelah kajian teoritis, maka disarankan agar peneliti melakukan penelitian dengan desain eksperimen untuk menguji sejauh mana peningkatan kesejahteraan psikologis siswa setelah diberikan layanan konseling. (Kholiq et al. 2023)

Selain itu senada juga dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Afifah, dkk, menyatakan bahwa pelaksanaan Layanan Bimbingan dan Konseling, peran layanan tersebut memiliki kontribusi penting dalam mewujudkan kesejahteraan psikologis siswa (*student wellbeing*) dan mendukung perkembangan mereka agar dapat mengaktualisasikan potensi diri serta meningkatkan kemampuan mereka secara optimal. Guru Bimbingan Konseling (BK) atau Konselor memiliki peran kunci sebagai koordinator dalam menjalankan peran ini. (Nada and Afifah 2023)

Dengan demikian dapat dipahami bahwa pentingnya Implementasi pada layanan konseling dalam mewujudkan kesejahteraan psikologis siswa. Hal tersebut sebagaimana dikutip dari laman kemendikbud.go.id dalam menerapkan kurikulum merdeka belajar, Layanan BK berperan sebagai pemimpin untuk mewujudkan kesejahteraan psikologis siswa dalam kurikulum mandiri. Layanan bimbingan dan konseling dapat dilaksanakan dengan memanfaatkan sarana dan prasarana yang ada di satuan pendidikan. Terdapat beberapa layanan yang dapat diberikan bimbingan dan konseling dalam strategi pelaksanaan kurikulum mandiri. Berikut ini adalah 4 layanan BK yang dapat diberikan dalam mengimplementasikan kurikulum mandiri: 1) BK dalam bidang pelayanan pribadi, 2) bimbingan konseling dalam bidang pelayanan

belajar, 3) bimbingan dan konseling dalam bidang pelayanan sosial, 4) BK dalam bidang pelayanan karir. (Firda, Wulansari, and Mufidah 2022)

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji dampak implementasi pada layanan bimbingan konseling, dengan harapan bahwa langkah ini akan membawa perubahan positif dalam kesejahteraan psikologis siswa di SMPIT Annida' Kota Lubuklinggau. Dengan demikian, diharapkan siswa akan mengalami penurunan tingkat stres, peningkatan harga diri, dan memiliki keterampilan yang lebih baik dalam mengatasi berbagai tantangan psikologis dalam kehidupan mereka.

Selaras dengan visi dan misi SMPIT An-Nida' Kota Lubuklinggau, sekolah tersebut berkomitmen untuk menciptakan lingkungan belajar yang kondusif bagi Siswa agar dapat mencapai kesejahteraan psikologis yang optimal. Oleh karena itu, implementasi bimbingan konseling yang relevan dan efektif menjadi hal yang penting untuk diperhatikan. Namun, meskipun terdapat banyak potensi manfaat dalam implementasi layanan bimbingan konseling, masih perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengevaluasi dampaknya secara konkret, khususnya di SMPIT An-Nida' Kota Lubuklinggau.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang dilakukan bersifat *field research* (penelitian lapangan) yang berusaha secara maksimal untuk dapat mengungkapkan fakta, di lapangan secara kualitatif melalui metode ilmiah dengan teknik pengumpulan data maupun teknik dalam menganalisis data yang dilakukan secara jelas. Sedangkan sifat penelitiannya ialah prosedur yang akan menghasilkan data bersifat deskriptif yaitu data berbentuk kata-kata atau tertulis atau lisan dari para informan dan pelaku yang peneliti amati di dalam penelitian ini. (Emzir 2010)

Sumber data pada penelitian ini terdapat 2 jenis yaitu data primer dan data sekunder. Sumber data primer diperoleh melalui percakapan langsung dan perilaku dari subjek, yaitu individu yang diwawancarai dan diamati. Data sekunder yang diambil di SMPIT An-Nida' Kota Lubuklinggau berupa berbentuk informasi terkait kebijakan, profil sekolah, dokumentasi dan foto aktivitas terkait faktor pendukung dan penghambat implementasi layanan Bimbingan Konseling dalam mewujudkan kesejahteraan psikologis siswa.

Penelitian ini dilaksanakan di SMPIT An-Nida' tepatnya dikota Lubuklinggau yang beralamat JIn, Nikan Jaya, Kecamatan. Lubuk Linggau, Kota Lubuklinggau, Provinsi Sumatera Selatan. Waktu penelitian ini dilaksanakan selama 3 bulan terhitung dari 27 Desember 2023 sampai dengan 27 Februari 2024. Proses pengumpulan data menggunakan berbagai pendekatan pengumpulan data, yang termasuk diantaranya yaitu, observasi, wawancara (*interview*), dan dokumentasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Kesejahteraan Profil Psikologis Siswa di SMPIT Annida' Kota Lubuklinggau

Hasil Penelitian terkait profil kesejahteraan psikologis siswa di SMPIT Annida Kota Lubuklinggau memberikan gambaran yang mendalam tentang kondisi psikologis siswa di sekolah tersebut. Melalui pengumpulan data dan analisis yang cermat, penelitian ini mengungkap aspek-aspek penting seperti tingkat kebahagiaan, kepuasan hidup, serta faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis siswa.

Untuk mengetahui profil kesejahteraan psikologis siswa di SMPIT Annida' Kota Lubuklinggau, peneliti menggunakan teknik wawancara, dokumentasi dan observasi. Wawancara dilakukan oleh peneliti di SMPIT An-Nida'. Berdasarkan hasil peneliti melakukan wawancara dengan Muhammad Rizki, Aisyah dan Maya Ramadani Merasa senang dan nyaman di SMPIT Annida'. Guru-gurunya sangat baik dan selalu mendukung kami. Teman-teman juga ramah dan saya merasa seperti memiliki keluarga di sini. Fasilitasnya cukup baik dan lingkungannya bersih dan nyaman. Merasa lebih fokus dan termotivasi untuk belajar di sini. Hubungan dengan teman-teman sekelas sangat baik. Kami sering bekerja sama dalam kelompok untuk menyelesaikan tugas-tugas dan sering menghabiskan waktu bersama di luar jam pelajaran.

Berdasarkan hasil observasi penelitian tentang Profil Kesejahteraan Psikologis Siswa di SMPIT Annida' Kota Lubuklinggau, dapat disimpulkan bahwa mayoritas siswa menunjukkan tingkat kesejahteraan psikologis yang baik. Hal ini terlihat dari tingkat keceriaan dan antusiasme siswa dalam mengikuti proses pembelajaran serta interaksi sosial yang positif antar sesama siswa. Selain itu, sebagian besar siswa juga menunjukkan kemampuan dalam mengelola stres dan tekanan akademik dengan baik. Namun, beberapa siswa juga menunjukkan adanya tingkat kecemasan yang cukup signifikan terutama terkait dengan tuntutan akademik dan sosial. Oleh karena itu, perlu dilakukan upaya lebih lanjut untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan siswa dalam mengelola stres serta memberikan dukungan psikologis yang lebih intensif bagi siswa yang membutuhkannya.

Mayoritas siswa di SMPIT Annida Kota Lubuklinggau memiliki tingkat kebahagiaan dan kepuasan hidup yang cukup tinggi. Faktor-faktor seperti dukungan sosial dari teman sebaya, hubungan yang baik dengan guru, serta keterlibatan dalam kegiatan ekstrakurikuler memiliki dampak positif terhadap kesejahteraan psikologis siswa. Berdasarkan hasil wawancara dengan Khoiriyah sebagai kepala sekolah di SMPIT An-nida' Kota Lubuklinggau mengatakan bahwa kesejahteraan psikologis siswa di SMPIT Annida' secara umum terlihat cukup baik, dengan adanya suasana yang kondusif dan pendekatan pendidikan yang baik. Tantangan yang dihadapi sekolah dalam memastikan kesejahteraan psikologis siswa antara lain adanya tekanan akademik, gangguan lingkungan, dan perubahan sosial yang dapat memengaruhi kondisi psikologis siswa. Peran orang tua diakui penting dalam mendukung kesejahteraan psikologis siswa dengan memberikan dukungan emosional, motivasi, dan komunikasi yang baik.

Profil kesejahteraan psikologis siswa di SMPIT Annida' Kota Lubuklinggau menunjukkan beberapa temuan yang signifikan. Kolaborasi antara kepala sekolah dan wakil kesiswaan telah memperkuat pemahaman akan kondisi psikologis siswa di sekolah tersebut. Penelitian ini mengungkap bahwa kesejahteraan psikologis siswa menjadi aspek yang penting dalam membangun lingkungan belajar yang inklusif dan berdaya. Temuan menunjukkan bahwa faktor-faktor seperti dukungan sosial, persepsi diri, dan kecerdasan emosional berperan penting dalam menentukan kesejahteraan psikologis siswa. Hasil ini menyoroti pentingnya implementasi program-program yang mendukung aspek-aspek tersebut dalam kurikulum dan kegiatan ekstrakurikuler di sekolah. Dengan pemahaman yang mendalam tentang profil kesejahteraan psikologis siswa, kepala sekolah dan wakil kesiswaan dapat merancang strategi yang lebih efektif untuk meningkatkan kesejahteraan siswa secara menyeluruh di SMPIT Annida'.

Namun, tidak dapat diabaikan bahwa ada beberapa siswa yang melampaui batasan perilaku sosial. Kehadiran guru BK di sini menjadi penting dalam membimbing siswa dan membantu mereka memahami norma-norma sosial serta etika dalam berinteraksi. Hal ini juga sejalan dengan pandangan yang disampaikan oleh Ryff mengenai kesejahteraan psikologis, yang tidak hanya mencakup efek positif, efek negatif, dan kepuasan hidup, tetapi lebih baik

dipahami sebagai suatu konstruk multidimensional. Konstruk ini melibatkan sikap hidup yang terkait dengan dimensi kesejahteraan psikologis itu sendiri, seperti kemampuan untuk terus merealisasikan potensi diri, membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, memiliki kemandirian terhadap tekanan sosial, menerima diri apa adanya, memiliki arti dalam hidup, dan mampu mengontrol lingkungan eksternal. (Ryff 1989)

Hal ini juga senada dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Tia, dkk., bahwa Dimensi hubungan positif dengan orang lain menjadi dimensi dengan yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis siswa, sementara penguasaan lingkungan juga dapat menjadi pengaruh terhadap terciptanya kesejahteraan psikologis siswa. Namun, meskipun terdapat perbedaan dari kesejahteraan psikologi antara siswa laki-laki dan perempuan, namun perbedaan tersebut bukan hal yang menjadi hambatan dalam menciptakan kesejahteraan psikologis pada siswa. (Tiara Ramadhani, Djunaedi, and S 2016)

Namun, sedikit berbeda dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Nada & Fauziah bahwa didalam temuan penelitiannya menyatakan dimensi dari kesejahteraan psikologis ialah ketidakpercayaan diri siswa dapat tampak dalam berbagai perilaku, seperti enggan berbicara saat memiliki pendapat, tidak mengajukan pertanyaan ketika tidak memahami sesuatu, menghindari berbicara di depan kelas, dan menolak untuk berbicara saat dipanggil oleh guru. Maka dengan demikian akibatnya tingkat kesejahteraan psikologis siswa dapat dianggap rendah. Dimana para pendidik Bimbingan Konseling (BK) memiliki tanggung jawab untuk mengidentifikasi siswa yang kurang percaya diri dan menyelidiki akar penyebab ketidakpercayaan mereka sebelum memberikan layanan informasi mengenai pembangunan kepercayaan diri. Guru BK dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa yang kurang aktif dalam bersosialisasi dengan teman-teman mereka melalui pemberian layanan bimbingan konseling, membantu siswa agar berani dan percaya diri untuk berbicara di depan umum, serta memberikan informasi tentang cara membangun kepercayaan diri siswa. Sehingga hal tersebut akan dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis pada siswa. (Nada and Afifah 2023)

Dengan menggabungkan berbagai pandangan tersebut, dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan kondisi psikologis yang memungkinkan individu bersikap dengan baik dan positif. Individu yang mencapai kesejahteraan psikologis memiliki sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain, memiliki tujuan hidup yang bermakna, mampu mengatur lingkungan, menjalin hubungan positif dengan orang lain, dan berusaha untuk menggali dan mengembangkan potensi diri semaksimal mungkin.

2. Implementasi Layanan Bimbingan Konseling dalam Mewujudkan Kesejahteraan Psikologis Siswa di SMPIT An-Nida' Kota Lubuklinggau

Implementasi layanan bimbingan konseling di SMPIT An-Nida', telah berhasil mewujudkan kesejahteraan psikologis siswa dengan pendekatan holistik. Meskipun terdapat keterbatasan ruang dan sumber daya, guru BK dianggap mampu memberikan layanan dengan baik. Upaya peningkatan kemampuan guru BK juga terintegrasi dengan baik melalui pelatihan dan kegiatan pengembangan profesional. Dengan dukungan yang kokoh dari sumber daya manusia yang

berkualitas dan sarana prasarana yang memadai, SMPIT' An-Nida' berhasil menciptakan lingkungan yang mendukung dan berhasil menerapkan layanan bimbingan konseling untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa.

a. Proses Pelaksanaan Bimbingan Konseling

Implementasi layanan bimbingan konseling di SMPIT' An-Nida' Kota Lubuklinggau menunjukkan keberhasilan dalam menciptakan kesejahteraan psikologis siswa. Proses pelaksanaan bimbingan konseling bertujuan untuk memenuhi kebutuhan psikologis siswa. Menurut Khoiriyah, kepala sekolah, pendekatan yang diterapkan adalah dengan menjadikan guru BK sebagai sosok yang dekat dan terbuka. Guru BK menangani sekitar 150 siswa setiap minggu dengan memberikan materi bimbingan konseling di kelas, menjelaskan strategi untuk menciptakan keakraban, dan memberikan dukungan saat siswa menghadapi masalah. Dalam hal ini, komunikasi terbuka dan pendekatan yang ramah diaplikasikan agar siswa merasa nyaman membicarakan permasalahan mereka.

b. Strategi dan Metode dalam Bimbingan Konseling

Guru BK di SMPIT' An-Nida' menggunakan berbagai strategi dan metode dalam memberikan layanan bimbingan konseling. Emilda Ferawati, wakil kurikulum, menjelaskan bahwa kegiatan ini melibatkan langkah-langkah mulai dari identifikasi kebutuhan siswa, observasi, wawancara, tes, hingga perencanaan program bimbingan. Program tersebut mencakup bimbingan konseling individu dan kelompok, dengan penekanan pada isu-isu seperti bullying. Hal ini menggambarkan pendekatan holistik yang mencakup aspek individu dan sosial untuk mencapai kesejahteraan psikologis siswa.

c. Frekuensi dan Intensitas Interaksi Guru BK dengan Siswa

Dalam menjalankan layanan bimbingan konseling, guru BK bertemu dengan siswa sekitar satu kali dalam seminggu. Interaksi ini terjadi pada berbagai kesempatan, seperti kegiatan sekolah, jam istirahat, sholat, senam, dan kegiatan pramuka. Dengan memastikan interaksi terjadinya pada berbagai kegiatan, diharapkan siswa merasa diawasi dan nyaman untuk berkomunikasi dengan guru BK. Pemantauan terhadap siswa dilakukan secara proaktif dan responsif untuk mencegah masalah yang lebih besar muncul.

d. Sarana dan Prasarana Pendukung Implementasi Layanan

Meskipun terdapat keterbatasan ruang dan sumber daya, implementasi layanan bimbingan konseling tetap efektif. Profil konselor di SMPIT' An-Nida' tidak hanya memperhatikan aspek fisik, tetapi juga administratif yang terpenuhi dengan baik. Bahkan, prestasi administrasi BK diakui sebagai acuan oleh sekolah lain. Evaluasi tindak lanjut dilakukan secara tertulis, menunjukkan upaya untuk memastikan kelancaran layanan meskipun dengan keterbatasan yang ada.

e. Peningkatan Kemampuan Guru BK

Guru BK di SMPIT' An-Nida' mendapatkan dukungan untuk peningkatan kemampuan melalui berbagai kegiatan. Pelatihan berkala, workshop, seminar, dan kolaborasi dengan lembaga pendidikan atau organisasi profesional di bidang bimbingan konseling menjadi langkah yang diambil. Hal ini menunjukkan komitmen sekolah untuk meningkatkan

kualitas layanan bimbingan konseling dengan terus mengembangkan pengetahuan dan keterampilan guru BK.

Berdasarkan temuan penelitian, dapat diperinci bahwa implementasi layanan bimbingan konseling di SMPIT 'An-Nida' telah membuktikan keefektifannya dalam mencapai tujuan kesejahteraan psikologis siswa. Layanan konseling klasikal, individu, dan kelompok diidentifikasi sebagai komponen utama yang memegang peranan krusial dalam menciptakan kesejahteraan psikologis tersebut. Layanan konseling klasikal, yang melibatkan interaksi antara guru BK dan siswa secara langsung, terbukti menjadi landasan yang kokoh dalam memberikan bimbingan psikologis. Pendekatan ini membantu siswa mengatasi berbagai tantangan dan kesulitan pribadi mereka melalui percakapan tatap muka.

Sementara itu, layanan konseling individu memungkinkan siswa untuk mendapatkan perhatian pribadi dan bimbingan khusus yang sesuai dengan kebutuhan mereka. Ini menciptakan ruang aman di mana siswa dapat membahas masalah mereka secara lebih mendalam dan merinci, memungkinkan terjadinya pemahaman yang lebih baik. Layanan konseling kelompok, yang melibatkan interaksi antara siswa dalam kelompok kecil, terbukti memainkan peran sosial yang signifikan. Dalam lingkungan ini, siswa dapat saling mendukung, berbagi pengalaman, dan belajar dari satu sama lain. Hal ini memberikan kontribusi positif terhadap pembentukan hubungan positif antar siswa, yang pada gilirannya, mendukung kesejahteraan psikologis secara keseluruhan.

Selain itu, hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Sakura Alwina juga menyatakan bahwa peran bimbingan konseling memiliki kepentingan yang signifikan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa di lingkungan sekolah. Melalui bantuan dalam mengelola emosi, peningkatan self-efficacy, pengembangan keterampilan sosial, dan pemahaman strategi koping yang efektif, program bimbingan konseling memiliki potensi untuk menciptakan generasi siswa yang memiliki keseimbangan emosional dan mampu menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Selain itu, kerjasama yang baik antara guru bimbingan konseling, siswa, dan orang tua dianggap sangat penting untuk menjamin keefektifan program ini serta optimalisasi pengembangan kesejahteraan psikologis pada siswa tingkat dasar. (Alwina 2023)

Hal tersebut juga senada dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Devi, dkk., berdasarkan hasil penelitiannya dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan konseling secara umum mencakup aspek penerimaan diri sendiri, Hubungan positif dengan orang lain, kemandirian dan penguasaan lingkungan. Selain itu, layanan tersebut dapat dikategorikan sebagai layanan dasar, layanan individual, layanan responsif, dan layanan dukungan sistem. Implementasi berbagai bentuk layanan bimbingan melibatkan kegiatan seperti konseling individual, konseling kelompok, konseling dengan melibatkan ahli, dan konseling yang melibatkan orangtua. Tujuan dari layanan bimbingan konseling ini adalah untuk melakukan promosi, pencegahan, dan memberikan bantuan terkait peningkatan kesejahteraan psikologis pada siswa. (Tyas, Pertiwi, and Nisa 2023)

Hal ini sebagaimana yang dijelaskan oleh Carol Ryff, bahwa kesejahteraan psikologis adalah konsep yang mengacu pada keadaan emosional, kognitif, dan sosial yang positif pada individu. Kesejahteraan psikologis

melibatkan perasaan positif seperti kepuasan hidup, kebahagiaan, dan optimisme, serta kualitas hubungan sosial yang baik dan keseimbangan emosional.(Ryff 1989)

3. Hambatan dalam implementasi layanan bimbingan konseling untuk Mewujudkan Kesejahteraan Psikologis Siswa di SMPIT An-Nida' Kota Lubuklinggau

Dalam penerapannya layanan bimbingan konseling untuk mewujudkan kesejahteraan psikologis siswa ini, terdapat keterbatasan fasilitas dan ruang khusus untuk bimbingan konseling di SMPIT An-Nida', tingkat kesadaran siswa terhadap layanan tersebut menunjukkan hasil positif. Meskipun demikian, stigma negatif masih memengaruhi sebagian siswa, yang mungkin merasa takut atau ragu untuk berinteraksi dengan guru BK. Perlu dilakukan upaya lebih lanjut untuk memperkenalkan peran guru BK kepada orang tua dan mengatasi stigma negatif agar partisipasi orang tua dan siswa dapat lebih optimal. Selain itu, evaluasi menyeluruh terkait sarana dan prasarana perlu dilakukan untuk memastikan bahwa fasilitas yang diberikan benar-benar mendukung kegiatan bimbingan konseling.

a. Keterbatasan Fasilitas dan Ruang Khusus

Keterbatasan fasilitas dan ruang khusus untuk bimbingan konseling di SMPIT An-Nida' Kota Lubuklinggau menjadi salah satu aspek krusial yang perlu diperhatikan dalam rangka meningkatkan efektivitas layanan tersebut. Dalam penelitian ini, hasil wawancara dengan kepala sekolah dan wakil kurikulum, Khoiriyah dan Emilda Ferawati, menyoroti bahwa ketersediaan ruang bimbingan konseling masih kurang representatif dan belum ideal. Faktor ini menjadi hambatan nyata dalam implementasi layanan bimbingan konseling di sekolah tersebut. Pertama-tama, ruang bimbingan konseling yang masih kurang representatif menggambarkan bahwa ruangan tersebut mungkin tidak memenuhi standar atau kebutuhan yang diperlukan untuk memberikan layanan yang optimal kepada siswa. Sebagai contoh, ruang yang kurang representatif mungkin tidak memberikan kenyamanan yang cukup kepada siswa untuk membuka diri dan berbagi masalah. Selain itu, kekurangan fasilitas di dalam ruangan tersebut dapat membatasi kemampuan guru bimbingan konseling untuk memberikan layanan yang berkualitas.

Penyebab lain dari keterbatasan ini adalah ruangan bimbingan konseling yang masih bersamaan dengan ruang OSIS. Kondisi ini menandakan bahwa ruangnya tidak terpisah atau tidak mandiri, yang dapat berpotensi mengganggu proses bimbingan dan konseling. Ruang OSIS mungkin memiliki aktivitas atau kebisingan yang dapat mengganggu fokus dan privasi siswa yang sedang menjalani sesi bimbingan. Oleh karena itu, terpisahnya ruang bimbingan konseling dari ruang OSIS menjadi penting untuk menciptakan lingkungan yang kondusif bagi siswa yang membutuhkan bimbingan.

Perlunya peningkatan fasilitas di ruang bimbingan konseling menjadi manifestasi dari kesadaran akan pentingnya memberikan dukungan yang maksimal kepada siswa. Fasilitas yang memadai, seperti tempat duduk yang nyaman, pendingin ruangan (AC), dan papan tulis, merupakan elemen-elemen

yang dapat memperbaiki kualitas layanan bimbingan konseling. Suhu ruangan yang nyaman dan fasilitas presentasi yang memadai dapat menciptakan atmosfer yang mendukung untuk berkomunikasi dan berinteraksi dengan siswa. Upaya untuk meningkatkan fasilitas dan mendapatkan ruang khusus untuk bimbingan konseling perlu menjadi prioritas bagi pihak sekolah. Hal ini dapat mencakup perencanaan ruang yang lebih baik, alokasi anggaran yang memadai untuk pembaruan fasilitas, dan kerjasama dengan pihak terkait. Dukungan dari semua pihak, termasuk kepala sekolah, wakil kurikulum, dan komite sekolah, menjadi kunci untuk mencapai perubahan yang signifikan dalam hal ini.

Selain itu, penting juga untuk memahami bahwa keterbatasan fasilitas tidak hanya berkaitan dengan aspek fisik saja, melainkan juga aspek fungsional dan psikologis. Suksesnya layanan bimbingan konseling tidak hanya ditentukan oleh keberadaan ruangan dan fasilitas fisik, tetapi juga oleh ketersediaan suasana yang mendukung, terbuka, dan aman. Oleh karena itu, perlu adanya evaluasi menyeluruh untuk memastikan bahwa ruang bimbingan konseling tidak hanya terlihat baik secara fisik tetapi juga mampu menciptakan lingkungan yang memfasilitasi pertumbuhan dan perkembangan psikologis siswa.

b. Partisipasi dan Dukungan Orang Tua

Partisipasi dan dukungan orang tua merupakan faktor kunci dalam kesuksesan implementasi layanan bimbingan konseling di SMPIT An-Nida' Kota Lubuklinggau. Namun, beberapa kendala muncul dalam bentuk keterbatasan ruangan dan kekurangpahaman orang tua terhadap peran guru BK, bahkan diwarnai dengan adanya stigma negatif terhadap konseling. Salah satu kendala yang mencolok adalah keterbatasan ruangan, yang masih bersamaan dengan ruang OSIS. Hal ini menciptakan tantangan nyata dalam memberikan layanan bimbingan konseling yang optimal. Adanya ruang yang bersamaan dengan ruang OSIS dapat mengakibatkan kebisingan dan gangguan lainnya, mengurangi privasi siswa selama sesi bimbingan konseling. Sebagai solusi, diperlukan pemisahan ruangan yang lebih baik untuk memastikan siswa dapat merasa nyaman dan fokus selama sesi, serta meningkatkan efektivitas layanan tersebut. Oleh karena itu, perlunya peningkatan fasilitas menjadi suatu keharusan agar lingkungan bimbingan konseling dapat memberikan dukungan maksimal kepada siswa.

Namun tidak hanya itu, ada pula permasalahan yang lebih mendalam, yaitu adanya stigma negatif terhadap konseling. Beberapa orang tua mungkin memiliki pandangan bahwa kunjungan ke konselor menandakan adanya masalah atau kelemahan pada anak mereka. Stigma ini menciptakan hambatan psikologis yang perlu diatasi agar orang tua dapat lebih terbuka terhadap layanan bimbingan konseling. Untuk mengatasi hal ini, diperlukan upaya yang lebih besar dalam memberikan pemahaman kepada orang tua bahwa konseling tidak hanya ditujukan untuk siswa yang mengalami masalah, tetapi juga sebagai sarana pencegahan dan dukungan psikologis yang dapat meningkatkan kesejahteraan mental siswa secara keseluruhan.

Maka dari itu dalam menghadapi kendala keterbatasan ruangan dan kekurangpahaman orang tua, sekolah perlu merancang strategi yang

komprehensif. Upaya peningkatan fasilitas harus diiringi dengan kampanye informasi yang kuat tentang peran guru BK dan manfaat konseling secara umum. Pemecahan stigma negatif juga memerlukan pendekatan yang lebih sensitif dan edukatif untuk merubah persepsi orang tua. Melalui kolaborasi yang kuat antara pihak sekolah dan orang tua, diharapkan dapat diciptakan lingkungan yang mendukung kesejahteraan psikologis siswa secara holistik.

c. Tingkat Kesadaran Siswa terhadap Bimbingan Konseling

Tingkat kesadaran siswa terhadap layanan bimbingan konseling di SMPIT An-Nida' Kota Lubuklinggau menunjukkan indikasi yang positif, menciptakan dasar yang kuat untuk keberhasilan implementasi program konseling. Hasil wawancara guru bimbingan konseling, mengungkapkan bahwa sebagian besar siswa telah menunjukkan pemahaman yang baik tentang keberadaan guru BK dan mengakui pentingnya layanan tersebut dalam mendukung kesejahteraan psikologis mereka. Selain itu guru Bimbingan konseling juga menyatakan bahwa "kesadaran siswa terhadap BK lumayan bagus." Ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa telah mengenali dan memahami peran bimbingan konseling di sekolah. Mereka menyadari bahwa BK bukan hanya tentang menangani masalah atau kesulitan pribadi, tetapi juga dapat menjadi mitra bagi mereka dalam menghadapi berbagai situasi. Adanya pemahaman ini adalah pondasi yang positif, karena siswa yang sadar terhadap peran dan manfaat bimbingan konseling cenderung lebih terbuka terhadap layanan tersebut.

Namun, walaupun tingkat kesadaran siswa terhadap bimbingan konseling dianggap tinggi, masih terdapat beberapa nuansa yang perlu dicermati. Beberapa siswa mengungkapkan rasa takut atau kecemasan ketika dipanggil ke ruang BK. Ini menunjukkan bahwa, meskipun pemahaman umum tentang layanan tersebut positif, masih ada tantangan dalam mengatasi stigma atau ketidaknyamanan tertentu yang mungkin muncul ketika berurusan dengan guru BK.

Dalam menghadapi dinamika ini, perlu adanya upaya lebih lanjut untuk merinci dan mengidentifikasi aspek-aspek yang mungkin menjadi penyebab ketidaknyamanan tersebut. Mungkin diperlukan pendekatan yang lebih personal dan terfokus pada individu untuk memastikan bahwa siswa merasa aman dan nyaman saat berinteraksi dengan guru BK. Selain itu, upaya edukasi lebih lanjut dapat membantu mengurangi ketidakpastian atau kecemasan yang mungkin timbul. Dengan demikian tingkat kesadaran siswa terhadap bimbingan konseling di SMPIT An-Nida' Kota Lubuklinggau menciptakan fondasi yang positif. Siswa telah menunjukkan pemahaman yang baik tentang peran dan pentingnya layanan tersebut dalam mendukung kesejahteraan psikologis. Meskipun terdapat beberapa nuansa yang perlu diperhatikan, seperti rasa takut atau kecemasan pada sebagian siswa, pemahaman umum yang positif menjadi landasan kuat untuk terus memperkuat dan meningkatkan efektivitas layanan bimbingan konseling di masa depan.

d. Stigma Negatif dan Perasaan Siswa

Stigma negatif dan perasaan siswa terhadap guru BK menunjukkan dinamika yang kompleks dan memerlukan pemahaman yang mendalam untuk mengatasi tantangan tersebut di SMPIT An-Nida' Kota Lubuklinggau. Hasil

wawancara dengan M. Satrio dan Nindi Arlena, guru bimbingan konseling di sekolah tersebut, mengungkapkan bahwa sebagian siswa mengalami ketakutan atau kecemasan ketika berinteraksi dengan guru BK, dan stigma negatif menjadi faktor penting yang memengaruhi perasaan mereka terhadap layanan bimbingan konseling.

Adanya ketakutan atau kecemasan siswa ketika berurusan dengan guru BK menunjukkan bahwa masih ada hambatan emosional yang perlu diatasi. Beberapa siswa mungkin menganggap kehadiran guru BK sebagai indikator adanya masalah atau kesulitan pribadi. Ini dapat berkaitan dengan kurangnya pemahaman mendalam tentang peran guru BK atau mungkin terkait dengan stigma negatif yang melekat pada konseling. Stigma negatif menjadi salah satu elemen kritis yang memengaruhi perasaan siswa terhadap bimbingan konseling. Beberapa siswa mungkin menginternalisasi pandangan negatif terhadap konseling yang berkembang dalam masyarakat atau lingkungan sekitarnya.

Stigma negatif ini dapat timbul dari berbagai sumber, termasuk norma budaya, pandangan keluarga, atau bahkan pengalaman pribadi siswa. Penting untuk diakui bahwa mengatasi stigma bukanlah tugas yang mudah, dan upaya yang berkelanjutan diperlukan untuk mengubah persepsi negatif terhadap konseling. Pendidikan dan informasi yang lebih lanjut kepada siswa, orang tua, dan masyarakat dapat menjadi langkah awal untuk mengatasi stigma. Upaya lebih lanjut untuk menciptakan lingkungan yang mendukung dan ramah bagi siswa perlu diperhatikan. Ini termasuk memastikan bahwa ruang bimbingan konseling dirancang untuk menciptakan atmosfer yang nyaman dan aman. Selain itu, pelibatan orang tua dalam proses edukasi tentang peran guru BK dan manfaat konseling dapat membantu mengubah pandangan negatif yang mungkin dimiliki oleh siswa.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Nada dan Fauziah, bahwa terdapat beberapa hambatan yang dihadapi oleh kedua murid SMP Negeri 6 Percut Sei Tuan adalah tingkat kepercayaan diri yang rendah. Manifestasi dari kurangnya kepercayaan diri siswa tercermin dalam perilaku seperti tidak berbicara saat memiliki pendapat, tidak mengajukan pertanyaan saat tidak memahami sesuatu, enggan berbicara di depan kelas, dan menolak untuk berbicara ketika guru memanggil mereka. Dampak dari keadaan ini adalah cenderung rendahnya tingkat kepercayaan diri pada anak-anak. Oleh karena itu, tugas pendidik Bimbingan Konseling (BK) melibatkan kontak dengan siswa yang kurang percaya diri, menelusuri akar penyebab kekurangan kepercayaan diri mereka, dan memberikan layanan informasi untuk membantu membangun keyakinan diri. (Nada and Afifah 2023) Guru BK berperan dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa yang kurang aktif dalam bersosialisasi dengan teman-teman mereka.

Hal ini dilakukan melalui layanan bimbingan konseling, agar siswa menjadi lebih berani dan percaya diri untuk berbicara di depan umum. Selain itu, guru BK memberikan layanan informasi tentang cara agar siswa dapat mengembangkan kepercayaan diri. (Tiara Ramadhani, Djunaedi, and S 2016)

Dengan demikian untuk dapat mengubah hal tersebut, perlu adanya kerja sama antara sekolah, guru BK, siswa, dan orang tua. Langkah-langkah

konkret seperti seminar, diskusi kelompok, dan kampanye kesadaran dapat menjadi bagian dari strategi yang holistik untuk mengatasi stigma negatif dan memperkuat peran bimbingan konseling di SMPIT An-Nida' Kota Lubuklinggau. Dengan mengatasi tantangan ini, diharapkan bahwa siswa dapat lebih terbuka dan responsif terhadap layanan konseling, menciptakan lingkungan pendidikan yang mendukung kesejahteraan psikologis mereka.

KESIMPULAN

Penelitian ini mengungkapkan bahwa kesejahteraan psikologis siswa di SMPIT An-Nida' Kota Lubuklinggau mencerminkan pendekatan holistik yang diterapkan oleh pihak sekolah, terutama guru BK, kepala sekolah, dan wakil kurikulum. Pendekatan ini berhasil menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan siswa. Profil kesejahteraan psikologis siswa dievaluasi melalui beberapa indikator, termasuk perubahan perilaku, tingkat partisipasi, tingkat energi, dan kualitas pekerjaan siswa.

Layanan bimbingan konseling diimplementasikan melalui berbagai strategi, yaitu kelompok, klasikal, dan individual. Guru BK memegang peran sentral dalam membimbing siswa, memberikan wadah untuk mengekspresikan diri melalui seni, menulis puisi, dan olahraga, serta mengelola perasaan. Evaluasi menunjukkan keberhasilan umum, namun juga menyoroti beberapa siswa yang memerlukan dukungan tambahan. Aspek-aspek seperti kondisi belajar, kompleksitas dua kurikulum, dan masalah sosial-emosional menjadi fokus penanganan, yang memerlukan langkah-langkah konkret seperti peningkatan fasilitas dan penguatan layanan bimbingan konseling.

Berbagai hambatan teridentifikasi, seperti beban belajar, kompleksitas dua kurikulum, dan masalah sosial-emosional yang dapat menyebabkan stres pada siswa. Upaya penanganan harus dilakukan secara sistematis, termasuk upaya mengurangi beban belajar, peningkatan fasilitas, dan kerjasama aktif dengan orang tua. Keterlibatan orang tua terbukti menjadi faktor penentu keberhasilan dalam mencapai kesejahteraan psikologis siswa. Dalam rangka menjaga keberlanjutan program-program ini, pemantauan dan evaluasi secara berkala perlu diterapkan untuk memastikan efektivitasnya. Keseluruhan, SMPIT An-Nida' Kota Lubuklinggau diharapkan tetap menjadi lembaga pendidikan yang tidak hanya berfokus pada prestasi akademis, tetapi juga mementingkan kesejahteraan psikologis Siswa.

REFERENSI

- Abidin, Fitri Ariyanti, Rismijati E. Koesma, Poeti Joeftiani, and Juke R. Siregar. 2020. "Pengembangan Alat Ukur Kesejahteraan Psikologis Remaja Usia 12-15 Tahun." *Journal of Psychological Science and Profession*.
- Alwina, Sakura. 2023. "Peran Bimbingan Konseling Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Siswa Di Sekolah Dasar." *Jurnal Sintaksis*.
- Emzir. 2010. *Metodologi Penelitian Pendidikan Kuantitatif Dan Kualitatif*. Rajawali Pers.
- Fauziah, Febriella, Firman, and Riska Ahmad. 2022. "Peran Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Implementasi Kurikulum Merdeka Belajar."

KEGURUAN 10.

- Firda, Elia, Peppy Sisca Dwi Wulansari, and Mudhar Mufidah. 2022. "Implementasi Layanan Bimbingan Karier Untuk Mendukung Kurikulum Merdeka Di SMPN 9 Blitar." *Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman*.
- Indonesia, Republik. 2003. *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*.
- Indriani, Defi, and Inhastuti Sugiasih. 2018. "Dukungan Sosial Dan Konflik Peran Ganda Terhadap Kesejahteraan Psikologis Karyawati PT. SC Enterprises Semarang." *Jurnal Psikologi Proyeksi*.
- Kholiq, Abdul, Rahmawati Prihastuty, Nirma Latifatul Khafidhoh, and Indri Yani. 2023. "Layanan Konseling Kelompok Teknik Terapi Bermain Untuk Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Siswa." *Annual Guidance and Counseling Academic Forum*.
- Nada, and Fauziah Nasution Afifah. 2023. "Peran Guru Bimbingan Dan Konseling (BK) Dalam Mengembangkan Kepercayaan Diri Dan Kesejahteraan (Well Being) Siswa." *Munaddhomah: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*.
- Prabowo, Adhyatman. 2016. "Kesejahteraan Psikologis Remaja Di Sekolah." *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*.
- Ryff, Carol D. 1989. "Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being." *Journal of Personality and Social Psychology*.
- Suwamo. 2006. *Dasar-Dasar Ilmu Pendidikan*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Tiara Ramadhani, Djunaedi Djunaedi, and Atiek Sismiati S. 2016. "Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Siswa Yang Orangtuanya Bercerai (Studi Deskriptif Yang Dilakukan Pada Siswa Di SMK Negeri 26 Pembangunan Jakarta)." *Insight*.
- Tyas, Devi Marganing, Anggun Pertiwi, and Vania Zaimatun Nisa. 2023. "Identifikasi Jenis Layanan Bimbingan Konseling Dalam Upaya Memberikan Informasi Kesehatan Mental Pada Peserta Didik." *PSYCOMEDIA: Jurnal Psikologi*.