

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Dunia Pendidikan tengah dihadapkan pada persoalan krusial dan traumatis. Berbagai persoalan menyangkut masa depan pendidikan kita terus menuai perdebatan yang tidak kunjung selesai, bahkan seolah-olah memberikan tekanan bagi kalangan anak didik. Dalam melakukan proses pembelajaran. Hal yang paling menyakitkan adalah ketika kita tidak memiliki kesadaran dalam menyelesaikan problematika pendidikan, sehingga semakin memperburuk citra dan reputasi pendidikan di kalangan masyarakat bawah. Padahal, kita mengetahui bahwa pendidikan memegang peranan penting dalam meningkatkan sumber daya manusia yang unggul dan kompetitif pada zaman modern saat ini. Itulah sebabnya, guna mencapai tujuan idealisme pendidikan, yaitu mencerdaskan kehidupan bangsa, diperlukan komitmen bersama dalam menciptakan kemandirian dan pemberdayaan yang mampu menopang kemajuan pendidikan siswa selanjutnya. (Ilahi, 2012)

Proses pendidikan bukan hanya terjadi melalui interaksi antara guru dengan murid, dosen dengan mahasiswa, melainkan juga interaksi antara semua pihak yang terlibat dengan kegiatan pendidikan, baik langsung maupun tidak langsung. Agar proses interaksi tersebut berjalan efektif, bermakna dan produktif, maka masing-masing pihak harus berada dalam kondisi psikologi yang nyaman, aman dan menyenangkan. Untuk menciptakan keadaan jiwa yang demikian itu, maka diperlukan bantuan psikologi dan bimbingan

konseling terhadap pendidikan dan Kesehatan mental, yaitu kondisi psikologi yang penuh semangat, daya tarik yang tinggi, menggembirakan saling mempercayai, dan bersahabat. Oleh karena itu manusia adalah makhluk yang selain memiliki fisik, pancaindera dan akal pikiran, juga memiliki fitrah, hati nurani dan spritualitas. Keadaan fisik, pancaindera dan akal pada hakikatnya merupakan organ tubuh yang mengikuti keinginan hati nurani dan spritual. Jika keadaan hati nurani dan spritualnya positif, maka apa yang dilakukan fisik dan pancaindera, serta yang dikeluarkan akal pikiran juga positif, begitu juga sebaliknya jika keadaan hati Nurani dan spritualnya negatif, maka apa yang dilakukan fisik dan pancaindera, serta yang dikeluarkan akal pikiran juga akan negatif (Nata, 2018).

Sejarah kesehatan mental tidaklah sejelas sejarah ilmu kedokteran. Ini menunjukkan karna masalah mental bukan merupakan masalah fisik yang dengan mudah dapat diamati dan terlihat. Berbeda dengan gangguan fisik yang dapat dengan relatif mudah di deteksi, orang yang mengalami gangguan kesehatan mental sering kali tidak terdeteksi, sekalipun oleh anggota keluarganya sendiri. Hal ini dikarenakan mereka sehari-hari hidup bersama, sehingga tingkah laku-tingkah laku yang mengindikasikan gangguan mental, dianggap hal yang sudah biasa, bukan sebagai gangguan. Khususnya untuk siswa-siswi di sekolah yang ada di Indonesia, masalah kesehatan mental saat ini masih belum mendapatkan perhatian yang serius (Siswanto, 2007).

Maka dari itu kesehatan mental merujuk pada kesehatan seluruh aspek perkembangan seseorang, baik fisik maupun psikis. Kesehatan mental juga

meliputi upaya-upaya dalam mengatasi stress, ketidak mampuan dalam menyesuaikan diri, bagaimana berhubungan dengan orang lain, serta berkaitan dengan pengambilan keputusan Kesehatan mental tiap individu berbeda dan mengalami dinamisasi dalam perkembangannya. Karena pada hakikatnya manusia dihadapkan pada kondisi dimana ia harus menyelesaikannya dengan beragam alternatif pemecahannya. Adakalanya, tidak sedikit orang yang pada waktu tertentu mengalami masalah-masalah kesehatan mental dalam kehidupannya (Fakhriyani, 2019).

Menurut WHO (2014), bahwa karakteristik mental yang sehat adalah; mampu belajar sesuatu dari pengalaman, mampu beradaptasi, lebih senang memberi daripada menerima, lebih cenderung membantu daripada dibantu, memiliki rasa kasih sayang, memperoleh kesenangan dari segala hasil usahanya, menerima kekecewaan dengan menjadikan kegagalan sebagai pengalaman, serta, selalu berpikir positif (*positive thinking*). Menurut Yusuf dalam (Fakhriyani, 2019), karakteristik kesehatan mental dapat dilihat dari ciri-ciri mental yang sehat. Berikut ini merupakan ciri-ciri mental yang sehat yakni; terhindar dari gangguan jiwa., mampu menyesuaikan diri, mampu memanfaatkan potensi secara maksimal, mampu mencapai kebahagiaan pribadi dan orang lain.

Lebih lanjut Yusuf, menyebutkan ciri kejiwaan yang sehat adalah; memiliki perasaan aman, yang terbebas dari rasa cemas, memiliki harga diri yang mantap, spontanitas dalam kehidupan dengan memiliki emosi yang hangat & terbuka, memiliki keinginan-keinginan duniawi yang wajar sekaligus

seimbang, dalam artian mampu memuaskannya secara positif dan wajar pula, mampu belajar mengalah dan merendahkan diri sederajat dengan orang lain, tahu diri, yakni mampu menilai kekuatan dan kekurangan dirinya baik dari segi fisik maupun psikis, secara tepat dan obyektif, mampu memandang fakta sebagai realitas dengan memperlakukannya sebagaimana mestinya (tidak berkhayal), toleransi terhadap ketegangan atau stres, artinya tidak panik saat menghadapi masalah sehingga tetap positif antara fisik, psikis, dan sosial, memiliki integrasi dan kemantapan dalam kepribadiannya, mempunyai tujuan hidup yang adekuat (positif dan konstruktif), memiliki kemampuan belajar dari pengalaman, Mampu menyesuaikan diri dalam batas-batas tertentu sesuai dengan norma-norma kelompok serta tidak melanggar aturan-aturan yang telah disepakati bersama atau aturan yang ditentukan dalam kelompok, memiliki kemampuan untuk tidak terikat penuh oleh kelompok. Artinya memiliki pendirian sendiri sehingga mampu menilai baik-buruk maupun benar-salah mengenai kelompoknya.

Gangguan Kesehatan mental yang mungkin banyak tidak disadari oleh para peserta didik, karena Kesehatan mental tidak bisa dilihat hanya dengan penglihatan mata saja. Tetapi kesehatan mental dapat dilihat melalui tindakan dan tingkah laku seseorang. Peserta didik yang mengalami gangguan kesehatan mental bisa saja memiliki masalah dalam keluarga dan sosialnya. Terutama anak yang mengalami korban perceraian, ia tidak akan mendapatkan kasih sayang dari kedua orang tuanya sehingga menyebabkan kesehatan mentalnya terganggu dan mengalami masalah dalam proses belajarnya. Bisa juga anak

yang salah dalam memilih pergaulannya, salah dalam memilih pertemanan sehingga ia terjerumus kepada pergaulan yang tidak semestinya, seperti narkoba, seks bebas, dll.

Kesehatan mental memiliki indikator yang dapat diukur untuk mendeskripsikan apakah seseorang memiliki kesehatan mental yang baik atau tidak. Indikator tersebut adalah; dapat menyesuaikan diri dan mengatasi kesulitan, bertanggungjawab terhadap sesama, memiliki selera humor, dan senantiasa merasa bahagia (Hidayat, 2013)

Pentingnya kesehatan mental dimiliki oleh setiap individu termasuk siswa sebagai peserta didik di sekolah harus dapat dipelihara dan ditingkatkan. Berbagai pendapat dan riset telah membuktikan terkait beberapa upaya yang dapat dilakukan dalam rangka meningkatkan kesehatan mental. Karyani, (2016), melakukan kajian terhadap beberapa riset dan literatur sebagai upaya peningkatan kesehatan mental siswa, diantaranya: 1) Diupayakan melalui peningkatan kompetensi siswa, baik kompetensi sosial-emosi, *coping* & *problem solving*, penyesuaian diri maupun afek positif dan optimisme. Selain itu, upaya prevensi juga diupayakan, terutama bagi siswa-siswa yang berisiko maupun yang diindikasikan mengalami masalah kesehatan mental, terutama simptom eksternalisasi dan internalisasi; 2) Menggunakan pendekatan cognitive behavioral maupun humanistik yang dilakukan secara kelompok maupun seting kelas; 3) Diimplementasikan oleh guru maupun konselor sekolah yang telah dilatih dan mendapatkan pendampingan dalam menggunakan modul/panduan

intervensi; 4) Dilakukan pada usia sekolah dasar maupun sekolah menengah pertama.

Guru bimbingan dan konseling adalah profesional yang diberikan tugas untuk merencanakan, melaksanakan, mengevaluasi, dan melaporkan kegiatan bimbingan dan konseling di sekolah/madrasah. Peraturan Menteri Pendayagunaan Aparatur Negara dan Reformasi Birokrasi No. 16 tahun 2009 mengisyaratkan bahwa untuk kenaikan pangkat dan golongan guru perlu dilakukan Penilaian Kinerja Guru. Penilaian Kinerja Guru (PKG) menggunakan instrumen yang didasarkan kepada 14 kompetensi bagi guru kelas dan/atau mata pelajaran; 17 kompetensi bagi guru BK/konselor, dan pelaksanaan tugas tambahan yang relevan dengan fungsi sekolah/madrasah.

Guru bimbingan dan konseling sebagai profesional memegang peranan penting dalam menjaga, memelihara, dan meningkatkan kesehatan mental siswa di sekolah. Dimana guru BK tentunya melakukan berbagai jenis layanan dan menggunakan pendekatan tertentu dengan tujuan menjaga, memelihara, dan meningkatkan kesehatan mental siswa. Termasuk dalam hal ini adalah guru BK di Madrasah Ibtidaiyah Swasta Nurul Hidayah. Guru BK Madrasah Ibtidaiyah Swasta Nurul Hidayah sebagai guru yang diamanahkan tugas merencanakan, melaksanakan, mengevaluasi, dan melaporkan kegiatan BK tentunya juga merencanakan, melaksanakan, dan melakukan evaluasi terhadap layanan BK di madrasah termasuk dalam hal ini kegiatan yang dilakukan terkait kesehatan mental siswa.

Penelitian Syafitri & Rahmah, (2021) tentang Pelatihan Konselor Sebaya Daring untuk Meningkatkan Literasi Kesehatan Mental Siswa di SMA Islam XY Semarang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: Pelatihan konselor sebaya daring mampu meningkatkan literasi kesehatan mental peserta yang dapat dilihat melalui adanya peningkatan signifikan pada skala literasi kesehatan mental. Terdapat beberapa hambatan yang terjadi dalam proses pelatihan ini terkait dengan interaksi antara fasilitator dan peserta, juga terkait hal teknis seperti koneksi internet yang tidak stabil. Hasil ini memberikan gambaran bahwa pelatihan konselor dengan subjek siswa SMA memungkinkan diadaptasi untuk dilakukan secara daring dan memberikan hasil yang sesuai harapan. Meskipun demikian, hasil penelitian ini belum dapat digeneralisasikan karena terbatasnya jumlah partisipan dan adanya ancaman validitas internal karena belum adanya kelompok kontrol dalam desain eksperimen ini.

Penelitian Kholig et al., (2022), tentang Pembinaan Kesehatan Mental Remaja Di MTS Ngalaban Desa Bendet Kecamatan Diwek Jombang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: Kesehatan mental tidak semata-mata berkaitan dengan terbebasnya individu dari gangguan mental, tapi juga berkaitan kesehatan fisik dan perilaku. Kesehatan mental merupakan bagian integral dari sehat secara spritual, sehat psikologis, sosial dan jasmani. Remaja membutuhkan tempat atau orang yang tepat untuk dapat menyelesaikan berbagai permasalahan yang dihadapi. Lingkungan keluarga dan lingkungan sekolah memegang peranan penting dalam menjaga kesehatan mental remaja. Para remaja memerlukan pengalihan untuk mengatasi permasalahan dengan

cara mencari pelampiasan positif dan menemukan keseimbangan dalam kehidupan sehari - hari contohnya berolah raga, bernyanyi , membaca buku, menari membuat kue bahkan membuat kreatifitas baru,fokus pada diri sendiri dengan menambah kemampuan dengan cara kursus online dsb. memiliki kepandaian dalam mengolah perasaan amatlah penting buat mereka.

Menurut hasil observasi peneliti di SMK Mandiri Swasta Percut Sei Tuan masih ditemukan beberapa permasalahan yaitu, masih ditemukan siswa yang mengalami permasalahan kesulitan belajar, ditemukan siswa yang mengalami depresi, rasa cemas dan takut yang berlebihan, kurangnya etika terhadap temannya bahkan kepada bapak/ibuk guru, kurang nyaman/minder di sekolah, mudah bosan dengan pelajaran-pelajaran di sekolah, sosial atau pergaulan siswa yang kurang baik dan siswa kesulitan dalam mengontrol dirinya.

Berdasarkan uraian di atas, maka dipandang penting melakukan kajian lebih mendalam tentang kesehatan mental siswa dan bagaimana guru BK melakukan berbagai upaya untuk meningkatkan kesehatan mental siswa. Oleh karena itu, pada penelitian ini diajukan proposal penelitian dengan judul, **“Peran Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam terhadap Kesehatan Mental Siswa di SMK Mandiri Swasta Percut Sei Tuan”**.

B. IDENTIFIKASI MASALAH

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka masalah pada penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Masih ditemukan siswa yang mengalami permasalahan kesulitan belajar;

2. Masih ditemukan siswa yang mengalami depresi;
3. Masih ditemukan siswa yang sulit melakukan kontrol diri.

C. PEMBATASAN MASALAH

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka masalah pada penelitian ini hanya dibatasi pada; Peran Bimbingan Konseling Pendidikan Islam Terhadap Kesehatan Mental Di SMK Mandiri Swasta Percut Sei Tuan.

D. RUMUSAN MASALAH

Sesuai dengan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah di atas, maka masalah penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana karakter siswa yang mengalami gangguan kesehatan mental di SMK Mandiri Swasta Percut Sei Tuan?
2. Apa saja upaya yang telah dilakukan guru BKPI dalam mengatasi siswa yang mengalami gangguan Kesehatan mental di SMK Mandiri Swasta Percut Sei Tuan?
3. Kendala yang Dialami Guru BK dalam Mengatasi Siswa yang Mengalami Gangguan Kesehatan Mental Di SMK Mandiri Swasta Percut Sei Tuan

E. TUJUAN PENELITIAN

Sesuai rumusan masalah di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1. Untuk mengetahui karakter siswa yang mengalami gangguan kesehatan mental di SMK Mandiri Swasta Percut Sei Tuan.

2. Upaya yang Dilakukan Guru BKPI dalam Mengatasi Siswa yang Mengalami Gangguan Kesehatan Mental Di SMK Mandiri Swasta Percut Sei Tuan.
3. Kendala yang dialami guru BK dalam menangani kesehatan mental yang dialami siswa di SMK Mandiri Swasta Percut Sei Tuan.

F. MANFAAT PENELITIAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti, ada 2 (dua) hal yang dapat dijadikan manfaat kepada beberapa pihak terkait:

1. Manfaat Teoritis, diharapkan penelitian ini menambah khazanah kekayaan ilmiah terutama berkaitan dengan kesehatan mental dan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam.

Manfaat Praktis Secara praktis penelitian ini diharapkan memberikan manfaat yang nyata bagi beberapa pihak, seperti:

- a. Bagi Peneliti, diharapkan penelitian ini menjadi pengalaman yang sangat berharga dalam melakukan penelitian dan menganalisis secara khusus tentang kesehatan mental siswa;
- b. Bagi guru BK, penelitian ini diharapkan sebagai informasi dan masukan berharga dalam melakukan kegiatan BK di sekolah sehingga dapat terus meningkatkan kualitas dan mutu pelayanan BK di madrasah;
- c. Bagi kepala madrasah, diharapkan hasil penelitian ini sebagai informasi berharga yang didapat dijadikan pertimbangan guna mengambil kebijakan di madrasah terutama berkaitan dengan pengembangan program BK di madrasah;

- d. Bagi siswa diharapkan penelitian ini menjadi motivasi dan pengalaman berharga guna meningkatkan prestasi sebagai siswa;
- e. Bagi peneliti berikutnya, diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai rujukan atau referensi, terutama bagi penelitian yang memiliki relevansi dengan penelitian ini.

