

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Bimbingan dan Konseling adalah proses pemberian bantuan yang diberikan kepada peserta didik agar individu dapat memahami dan menyesuaikan diri agar mampu dalam mengoptimalkan kemampuan yang dimiliki serta mampu dalam mengentaskan permasalahan yang dihadapinya. Bimbingan dan Konseling juga berfokus pada pengembangan tingkah laku, potensi, minat dan bakat yang dimiliki oleh peserta didik.

Layanan Bimbingan dan Konseling tidak dapat terlaksana jika tidak ada guru Bimbingan dan Konseling di madrasah. Guru Bimbingan dan Konseling merupakan fasilitator dan pelaksana dalam layanan Bimbingan dan Konseling. Guru Bimbingan dan Konseling sangat berperan penting dalam membentuk tingkah laku dan memelihara perkembangan jiwa peserta didik agar memiliki pribadi yang baik, mampu dalam menjalani hidupnya, serta dapat diterima sesuai dengan norma yang ada di lingkungannya.

Guru di madrasah harus sadar akan tugasnya untuk tidak hanya berfokus pada kecerdasan intelektual peserta didik, namun juga harus memperhatikan kesehatan mental para peserta didik demi terwujudnya keselarasan antar keduanya. Sudah semestinya guru Bimbingan dan Konseling peka terhadap timbulnya gejala-gejala yang dapat memberikan suatu indikasi kesukaran penyesuaian diri dalam berperilaku dan juga hal-hal yang memicu kesehatan mental peserta didik ke arah yang tidak wajar.

Menjaga kesehatan mental adalah salah satu kunci utama dalam menjalani kehidupan efektif sehari-hari. Pada dasarnya peserta didik sebagai generasi penerus bangsa diharapkan memiliki akhlak terpuji dan mempunyai kepribadian yang kuat serta sikap mental yang sehat. Untuk terwujudnya kegiatan belajar yang optimal, maka kesehatan mental harus terjaga. Sehat adalah baik seluruh badan serta bagian-bagiannya (bebas dari sakit). Sedangkan kesehatan adalah keadaan (hal) sehat, kebaikan keadaan (badan dan sebagainya) yaitu jasmani dan jiwa

(Kamus Bahasa Indonesia, 2008:1381).

Disebutkan dalam Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan, Pasal 1 Ayat (1) bahwa kesehatan adalah keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spiritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Kesehatan menurut WHO adalah suatu keadaan yang sempurna baik secara fisik, mental dan sosial serta tidak hanya bebas dari penyakit atau kelemahan. Sehat menurut UU 23 Tahun 1992 tentang kesehatan menyatakan bahwa kesehatan adalah keadaan sejahtera dari badan, jiwa dan sosial yang mungkin hidup produktif secara sosial dan ekonomis (Rahmawati, 2021:1).

Mental adalah hal yang bersangkutan dengan batin dan watak manusia, yang bukan bersifat badan atau tenaga (Kamus Bahasa Indonesia, 2008:1012). Maka dapat diartikan bahwa mental adalah suatu hal yang tidak terlihat yang berkaitan dengan batin dan watak manusia. Dengan demikian mental berkaitan dengan kejiwaan yang dapat mempengaruhi perilaku individu.

W.S. Winkel (1997:243) mengatakan orang yang bermental sehat diartikan dengan berbagai cara, yaitu keadaan psikis seseorang yang bebas dari gangguan-gangguan jiwa (gejala neurotic) dan penyakit jiwa (gejala psikotik), keadaan psikis seseorang yang ditandai dengan keharmonisan antara fungsi-fungsi psikis (berpikir, berprasa dan berkehendak) secara memuaskan tanpa kehilangan integritas dalam kepribadiannya, keadaan psikis seseorang yang mampu untuk menyesuaikan diri dengan dirinya sendiri dan dengan lingkungan hidupnya.

Maka sehat secara mental (kesehatan jiwa) dapat diartikan sebagai suatu kondisi yang memungkinkan perkembangan fisik, intelektual dan emosional yang optimal dari seseorang dan perkembangan itu berjalan selaras dengan keadaan orang-orang dan lingkungan sekitarnya. Mental yang sehat dapat diartikan sebagai kondisi ketika batin dan watak manusia dalam keadaan normal, tenang, tentram dan damai sehingga mampu menjalani kehidupan efektif sehari-hari.

Kesehatan mental mencakup kesejahteraan emosional, psikologis, dan sosial manusia. Hal ini membantu manusia untuk dapat berperilaku normal, berpikiran jernih, mampu menghadapi stres, mampu dalam membangun hubungan

dengan orang lain, mampu membuat keputusan yang tepat dan perilakunya dapat diterima dengan baik oleh lingkungan sekitarnya.

Kesehatan mental merupakan hal yang sangat penting dalam pembentukan kepribadian yang sehat pada setiap individu terutama pada remaja. Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju remaja. Masa peralihan ini terlihat pada anak-anak di usia antara 10 sampai dengan 14 tahun, dalam masa peralihan ini terjadi perubahan fisik dan psikis. Perubahan fisik mencakup perubahan pada bentuk tubuh sedangkan perubahan psikis mencakup perubahan emosional, kognitif (pola pikir) dan afektif (pola perilaku).

Umumnya fase ini terjadi pada peserta didik yang duduk di bangku Madrasah Tsanawiyah. Sebagai persiapan memasuki masa remaja, tentunya banyak perubahan yang akan dialami oleh peserta didik. Remaja tidak lagi dikatakan sebagai anak kecil namun ia juga belum cukup matang jika dikatakan sebagai orang dewasa. Masa remaja merupakan masa yang kritis sebagai suatu proses pencarian jati diri bagi perkembangan anak. Peserta didik yang baru memasuki fase ini, dapat dikatakan masih belum mampu mengembangkan segala potensi yang dimilikinya dan belum dapat menyesuaikan dirinya dengan orang lain secara optimal.

Hal ini tentu menimbulkan suatu permasalahan yang bergejolak di dalam diri remaja dengan berbagai bentuk permasalahan berupa gejala-gejala kesehatan mental yang dapat mereka timbulkan di madrasah, seperti perilaku membangkang, mudah tersinggung, suka berbohong, kerap membolos, berbicara agresif, suka menyinggung perasaan orang lain, suka mengadu domba, tidak merasa bersalah jika melakukan kesalahan dan melakukan pembelaan, suka berdiam diri dan menarik diri dari lingkungan, berwajah suram, suka mengantuk, bermata sayu, suka melamun, dan sering mengeluhkan kesehatan jasmani, serta masalah yang menunjukkan gejala-gejala dalam gangguan mental lainnya.

Minimnya pengetahuan peserta didik bahwa memelihara kesehatan mental demi mewujudkan kehidupan efektif sehari-hari itu sangat penting tentu dapat menimbulkan gejala-gejala perubahan tingkah laku yang apabila dibiarkan akan mengganggu kesehatan mental peserta didik. Ketidakmampuan peserta didik

dalam melakukan penyesuaian diri dalam lingkungannya tentu tidak akan menjadikan peserta didik tumbuh dan berkembang.

Untuk membantu peserta didik dalam memelihara kesehatan mental yang baik, maka diperlukan pelaksanaan layanan Bimbingan dan Konseling di madrasah. Guru Bimbingan dan Konseling bertanggung jawab dalam membantu peserta didik untuk mampu menyadari kekuatan-kekuatan yang dimiliki oleh peserta didik, apa yang menjadi pemicu permasalahan yang mereka alami dan keberhasilan mereka dalam mencari alternatif pemecahan masalah. Berdasarkan hasil observasi awal dilapangan peneliti melihat bahwa pelaksanaan layanan Bimbingan dan Konseling di MTs Negeri 2 Asahan dilakukan secara kondisional dan situasional dengan cara langsung memberikan layanan kepada peserta didik yang memiliki masalah, yaitu secara langsung memberikan layanan mediasi kepada peserta didik yang terlibat perkelahian dengan cara memanggil peserta didik yang bersangkutan untuk datang ke ruang BK. Layanan Bimbingan dan Konseling yang biasa dilaksanakan di MTs Negeri 2 Asahan ialah layanan informasi, layanan penguasaan konten, layanan konseling individu, dan mediasi.

Peran guru Bimbingan dan Konseling sangat diperlukan dalam memelihara kesehatan mental para peserta didiknya. Guru Bimbingan dan Konseling sangat berperan dalam membantu peserta didik untuk mampu dalam mencapai tugas-tugas perkembangan mereka secara optimal sebagai makhluk Tuhan, sosial, dan pribadi. Guru Bimbingan dan Konseling juga sangat berperan dalam membantu individu untuk mampu mencapai kebahagiaan hidupnya serta mampu menyesuaikan diri di lingkungan masyarakat. Oleh karenanya berbagai usaha dapat dilakukan madrasah agar peserta didik sehat secara fisik maupun mental di dalam kehidupannya.

Berdasarkan dari hasil wawancara dengan koordinator Bimbingan dan Konseling yang ada di MTs Negeri 2 Asahan yang dilaksanakan pada tanggal 08 Januari 2022 bertempat di ruang BK di MTs Negeri 2 Asahan, dengan lokasi madrasah berada di jalan Melur Kelurahan, Kisaran Naga, Kecamatan Kisaran Timur, Kabupaten Asahan, menunjukkan bahwa masih ada beberapa peserta didik di MTs Negeri 2 Asahan yang belum memiliki kepribadian yang baik dalam

memahami dirinya dan menunjukkan gejala mental yang tidak sehat. Ini dapat dilihat dengan masih adanya peserta didik yang kurang mampu bersikap jujur, kurang mampu mengendalikan emosi, kurang bertanggung jawab, kurang disiplin, dan terlihat kurang percaya diri.

Sejalan dengan pengamatan peneliti, peneliti melihat bahwa masih banyak peserta didik yang belum mampu dalam mengoptimalkan potensi diri yang dimilikinya yaitu kurang bertanggung jawab dengan tugas-tugas yang diberikan oleh guru di madrasah, terlihat pemurung, suka berbohong, tidak mampu dalam mengontrol emosi, mudah tersinggung dan kurang disiplin. Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang **“Peran Guru Bimbingan dan Konseling dalam Memelihara Kesehatan Mental Siswa di MTs Negeri 2 Asahan.”**

1.2 Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka fokus masalah dalam penelitian ini adalah Peran Guru Bimbingan dan Konseling dalam Memelihara Kesehatan Mental Siswa di MTs Negeri 2 Asahan.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan fokus masalah di atas, maka permasalahan dapat dirumuskan sebagai berikut:

- 1.3.1 Bagaimana kondisi kesehatan mental peserta didik di MTs Negeri 2 Asahan?
- 1.3.2 Bagaimana perencanaan Bimbingan dan Konseling dalam memelihara kesehatan mental peserta didik di MTs Negeri 2 Asahan?
- 1.3.3 Bagaimana pelaksanaan Bimbingan dan Konseling dalam memelihara kesehatan mental peserta didik di MTs Negeri 2 Asahan?
- 1.3.4 Apa saja hambatan guru Bimbingan dan Konseling dalam memelihara kesehatan mental peserta didik di MTs Negeri 2 Asahan?

1.4 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1.4.1 Untuk mengetahui kondisi kesehatan mental peserta didik di MTs Negeri 2 Asahan.
- 1.4.2 Untuk mengetahui perencanaan Bimbingan dan Konseling dalam memelihara kesehatan mental peserta didik di MTs Negeri 2 Asahan.
- 1.4.3 Untuk mengetahui pelaksanaan Bimbingan dan Konseling dalam memelihara kesehatan mental peserta didik di MTs Negeri 2 Asahan.
- 1.4.4 Untuk mengetahui hambatan guru Bimbingan dan Konseling dalam memelihara kesehatan mental peserta didik di MTs Negeri 2 Asahan.

1.5 Manfaat Penelitian

Adapun yang menjadi manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1.5.1 Secara teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang peran guru bimbingan dan konseling dalam menjaga kesehatan mental peserta didik melalui layanan konseling kelompok di MTs Negeri 2 Asahan.

1.5.2 Secara praktis

Secara praktis hasil penelitian ini dapat berguna sebagai berikut:

1.5.2.1 Bagi madrasah

Dengan adanya penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan dan masukan serta informasi bagi madrasah dalam menjaga kesehatan mental peserta didik.

1.5.2.2 Bagi guru bidang studi dan guru Bimbingan dan Konseling

Sebagai masukan bagi guru atau pendidik lainnya tentang pentingnya menjaga kesehatan mental peserta didik.

1.5.2.3 Bagi peserta didik

Sebagai informasi bagi peserta didik agar memahami pentingnya menjaga kesehatan mental.

1.5.2.4 Bagi peneliti

Merupakan informasi sebagai dasar untuk menindak lanjuti hasil penelitian ini dengan penelitian lain yang relevan.

1.5.2.5 Bagi pembaca

Menambah pengetahuan pembaca tentang peran guru bimbingan dan konseling dalam menjaga kesehatan mental peserta didik di MTs Negeri 2 Asahan.

