Penguatan Kapasitas Konselor Sebaya di Sekolah

Ira Kusumawaty¹, Yunike^{1*}, Yeni Elviani¹, Lela Harmiyati²

¹*Poltekkes Palembang, Indonesia*

²*Puskesmas 1 Ulu Palembang, Indonesia*

* yunike@poltekkespalembang.ac.id

ABSTRAK

Konseling sebaya telah menjadi bagian penting dan integral dari sekolah karena dinamika pendidikan dan rumitnya permasalahan dikalangan siswa. Kebutuhan akan konselor sebaya tidak dapat diabaikan karena kenyataannya permasalahan remaja seringkali disampaikan kepada teman sebayanya. Namun kapasitas sebaya sebagai konselor dan agen sosialisasi utama di sekolah hingga saat ini masih belum optimal. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan terhadap siswa yang mewakili 4 sekolah menengah yang berada di wilayah binaan Puskesmas 1 Ulu Palembang, berjumlah 30 siswa. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan kemampuan konselor sebaya melalui peningkatan pengetahuan konsep, sikap serta ketrampilannya. Rangkaian kegiatan ceramah disertai diskusi dan demonstrasi telah dilaksanakan dengan menggunakan media video, slide serta leaflet. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan dalam hal pengetahuan konselor sebaya tentang konsep konseling sebaya, sikap konselor serta ketrampilan melaksanakan konseling sebaya. Dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini dapat lebih meningkatkan kapasitas konselor sebaya sehingga pelaksanaan konseling sebaya dapat meningkatkan ketahanan remaja dalam menghadapi permasalahan dan perilaku yang berisiko dapat dicegah. Diperlukan adanya pelatihan progresif lanjutan untuk memastikan agar konseling sebaya dapat membantu mencari solusi atas peliknya permasalahan dan meningkatkan ketahanan siswa di sekolah.

Kata Kunci: Kapasitas, Konselor Sebaya, Penguatan

Received: May, 22, 2020

Revised: June 15, 2020

Accepted: July 27, 2020

This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

PENDAHULUAN

Terbentuknya perilaku serta kepribadian remaja sangat dipengaruhi oleh komponen sekolah sebagai lingkungan formalnya. Namun demikian sebenarnya sekolah tidak hanya berperan dalam menciptakan dan membentuk manusia yang cerdas saja, tetapi juga berkewajiban untuk membentuk akhlak dan budi pekerti siswa. Dalam perkembangannya, remaja seringkali tidak dapat menjalani daur kehidupan sesuai ekspektasi. Orang tua yang tidak maksimal dalam memperhatikan anaknya, kondisi lingkungan yang tidak kondusif, teman dalam pergaulan serta aspek ekonomi menjadi penyebab terjadinya kenakalan pada remaja di Palembang (Andrianto, 2019). Ketidaktahuan orang tua mengakibatkan

semakin mereduksinya perhatian mereka terhadap remaja, termasuk tidak tersedianya fasilitas yang dikhususkan bagi remaja.

Upaya yang dapat dilaksanakan guna menghindari dan meminimalisir kejadian yang tidak diharapkan terjadi pada remaja adalah konseling sebaya di sekolah. Beberapa fakta memperlihatkan manfaat konseling sebaya bagi pengentasan permasalahan pada remaja. Adapun berbagai contoh manfaat dan peran penting konselor sebaya meliputi: terjadinya peningkatan tingkat kedisiplinan siswa (Widayat, 2017), mencegah terjadinya kehamilan pada remaja (Adyani, et.al 2011), mereduksi dan memecahkan permasalahan pembelajaran dalam lingkup pesantren (Hotifah, 2014), meminimalisir perilaku merokok dikalangan remaja (Ulfa dan Kurwiyah, 2003), menurunkan kasus kecanduan permainan secara online pada remaja (Prasetiawan, 2012) serta meningkatkan kepekaan perilaku terhadap lingkungan sosialnya (Febrianti, 2017).

Konseling sebaya merupakan upaya bersama yang mendorong pemanfaatan kapasitas anggota kelompok untuk saling berbagi kepentingan bersama agar dapat menghibur, menenangkan, menjadi teman, menengahi dan mendamaikan mereka yang teralienasi satu sama lain secara informal dengan tidak melibatkan profesional tertentu atau pihak yang berwenang dalam sebuah organisasi atau institusi (Arudo, 2008). Siswa sekolah menengah yang menjadi konselor sebaya, telah diberikan mandat oleh pihak sekolah untuk mewakili siswa lainnya dan memperoleh hak untuk memperluas wawasannya melalui pelatihan. Pengetahuan konselor diharapkan mampu mengeliminir permasalahan dan memberikan solusi pemecahan atas permasalahan sebaya. Peran konselor sebaya sangatlah krusial mengingat adanya pertimbangan bahwa pada usia remaja berbagai perubahan terjadi, tidak hanya pada aspek fisik, namun juga social, psikologis, akademik dan banyak aspek lainnya (Kementerian Kesehatan, 2010). Konselor sebaya dapat menjembatani permasalahan yang dialami diantara sesamanya sehingga diperlukan adanya kompetensi yang memadai agar siswa dapat saling memahami dan berkontribusi bagi lingkungan (Febrianti, 2017). Pentingnya pelatihan konseling sebaya adalah dalam rangka meningkatkan kemampuan konselor sebaya dalam membantu memberikan solusi bagi siswa di sekolah. Sebagaimana (Krisnanto & Nekada, 2020) yang melakukan pelatihan dalam pembentukan 5G. Melalui pelaksanaan pelatihan maka pengetahuan akan dapat meningkatkan motivasi serta melakukan perubahan perilaku (Rachmah, Kartiningrum & Anggreni, 2020).

Puskesmas 1 Ulu merupakan salah satu puskesmas yang berada di Kota Palembang, berlokasi di daerah rawan akibat tingginya angka kriminalitas di kalangan remaja. Program Pendekatan Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) yang ada saat ini berperan strategis dalam mengembangkan konseling sebaya di sekolah menengah yang menjadi target binaan puskesmas. Namun demikian masih diperlukan perhatian yang lebih besar dari pihak sekolah menengah di lokasi mitra terkait peningkatan kapasitas melalui pelatihan bagi konselor sebaya. Peningkatan kapasitas konselor sebaya sangatlah penting mengingat kebutuhan mendesak dalam menghadapi kompleksitas permasalahan pada remaja. Terbentuknya konseling sebaya diharapkan mampu meningkatkan kemampuan konselor untuk membantu menyelesaikan permasalahan teman sebayanya sehingga dapat terhindar dari perilaku berisiko.

BAHAN DAN METODE

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk pelatihan guna meningkatkan kapasitas konselor sebaya ini diawali dengan mengidentifikasi permasalahan, kekurangan serta potensi yang dimiliki di daerah mitra terkait permasalahan

pada remaja. Setelah informasi tersebut diperoleh, dilanjutkan dengan mendiskusikan bersama kepala puskesmas mengenai upaya pemecahan permasalahan remaja yang berada di wilayah mitra. Konseling sebaya telah diketahui sebagai salah satu bentuk kegiatan yang bermanfaat untuk mengeksplorasi dan membantu menyelesaikan permasalahan remaja. Dalam rangka meningkatkan kemampuan konselor sebaya, maka telah dilaksanakan pelatihan pada tanggal 22 Oktober 2019. Adapun lokasi pelatihan bertempat di ruang pertemuan Puskesmas 1 Ulu Palembang. Kegiatan telah berlangsung dari pukul 08.00-12.30 WIB. Berikut ini susunan acara selama pelaksanaan pelatihan, meliputi:

1. Pembukaan

Acara diawali dengan pembukaan oleh pimpinan puskesmas yang dilanjutkan dengan memperkenalkan tim pengabdian kepada peserta pelatihan. Agar proses pelatihan lebih komunikatif maka peserta pelatihan pun harus memperkenalkan diri. Konselor sebaya yang mengikuti pelatihan berjumlah 30 siswa sekolah menengah.

2. Pre test.

Setelah acara dibuka secara resmi, dilanjutkan dengan pelaksanaan pre test yang dimaksudkan untuk mengidentifikasi pemahaman tentang konsep-konsep konseling sebaya serta pelaksanaan konseling sebaya. Pre test pun dilaksanakan untuk mengetahui sikap penilaian diri sendiri, penilaian teman dan penilaian observasi.

3. Penyampaian materi serta demonstrasi.

Penyampaian materi diawali curah pendapat untuk mengidentifikasi pengetahuan para peserta tentang konseling sebaya kemudian dilanjutkan penyampaian materi mengenai tentang konsep-konsep konseling sebaya. Pentingnya komponen sikap dalam pelaksanaan konseling sebaya juga turut disampaikan dalam penyampaian materi. Materi konseling sebaya disampaikan oleh fasilitator dengan menggunakan media flipchart, slide dan video. Setelah penyampaian materi selanjutnya fasilitator mendemonstrasikan pelaksanaan konseling sebaya. Selama proses penyampaian materi dan demonstrasi cara berperan sebagai konselor, peserta diberi kesempatan untuk mengajukan pertanyaan agar memperoleh kejelasan mengenai materi yang telah disampaikan. Pada tahap ini juga dilakukan diskusi untuk membahas contoh kasus yang diberikan oleh fasilitator. Seluruh peserta diberi kesempatan untuk mencoba berperan sebagai konselor sebaya secara bergantian. Ketika seorang peserta pelatihan berperan sebagai konselor sebaya, peserta lain memberikan komentar dan masukan atas peran yang ditampilkan.

4. Post test.

Pada sesi post test, tim pengabdian membagikan kuesioner kepada seluruh peserta yang bertujuan untuk mengevaluasi ketercapaian pelaksanaan pelatihan yang telah selesai dilaksanakan.

5. Penutup.

Acara diakhiri dengan peresmian peserta pelatihan sebagai konselor sebaya oleh pimpinan puskesmas yang sekaligus menutup acara secara resmi serta dilanjutkan dengan foto Bersama.

HASIL

Hasil kegiatan ini diperlihatkan pada tabel 1 dan tabel 2.

Hasil evaluasi pengetahuan peserta pelatihan konseling sebaya
Sebelum dan sesudah pelatihan

Tabel 1. Pengetahuan konselor sebaya tentang Konseling Teman Sebaya

No	Materi Pembinaan	Tingkat Pengetahuan	Pre Test		Post Test	
			Frekuensi	Prosentase	Frekuensi	Prosentase
1	Pengertian Konseling Sebaya	Baik	5	16,7	14	46,7
		Cukup	21	70,0	15	50,0
		Kurang	4	13,3	1	3,3
2	Hakikat dan Prinsip Konseling Sebaya	Baik	9	30,0	19	63,3
		Cukup	16	53,3	8	26,7
		Kurang	5	16,7	3	10,0
3	Tahap-tahap Pengembangan Konseling Sebaya	Baik	12	40,0	29	63,3
		Cukup	14	46,7	1	26,7
		Kurang	4	13,3	0	10,0
4	Langkah-langkah Pelaksanaan Konseling Sebaya	Baik	3	10,0	11	96,7
		Cukup	19	63,3	19	3,3
		Kurang	8	26,7	0	0,0
5	Evaluasi Pelaksanaan konseling sebaya	Baik	3	10,0	15	68,2
		Cukup	19	63,3	6	27,3
		Kurang	8	26,7	1	4,5
6	Dukungan Sistem konseling sebaya	Baik	7	23,3	17	56,7
		Cukup	14	46,7	6	20,0
		Kurang	9	30,0	7	23,3
7	Tanggung Jawab Dan Kualifikasi Konselor dalam Konseling Sebaya	Baik	14	46,7	20	66,7
		Cukup	12	40,0	10	33,3
		Kurang	4	13,3	0	0,0
8	Keterampilan konseling Konselor Sebaya	Baik	20	76,9	25	83,3
		Cukup	5	19,2	5	16,7
		Kurang	1	3,8	0	0,0
9	Keterampilan berempati Konselor Sebaya	Baik	4	13,3	19	63,3
		Cukup	19	63,3	7	23,3
		Kurang	7	23,3	4	13,3
10	Keterampilan Resiliensi Konselor Sebaya	Baik	12	40,0	23	76,7
		Cukup	12	40,0	3	10,0
		Kurang	6	20,0	4	13,3
11	Persyaratan Konselor sebaya	Baik	10	33,3	21	70,0
		Cukup	15	50,0	7	23,3
		Kurang	5	16,7	2	6,7

Berdasarkan tabel 1 terlihat adanya peningkatan pengetahuan peserta pelatihan secara signifikan terhadap setiap konsep komponen konseling sebaya.

Hasil evaluasi sikap peserta pelatihan konseling sebaya
Sebelum dan sesudah

Tabel 2. Sikap konselor sebaya tentang konseling teman sebaya

No	Materi Pembinaan	Tingkat Pengetahuan	Pre Test		Post Test	
			Frekuensi	Prosentasi	Frekuensi	Prosentasi
1	Penilaian diri sendiri	Positif	11	36,7	24	80,0
		Negatif	19	63,3	6	20,0
2	Penilaian Teman	Positif	15	50,0	18	60,0
		Negatif	15	50,0	12	40,0
3	Penilaian Observasi	Positif	18	60,0	22	73,3
		Negatif	12	40,0	8	26,7

Tabel 2 memperlihatkan hasil analisis yang menunjukkan adanya peningkatan sikap peserta pelatihan secara signifikan terhadap pelaksanaan konselor sebaya

Selain evaluasi secara kuantitatif yang dilakukan melalui penyebaran kuesioner, dilaksanakan juga penilaian melalui wawancara terstruktur dengan menggunakan metode diskusi kelompok kecil. Peserta pelatihan dibagi menjadi 6 kelompok dan didampingi 1 fasilitator perawat. Berdasarkan hasil wawancara terstruktur diperoleh hasil adanya peningkatan sikap peserta terhadap pelaksanaan konseling sebaya, selain itu adanya keluhan kecemasan peserta ketika pelaksanaan di lapangan diungkapkan oleh konselor sebaya. Menyikapi hasil tersebut, fasilitator memberikan penjelasan kepada para peserta bahwa akan memberikan pelatihan-pelatihan lanjutan dan pendampingan pada waktu siswa menangani permasalahan temannya baik itu via telfon atau pendampingan langsung

PEMBAHASAN

Remaja dihadapkan pada berbagai perubahan, baik fisik, sosial maupun psikologis, belum lagi perubahan teknologi yang sedemikian cepat sehingga seringkali terjadi perubahan yang tidak disadari oleh remaja, maupun orang tua sebagai lingkungan terdekatnya. Perubahan yang terjadi mengakibatkan kompleksnya permasalahan siswa sekolah menengah, sehingga dibutuhkan pihak tertentu yang dapat dipercaya oleh siswa dan mampu mengidentifikasi permasalahan yang dialami siswa. Keterbukaan siswa sangat dibutuhkan ketika akan menyelesaikan sebuah permasalahan. Konselor sebaya dianggap berada pada posisi strategis dalam mengkaji dan menginvestigasi permasalahan sesamanya. Semakin terbuka siswa maka akan semakin besar peluang bagi konselor sebaya dalam memberikan solusi pemecahannya. Dengan demikian keberadaan konseling sebaya sangat dibutuhkan karena dapat mencegah dan meminimalisir muncul perilaku negatif remaja (Kementerian Kesehatan, 2010).

Dalam kegiatan ini, sebelum dilakukan pelatihan mayoritas konselor sebaya masih belum memahami konsep-konsep tentang konseling sebaya serta cara melaksanakannya. Hal tersebut diketahui berdasarkan perolehan nilai pre-test peserta pelatihan, sebelum pelatihan dilaksanakan. Pemberian materi melalui ceramah dan tanya jawab atau diskusi yang menarik, mampu memberikan kesempatan luas kepada peserta pelatihan untuk mengemukakan pendapatnya serta menanyakan berbagai hal yang belum dipahaminya

dengan baik. Banyak hal yang harus dimengerti oleh seorang konselor sebaya (Kementerian Kesehatan, 2010) diantaranya adalah hakikat serta beberapa prinsip konseling sebaya serta cara mengevaluasi keberhasilan sebuah konseling sebaya.

Agar dapat berperan dengan baik sebagai konselor sebaya, maka tidak cukup hanya sekedar memahami konsep saja, namun juga diperlukan kemampuan psikomotor agar dapat berperan dan bersikap dengan baik ketika memberikan bantuan melalui konseling sebaya. Dalam pelatihan ini, fasilitator memperagakan dirinya sebagai konselor, karena banyak bukti memperlihatkan bahwa metode demonstrasi dalam pengajaran mampu meningkatkan motivasi, pengetahuan serta mendorong percepatan siswa dalam berprestasi karena demonstrasi mampu memberikan gambaran yang kongkrit (Gafur, 2018). Beberapa peran konseling sebaya menurut Carr (1981) diantaranya adalah konselor sebaya lebih berpeluang untuk membantu mencari solusi permasalahan siswa, kondisi psikologis siswa dapat diperkuat oleh kehadiran konselor sebaya, kebebasan dapat diraih siswa berdasarkan perspektif sebaya, dukungan teman sebaya berpengaruh terhadap peningkatan prestasi serta rasa percaya terhadap kemampuan diri, perhatian akan diberikan oleh teman sebaya sehingga sering dijadikan sebagai tempat berbagi ketika menghadapi permasalahan, permasalahansiswa akan lebih diketahui dengan baik oleh sesamanya (Febrianti, 2017).

KESIMPULAN

Pelatihan konselor sebaya berpengaruh positif terhadap pengetahuan, sikap dan trampilan para konselor sebaya dalam mengoptimalkan pelaksanaan konseling, sehingga diharapkan dapat membantu mengentaskan permasalahan siswa di sekolah. Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan pengabmas dapat disimpulkan bahwa penguatan kompetensi konselor sebaya berpeluang untuk dapat membantu memberikan alternative penyelesaian masalah yang dihadapi siswa di sekolah. Adanya persamaan dalam berbagai hal antara konselor sebaya dan siswa sekolah akan mempermudah penggalan masalah serta oenerimaan atas solusi yang diberikan selama konseling sebaya. Upaya optimalisasi pelaksanaan konseling sebaya harus dilaksanakan secara berkesinambungan melalui kerjasama dengan guru dan kerjasama lintas sektoral dengan pihak puskesmas.

DAFTAR PUSTAKA

- Adyani, M, S. A., Muflih, M., & Syafitri, E. N. (2011). Kerentanan Kehamilan Remaja Dan Konseling Sebaya, *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*. 6(1), 6–15.
- Andrianto. (2019). Faktor-faktor Penyebab Kenakalan Remaja di Lebak Mulyo Kecamatan Kemuning Kota Palembang. *Jurnal PAI Raden Fatah*, 1(1), 82–104.
- Arudo, T. O. O. (2008). Peer Counseling Experience Among Selected Kenyan Secondary Schools. In *KAPC Conference* (pp. 1–23).
- Febrianti, T. (2017). *Model Konseling Teman Sebaya Berbasis Life Skills Untuk Meningkatkan Perilaku Prosocial Siswa SMK DI Kota Semarang*. Universitas Negeri Semarang.
- Gafur, A. (2018). Peningkatan Hasil Belajar IPA Terpadu Melalui Metode Demonstrasi Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Sano Nggoang Manggarai Barat Tahun Pelajaran 2017/2018. *Jisip*, 2(1), 144–161.
- Hotifah, Y. (2014). Empowering Santri dalam Mengatasi Permasalahan Pembelajaran di Pesantren Melalui Model Peer Helping Berbasis Kearifan Lokal Pesantren. *Jurnal Personifikasi*, 5(1), 19–42.
-

- Kementerian Kesehatan (2010). *Pedoman Teknik Konseling Kesehatan Remaja bagi Konselor Sebaya*. Kementerian Kesehatan.
- Krisnanto, P. D., & Nekada, C. D. Y. (2020). Pembentukan Sahabat 5 G (Galakan Gizi Gapai Generasi Golden) Pada Remaja Di SMP Pangudi Luhur Kalibawang Kulonprogo. *Journal of Community Engagement in Health*, 3(1), 5–10. <https://doi.org/10.30994/jceh.v3i1.24>
- Prasetiawan, H. (2012). Konseling Teman Sebaya untuk Mereduksi Kecanduan Game Online. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 1–13.
- Rachmah, S., Kartiningrum, E. D., & Anggreni, D. (2020). Pembinaan Pada Remaja Tentang Perilaku Berpacaran. *Journal of Community Engagement in Health*, 3(1), 33–38. <https://doi.org/10.30994/jceh.v3i1.30>
- Ulfa dan Kurwiyah. (2003). Hubungan Peran Konselor Sebaya terhadap Perilaku Berhenti Merokok di SMP 219 Jakarta. *Jurnal Universitas Muhamadiyah Jakarta*.
- Widayat, D. P. (2017). Kefektifan Peer Support untuk Meningkatkan Self Discipline Siswa SMP. In *Prosiding Seminar Bimbingan dan Konseling* (pp. 125–136).