

Workshop Kesehatan Mental sebagai Upaya Meningkatkan Kapasitas Guru dalam Memberikan Dukungan Psikologis Awal bagi Siswa

M. Amirullah^{*1}, Akhmad Harum², Suciani Latif³, Abdul Saman⁴, Sahril Buchori⁵

^{1,2,3,4,5}Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Makassar, Indonesia

*e-mail: amirullah14@unm.ac.id¹, akhmad.harum@unm.ac.id², suciani.latif@unm.ac.id³, abdul.saman@unm.ac.id⁴, sahril.buchori@unm.ac.id⁵

Received:	Revised:	Accepted:	Available online:
11.03.2024	21.03.2024	19.04.2024	25.04.2024

Abstract: *Psychological First Aid (DPA) is an approach to support immediate relief efforts in order to help individuals reduce stress symptoms and assist the recovery process after trauma, disaster or personal crisis. The aim of this community service activity is to upgrade the understanding and increase the capacity of teachers at the Athirah Islamic School so that they are able to provide basic skills of counseling services to students. The methods used in carrying out this service activity are lectures, questions and answers and practical demonstrations. The results of this activity show that there is an increase in the understanding and capacity of teachers at Athirah Islamic School in order to provide initial psychological support services by applying basic counseling skills.*

Keywords: *Basic Counseling skills, Psychological First Aid, Guidance and Counseling Teacher*

Abstrak: Dukungan psikologis Awal (DPA) merupakan suatu pendekatan yang berkaitan dengan upaya pertolongan segera dalam rangka membantu individu untuk mereduksi gejala stress dan membantu proses pemulihan pasca trauma, bencana maupun krisis personal. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk menumbuhkan pemahaman dan meningkatkan kapasitas guru di sekolah islam athirah sehingga mampu memberikan layanan keterampilan dasar konseling kepada siswa. Metode yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini adalah ceramah, tanya jawab dan demonstrasi praktek. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan terdapat peningkatan pemahaman dan kapasitas guru di Sekolah Islam Athirah dalam rangka memberikan layanan dukungan psikologis awal dengan menerapkan keterampilan dasar konseling.

Kata kunci: Keterampilan Dasar Konseling, Dukungan Psikologis Awal, Guru Bimbingan dan Konseling

1. PENDAHULUAN

Perjalanan kehidupan tidak dapat terlepas dari berbagai keadaan yang menyenangkan maupun tidak menyenangkan, termasuk berbagai keadaan sulit, bencana, atau musibah, menjadi sesuatu yang tidak dapat dihindari. Situasi ini dapat menimbulkan tekanan psikologis yang dapat mengganggu aktivitas individu dalam menjalani kesehariannya, tidak terkecuali pada kategori usia yang sedang beranjak dari masa kanak-kanak menuju fase dewasa yang dikenal dengan sebutan Remaja (Mariyati et al., 2021). Hasil survei yang dilakukan oleh Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS terkait gangguan mental pada remaja di Indonesia berusia 10 – 17 tahun, mengungkapkan bahwa satu dari tiga remaja Indonesia memiliki masalah kesehatan mental. Remaja dalam kelompok ini adalah remaja yang terdiagnosis dengan gangguan mental sesuai dengan panduan Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders Edisi Kelima (DSM-5) yang menjadi panduan penegakan diagnosis gangguan mental di Indonesia. Lebih jauh hasil penelitian tersebut juga memperlihatkan bahwa gangguan Kesehatan mental yang dominan terjadi pada remaja adalah gangguan kecemasan (3.7%), depresi mayor (1.0%), gangguan perilaku (0.9%), stress pasca trauma (0,5%) dan gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktif (0.5%). Fakta lain yang ditemukan adalah rendahnya kesadaran remaja untuk mengakses berbagai fasilitas Kesehatan mental yang telah disediakan oleh pemerintah.

Siswa di sekolah menjadi salah satu kategori jenjang usia yang perlu mendapatkan perhatian dari para guru dan orang tua karena berada pada jenjang kategori remaja (Muchtar & Suryani, 2020). Siswa yang notabene berada pada kelompok umur remaja cukup rentan mengalami banyak tekanan dan permasalahan yang timbul akibat proses interaksi dan dinamika dengan teman, orang tua maupun dengan diri (Apriani & Listiyandini, 2019). Apalagi aksi kekerasan dan berbagai hal yang dapat menimbulkan gangguan psikologis pada siswa juga masih banyak ditemukan di lingkungan persekolahan (Turanovic & Siennick, 2022). Oleh karena itu, Penting bagi pihak sekolah untuk

senantiasa menyadari dan membekali diri dalam rangka membantu siswa dalam penanganan Kesehatan mental remaja (Kern et al., 2017). Apalagi kepercayaan pengasuh remaja (orang tua atau wali siswa) memilih menggunakan akses kesehatan mental dari sekolah. Temuan dari I-NAMHS menunjukkan sekitar 38.2% pengasuh remaja memilih untuk mengakses layanan kesehatan mental dari sekolah untuk remaja mereka.

Situasi ini tentu perlu menyadarkan stakeholder sekolah untuk melakukan upaya terbaik dalam menangani berbagai situasi tersebut, salah satunya melalui upaya Dukungan Psikologis Awal bagi Siswa yang mengalami permasalahan (Sijbrandij et al., 2020). Dukungan psikologis Awal menjadi tanggung jawab seluruh stakeholder sekolah, termasuk tenaga administrasi dan teknis yang ada di sekolah. Salah satu hal yang dapat dilakukan untuk meringankan tekanan psikologis tersebut yaitu dengan memberikan dukungan awal psikologis (DPA) atau dikenal juga dengan istilah *psychological first aid* dalam konteks yang lebih global (Everly Jr et al., 2016). Dukungan psikologis awal (DPA) merupakan suatu teknik bantuan yang telah ramai digunakan dalam berbagai situasi krisis, baik bencana alam maupun non-alam (Jacobs & Meyer, 2006). Dukungan Psikologis Awal (DPA) adalah keterampilan sederhana untuk membantu memberikan pendampingan awal terhadap individu yang sedang menghadapi permasalahan atau situasi yang sulit. DPA bertujuan untuk memberikan dukungan sedini mungkin untuk mencegah dan mengurangi dampak negatif dari suatu masalah sehingga tidak menimbulkan dampak dan permasalahan yang lebih besar (Jacobs et al., 2016). Dukungan psikologis awal merupakan langkah awal untuk mengurangi tekanan psikologis yang muncul pasca krisis. DPA bukanlah suatu terapi atau konseling oleh karena itu rujukan ke konselor atau profesional lainnya tetap perlu dilakukan jika dianggap penting dan dibutuhkan.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Hermosilla et al., 2023) menunjukkan bahwa Dukungan Psikologis Awal yang diberikan terhadap individu mampu membantu sebagian besar individu mereduksi gejala kecemasan, depresi, stres pasca trauma, dan stress secara umum. Penelitian tersebut juga mengungkap bahwa DPA yang diberikan kepada individu yang mengalami gejala tersebut mengalami peningkatan suasana hati, perasaan aman, rasa keterhubungan, dan kontrol diri, di antara remaja dan dewasa. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan psikologis awal sangat membantu dalam proses menghadapi situasi yang sulit dan tidak menyenangkan. (Hansen, 2019) menyebutkan dukungan psikologis awal diberikan pada individu yang terkena situasi tidak menyenangkan dengan menggunakan prinsip lihat (*look*), dengar (*listen*) dan sambungkan (*link*). Dukungan psikologis awal dapat diberikan oleh kalangan profesional (ahli) maupun nonprofessional dalam suatu hubungan yang membantu tidak terkecuali oleh para guru dan orang tua. Penelitian yang dilakukan oleh Shoukr et al., (2022) mengungkapkan tentang dampak dukungan psikologis awal pada caregiver orangtua dengan penyakit Alzheimer menunjukkan bahwa dukungan psikologis awal memberikan dampak yang positif karena mampu menurunkan tingkat stres, meningkatkan kesejahteraan psikologis dan pengetahuan tentang memberikan perawatan bagi caregiver pasien penyakit Alzheimer. Selain itu, dukungan psikologis awal dapat diberikan dimana saja selama tempat tersebut aman, nyaman baik bagi para penolong maupun yang ditolong.

Lingkungan Sekolah yang positif juga dapat membantu siswa dalam mencegah terjadinya berbagai faktor yang memicu gangguan Kesehatan mental pada remaja (Karyani, 2016; Kuswadi, 2019). Hal ini sejalan dengan Amanah Undang-undang yang menyebutkan bahwa Guru perlu memiliki bekal dan kapasitas yang mumpuni dalam menghadirkan atmosfer Pendidikan yang sesuai untuk berkembangnya potensi peserta didik secara optimal. PP No. 74 Tahun 2008 menyebutkan bahwa guru merupakan pendidik profesional dengan tugas mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi siswa pada Pendidikan anak usia dini jalur Pendidikan formal, Pendidikan dasar, dan Pendidikan menengah (Ru'ung, 2021). Amanah tersebut menjelaskan bahwa Guru tidak hanya bertugas dalam konteks pembelajaran (kognitif) tetapi juga berperan penting dalam mengembangkan berbagai aspek (personal dan interpersonal) yang ada pada dirinya agar dapat memfasilitasi upaya Pendidikan dan pengembangan potensi siswa (Blazar & Kraft, 2017). Dalam mendukung upaya tersebut, Guru diharapkan mampu mengeksplorasi secara kreatif

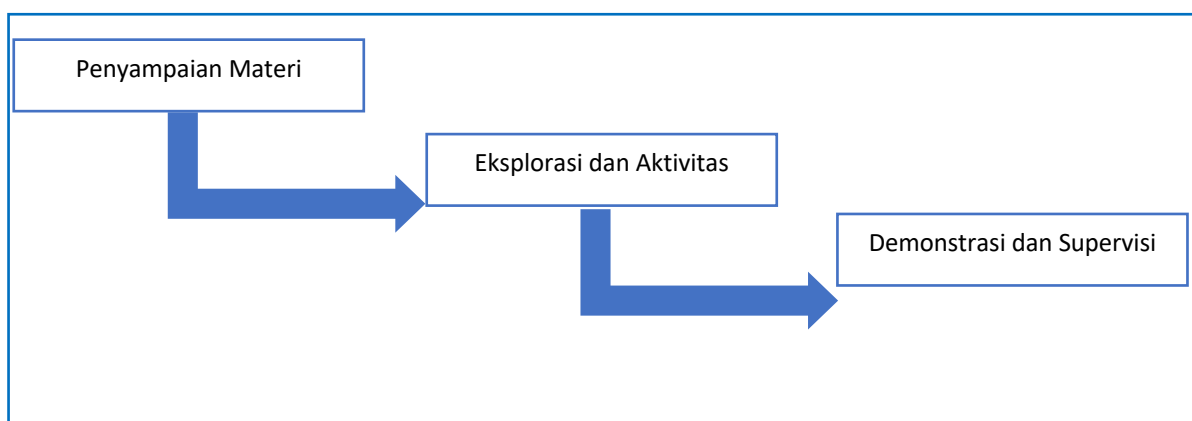
berbagai upaya dan pengkondisian dalam konteks Pendidikan (media, materi, bahan ajar, metode) untuk memfasilitasi keunikan yang dimiliki oleh setiap individu (Amaliyah & Rahmat, 2021).

Amanah ini menuntut guru untuk senantiasa membekali diri dengan berbagai keterampilan dan kompetensi yang dapat memaksimalkan proses pembelajaran di kelas. Permendiknas Nomor 16 Tahun 2007 menyatakan bahwa terdapat empat kompetensi yang senantiasa perlu untuk ditingkatkan kualitasnya pada pendidik, yaitu, kompetensi pedagogik, Sosial, Profesional, dan kepribadian. Kompetensi tersebut sejatinya bertujuan untuk memastikan bahwa guru secara profesional memiliki keterampilan untuk mengoptimalkan fungsi dan tujuan Pendidikan sesuai dengan perkembangan konteks kekinian (Ratu, 2019). Hal ini juga sejalan dengan Amanah Pendidikan yang diakomodasi dalam PP No. 74 Tahun 2008, guru merupakan pendidik profesional dengan tugas mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi siswa pada Pendidikan anak usia dini jalur Pendidikan formal, Pendidikan dasar, dan Pendidikan menengah (Ru'ung, 2021).

Tujuan Pengabdian Masyarakat yang dilakukan di Sekolah Islam Athirah Bone berupaya untuk mempersiapkan kapasitas Guru agar dapat memberikan layanan yang optimal terhadap pencegahan berbagai gangguan dan permasalahan siswa serta mempersiapkan diri agar guru mampu melakukan berbagai upaya untuk meningkatkan dan mengembangkan hasil belajar siswa yang optimal. Sekolah Islam Athirah merupakan salah satu sekolah di Kawasan Timur Indonesia yang memiliki perhatian cukup baik terhadap kondisi psikologis siswa. Oleh karena itu berbagai upaya dilakukan untuk mendukung terciptanya kondisi psikologis yang kondusif dan positif bagi siswa. Lingkungan Sekolah yang positif juga dapat membantu siswa dalam mencegah terjadinya berbagai faktor yang memicu gangguan Kesehatan mental pada siswa di Sekolah.

2. METODE

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah metode ceramah, tanya-jawab, dan demonstrasi. Kegiatan workshop Kesehatan mental dalam rangka meningkatkan kapasitas guru dalam memberikan dukungan psikologis awal bagi siswa dilaksanakan secara langsung (luring) kepada guru yang ada di Sekolah Islam Athirah Bone. Kegiatan ini dilaksanakan tanggal 3 dan 4 Februari 2024. Kegiatan ini dilaksanakan melalui 3 sesi, yakni: 1) sesi pertama adalah penyampaian materi dengan menggunakan metode ceramah berisi penjelasan mengenai definisi, bentuk, dan keterampilan terkait dengan konseling bagi guru secara umum dan dukungan psikologis awal bagi siswa; 2) Sesi kedua dilanjutkan dengan melakukan eksplorasi dan aktivitas yang berkaitan dengan peningkatan wawasan dan keterampilan dalam memberikan dukungan psikologis awal kepada siswa; dan 3) sesi ketiga dilakukan dengan demonstrasi aplikatif dalam memberikan dukungan psikologis awal kepada siswa serta supervisi oleh pemateri terhadap simulasi yang dilaksanakan oleh peserta. Alur sesi kegiatan pelaksanaan pengabdian masyarakat di Sekolah Islam Athirah Bone dapat dilihat pada gambar berikut.



Gambar 1. Alur Kegiatan

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. *Perencanaan Kegiatan*

Pengembangan keprofesian berkelanjutan bagi guru merupakan kebijakan pemerintah dalam rangka peningkatan mutu pendidikan. Dalam konteks tersebut, pengelolaan pendidik dan tenaga kependidikan perlu menjadi perhatian khusus dalam perannya sebagai fasilitator Pendidikan. Mereka perlu diberikan ruang dan kesempatan untuk dapat berkembang secara personal dan profesional. Salah satu kegiatan dalam pengembangan keprofesian berkelanjutan adalah pelatihan yang tepat bagi guru (Windrawanto, 2015). Kegiatan pelatihan guru tentu juga perlu mempertimbangkan aspek kebutuhan dan perkembangan zaman yang termmodernisasi dengan perkembangan teknologi saat ini (Aspi & Syahrani, 2022). Oleh karena itu, pelatihan guru perlu dirancang agar memberikan dampak yang nyata dan pengaruh yang signifikan dalam pengembangan atmosfer Pendidikan di Sekolah.

Kegiatan perencanaan kegiatan menjadi sesuatu yang penting untuk dilakukan dengan cara menganalisis kebutuhan workshop yang akan dilaksanakan di Sekolah Islam Athirah Bone. Analisis kebutuhan dilakukan dengan melakukan diskusi dengan pihak athirah terkait waktu dan konsep workshop, penyusunan materi pelatihan dan pengembangan perangkat pelatihan untuk peningkatan kapasitas guru dalam memberikan dukungan psikologis awal bagi siswa. Selain itu juga dilakukan analisis terkait kebutuhan ruangan dan tempat serta partisipan yang akan dilibatkan dalam proses workshop Kesehatan mental di Sekolah Islam Athirah Bone. Hasil analisis ini juga didiskusikan lebih jauh dengan tim dari Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Makassar sehingga diharapkan dalam memberikan kontribusi dan hasil yang lebih optimal dalam pelaksanaan Workshop tersebut. Secara operasional, tahap perencanaan dilakukan dengan melakukan diskusi bersama pihak athirah perihal waktu pelaksanaan dan konsep kegiatan serta materi yang akan diberikan kepada guru saat Workshop Kesehatan Mental. Kemudian ditindaklanjuti dengan penyusunan materi workshop oleh narasumber dan fasilitator kegiatan. Serta melakukan analisis kebutuhan peserta terkait pemahaman awal tentang dukungan psikologis Awal.

Hasil analisis kebutuhan menunjukkan bahwa kegiatan pelatihan cukup penting untuk dilaksanakan dan akan dilangsungkan selama 2 hari penuh dengan melibatkan seluruh stageholder pendidik yang ada di Sekolah Islam Athirah Bone. Pelaksanaan kegiatan juga akan dilaksanakan secara langsung di Aula Mesjid Terpadu Sekolah Islam Athirah Bone. Kegiatan akan melibatkan tim dari Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Makassar yang berjumlah 3 hingga 5 narasumber yang secara bergantian dan kolaboratif akan berupaya membekali para guru dan tenaga Pendidikan di Sekolah Islam Athirah sehingga dapat meningkatkan kapasitas dalam memberikan dukungan psikologis awal bagi siswa.

b. *Pelaksanaan Kegiatan*

Kegiatan workshop Kesehatan mental yang dilaksanakan selama dua hari pada awal tahun 2024 diikuti oleh seluruh pimpinan dan guru untuk mengisi aktivitas selama prasekolah di semester genap. Wakil Direktur Sekolah Islam Athirah Wilayah Bone saat membuka kegiatan secara resmi menyampaikan bahwa salah satu gangguan yang cukup dikhawatirkan saat ini adalah terkait dengan kesehatan mental. Siswa menjadi kategori yang rentan mendapatkan gangguan mental olehnya itu, sebagai guru, senantiasa dituntut untuk menangani masalah siswa dengan cara terbaik. Siswa mengalami banyak turbulensi masalah di tengah aktivitasnya yang padat sehingga guru perlu untuk peka melihat kondisi siswa dan mempersiapkan diri dengan baik sehingga dapat membantu siswa. Direktur Athirah Bone dalam kesempatan tersebut juga menyampaikan bahwa kegiatan workshop ini menjadi upaya untuk menyamakan persepsi agar apa yang dilakukan dapat dipahami dan menyiapkan sedari awal terkait pemberian motivasi kepada siswa.



Gambar 2. Sambutan dan Pembukaan oleh Direktur Sekolah Islam Athirah Bone

Kegiatan workshop konseling mental yang dilaksanakan di Sekolah Islam Athirah Bone terdiri dari 3 materi utama, yaitu: 1) Dukungan Psikologis Awal; 2) Keterampilan Dasar Konseling; dan 3) Strategi Coaching untuk Optimalisasi Perkembangan Siswa. Dukungan psikologis Awal menjadi tanggung jawab seluruh stage holder sekolah, termasuk tenaga administrasi dan teknis yang ada di sekolah. Dukungan Psikologis Awal (DPA) adalah keterampilan sederhana untuk membantu individu yang sedang menghadapi permasalahan atau situasi yang sulit. DPA bertujuan untuk memberikan dukungan sedini mungkin untuk mencegah dan mengurangi dampak negatif dari suatu masalah sehingga tidak menimbulkan dampak dan permasalahan yang lebih besar. Dukungan psikologis awal merupakan langkah awal untuk mengurangi tekanan psikologis yang muncul akibat problem yang dialami oleh siswa. Dukungan Psikologis Awal bagi siswa menjadi sesuatu yang cukup urgen untuk dipersiapkan oleh guru karena berbagai bukti telah menunjukkan keampuhannya (Brymer et al., 2009). Selain itu, penerapannya dapat dilakukan oleh berbagai pihak dan kalangan profesional di lingkungan sekolah seperti guru, administrator, konselor, yang berpengaruh cukup baik terhadap dukungan dan intervensi yang diberikan kepada siswa (E Field et al., 2017).



Gambar 3. Pemaparan materi oleh narasumber



Gambar 4. Pemaparan materi oleh narasumber

Ragam temuan penelitian menunjukkan dampak positif dari dukungan psikologis awal yang berkontribusi terhadap berkurangnya gejala kecemasan, depresi, stres pasca trauma, dan kesusahan, serta peningkatan penilaian suasana hati, pengalaman aman, keterhubungan, dan rasa kontrol di kalangan remaja dan orang dewasa (Hermosilla et al., 2023). Dukungan Psikologis Awal merupakan instrument penting untuk memberikan dukungan kepada individu yang membutuhkan bantuan psikologis setelah trauma dalam berbagai tingkatan komunitas hingga dalam skala nasional (Sim & Wang, 2021). DPA bertujuan untuk memenuhi kebutuhan psikologis manusia melalui strategi coping positif untuk meningkatkan efikasi diri dan ketahanan secara umum, membantu mengurangi gejala terkait stres, dan memulihkan fungsi psikologis dan perilaku (Kimber et al., 2021). Temuan dari semua penelitian menunjukkan dampak positif PFA, dengan sebagian besar melaporkan berkurangnya gejala kecemasan, depresi, stres pasca trauma, dan kesusahan, serta peningkatan penilaian suasana hati, pengalaman aman, keterhubungan, dan rasa kontrol. remaja dan dewasa (Hermosilla et al., 2023).



Gambar 5. Persentase oleh peserta dalam kegiatan workshop



Gambar 6. Persentase oleh peserta dalam kegiatan workshop

Konselor yang terlibat dalam pemberian dukungan psikologis awal juga dapat membantu para *stakeholder* Pendidikan di sekolah menjadi lebih sadar tentang bagaimana trauma mempengaruhi siswa, memberikan guru alat yang berguna untuk melakukan intervensi, dan membantu mengurangi reaksi jangka pendek dan jangka panjang siswa terhadap pengalaman traumatis (E Field et al., 2017). Oleh karena itu, upaya berikut yang perlu diberikan untuk membantu siswa yang sedang mengalami krisis dan permasalahan adalah layanan konseling. Oleh karena itu guru-guru diberikan wawasan dan keterampilan umum bagaimana membantu siswa yang mengalami permasalahan Kesehatan mental. Keterampilan dasar konseling ini diberikan kepada guru secara umum, utamanya kepada guru kelas, Pembina asrama, dan guru Bimbingan dan Konseling. Keterampilan dasar konseling pada dasarnya adalah keterampilan untuk membangun hubungan dan mendengarkan secara empatik untuk memahami konteks permasalahan klien secara utuh dan mendalam (Lumongga, 2014).

Keterampilan dasar konseling merupakan keterampilan yang cukup penting yang digunakan oleh praktisi dalam bidang Pendidikan, utamanya guru bimbingan dan konseling. Keterampilan ini berakar pada kemampuan empati, mendengarkan secara aktif, dan sikap tidak menghakimi, yang memungkinkan guru membangun atmosfer yang kondusif dan mendukung siswa agar mampu mengeksplorasi pikiran, emosi, dan pengalaman mereka. Dalam konteks layanan bimbingan dan konseling, keterampilan dasar konseling perlu untuk terus diasah dan dikembangkan. Keterampilan dasar konseling memainkan peran penting dalam konseling, memungkinkan konselor membangun kepercayaan, memahami kekhawatiran klien, dan memberikan dukungan yang tepat (Rahmi, 2021). Terlepas dari orientasi teoretis atau pendekatan konseling yang digunakan oleh konselor, keterampilan dasar konseling diterapkan secara universal dan berfungsi sebagai alat untuk menciptakan aliansi terapeutik yang kuat dan memfasilitasi pertumbuhan dan kesejahteraan pribadi pada klien. Dengan demikian, keterampilan dasar konseling berfungsi sebagai landasan untuk membantu klien secara kolaboratif dalam memahami dan mengkonseptualisasikan masalah dan kekhawatiran mereka.



Gambar 7. Aktivitas peserta dalam kegiatan workshop



Gambar 8. Aktivitas peserta dalam kegiatan workshop

Keterampilan dasar konseling ini merupakan salah satu atribut penting yang harus dipahami dan dikuasai oleh guru bimbingan dan konseling di sekolah saat melakukan sesi konseling dengan konselinya. Keberhasilan konseling guru BK dapat dipengaruhi oleh kurangnya keterampilan dasar

konseling (Hafina, 2010). Dengan didukung keterampilan dasar konseling, konselor dapat membantu mengatasi berbagai permasalahan yang dialami oleh siswa di sekolah. Hartono, (2015) menyebutkan bahwa guru bimbingan dan konseling sebagai tenaga ahli di sekolah perlu memiliki keterampilan yang cukup dalam proses konseling. Fenomena aktual saat ini menunjukkan bahwa menunjukkan bahwa konselor belum menunjukkan keterampilan yang optimal dalam proses konseling individual (Lianawati, 2018). Hasil penelitian Kusmaryani, (2010) tentang perolehan keterampilan konseling oleh guru bimbingan dan konseling di Yogyakarta, menunjukkan bahwa 47% atau kurang dari setengah guru bimbingan dan konseling yang pernah menggunakan keterampilan konseling dalam proses pelaksanaan layanan.

Menurut Carkhuff (Hafina, 2010), konselor atau guru bimbingan dan konseling yang menguasai sejumlah keterampilan konseling akan membawa konseli pada suatu kondisi efektif dalam proses konseling. Fakta ini juga sejalan dengan hasil penelitian Mahadhita, (2015) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang erat antara keterampilan dasar konseling guru BK dengan minat siswa dalam mengikuti proses layanan konseling di sekolah. Kusmaryani, (2010) menyebutkan faktor-faktor yang menjadi penyebab rendahnya penggunaan keterampilan konseling oleh guru BK. Diantara faktor tersebut adalah, keterbatasan waktu, kurangnya pengalaman, kurangnya penguasaan keteampilan, kurangnya keterampilan berempati dengan konseli, serta kurangnya pemahaman dan pelatihan oleh guru BK. Kenyataan ini menjadi salah satu alasan yang melatarbelakangi pelaksanaan Pelatihan dasar konseling dalam rangka meningkatkan kapasitas guru dalam memberikan upaya dukungan psikologis awal bagi siswa yang membutuhkan.



Gambar 9. Pelaksanaan simulasi dukungan psikologis awal



Gambar 10. Pelaksanaan simulasi dukungan psikologis awal

Sebagai suatu layanan yang professional, guru dituntut memiliki kepekaan dalam mengidentifikasi minat, potensi, dan bakat yang dimiliki oleh siswa untuk dikembangkan lebih jauh. Guru Bimbingan dan Konseling memiliki tanggung jawab yang strategis dalam pencegahan gangguan Kesehatan mental serta pengembangan potensi minat dan bakat ini. Namun yang perlu diingat bahwa pencegahan gangguan Kesehatan mental dan pengembangan potensi, minat, dan bakat ini dapat menjadi tanggung jawab seluruh elemen di sekolah termasuk guru mata pelajaran. Strategi Coaching kepada guru menjadi salah satu pilar penting dalam memaksimalkan kinerja guru dalam proses pendidikan. Studi yang dilakukan oleh Reinke et al., (2014) mengonfirmasi hal tersebut, Guru yang mendapatkan pendampingan yang intensif dan pengkondisian yang tepat akan mampu menghadirkan suasana pembelajaran yang mendukung bagi siswa di kelas. Hal ini juga diungkapkan oleh Hasbrouck, (2017) yang memperkenalkan suatu model *coaching* yang disebut dengan istilah *The student-focused coaching model* (SFC), merupakan suatu model *coaching* yang berfokus pada siswa dengan tujuan menghadirkan proses pemberian dukungan dan pembinaan kepada guru agar mampu memberikan layanan yang efektif dan fungsional.

c. Evaluasi kegiatan

Kegiatan pelaksanaan workshop Kesehatan mental yang dilakukan diharapkan dapat memberikan kontribusi yang positif terhadap meningkatnya kapasitas guru di Sekolah Islam Athirah

Bone dalam memberikan dukungan psikologis awal bagi siswa yang terindikasi mengalami atau berpotensi menghadapi situasi psikologis yang sulit. Guru Sebagian instrument penting dalam pelayanan proses Pendidikan diharapkan memiliki kesadaran, wawasan, dan keterampilan yang compatible dalam mewujudkan kesejahteraan mental bagi siswa. Setelah pemaparan materi workshop, pelaksanaan ragam aktivitas, dan simulasi serta supervise, kegiatan kemudian ditutup dengan wejangan dan arahan dari panitia dan unsur pimpinan sekolah. Untuk itu, untuk mengetahui hasil dari pelaksanaan webinar, maka dilakukan sesi tanya jawab oleh narasumber dan partisipan. Antusiasme partisipan dan keterlibatan dalam diskusi dan tanya jawab menunjukkan indikasi positif terhadap meningkatnya kesadaran, wawasan, dan keterampilan peserta workshop.

Setelah kegiatan pelatihan ini dilaksanakan, para pendidik dari berbagai elemen di Sekolah Islam Athirah Bone akan memiliki tanggungjawab dan menjadi perpanjangan tangan Yayasan Pendidikan Athirah untuk terlibat aktif dalam memberikan dukungan psikologis awal bagi siswa yang membutuhkan dan mencegah terjadinya gangguan Kesehatan mental yang berdampak buruk terhadap perkembangan pribadi dan akademik siswa. Penting untuk diingat bahwa pencegahan masalah Kesehatan mental merupakan usaha yang berkelanjutan dan menuntut partisipasi serta keterlibatan berbagai pihak. Terjalannya kerja sama yang kokoh dan berkelanjutan antara guru, orang tua, dan pihak sekolah, dapat menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan mendukung bagi perkembangan psikologis siswa. Muara dari semua proses tersebut adalah tercapainya perkembangan yang optimal pada diri siswa secara personal, sosial, maupun akademik dan karier. Kegiatan ini merupakan upaya preventif-korektif untuk meminimalisir tingkat gangguan Kesehatan mental pada siswa, khususnya yang berada pada lingkungan Sekolah Islam Athirah Bone.

4. KESIMPULAN

Dukungan psikologis awal merupakan suatu intervensi awal yang diberikan bagi individu yang sedang mengalami Krisis personal maupun emosional. Dukungan psikologis awal merupakan langkah awal untuk mengurangi tekanan psikologis yang muncul serta bertujuan untuk memberikan dukungan sedini mungkin untuk mencegah dan mengurangi dampak negatif dari suatu masalah sehingga tidak menimbulkan dampak dan permasalahan yang lebih besar. Kegiatan workshop Kesehatan Mental untuk Meningkatkan Kapasitas Guru dalam memberikan dukungan psikologis awal bagi siswa memiliki dampak yang positif terhadap peningkatan kesadaran, wawasan, dan keterampilan Guru di Sekolah Islam Athirah Bone. Meningkatnya kapasitas para guru diharapkan memberikan dampak yang positif untuk membantu siswa dalam mencegah dan mengatasi sedini mungkin tekanan psikologis yang dirasakan oleh siswa berkaitan dengan persoalan akademik, sosial, keluarga, maupun persiapan karier yang seringkali menjadi dinamikan dan persoalan yang muncul di kalangan remaja. Kegiatan workshop Kesehatan mental secara luas akan memberikan dampak terhadap peningkatan kualitas pembelajaran dan berkontribusi terhadap perkembangan siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Amaliyah, A., & Rahmat, A. (2021). Pengembangan Potensi Diri Peserta Didik Melalui Proses Pendidikan. *Attadib: Journal of Elementary Education*, 5(1), 28–45.
- Apriani, F., & Listiyandini, R. A. (2019). Kecerdasan emosi sebagai prediktor resiliensi psikologis pada remaja di panti asuhan. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 8(2), 325–339.
- Aspi, M., & Syahrani, S. (2022). Profesional guru dalam menghadapi tantangan perkembangan teknologi pendidikan. *Adiba: Journal of Education*, 2(1), 64–73.
- Blazar, D., & Kraft, M. A. (2017). Teacher and teaching effects on students' attitudes and behaviors. *Educational Evaluation and Policy Analysis*, 39(1), 146–170.
- Brymer, M. J., Steinberg, A. M., Vernberg, E. M., Layne, C. M., Watson, P. J., Jacobs, A. K., Ruzek, J. I., & Pynoos, R. S. (2009). Acute interventions for children and adolescents. *Effective Treatments for PTSD: Practice Guidelines from the International Society for Traumatic Stress Studies*, 106–116.
- E Field, J., D Wehrman, J., & S Yoo, M. (2017). *Helping the weeping, worried, and willful: Psychological first aid for primary and secondary students*.
- Everly Jr, G. S., Lating, J. M., Sherman, M. F., & Goncher, I. (2016). The potential efficacy of psychological first aid

- on self-reported anxiety and mood: A pilot study. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 204(3), 233–235.
- Hafina, A. (2010). Teknik latihan keterampilan dasar konseling individual. *International Conference On*.
- Hansen. (2019). *Impact Study : The role of Psychological First Aid in the IFRC Ukraine MHPSS response*. March.
- Hartono, S. (2015). *Psikologi konseling*. Kencana.
- Hasbrouck, J. (2017). Student-focused coaching. *Theory into Practice*, 56(1), 21–28.
- Hermosilla, S., Forthal, S., Sadowska, K., Magill, E. B., Watson, P., & Pike, K. M. (2023). We need to build the evidence: A systematic review of psychological first aid on mental health and well-being. *Journal of Traumatic Stress*, 36(1), 5–16.
- Jacobs, G. A., Gray, B. L., Erickson, S. E., Gonzalez, E. D., & Quevillon, R. P. (2016). Disaster mental health and community-based psychological first aid: Concepts and education/training. *Journal of Clinical Psychology*, 72(12), 1307–1317.
- Jacobs, G. A., & Meyer, D. L. (2006). Psychological first aid. *Psychological Interventions in Times of Crisis*, 57–71.
- Karyani, U. (2016). Merancang perubahan di sekolah untuk menjadi sekolah yang mempromosikan kesehatan mental. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1), 48–60.
- Kern, L., Mathur, S. R., Albrecht, S. F., Poland, S., Rozalski, M., & Skiba, R. J. (2017). The need for school-based mental health services and recommendations for implementation. *School Mental Health*, 9, 205–217.
- Kimber, M., Harms, S., Soreni, N., Inrig, M., Acai, A., Lipman, E. L., Sassi, R., Streiner, D. L., & MacMillan, H. L. (2021). LIVES for families psychological first aid training programme to address COVID-19 psychological distress: a mixed methods acceptability and feasibility protocol. *BMJ Open*, 11(5), e049995.
- Kusmaryani, R. E. (2010). Penguasaan keterampilan konseling guru pembimbing di Yogyakarta. *Jurnal Kependidikan Penelitian Inovasi Pembelajaran*, 40(2).
- Kuswadi, E. (2019). Peran lingkungan sekolah dalam pengembangan mental siswa. *EL-BANAT: Jurnal Pemikiran Dan Pendidikan Islam*, 9(1), 62–78.
- Lianawati, A. (2018). Implementasi keterampilan konseling dalam layanan konseling individual. *Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling Jambore Konseling 3*.
- Lumongga, D. R. N. (2014). *Memahami dasar-dasar konseling dalam teori dan praktik*. Kencana.
- Mahadhita, F. (2015). Hubungan antara Keterampilan Dasar Konseling (KDK) dengan Minat Siswa Mengikuti Layanan Konseling Individu di SMA Negeri 1 Godong Tahun Ajaran 2014/2015. *Skripsi Sarjana Pada Jurusan Bimbingan Dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang: Tidak Diterbitkan*.
- Mariyati, L. I., Psikolog, L. I. M., Rezania, V., & Rezania, V. (2021). *Psikologi Perkembangan Manusia I*. Umsida Press.
- Muchtar, A. D., & Suryani, A. (2020). Upaya menangani permasalahan dalam perkembangan remaja (tinjauan aspek keberagaman). *Edumaspul: Jurnal Pendidikan*, 4(2), 408–416.
- Rahmi, S. (2021). *Bimbingan dan Konseling Pribadi Sosial*. Syiah Kuala University Press.
- Ratu, D. (2019). Peningkatan Kapasitas Tenaga Pendidik Dan Kependidikan Di Smp Negeri Kembes. *Abdimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 12(2).
- Reinke, W. M., Stormont, M., Herman, K. C., & Newcomer, L. (2014). Using coaching to support teacher implementation of classroom-based interventions. *Journal of Behavioral Education*, 23, 150–167.
- Ru'ung, D. (2021). Penguatan Tenaga Pendidik: Upaya Meminimalisir Problematika Pendidikan Nasional. *JURNAL LENTERA: Kajian Keagamaan, Keilmuan Dan Teknologi*, 20(01), 130–145.
- Shoukr, E. M. M., Mohamed, A. A. E.-R., El-Ashry, A. M., & Mohsen, H. A. (2022). Effect of psychological first aid program on stress level and psychological well-being among caregivers of older adults with alzheimer's disease. *BMC Nursing*, 21(1), 275.
- Sijbrandij, M., Horn, R., Esliker, R., O'may, F., Reiffers, R., Ruttenberg, L., Stam, K., de Jong, J., & Ager, A. (2020). The effect of psychological first aid training on knowledge and understanding about psychosocial support principles: a cluster-randomized controlled trial. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(2), 484.
- Sim, T., & Wang, A. (2021). Contextualization of psychological first aid: An integrative literature review. *Journal of Nursing Scholarship*, 53(2), 189–197.
- Turanovic, J. J., & Siennick, S. E. (2022). The Causes and Consequences of School Violence: A Review. *National Institute of Justice*.
- Windrawanto, Y. (2015). Pelatihan dalam rangka pengembangan keprofesian berkelanjutan guru: suatu tinjauan literatur. *Satya Widya*, 31(2), 90–101.