

**POLA PEMBINAAN SISWA DALAM MENINGKATKAN KESEHATAN  
MENTAL (STUDI KASUS DI MAN DOLOPO)**

**SKRIPSI**



**OLEH**

**LIA NIKMAH WAFIROH**

**210313082**

**JURUSAN TARBIYAH**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN**

**JURUSAN PENDIDIKAN AGAMA ISLAM**

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI**

**(IAIN) PONOROGO**

**2017**

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Kesehatan mental memang telah menjadi perhatian secara global. Meski berbeda-beda aksi yang ditunjukkan, namun hampir semua pemerintahan di seluruh negara mengakui pentingnya kesehatan mental bagi masyarakatnya. Salah satu isu yang mengemuka adalah tingginya prevalensi masalah kesehatan mental adalah pada anak dan remaja.<sup>1</sup>

Di negara maju seperti Amerika Serikat diperkirakan pertahunnya 20 - 25% anak dan remaja mengalami masalah kesehatan mental, dan 40% diantaranya memenuhi kriteria diagnostik untuk berbagai jenis gangguan mental. Belum termasuk anak dan remaja yang berisiko dan belum terdiagnosa namun kondisinya mempengaruhi keberfungsian dan wellbeing sehari-hari. Penelitian epidemiologi di AS menunjukkan 1 dari 10 anak menunjukkan symptom depresi sebelum usia 14 tahun, dan 20% anak usia 16-17 tahun mengalami gangguan cemas, mood, dan gangguan perilaku serta penggunaan zat terlarang. Secara Internasional diperkirakan gangguan mental pada anak dan remaja akan menjadi

---

<sup>1</sup>Usmi Karyani, Ira Paramastri, dan Neila Ramdani, Riset Terkini Intervensi Berbasis Sekolah untuk Promosi Kesehatan Mental Siswa: Review Sistematis, ( Jurnal: Seminar Asean <sup>2</sup>nd Psychology dan Humanity © Psychology Forum UMM, 19 – 20 Februari 2016 456), (<http://mpsi.umm.ac.id>) di akses tanggal 26-November-2016, 456.

salah satu dari lima masalah yang menyebabkan disabilitas, morbiditas, atau bahkan mortalitas pada 20 tahun yang akan datang. Masalah kesehatan mental pada anak dan remaja dapat mempengaruhi keberfungsian anak dan remaja terhadap domain – domain penting dalam hidupnya saat ini dan di masa yang mendatang, seperti misalnya keberfungsian di sekolah, di rumah, dengan teman, dan masyarakat.<sup>2</sup>

Di Indonesia sendiri sejak tahun 2004 permasalahan kesehatan mental sudah bukan lagi menjadi hal yang asing. Sebagaimana dijelaskan oleh Sururin, bahwa 2% bangsa Indonesia terganggu jiwanya dapat dijadikan dasar bahwa persoalan kesehatan mental semakin membutuhkan perhatian yang serius.<sup>3</sup> Diagnosa gangguan mental pada anak-anak penting karena mereka sering kali mengarah pada gangguan kejiwaan pada masa dewasa. Bahkan setengah dari seluruh kasus gangguan mental dimulai pada usia 14 tahun.<sup>4</sup>

Kesehatan mental atau “*mental hygiene*” pertama dipopulerkan oleh Adolf Meyer pada permulaan abad-20, sebagai suatu gerakan dalam usaha menanggulangi masalah gangguan mental. Gerakan tersebut timbul setelah terbitnya sebuah buku yang berjudul *A Mind that Found Itself* karangan Clifford Beers.<sup>5</sup> Didalam ajaran Agama Islam sendiri kedudukan, fungsi, dan peranan kesehatan mental sudah nampak jelas sejak lama. Kesehatan mental dalam Islam

---

<sup>2</sup>Ibid, 456.

<sup>3</sup> Sururin, Ilmu Jiwa Agama (Jakarta : PT Raja Grafindo Persada, 2004), 142.

<sup>4</sup>Diane E. Papalia, et al., Human Development(Jakarta: Salemba Humanika, 2013), 524 .

<sup>5</sup>Muhammad Surya, Psikologi Guru Konsep dan Aplikasi(Bandung : Alfabeta, 2014), 157

adalah ibadah dalam pengertian luas atau pengembangan potensi diri yang dimiliki manusia dalam rangka pengabdian kepada Allah dan agamanya, untuk mendapatkan al-nafs al-muthmainnah (jiwa yang tenang dan bahagia).<sup>6</sup> Dijelaskan dalam Al-Qur'an sebagaimana dalam QS. Al-Fath: ayat 4

هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَانًا  
مَعَ إِيمَانِهِمْ وَاللَّهُ جُنُودُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا



*“Dialah yang telah menurunkan ketenangan kedalam hati orang-orang mukmin supaya keimanan mereka bertambah disamping keimanan mereka yang telah ada.”<sup>7</sup>*

Imam Malik menjelaskan dalam bukunya yang berjudul *“Pengantar Psikologi Umum”* berdasarkan ayat diatas dapat dilihat bahwa ketenangan jiwa dan hidup seseorang terletak pada ketenangan dan kesehatan mental lebih-lebih mampu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan dan masyarakatnya.<sup>8</sup> Oleh sebab itu, di zaman yang serba canggih sekarang ini sudah sewajarnya pendidikan sebagai tempat yang tepat untuk membentuk kesehatan mental pada anak. Terutama bagi sekolah yang berlatar belakang pendidikan Islam atau Madrasah. Sebab dalam menumbuhkan dan meningkatkan kesehatan mental

<sup>6</sup> Sururin, Ilmu Jiwa Agama, 149.

<sup>7</sup> Al-Kauşar, *Al-Qur'an dan Terjemahnya juz 1 s/d 30* (Bandung: Sinar Baru Algensindo, 2009), 737

<sup>8</sup> Imam Malik, *Pengantar Psikologi Umum*(Yogyakarta: Sukses Offset: 2011), 276.

masyarakat memerlukan langkah konkret dan dilakukan secara terpadu dan komprehensif, baik dalam lingkup akademik/persekolahan maupun diluar lingkup persekolahan, termasuk di masyarakat pemerintah/swasta melalui pendidikan atau pelatihan.<sup>9</sup>

Muhammad Surya menjelaskan bahwa secara konkret hubungan antara kesehatan mental dan praktik pendidikan terlihat dalam penanganan peserta didik di sekolah. Keadaan kesehatan mental menjadi prioritas pertama dikondisikan pada anak-anak.<sup>10</sup> Generasi yang mempunyai mental sehat atau kesehatan mental yang prima diharapkan mempunyai sumbangan kepada perkembangan nasional dan kesejahteraan negara Republik Indonesia. Untuk itu, peran guru dirasa sangat penting, artinya dalam mendidik generasi muda agar mempunyai mental yang sehat.<sup>11</sup>

Dengan hal itu sudah jelas bahwa upaya menumbuhkan kesehatan mental anak, terutama untuk anak remaja sangat penting dibutuhkan dalam sebuah sekolah atau madrasah. Para guru di SLTP dan SLTA perlu memahami kesehatan mental siswanya yang berada pada masa transisi, karena tidak sedikit siswa yang mengalami kesulitan mengembangkan mentalnya karena terlambat oleh masalah-masalahnya, seperti penyesuaian diri, konflik dengan orang tua atau teman, masalah pribadi, atau masalah akademis yang semuanya dapat menjadi sumber

---

<sup>9</sup>Syamsul Bahri Thalib, Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif (Jakarta: Prenada Media Group, 2010), 204.

<sup>10</sup>Muhammad Surya, Psikologi Guru konsep dan aplikasi, 154.

<sup>11</sup>Ibid., 373.

stres.<sup>12</sup> Secara umum fenomena ketidaksehatan mental tersebut dapat menghalangi tujuan-tujuan pendidikan dan pengajaran di lingkungan sekolah. Dalam menghadapi fenomena seperti ini selayaknya segenap komponen disekolah, khususnya konselor sekolah atau psikolog sekolah membantu mereka melalui metode prevensi dan intervensi konseling dan psikologi untuk mencapai keadaan kesehatan mental yang seimbang kembali.<sup>13</sup>

MAN Dolopo merupakan sekolah yang memiliki pola pembinaan yang mendukung terbentuknya kesehatan mental peserta didik. Berdasarkan observasi yang penulis lakukan, menunjukkan bahwa di MAN Dolopo terdapat program Bimbingan Konseling yang berbasis agama Islam, yang dapat meningkatkan kesehatan mental siswa. Berbeda dengan sekolah lain yang menganggap adanya Bimbingan Konseling hanya sebagai simbol dan dianggap sebagai “polisi sekolah” yang menangani anak-anak saat melanggar aturan sekolah. Banyak dari sekolah lain yang belum menjalankan program Bimbingan Konseling sesuai dengan tugas dan tujuannya, sehingga Bimbingan Konseling masih dalam bentuk Bimbingan Penyuluhan yang mana masih dianggap sebagai tempat menakutkan yang hanya digunakan bagi peserta didik yang bermasalah atau melanggar aturan sekolah.

---

<sup>12</sup> Dede Rahmat Hidayat, *Bimbingan Konseling (Kesehatan Mental di Sekolah)* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2014), 99.

<sup>13</sup> Fatah Hanurawan, *Strategi Pengembangan Kesehatan di Lingkungan Sekolah (Mental Health Development Strategy In The Schools)*, *Jurnal ISSN : 2301-6167 Psikopedagogia*, Vol 1, No. 1, Juni 2012), diakses tanggal 23-Februari-2017 pukul 15:44.

MAN Dolopo adalah satu-satunya madrasah yang berstatus negeri di wilayah Kecamatan Dolopo, yang sampai saat ini terus melakukan perbaikan memberikan pendidikan yang terbaik bagi peserta didiknya. Jika melihat fenomena yang terjadi di MAN Dolopo menunjukkan bahwa guru berusaha lebih dalam meningkatkan kesehatan mental siswa mulai dari penataan lingkungan sekolah seperti pembuatan poster dinding, lingkungan yang asri, bersih, dan sehat, serta dalam bentuk peran aktif adanya Bimbingan Konseling yang komperhensif dan berbasis keagamaan. Sebagaimana dipaparkan oleh guru Bimbingan Konseling ketika wawancara di MAN Dolopo. Bimbingan Konseling di madrasah ini sudah termasuk tertata dan terorganisir dengan baik. Seperti dalam pelaksanaannya yaitu adanya bimbingan dan motivasi belajar yang diberikan secara khusus oleh guru kepada siswa yang mengalami kesulitan belajar dalam bidang pembelajaran, juga mendatangkan motivator atau tokoh kesehatan. Hal ini agar mereka dapat mandiri, memiliki wawasan luas, kepercayaan diri, dan memahami akan pribadinya, sehingga lama kelamaan mereka akan dapat memecahkan masalahnya sendiri. Selain itu peran seluruh komponen sekolah mulai dari kepala sekolah, kurikulum, wali kelas, guru tatib, guru agama dan mata pelajaran lain yang ikut berperan mendukung program-program dalam bimbingan konseling. Serta membina siswa dalam mengembangkan pribadinya yang sehat dan positif.

Hal inilah yang membuat bimbingan konseling di MAN Dolopo saat ini terlaksana dengan baik dan sudah tidak dianggap seperti "*polisi sekolah*" atau

tempat yang menyeramkan hanya untuk siswa yang bermasalah. Dan para siswa saat ini sudah mengalami banyak peningkatan terutama dalam kesadaran kedisiplinannya.<sup>14</sup>

Berangkat dari uraian fenomena diatas, penulis berkeinginan untuk mengadakan penelitian mengenai : **“Pola Pembinaan Siswa dalam Meningkatkan Kesehatan Mental” (Studi Kasus di MAN Dolopo)**

## **B. Fokus Penelitian**

Mengingat luasnya masalah, cakupan pembahasan juga karena keterbatasan tenaga, waktu dan dana, dan supaya hasil penelitian lebih terfokus, maka peneliti tidak melakukan penelitian terhadap keseluruhan yang ada pada objek atau situasi sosial tertentu, tetapi lebih menitik beratkan pada aspek progam pembinaan kesehatan mental siswa di MAN Dolopo, pelaksanaan progam pembinaan dalam meningkatkan kesehatan mental siswa di MAN Dolopo, serta faktor pendukung dan penghambat pelaksanaan progam pembinaan siswa dalam meningkatkan kesehatan mental siswa di MAN Dolopo.

## **C. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana latar belakang progam pembinaan siswa dalam meningkatkan kesehatan mental siswa di MAN Dolopo?

---

<sup>14</sup> Yuni Widyaningrum, Faoziyah Darraini dan Anis Rofiana, Observasi dan Wawancara di MAN Dolopo, Tanggal 14 November 2016 pukul 09.30-12.00



2. Bagaimana pelaksanaan program pembinaan dalam meningkatkan kesehatan mental siswa di MAN Dolopo?
3. Apa saja faktor pendukung dan penghambat pelaksanaan program pembinaan siswa dalam meningkatkan kesehatan mental siswa di MAN Dolopo?

#### **D. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui latar belakang program pembinaan siswa dalam meningkatkan kesehatan mental siswa di MAN Dolopo.
2. Untuk mengetahui pelaksanaan program pembinaan dalam meningkatkan kesehatan mental siswa di MAN Dolopo.
3. Untuk mengetahui faktor pendukung dan penghambat pelaksanaan program pembinaan siswa dalam meningkatkan kesehatan mental siswa di MAN Dolopo.

#### **E. Manfaat Penelitian**

Setelah penelitian ini terlaksana, penulis berharap dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis:

##### **a. Manfaat teoritis**

Dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu pengetahuan khususnya pembinaan siswa dalam meningkatkan kesehatan mental di MAN Dolopo.

b. Manfaat praktis

Dapat bermanfaat dan berguna bagi berbagai pihak yang secara langsung berkepentingan dengan permasalahan yang diteliti antara lain.

1) Bagi Lembaga Pendidikan

Diharapkan penelitian ini mampu memberikan sumbangan pemikiran dan tambahan ilmu pengetahuan khususnya dalam meningkatkan kesehatan mental.

2) Bagi Pendidik atau Guru

Diharapkan dapat memberi motivasi guru dalam meningkatkan kesejahteraan sekolah terutama dalam program-program keagamaan.

3) Bagi Siswa

Diharapkan siswa dapat lebih semangat lagi dalam belajar untuk mencapai kebahagiaan hatinya dalam menempuh pendidikan untuk mencapai cita-citanya.

4) Bagi Penulis

Dengan penelitian ini diharapkan dapat menambah cakrawala berfikir dan memperluas pengetahuan serta mendapat pengalaman praktis dalam pengabdian penelitian.

**F. Sistematika Pembahasan**

Untuk memperoleh gambaran yang jelas tentang urutan pembahasan skripsi ini agar menjadi sebuah kesatuan bahasa yang utuh maka penulis akan memaparkan mengenai sistematika pembahasan sebagai berikut:

Bab pertama, merupakan bab pendahuluan. Yang merupakan ilustrasi secara keseluruhan. Dalam bab ini berisi tentang latar belakang masalah, fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penelitian.

Bab kedua, yaitu landasan teori dan telaah pustaka, sebagai kerangka berfikir dalam penyusunan skripsi ini mengacu pada berbagai teori yang telah dibakukan dan dibukukan oleh ilmuwan terdahulu, dengan demikian diharapkan alur berfikir dalam penyusunan tulisan ini tidak keluar dari alur yang sudah ada. Selain itu juga dijelaskan tentang pengertian kesehatan mental siswa dan telaah hasil penelitian terdahulu.

Bab ketiga, yaitu metode penelitian. Dalam bab ini berisi tentang pendekatan dan jenis penelitian, kehadiran peneliti, lokasi penelitian, data dan sumber data, prosedur pengumpulan data, teknik analisis data, pengecekan keabsahan temuan, dan tahapan-tahapan penelitian

Bab keempat yaitu temuan penelitian. Pada bab ini berisi tentang gambaran data umum. Yaitu meliputi sejarah MAN DOLOPO, letak geografis, visi dan misi sekolah, data guru dan siswa, struktur organisasi, sarana dan prasarana.

Bab kelima, pembahasan. Pada bab ini berisi tentang analisis pola pembinaan siswa dalam meningkatkan kesehatan mental di MAN DOLOPO.

Bab keenam, penutup. Ini berisi kesimpulan dan saran.



## BAB II

### KAJIAN TEORI DAN TELAAH HASIL PENELITIAN TERDAHULU

#### A. Kajian Teori

##### 1. Pola Pembinaan Siswa

Menurut kamus besar Indonesia “pola” adalah sistem atau cara kerja atau serangkaian alur kegiatan.<sup>15</sup> Dan kata pembinaan menurut kamus Besar Bahasa Indonesia berasal dari kata “bina” yang berarti membangun atau mengusahakan yang lebih baik. Arti pembinaan itu sendiri adalah usaha, tindakan, dan kegiatan yang dilakukan secara efisien dan efektif untuk memperoleh hasil yang lebih baik.<sup>16</sup>

Istilah pembinaan menunjuk pada suatu kegiatan mempertahankan dan menyempurnakan apa yang telah ada. Bila kita memiliki sebuah rumah, maka usaha kita sehari-hari dalam bentuk membersihkan rumah tersebut, memperbaiki atau mengganti bagian-bagian dari rumah tersebut yang mengalami kesurakan, memperluas, memperindah pekarangan rumah tersebut, dan kegiatan-kegiatan lain yang sejenis, itulah yang kita sebut dengan usaha pembinaan.<sup>17</sup> Sedangkan kata “pembinaan” terhadap para siswa mempunyai arti khusus, yaitu usaha atau kegiatan memberikan bimbingan, arahan,

---

<sup>15</sup>Poerwa Darminto, Kamus Umum Bahasa Indonesia (Jakarta: Balai Pustaka, 1991), 141.

<sup>16</sup>Departemen Pendidikan Nasional, Kamus Besar Bahasa Indonesia (Jakarta: Balai Pustaka, 2005), 152.

<sup>17</sup>Binti Maunah, Pengembangan Kurikulum Berbasis Kompetensi (Yogyakarta: SuksesOffset, 2009), 41.

pemantapan, peningkatan, arahan terhadap pola pikir, sikap mental, perilaku serta minat, bakat dan keterampilan para siswa.<sup>18</sup>

Dari pengertian tersebut dijelaskan bahwa pembinaan adalah usaha kegiatan membimbing. Untuk memperjelas pengertian dari pembinaan maka dikaji pula teori tentang bimbingan untuk memperoleh pengertian yang lebih luas. Menurut Rohman Natawidjaja, bimbingan adalah :

Proses pemberian bantuan kepada individu yang dilakukan secara kesinambungan, supaya individu tersebut memahami dirinya sehingga ia sanggup mengarahkan diri dan dapat bertindak wajar sesuai dengan tuntunan dan keadaan keluarga serta masyarakat. Dengan demikian dia dapat menegap kebahagiaan hidupnya serta dapat memberikan sumbangan yang berarti.<sup>19</sup>

Menurut Moh Surya, bimbingan adalah :

Bimbingan adalah suatu proses pemberian bantuan yang terus menerus dan sistematis dari pembimbing kepada yang dibimbing agar tercapai kemandirian dalam pemahaman diri, penerimaan diri, pengarahan diri, dan perwujudan diri dalam mencapai tingkat perkembangan yang optimal dan penyesuaian diri dengan lingkungan.<sup>20</sup>

Dari beberapa pengertian diatas maka dapat dapat dikemukakan bahwa pengertian bimbingan merupakan:

- a. Suatu proses yang berkesinambungan
- b. Suatu proses membantu individu
- c. Bantuan yang diberikan itu dimaksudkan agar individu yang bersangkutan dapat mengarahkan dan mengembangkan dirinya secara optimal sesuai dengan kemampuan/potensinya

---

<sup>18</sup> Wahyosumidjo, Kepemimpinan Kepala Sekolah (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 1999), 241.

<sup>19</sup> Soejipto dan Raflis Kosasi, Profesi Keguruan (Jakarta: Rineka Cipta, 2009), 62.

<sup>20</sup> Hellen, Bimbingan dan Konseling (Jakarta: Ciputat Pers, 2002), 5.

- d. Kegiatan yang bertujuan utama memberikan bantuan agar individu dapat memahami keadaan dirinya dan mampu menyesuaikan dengan lingkungannya.<sup>21</sup>

Jadi, pengertian pola pembinaan siswa adalah sistem untuk membangun siswa menjadi yang lebih baik dengan usaha, tindakan, dan kegiatan yang dilakukan secara efektif dan efisien untuk memperoleh hasil yang lebih baik

## 2. Kesehatan Mental

### a. Pengertian Kesehatan Mental

Pengertian sehat (Health) secara umum dapat dipahami sebagai kesejahteraan secara penuh (keadaan yang sempurna) baik secara fisik, mental, maupun sosial, tidak hanya terbebas dari penyakit atau keadaan lemah. Di dalam UU Kesehatan No. 23/ 1992 menyatakan bahwa sehat adalah suatu keadaan sehat secara fisik, mental, dan sosial dimana memungkinkan setiap manusia untuk hidup produktif baik secara sosial maupun ekonomis.<sup>22</sup> Menurut Kartono pribadi yang bermental sehat yaitu pribadi yang menampilkan tingkah laku yang adekuat dan bisa diterima masyarakat pada umumnya, sikap hidupnya sesuai dengan norma dan pola kelompok masyarakat, sehingga ada relasi interpersonal dan intersosial yang memuaskan.<sup>23</sup> Dan Kartini Kartono menyebutkan bahwa orang yang memiliki mental yang sehat yaitu orang yang: (1) ada koordinasi dari

---

<sup>21</sup> Soejipto dan Raflis Kosasi, Profesi Keguruan, 62.

<sup>22</sup> Kartika Dewi Sari, Buku Ajar Kesehatan Mental (Semarang: UPT UNDIP Press, 2012), 10.

<sup>23</sup> Ibid., 11.

segenap energi, potensi, dan aktivitasnya; (2) memiliki integrasi dan regulasi terhadap struktur kepribadian; (3) efisien dalam setiap tindakannya; (4) memiliki tujuan hidup; (5) bergairah dan tenang harmonis batinnya.<sup>24</sup>

Sedangkan menurut Killander sebagaimana yang dikutip oleh Iin Tri Rahayu, yaitu:

Orang yang mentalnya sehat diidentikkan sebagai individu yang normal. Mereka adalah orang-orang yang memperlihatkan kematangan emosional, kemampuan menerima realita, kesenangan hidup bersama orang lain, dan memiliki falsafah atau pegangan hidup pada saat ia mengalami komplikasi kehidupan sehari-hari sebagai gangguan.<sup>25</sup>

Sururin mendefinisikan kesehatan mental jika di lihat dalam kacamata Islam, yaitu: “Kesehatan mental dalam Islam adalah ibadah dalam pengertian luas atau pengembangan potensi diri yang dimiliki manusia dalam rangka pengabdian kepada Allah dan agamanya, untuk mendapatkan al-nafs al-muthmainnah(jiwa yang tenang dan bahagia).”<sup>26</sup>

Zakiyah Darajat mendefinisikan, sebagaimana dikutip oleh Abdul Majid dan Jusuf Mudzakir, yaitu: “Terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara individu dengan dirinya sendiri dan

---

<sup>24</sup> Kartini Kartono, *Patologi Sosial*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2015), 270

<sup>25</sup> Iin Tri Rahayu, *Prespektif Islam dan Psikologi Kontemporer*(Malang: UIN Maliki Press, 2009), 285.

<sup>26</sup> Sururin, *Ilmu Jiwa Agama*, 149.



lingkungannya berdasarkan keimanan dan ketakwaan serta bertujuan untuk mencapai hidup bermakna dan bahagia didunia dan diakhirat.<sup>27</sup>

Jadi berdasarkan beberapa definisi kesehatan mental diatas dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental dalam Islam adalah individu yang normal yang memiliki koordinasi dari segenap energi, potensi, dan aktivitasnya, memiliki integrasi dan regulasi terhadap struktur kepribadian, efisien dalam setiap tindakannya, bergairah dan tenang harmonis batinnya dengan pengembangan potensi yang dimiliki dalam rangka pengabdian kepada Allah dan agama yang bertujuan untuk mencapai hidup bermakna bahagia didunia dan diakhirat.

#### b. Ruang Lingkup Kesehatan Mental

Sasaran ilmu kesehatan mental adalah kepribadian dan segala sesuatu yang bertalian dengan kepribadian, seperti masalah perkembangan, pembinaan, struktur, fungsi dan disfunksinya. Dapat dikatakan bahwa kepribadian sanggup mengatur agar kebutuhan bisa dipenuhi, maka akan menghasilkan kesehatan mental yang cukup baik. Sebaliknya, kalau kepribadian gagal dalam tugasnya, maka akan muncul gangguan kesehatan mental.<sup>28</sup>

---

<sup>27</sup> Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakir, Nuansa-nuansa Psikologi Islam (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2001), 136.

<sup>28</sup> Dede Rahmat Hidayat, dan Herdi, Bimbingan Konseling, 33

Komponen penting dalam kesehatan mental adalah kepribadian. Kepribadian ini menentukan bagaimana seseorang berfikir, bersikap dan bertingkah laku. Kepribadian berkembang melalui proses perkembangan, sehingga kepribadian merupakan hasil interaksi dengan lingkungannya.<sup>29</sup>

### c. Prinsip-Prinsip Kesehatan Mental

Purwa Atmaja Prawira menuliskan dalam bukunya bahwa prinsip-prinsip dari kesehatan mental menurut Altrocchi dan Lehtinen yaitu:

- 1) Kesehatan mental adalah lebih dari tiadanya perilaku abnormal artinya orang yang dikatakan sehat mentalnya tidak cukup kalau dikatakan sebagai orang yang tidak mengalami abnormalitas atau orang yang normal.
- 2) Kesehatan mental adalah konsep yang ideal, artinya kesehatan mental menjadi tujuan yang amat tinggi bagi seseorang. Disarankan orang agar mendapatkan kondisi sehat yang paling optimal untuk berusaha terus mencapai kondisi sehat setinggi-tingginya.
- 3) Kesehatan mental sebagai bagian dan karakteristik kualitas hidup. Artinya, kesehatan mental menunjukkan kualitas hidup seseorang. Kualitas hidup seseorang dikatakan meningkat jika keadaan kesehatan mentalnya juga mengalami peningkatan.<sup>30</sup>

Menurut Muhammad Surya, prinsip-prinsip Kesehatan Mental adalah:

---

<sup>29</sup>Ibid., 54

<sup>30</sup> Purwa Atmaja Prawira, Psikologi Pendidikan dalam Perspektif Baru(Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2013), 377-378.

- 1) Kesehatan mental yang dicapai tergantung kepada keadaan jasmani yang baik dan integritas individu organisme.
- 2) Untuk menjaga kesehatan mental, setiap individu harus sesuai dengan hakekat kemanusiaannya dalam moral, intelektual, religi, emosional, dan sosial.
- 3) Kesehatan mental dapat dicapai dengan integritas dan kontrol diri dalam cara berfikir, imajinasi, keinginan, emosi dan perilaku.
- 4) Dalam mencapai dan memelihara kesehatan mental, perlu memperluas pengetahuan atau tilikan terhadap diri sendiri (self insight)
- 5) Kesehatan mental ditandai dengan konsep diri yang sehat.
- 6) Untuk mencapai kesehatan mental, tilikan terhadap diri sendiri (self insight) dan penerimaan diri (self acceptance) perlu disertai dengan perubahan diri (self improvement) dan realisasi diri (self realization).
- 7) Kesehatan mental dicapai dengan perkembangan yang luhur.
- 8) Pencapaian dan pemeliharaan kesehatan mental bergantung kepada penanaman dan perkembangan kebiasaan yang baik.
- 9) Kestabilan mental menuntut adanya adaptabilitas yaitu kemampuan mengadakan perubahan sesuai dengan keadaan perubahan dan kepribadian.
- 10) Kesehatan mental memerlukan adanya usaha mencapai kematangan dalam berfikir, tindakan dan emosi.

- 11) Kesehatan mental dicapai dengan belajar mengatasi konflik dan frustrasi serta ketegangan-ketegangan secara efektif.
- 12) Kesehatan mental tergantung kepada hubungan antar pribadi terutama dalam kehidupan keluarga.
- 13) Penyesuaian yang baik dan ketenangan batin bergantung kepada kepuasan dalam kerja.
- 14) Kesehatan mental dicapai dengan sikap realistis, termasuk penerimaan terhadap kenyataan secara sehat dan obyektif.
- 15) Kestabilan mental tercapai dengan perkembangan kesadaran terhadap sesuatu yang luhur dari dirinya sendiri tempat ia bergantung yaitu Tuhan YME. Dengan kata lain agama memegang peranan penting dalam mencapai kesehatan mental.
- 16) Kesehatan mental dicapai dengan kegiatan yang tetap dan teratur dalam hubungan dengan Tuhan melalui pelaksanaan ajaran-ajarannya.<sup>31</sup>  
Menurut Sururin dalam bukunya menjelaskan prinsip-prinsip kesehatan mental adalah hal dasar yang harus ditegakkan orang dalam dirinya untuk mendapatkan kesehatan mental yang baik serta terhindar dari gangguan kejiwaan, prinsip-prinsip tersebut adalah.<sup>32</sup>

---

<sup>31</sup> Muhammad Surya, Psikologi Guru Konsep dan Aplikasi, 161-162.

<sup>32</sup> Sururin, Ilmu Jiwa Agama, 145-148.

1) Gambaran dan sikap yang baik terhadap diri sendiri. Prinsip ini diistilahkan dengan self image. Prinsip ini antara lain dapat dicapai dengan penerimaan diri, keyakinan diri dan kepercayaan pada diri sendiri. Self image yang juga dengan citra diri penting dalam pengembangan pribadi. Citra diri positif akan mewarnai pola hidup, sikap, cara pikir dan corak penghayatan, serta ragam perbuatan yang positif pula.

2) Keterpaduan antara integrasi diri

Yaitu adanya keseimbangan antara kekuatan-kekuatan jiwa dalam diri, kesatuan pandangan (falsafah) dalam hidup dan kesanggupan mengatasi stres. Dalam bahasa lain orang yang memiliki kesatuan pandangan hidup adalah orang yang memperoleh makna dan tujuan hidupnya. Sedangkan orang yang mampu mengatasi stres berarti orang yang sanggup memenuhi kebutuhannya, dan apabila memenuhi hambatan ia dapat mengadakan suatu inovasi dalam memenuhi kebutuhannya.

3) Perwujudan diri (aktualisasi diri)

Merupakan proses pematangan diri. Menurut Reiff, orang yang sehat mentalnya adalah orang yang mampu mengaktualisasikan diri atau mampu mewujudkan potensi yang dimilikinya, serta memenuhi kebutuhan-kebutuhannya dengan cara yang baik dan memuaskan.

- 4) Berkemampuan menerima orang lain, melakukan aktifitas sosial dan menyesuaikan diri dengan lingkungan tempat tinggal.

Kecakapan dalam hidupnya merupakan dasar bagi kesehatan mental yang baik. Untuk mendapatkan penyesuaian diri yang sukses dalam kehidupan, minimal orang harus memiliki pengetahuan dan keterampilan, mempunyai hubungan erat dengan orang yang mempunyai otoritas dan mempunyai hubungan yang erat dengan teman-teman.

- 5) Berminat dalam tugas dan pekerjaan.

Orang yang menyukai terhadap pekerjaan walaupun berat maka akan cepat selesai daripada pekerjaan yang ringan tetapi tidak diminatinya.

- 6) Agama, cita-cita, dan falsafah hidup.

Untuk pembinaan dan pengembangan kesehatan mental orang membutuhkan agama, seperangkat cita-cita yang konsisten dan pandangan hidup yang kokoh.

- 7) Pengawasan diri

Mengadakan pengawasan terhadap hawa nafsu atau dorongan dan keinginan serta kebutuhan oleh akal pikiran merupakan hal pokok kebutuhan orang dewasa yang bermental sehat dan berkepribadian normal, karena dengan pengawasan tersebut orang mampu membimbing segala tingkah lakunya.

#### 8) Rasa benar dan tanggung jawab

Rasa benar dan tanggung jawab penting bagi tingkah laku, karena setiap individu ingin bebas dari rasa dosa, salah dan kecewa. Rasa benar, tanggung jawab dan sukses adalah keinginan setiap orang yang sehat mentalnya. Rasa benar yang ada dalam diri selalu mengajak orang kepada kebaikan, tanggung jawab dan rasa sukses, serta membebaskan dari rasa dosa, salah dan kecewa.

#### d. Karakteristik Mental yang Sehat

Di dasarkan pada rumusan para ahli kepribadian menurut Gordon Allport karakteristik mental yang sehat yaitu sebagai orang yang matang, diantara sifat-sifat khusus dari kepribadian yang sehat, terdapat tujuh kriteria kematangan yaitu: (1) Perluasan perasaan diri. (2) Hubungan diri yang hangat dengan orang-orang lain. (3) Keamanan emosional. (4) Persepsi realitis. (5) Keterampilan-keterampilan dan tugas. (6) Pemahaman diri. (7) Filsafat hidup yang mempersatukan.<sup>33</sup>

Menurut Ahli Kepribadian yang ketiga yaitu menurut Viktor Frankle yang menyebutkan bahwa orang yang sehat mental merupakan orang yang mengatasi diri. Hal ini didasarkan pada pengalamannya selama perang dunia ke-dua, sebagai orang yang selamat dari kematian penjara Nazi. Menurutnya ada tiga sistem nilai yang fundamental yang berhubungan

---

<sup>33</sup> Dede Rahmat Hidayat, dan Herdi, Bimbingan Konseling (Kesehatan Mental di Sekolah), 55.

dengan cara memberi arti kepada kehidupan, yakni: (1) Nilai-nilai daya cipta (kreatif). (2) Nilai-nilai pengalaman. (3) Nilai-nilai sikap.<sup>34</sup>

Sedangkan karakteristik mental yang sehat dalam pandangan agama Islam, diantaranya sebagaimana dijelaskan oleh Imam Malik yaitu: (1) Kemampuan ketenangan jiwa. (2) Memadahi beraktifitas. (3) Menerima keberadaan dirinya. (4) Kemampuan untuk memelihara. (5) Kemampuan untuk memikul tanggung jawab. (6) Kemampuan untuk berkorban dan menebus kesalahan. (7) Kemampuan untuk membentuk hubungan sosial. (8) Mempunyai keinginan yang realistis. (9) Adanya rasa kepuasan.<sup>35</sup>

#### e. Gangguan Kesehatan Mental di Sekolah

Muhammad Surya menjelaskan beberapa bentuk gejala gangguan mental disekolah yaitu diantaranya;

- 1) Masalah kesulitan belajar, anak yang mengalami gangguan gangguan mental seperti adanya pertentangan batin, konflik dengan orang tua, dan merasa diri akan menimbulkan gangguan kesehatan pada mentalnya.
- 2) Masalah kenakalan remaja, gejala kenakalan mengganggu, pergaulan bebas, perkelahian, pembentukan gank, membuat coretan-coretan yang tidak senonoh, merusak sekolah.
- 3) Masalah disiplin, gejala pelanggaran disiplin seperti datang terlambat, berbuat seenaknya, mencuri, mencontek, dan sebagainya dapat terjadi

---

<sup>34</sup>Ibid.,77

<sup>35</sup> Imam Malik, Pengantar Psikologi Umum., 275.



bukan karena anak tidak tahu aturan disiplin, tetapi gejala itu dilakukan sebagai protes terhadap ketidakseimbangan mentalnya.

- 4) Masalah gangguan mental seperti bersikap dingin, murung, selalu cemas, pesimis yang berlebihan, bertingkah laku histeris, gejala pemakaian narkotik, sering pingsan, acuh, mudah tersinggung.<sup>36</sup>

Menurut Muhammad Surya menjelaskan bahwa kesehatan mental seseorang ditentukan oleh beberapa kondisi yang mempengaruhinya, yaitu sebagai berikut:

- 1) Kepribadian, sebagai organisasi yang unik dalam diri individu, termasuk didalamnya aspek konsep diri, penerimaan diri dan realisasi diri.
- 2) Kondisi-kondisi fisik, termasuk faktor-faktor pembawaan, konstruksi fisik, sistem syaraf, kelenjar, otot-otot, kesehatan, fisik dan sebagainya.
- 3) Perkembangan dan kematangan, terutama dalam aspek intelektual, sosial, moral, dan emosional.
- 4) Kondisi psikologis, termasuk pengalaman, hasil belajar, kebiasaan sikap, frustrasi dan konflik, determinasi diri, dan suasana psikologis lainnya.
- 5) Kondisi lingkungan dan kultural, keadaan dalam kehidupan keluarga seperti organisasi keluarga, kekompakan dalam keluarga, keanggotaan dalam keluarga, hubungan anak dengan orang tua dan saudara-saudara.

---

<sup>36</sup> Dede Rahmat Hidayat, dan Herdi, Bimbingan Konseling (Kesehatan Mental di Sekolah) 95-96.

Kondisi lingkungan sekolah seperti administrasi, kurikulum, perlengkapan guru, dan sebagainya. Juga kondisi kehidupan dalam lingkungan masyarakat secara luas dengan segala norma dan nilai didalamnya. Disamping itu kondisi kultural mempunyai pengaruh besar terhadap kesehatan mental.

- 6) Kondisi keagamaan (religi), yaitu hal yang menyangkut hubungan manusia dengan Tuhan turut serta mempengaruhi kesehatan mental. Dalam kondisi ini termasuk pengetahuan, perbuatan, dan sikap keagamaan.<sup>37</sup>
- f. Pemeliharaan dan peningkatan kesehatan mental di Sekolah

Dalam pemeliharaan kesehatan mental juga berlaku pepatah, lebih mudah mencegah daripada mengobati. Orang tua dirumah dan guru-guru disekolah hendaknya sedini mungkin melakukan berbagai upaya pencegahan ketidaksehatan mental. Nana Syaodih Sukmadinata menjelaskan dalam bukunya bahwa ada empat upaya dalam pemeliharaan kesehatan mental.

Upaya **pertama** dan utama yang paling ampuh tetapi sulit dilakukan adalah menciptakan lingkungan sosial-psikologis yang sehat dan wajar. Lingkungan sosial psikologis yang sehat dan wajar akan tercipta apabila orang tua, guru, dan para pendidik lainnya terlebih dahulu memiliki mental yang sehat. Dalam interaksi antar orang dewasa, dan antara orang

---

<sup>37</sup> Muhammad Surya, Psikologi Guru Konsep dan Aplikasi, 156-157.

dewasa dengan anak ditampilkan pribadi-pribadi yang sehat dan matang, penuh kewajaran, berinteraksi dengan sehat dan wajar pula. Dalam situasi ideal seperti itu perkembangan mental anak yang sehat dan terjamin, tetapi bila hubungan antar orang dewasa dan antara orang dewasa dengan anak ada benih-benih ketidaksehatan, maka benih ini akan tumbuh pada anak dan remaja.

Upaya yang **kedua**, ciptakan interaksi dengan anak atau individu dengan dasar kasih sayang dan penghargaan akan harga dan martabat anak tersebut sebagai individu. Awal noda goresan ketidaksehatan mental dimulai dari perlakuan orang dewasa, yang kurang menghormati pribadi anak dan mendekatinya tanpa kasih sayang yang wajar. **Ketiga**, pemeliharaan kesehatan fisik anak. Seperti pepatah olah raga menyatakan “men sana in corpore sano” dalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang kuat, badan yang sehat menjadi penunjang utama mental yang sehat. **Keempat**, memberikan berbagai bentuk kegiatan belajar, latihan penyaluran dan sebagainya, yang sehat dan sesuai dengan tahap perkembangan anak.<sup>38</sup>

---

<sup>38</sup> Nana Syaodih Sukmadinata, Landasan Psikologi Proses Pendidikan (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2005), 150.

Menurut Muhammad Surya sebagaimana dikutip oleh Dede Rahmat Hidayat, sekolah dapat mengupayakan penerapan prinsip-prinsip kesehatan mental disekolah yaitu sebagai berikut:<sup>39</sup>

- 1) Menciptakan situasi sekolah yang dapat menimbulkan rasa betah bagi anak didik, baik secara sosial, fisik, maupun akademis.
- 2) Menciptakan suasana belajar yang menyenangkan bagi anak didik.
- 3) Usaha pemahaman anak didik secara menyeluruh baik prestasi belajar, sosial, maupun seluruh aspek pribadinya.
- 4) Menggunakan metode dan alat belajar yang memotivasi
- 5) Ruang kelas yang memenuhi syarat-syarat kesehatan
- 6) Menggunakan prosedur evaluasi yang dapat membesarkan motivasi belajar.
- 7) Menciptakan situasi sosial yang baik dan membantu perkembangan pribadi anak.
- 8) Peraturan/tata tertib yang jelas dan dipahami oleh siswa.
- 9) Penyesuaian program pendidikan dengan kebutuhan dan pribadi anak
- 10) Teladan dari para guru dalam segala pendidikan.
- 11) Kerjasama dan saling pengertian dari para guru dalam melaksanakan kegiatan pendidikan di sekolah.

---

<sup>39</sup> Dede Rahmat Hidayat, dan Herdi, Bimbingan Konseling (Kesehatan Mental di Sekolah), 101-102.

- 12) Pelaksanaan program bimbingan dan penyuluhan (Konseling) yang sebaik-baiknya
- 13) Situasi kepemimpinan yang penuh dan saling pengertian dan tanggung jawab, baik kepada murid maupun guru.
- 14) Hubungan yang erat dan penuh pengertian antar sekolah dengan orang tua murid dan masyarakat.
- 15) Kerjasama yang baik dengan instansi yang berhubungan dengan masalah kesehatan.
- 16) Pelaksanaan UKS (Usaha Kesehatan Sekolah) termasuk usaha kesehatan mental
- 17) Penyediaan fasilitas belajar yang memadai.

### 3. Program Bimbingan Konseling Komprehensif

Di sekolah seorang konselor sekolah atau psikolog sekolah membantu mereka (peserta didik) melalui metode preventif dan intervensi konseling dan psikologi untuk mencapai keadaan kesehatan mental yang seimbang kembali.<sup>40</sup>

Istilah bimbingan sebagaimana telah dijelaskan diatas yaitu merupakan proses pemberian bantuan yang terus menerus dari seorang pembimbing yang telah dipersiapkan kepada individu yang membutuhkannya dalam rangka

---

<sup>40</sup>Fatah Hanurawan, Strategi Pengembangan Kesehatan di Lingkungan Sekolah (Mental Health Development Strategy In The Schools), Jurnal ISSN : 2301-6167 Psikopedagogia, Vol 1, No. 1, Juni 2012), diakses tanggal 23-Februari-2017 pukul 15:44.

mengembangkan seluruh potensi yang dimilikinya secara optimal. Dan pengertian konseling yaitu serangkaian hubungan langsung dengan individu yang bertujuan membantu siswa dalam merubah sikap dan tingkah lakunya.<sup>41</sup>

Sedangkan pengertian Bimbingan Konseling komprehensif adalah usaha kolaboratif yang bermanfaat bagi siswa, orang tua, guru, staf administrasi, dan seluruh anggota masyarakat.<sup>42</sup> Bimbingan dan konseling komprehensif merupakan sistem kegiatan yang dibuat guna membantu klien dalam mengembangkan potensi dirinya semaksimal mungkin.<sup>43</sup>

Model BK komprehensif yaitu konselor yang berfokus pada pencapaian, berorientasi pada efektifitas kerja, dan mengkomunikasikan tujuan-tujuan program. Program BK komprehensif adalah usaha kolaboratif yang bermanfaat bagi siswa, orang tua, guru staf administrasi, dan seluruh anggota masyarakat. Model BK Komprehensif memiliki karakteristik : memiliki cakupan layanan yang komprehensif, memiliki desain yang berlandaskan pada nilai-nilai preventif, memiliki bentuk yang bersifat perkembangan , berpusat pada siswa, dilaksanakan secara kolaboratif, didukung oleh data, terintegrasi pada keseluruhan program sekolah<sup>44</sup>

#### a. Pelaksanaan Program Bimbingan Konseling Komprehensif

---

<sup>41</sup> Hellen, Bimbingan dan Konseling, 9-10.

<sup>42</sup> Dede Rahmat Hidayat, dan Herdi, Bimbingan Konseling Kesehatan Mental di Sekolah, 131.

<sup>43</sup> Sutirna, Bimbingan Konseling Pendidikan Formal, Nonformal dan Informal (Yogyakarta: CV Andi Offset, 2013), 66.

<sup>44</sup> Dede Rahmat Hidayat, dan Herdi, Bimbingan Konseling Kesehatan Mental di Sekolah, 132.

Dalam pelayanan bimbingan konseling komprehensif terdapat empat komponen yang harus dilaksanakan yaitu 1) layanan dasar bimbingan, 2) layanan responsif, 3) layanan perencanaan individual, 4) dukungan sistem.<sup>45</sup>

1) Layanan dasar bimbingan,

Yaitu layanan yang bertujuan untuk membantu semua siswa agar memperoleh perkembangan yang normal, memiliki mental yang sehat dan memperoleh keterampilan dasar hidupnya. Tugas perkembangan siswa dalam tingkatan MA/SMA yang mencerminkan karakteristik mereka yaitu: (a) Mencapai kematangan dalam beriman dan bertakwa kepada Allah yang Maha Esa. (b) Mencapai kematangan dalam hubungan teman sebaya. (c) Mencapai kematangan pertumbuhan jasmani yang sehat. (d) Pengembangan penguasaan ilmu, teknologi, dan sesuai dengan program kurikulum dan persiapan karier atau melanjutkan perguruan tinggi serta berperan dalam kehidupan masyarakat yang lebih luas. (e) Mencapai kematangan dalam karier. (f) Mencapai kematangan gambaran dan sikap tentang kehidupan keluarga, bermasyarakat, berbangsa dan bernegara. (g) Mengembangkan kemampuan komunikasi sosial dan

---

<sup>45</sup> Syamsu Yusuf, dan Juntika Nurihsan, Landasan Bimbingan dan Konseling (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2009), 26.

intelektual serta apresiasi seni. (h) Mencapai kematangan dalam sistem etika dan nilai.<sup>46</sup>

Layanan dasar dapat dilaksanakan melalui berbagai kegiatan seperti bimbingan kelompok, bimbingan klasikal, layanan orientasi, layanan informasi, dan aplikasi instrumental.<sup>47</sup>

## 2) Layanan responsif

Yaitu layanan bantuan bagi para siswa yang memiliki kebutuhan atau masalah yang memerlukan bantuan (pertolongan) dengan segera. Layanan ini lebih bersifat kuratif. Strategi yang digunakan adalah konseling individual, konseling kelompok, konsultasi. Isi layanan responsif ini adalah bidang: (a) pendidikan; (b) belajar; (c) sosial; (d) pribadi; (e) karier; (f) tata tertib di sekolah; (g) narkoba dan perjudian; (h) perilaku seksual; (i) kehidupan lainnya.<sup>48</sup>

## 3) Layanan perencanaan Individual

Yaitu layanan untuk memahami peserta didik secara mendalam beserta aspek kepribadiannya melalui berbagai assesmen dan menyajikan informasi yang akurat tentang potensi diri dan lingkungannya serta peluang yang tersedia sehingga peserta didik dapat: (a) menganalisis kekuatan dan kelemahannya yang berkaitan

---

<sup>46</sup> Tohirin, *Bimbingan Konseling di Sekolah dan Madrasah Berbasis Integrasi* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2007), 266-267.

<sup>47</sup> Dede Rahmat Hidayat, *Bimbingan Konseling Komperhensif*, 136.

<sup>48</sup> Syamsu Yusuf, dan Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, 28.



dengan potensi, bakat, minat, kepribadaian, dan lingkungannya; (b) mempersiapkan diri untuk mengikuti pendidikan lanjutan yang sesuai dengan dirinya sehingga dapat mengikuti pendidikan lanjutan dengan suasana kondusif; (c) mengukur dan menilai ketercapaian tujuan yang telah ditetapkan; (d) mempertimbangkan dan selanjutnya memilih serta menentukan pilihan melalui keputusan yang tepat dan bijak. Fokus layanan perencanaan individual ini terarah pada pengembangan aspek pribadi sosial, aspek akademik dan aspek karir.<sup>49</sup>

#### 4) Dukungan sistem

Yaitu usaha memberikan dukungan kepada guru pembimbing dalam rangka memperlancar penyelenggaraan ketiga program diatas serta bagi pendidikan untuk memperlancar penyelenggaraan program pendidikan disekolah. Dukungan sistem ini meliputi dua aspek yaitu .<sup>50</sup>

- a) Pemberian layanan, yaitu menyangkut kegiatan guru pembimbing yang meliputi, (1) konsultasi dengan guru-guru; (2) menyelenggarakan program kerjasama dengan orang tua/masyarakat; (3) berpartisipasi dalam merencanakan kegiatan sekolah; (4) bekerjasama dengan personel sekolah lainnya dalam

---

<sup>49</sup> Sutirna, Bimbingan dan Konseling Pendidikan Formal, Nonformal, dan Informal, 69.

<sup>50</sup> Syamsu Yusuf, dan Juntika Nurihsan, Landasan Bimbingan dan Konseling, 31-32.

rangka menciptakan lingkungan sekolah yang kondusif bagi perkembangan peserta didik; (5) melakukan penelitian tentang masalah-masalah yang berkaitan erat dengan bimbingan dan konseling.

- b) Kegiatan manajemen, yaitu upaya untuk memantapkan, memelihara dan meningkatkan mutu program bimbingan konseling melalui kegiatan-kegiatan pengembangan program, pengembangan staf, pemanfaatan sumber daya, dan pengembangan kebijaksanaan.

#### b. Problematika Bimbingan dan Konseling

Menurut Radzi yang dikutip oleh Anas Salahudin macam-macam problematika bimbingan Konseling dibagi menjadi dua yaitu:<sup>51</sup>

- 1) Problematika Eksternal (Masyarakat), maksudnya yaitu bahwa problematika pelaksanaan Bimbingan dan Konseling di masyarakat pada dasarnya disebabkan adanya pandangan yang keliru dari masyarakat, diantaranya: layanan bimbingan konseling dapat dilakukan siapa saja, bimbingan konseling hanya untuk orang yang bermasalah saja, keberhasilan layanan BK bergantung pada sarana dan prasarana, konselor harus aktif dan klien harus pasif, dan yang terakhir adanya anggapan hasil pekerjaan bimbingan dan konseling harus segera terlihat.

---

<sup>51</sup> Anas Salahudin, Bimbingan dan Konseling, 225-230.

- 2) Problematika Internal (Konselor), diantaranya yaitu: menyamakan pekerjaan bimbingan dan konseling dengan pekerjaan dokter dan psikiater, menyamaratakan cara pemecahan bagi semua klien, bimbingan konseling mampu bekerja sendiri, bimbingan konseling dianggap sebagai proses pemberian nasihat semata,
- 3) Problematika dalam dunia pendidikan, diantaranya yaitu: bimbingan konseling hanya pelengkap kegiatan pendidikan, guru bimbingan dan konseling disekolah adalah “polisi sekolah”, bimbingan konseling dibatasi hanya untuk siswa tertentu.

c. Evaluasi Progam Bimbingan dan Konseling

Evaluasi program bimbingan dan konseling dilaksanakan untuk mengetahui apakah program BK yang telah dirumuskan telah membawa dampak atau hasil-hasil tertentu pada klien/peserta didik. Atau dengan kata lain melihat keberhasilan program Bimbingan dan Konseling.<sup>52</sup>

Penilaian atau evaluasi harus diprogramkan secara sistematis dan terpadu. Baik dari segi proses maupun hasil, harus dianalisis untuk kemudian dijadikan dasar dan tindak lanjut untuk perbaikan dan pengembangan program layanan bimbingan. Secara skematis, evaluasi program bimbingan dan konseling dapat dilihat dalam skema sebagai berikut:<sup>53</sup>

---

<sup>52</sup> Tohirin, *Bimbingan Konseling di Sekolah dan Madrasah Berbasis Terintegrasi*, 348.

<sup>53</sup> Anas Salahudin, *Bimbingan dan Konseling* (Bandung: CV Pustaka Setia, 2010), 223.



Gambar 2.1  
Skema Evaluasi Program BK

## B. Telaah Hasil Penelitian Terdahulu

Penelitian yang dilakukan oleh Hendri Susanto, 2015. Dengan judul “Pola Pembinaan Mental kerohanian pada Siswa Persaudaraan Setia Hati Terate (Studi Kasus di Ranting Slahung Kabupaten Ponorogo)”.<sup>54</sup> Skripsi Progam Studi Pendidikan Agama Islam Jurusan Tarbiyah STAIN Ponorogo. Dari skripsi tersebut mendapatkan kesimpulan bahwa: (1) latar belakang didirikannya Persaudaraan Setia Hati Terate Ranting Slahung adalah untuk mengembangkan dan mengamalkan pengetahuan tentang bela diri Persaudaraan Setia Hati Terate atau membina generasi muda didaerah Kecamatan/Ranting Slahung supaya memiliki pengetahuan tentang bela diri dan sanggup mengemban misi menjaga ketertiban dan kedamaian bersama bersama (memayu hayuning bawana), (2) pola pembinaan kerohanian Persaudaraan Setia Hati Terate Ranting Slahung disesuaikan dengan kebutuhan masyarakat dimana konsep dan praktisnya mendasarkan nilai-nilai Islamiyah berbasis budaya yang mengandung 5 ajaran pokok kepada siswa yakni persaudaraan, olah raga, kesenian, bela diri, kerohanian. Dengan mengimbangnya dan memaksimalkan materi kerohanian selain dari ke-SH-an seperti membaca do’a sebelum latihan, mujahadah, dan tirakatan (ketika siswa memakai ban/ikat pinggang warna putih). Yang sesuai dengan konsep kerohanian, (3) Adapun pengaruh siswa yang setelah ikut

---

<sup>54</sup> Hendri Susanto, Pola Pembinaan Mental kerohanian pada Siswa Persaudaraan Setia Hati Terate, Studi Kasus di Ranting Slahung Kabupaten Ponorogo (skripsi STAIN Ponorogo tahun 2015 tidak diterbitkan).

kegiatan Persaudaraan Setia Hati Terate di Kecamatan/Ranting Slahung adalah terbentuknya kepribadian yang kuat berakhlakul karimah/ adhap ashor karena sisea terbiasa ditanamkan sopan santun terhadap guru/pelatih, orang tua, dan sesama siswa untuk saling menghormati satu sama lain.

Penelitian milik Badriah NIM 104011000047 Dengan Judul “*Hubungan Layanan Bimbingan dan Konseling dengan Kesehatan Mental Siswa MAN 12*”<sup>55</sup> Dengan kesimpulan sebagai berikut: 1) Pelayanan bimbingan dan konseling yang terdapat di MAN 12 yaitu baik, karena pelayanan di sekolah MAN terdapat pelayanan Preventif (pencegahan) dan kuratif (penyembuhan). Di mana pada setiap awal tahun penerimaan siswa baru sekolah MAN mendatangkan lembaga lembaga penting seperti kepolisian dan psikolog untuk membantu siswa dalam menangani kesulitannya. Selain itu juga, pelayanan BK dilakukan 5 kali dalam seminggu dari hari senin-sabtu kecuali hari jum.at. Sarana pendukungnya pun sudah ada seperti ruangan khusus untuk BK dan buku konsultasi untuk siswa. 2) Mental (prilaku) siswa MAN 12 yaitu baik, hal ini terbukti dari hasil wawancara penulis dengan kepala sekolah dan guru BK. Yang mengatakan bahwa mental (prilaku) siswa MAN 12 secara keseluruhan baik kalau dibandingkan dengan siswa-siswa yang lain. Karena siswa MAN 12 tidak pernah melakukan kekerasan dengan sesama temannya yang sampai melukainya apalagi tawuran dengan sekolah lain.

---

<sup>55</sup> Badriah, Hubungan Layanan Bimbingan dan Konseling dengan Kesehatan Mental Siswa MAN 12 (skripsi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta tahun 2008 diterbitkan).

Selain dari hasil wawancara juga dapat dilihat dari hasil penyebaran angket 74 yang disebarakan oleh penulis kepada anak-anak MAN khususnya kelas XI, yang menunjukkan bahwa anak kelas XI tidak pernah melakukan hal-hal yang sangat melanggar hukum seperti menggunakan obat-obatan terlarang. Selain itu juga, siswa kelas XI juga jarang melakukan pelanggaran tata tertib sekolah meskipun ada peraturan yang pernah dan sering dilakukan oleh siswa seperti terlambat masuk sekolah. Hal ini dimungkinkan karena rumahnya jauh dari sekolah atau juga karena bangunnya kesiangan. Hal ini menunjukkan bahwa kesehatan mental (prilaku) siswa MAN 12 khususnya kelas XI yaitu baik. 3) Hubungan bimbingan dan konseling dengan kesehatan mental (prilaku) siswa MAN 12 yaitu sangat rendah/lemah, bisa juga dikatakan bahwa hubungan bimbingan dan konseling yang terdapat di MAN 12 tidak terdapat hubungan karena dari hasil tabulating dan interpretasi menunjuk hasil yang sangat kecil yaitu 0,18 yang berkisar antara 0,00 - 0, 20. Hal ini dimungkinkan karena sekolah tersebut merupakan sekolah yang bernuansa Islam di mana pelajaran agamanya sudah cukup banyak diberikan kepada siswa dan mereka juga mendapat bimbingan dari orang tuanya masing-masing. Sehingga siswa MAN sudah mampu dan mengetahui akan yang hal-hal yang baik dan buruk tanpa harus bertanya dan berkonsultasi dengan guru BK karena setiap harinya siswa mendapatkan pelajaran agama. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun layanan bimbingan dan konseling tidak berhubungan positif dengan kesehatan mental (prilaku) siswa MAN 12

kuhususnya kelas XI tetapi kesehatan mental (prilaku) siswa kelas XI yaitu bagus.

Penelitian milik Arumsari NIM 210312058 dengan judul "*Pola Pembinaan Siwa dalam Meningkatkan Prestasi Keagamaan*".<sup>56</sup> Skripsi Progam Studi Pendidikan Agama Islam Jurusan Tarbiyah STAIN Ponorogo dengan kesimpulan: 1) Upaya yang dilakukan oleh sekolah dalam meningkatkan prestasi keagamaan yaitu dengan meningkatkan kualitas guru, meningkatkan kualitas pelajaran siswa dikelas, mengaktifkan siswa pada berbagai kegiatan. (2) kendala yang dihadapi dalam pembinaan siswa dalam meningkatkan prestasi keagamaan yaitu dalam peningkatan kualitas guru kendala yang dihadapi adalah penggunaan dana, banyak juga siswa yang ramai sendiri dalam proses pembelajaran, untuk meningkatkan keaktifan siswa dalam sholat dhuha dan sholat dhuhur kendalanya adalah masjid yang terlalu kecil sehingga tidak bisa menampung seluruh siswa, dan dalam bimbingan perlombaan kendalanya adalah terkait waktu dalam membimbing karena siswa juga aktif dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler disekolah.

Dalam penulisan skripsi ini terdapat kesamaan dengan penulis skripsi terdahulu milik Hendri Susanto, yaitu jenis penelitiannya Kualitatif selain itu dari variabel mengenai pola pembinaan mental, sedangkan perbedaannya dalam penelitian ini dilaksanakan pada siswa Persaudaraan Setia Hati Terate.

---

<sup>56</sup> Arumsari, Pola Pembinaan Siwa dalam Meningkatkan Prestasi Keagamaan (skripsi STAIN Ponorogo, tahun 2016 tidak diterbitkan).



Kesamaan dengan penelitian yang kedua milik Badriah dengan bentuk deskriptif namun menggunakan Metodologi yang dipakai dalam penulisan ini adalah dengan menggunakan metode Deskriptif kolerasional, pendekatan kuantitatif. Dan kesamaan dengan penelitian Arumsari adalah pada variabel pola pembinaan siswa dan penelitian berbentuk kualitatif. Sedangkan perbedaannya, dalam meningkatkan prestasi keagamaan.



## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Pendekatan Penelitian dan Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan kualitatif yang menggunakan latar ilmiah sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati.<sup>57</sup> Pendekatan kualitatif adalah mekanisme kerja penelitian yang berpedoman penelitian subjektif nonstatistik atau nonmatematis, dimana ukuran nilai yang digunakan dalam penelitian ini bukanlah angka-angka atau skor, melainkan kategorisasi nilai atau kualitasnya.<sup>58</sup> Data hasil penelitian diperoleh secara langsung melalui observasi partisipan, wawancara mendalam, dan studi dokumen sehingga peneliti mendapatkan jawaban apa adanya dari informan.<sup>59</sup> Jadi, pendekatan kualitatif adalah suatu proses penelitian yang dilakukan secara wajar dan natural sesuai dengan kondisi objektif di lapangan tanpa adanya manipulasi. Penelitian kualitatif bekerja dalam setting yang alami dan berupaya untuk memahami serta menafsirkan fenomena berdasarkan apa adanya.<sup>60</sup>

---

<sup>57</sup> Basrowi dan Suwandi, *Memahami Penelitian Kualitatif* (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), 21.

<sup>58</sup> Ibrahim, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: Alfabeta, 2015), 53.

<sup>59</sup> M.Djunaidi Ghony dan Fauzan Al-Manshur, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), 76-77.

<sup>60</sup> Zainal Arifin, *Penelitian Pendidikan* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2014), 140.

Jenis penelitian yang digunakan ialah studi kasus, yaitu merupakan penelitian tentang suatu “kesatuan sistem”. Kesatuan ini dapat berupa program, kegiatan, peristiwa, atau sekelompok individu yang terkait oleh tempat, waktu, atau ikatan tertentu. Studi kasus adalah penelitian yang diarahkan untuk menghimpun data, mengambil makna, dan memperoleh pemahaman dari kasus tersebut. Dalam studi kasus, digunakan berbagai teknik pengumpulan data seperti wawancara, observasi, dan studi kontemporer yang semua difokuskan untuk mendapatkan kesatuan data dan kesimpulan.<sup>61</sup> Studi kasus dalam penelitian ini bertempat di MAN Dolopo tentang pola pembinaan siswa dalam meningkatkan kesehatan mental.

## **B. Kehadiran Peneliti**

Kehadiran peneliti dalam penelitian ini sangatlah penting, peneliti di lokasi sebagai human instrument berfungsi menetapkan focus penelitian, memilih informan sebagai sumber data melakukan pengumpulan data, menilai kualitas data, analisis data, menafsirkan data dan membuat kesimpulan atas temuannya. Dalam penelitian kualitatif instrumen utamanya adalah peneliti sendiri, namun selanjutnya setelah fokus penelitian menjadi jelas, maka memungkinkan akan dikembangkan instrumen penelitian sederhana, yang diharapkan dapat melengkapi data dan membandingkan dengan data yang telah ditemukan melalui observasi dan wawancara.

---

<sup>61</sup>M. Djunaidi Ghony dan Fauzan Al-Manshur, Metodologi Penelitian Kualitatif, 62.

Peneliti akan terjun kelapangan sendiri, baik pada grand tour question, tahap focused and selection, melakuakn pengumpulan data, analisis dan membuat kesimpulan.<sup>62</sup>

Untuk itu peneliti sebagai instrumen kunci bertindak dalam mengumpulkan data yang dibutuhkan, meliputi data tentang progam pembinaan siswa sebagai bentuk peningkatan kesehatan mental siswa di MAN Dolopo, dan data-data penunjang lainnya seperti sejarah berdirinya MAN Dolopo, letak geografis, visi dan misi dan lain.

### **C. Lokasi Penelitian**

Meskipun objek penelitian adalah suatu fakta yang sangat mungkin ditemukan di tempat atau wilayah lain, akan tetapi oleh karena beberapa alasan dan pertimbangan, terutama masalah dana dan waktu, maka pengamatan di lapangan hanya difokuskan pada fakta yang terjadi Madrasah Aliyah Negeri Dolopo. Informan tersebut dipilih dengan sengaja karena kaya informasi sehingga akan memberikan sumbangan pemahaman yang memadai atas suatu peristiwa dalam penelitian dan terjangkau dalam arti dapat ditemui dan bersedia berbagai informasi.

---

<sup>62</sup>Sugiyono, Memahami Penelitian Kualitatif (Bandung: Alfabeta, 2015), 60-61.

#### D. Data dan Sumber Data

Setiap penelitian memerlukan data karena data merupakan gambaran utama tentang ada tidaknya masalah yang akan diteliti.<sup>63</sup> Dilihat dari segi sumber pengolahan data, atau darimana data tersebut berasal secara umum jenis data sekunder (secondary data) dan data primer (Primary data).

Sumber data utama dalam penelitian kualitatif ini adalah kata-kata dan tindakan sebagai sumber utama/primer, selebihnya adalah tambahan/sekunder seperti data tertulis dan foto.<sup>64</sup>

##### 1. Data Primer

Sumber data utama (Primer) dihimpun melalui catatan tertulis, atau melalui perekaman video/audio tape, pengambilan foto atau film. Pencatatan sumber data utama melalui wawancara atau pengamatan berperan serta merupakan hasil usaha gabungan dari kegiatan melihat, mendengar dan bertanya.<sup>65</sup>

Sumber data primer dalam penelitian ini meliputi kegiatan mencari informasi dengan observasi langsung ke MAN Dolopo dan wawancara dengan kepala sekolah, guru BK, Guru agama dan peserta didik tentang peningkatan kesehatan mental.

---

<sup>63</sup>Afifudin, dan Beni Ahmad Saebanu, Metodologi Penelitian Kualitatif (Bandung: CV Pustaka Setia, 2009), 117.

<sup>64</sup>Tim penyusun, Buku Pedoman Skripsi STAIN Ponorogo Jurusan Tarbiyah (Ponorogo: Jurusan Tarbiyah STAIN Ponorogo, 2016), 46.

<sup>65</sup>Ibrahim, Metodologi Penelitian Kualitatif, 69.

## 2. Data Sekunder

Data sekunder ini meliputi data kepustakaan yang penulis peroleh dari literature-literatur yang sesuai dengan permasalahan yang diangkat dari penelitian. Dalam segala bentuk dokumen, baik dalam bentuk tertulis maupun foto. Dokumen tersebut dalam bentuk penelitian tertulis seperti buku, majalah ilmiah, arsip, dokumen pribadi ataupun resmi.<sup>66</sup>

Data sekunder dari penelitian ini adalah profil sekolah, data tentang bentuk pelaksanaan program pembinaan siswa dalam meningkatkan kesehatan mental beserta hasil pelaksanaannya, dan wawancara kepada beberapa peserta didik.

### **E. Prosedur Pengumpulan Data**

Untuk memperoleh data dalam penelitian ini, penulis menggunakan beberapa teknik pengumpulan data. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah sebagai berikut:

#### 1. Metode Wawancara

Wawancara adalah interaksi bahasa yang berlangsung antara dua orang dalam situasi saling berhadapan salah seseorang, yaitu yang

---

<sup>66</sup>Ibid., 70.

melakukan wawancara meminta informasi atau ungkapan kepada orang yang diteliti yang berpusat pada pendapat dan keyakinannya.<sup>67</sup>

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah purposive sampling, yaitu digunakan dalam situasi dimana seorang ahli menggunakan penilaiannya dalam memilih responden dengan tujuan tertentu dibenaknya. Dalam purposive Sampling dapat digunakan dalam tiga situasi. Pertama, guna memilih responden unik yang akan memberi informasi penting. Kedua, untuk memilih responden yang sulit dicapai. Ketiga, ketika peneliti ingin mengidentifikasi jenis responden tertentu untuk diadakan wawancara mendalam.<sup>68</sup> Wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu. Wawancara itu dilakukan oleh dua pihak yaitu, pewawancara (interviewer) yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara (interviewee) yang memberikan jawaban atas pertanyaan itu.<sup>69</sup> Wawancara adalah salah satu alat yang paling banyak digunakan untuk mengumpulkan data data penelitian kualitatif. Wawancara memungkinkan peneliti mengumpulkan data yang beragam dari para responden dalam berbagai situasi dan konteks.<sup>70</sup>

Wawancara yang digunakan dalam penelitian kualitatif ini adalah wawancara mendalam yang artinya peneliti mengajukan beberapa

---

<sup>67</sup>Emzir, Metodologi Penelitian Kualitatif: Analisis Data (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2010), 50.

<sup>68</sup>Ibrahim, Metode Penelitian Kualitatif., 72.

<sup>69</sup>S.Margono, Metode Penelitian Pendidikan, (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), 158.

<sup>70</sup>Samiaji Sarosa, Penelitian Kualitatif : Dasar-dasar (Jakarta: PT Indeks, 2012), 45.

pertanyaan secara mendalam yang berhubungan dengan fokus permasalahan, sehingga dengan wawancara mendalam ini data-data bisa terkumpul semaksimal mungkin. Dalam penelitian ini ada beberapa orang yang akan dijadikan informan, diantaranya adalah Kepala madrasah, guru BK, guru keagamaan, dan guru lain. Hasil wawancara dari masing-masing informan tersebut ditulis lengkap dengan kode-kode dalam transkrip wawancara.

## 2. Metode Observasi

Kegiatan observasi meliputi melakukan pencatatan secara sistematis kejadian-kejadian, perilaku, objek-objek yang dilihat dan hal-hal lain yang diperlukan dalam mendukung penelitian yang sedang dilakukan.<sup>71</sup>Metode ini digunakan apabila seseorang peneliti ingin mengetahui secara empirik data yang dilakukan dengan pengamatan yang disertai dengan pencatatan secara teratur terhadap objek yang diamati sebagai suatu yang metode ilmiah observasi juga diartikan sebagai pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap gejala yang tampak pada objek penelitian.<sup>72</sup>Dalam penelitian kualitatif ini observasi yang digunakan adalah observasi tak terstruktur, karena fokus penelitian akan terus menerus berkembang selama kegiatan penelitian ini berlangsung.

---

<sup>71</sup>Jonathan Sarwono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*(Yogyakarta: Penerbit Graha Ilmu, 2006), 224.

<sup>72</sup>S.Margono, *Metode Penelitian Pendidikan*, 158.



Hasil penelitian ini dicatat dalam catatan lapangan yang merupakan alat penting dalam penelitian kualitatif.

Peneliti menggunakan metode observasi digunakan untuk mengadakan pengamatan lapangan, setelah mengamati fenomena yang terjadi peneliti mencatat langsung fenomena yang terjadi yang terkait dengan untuk menyusun data tentang pelaksanaan progam kegiatan dan bimbingan koseling di Mandrasah Aliyah Negeri Dolopo.

### 3. Metode Dokumentasi

Menurut Sugiyono, dokumen merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental seseorang.<sup>73</sup> Dokumentasi dalam penelitian kualitatif meliputi semua unsur tulisan, gambar, karya, baik yang bersifat pribadi maupun kelembagaan, resmi maupun tidak, yang dapat memberikan data, informasi dan fakta mengenai suatu peristiwa yang diteliti. Jadi, pengumpulan data dalam penelitian kualitatif terkait dengan rekaman kejadian, proses, setting sosial mengenai peristiwa yang ditulis.<sup>74</sup>

Dalam penelitian ini metode dokumentasi digunakan untuk mendapatkan data berupa gambar atau foto-foto kegiatan pembinaan siswa, sejarah berdiri, letak geografis, visi, misi, data-data keadaan guru dan siswa, sarana dan prasarana, di Madrasah Aliyah Negeri Dolopo.

---

<sup>73</sup>Sugiyono, Memahami Penelitian Kualitatif, 82.

<sup>74</sup>Ibrahim, Metodologi Penelitian Kualitatif, 96.

## F. Teknik Analisis Data

Analisis data kualitatif adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan dan lain-lain, sehingga dapat mudah difahami dan di informasikan kepada orang lain.<sup>75</sup> Analisa data dilakukan dengan mengorganisasikan data, menjabarkannya ke dalam unit-unit melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan yang dapat diceritakan kepada orang lain.<sup>76</sup>

Teknik analisis data kualitatif, menurut Miles dan Huberman, mengemukakan bahwa aktifitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas sehingga, datanya sampai jenuh. Komponen dalam analisis data, meliputi reduksi data, penyajian data, dan verification.

- a. Reduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal pokok memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari temanya dan polanya dan membuang yang tidak perlu.<sup>77</sup>
- b. Data Display atau menyajikan data. Dalam penelitian Kualitatif penyajian data dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, flowchart. Menurut Miles dan Huberman yang paling

---

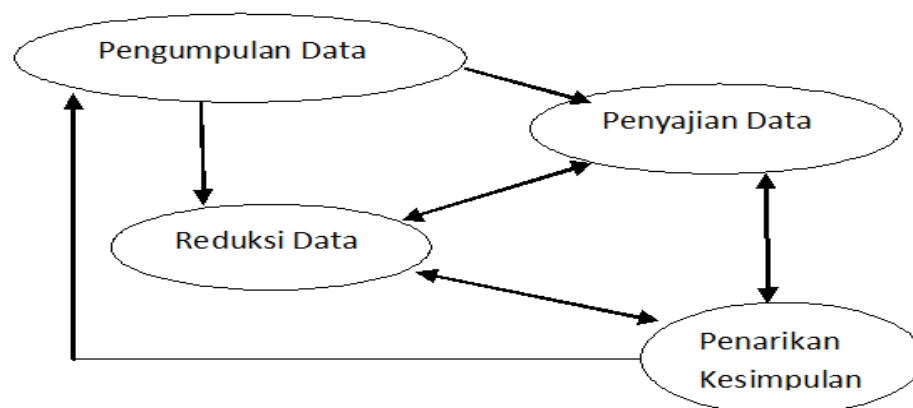
<sup>75</sup>Afrizal, Metode Penelitian Kualitatif(Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2014), 71.

<sup>76</sup>Sugiyono, Memahami Penelitian Kualitatif, 88.

<sup>77</sup>Tim Penyusun, Buku Pedoman Penulisan Skripsi (Ponorogo: Jurusan Tarbiyah, STAIN Ponorogo, 2016), 48-49.

sering digunakan untuk menyakin data dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif.<sup>78</sup>

- c. Concluding Drawing/Verification Yaitu analisis data yang terus menerus baik selama maupun sesudah pengumpulan data untuk menarik kesimpulan yang dapat menggambarkan pola yang terjadi. Dengan demikian analisis data kualitatif merupakan upaya yang berkelanjutan, berulang, dan terus-menerus. Masalah reduksi data, penyajian data, pearikan kesimpulan menjadigambaran keberhasilan secara berurutan sebagi rangkaian kegiatan analisis yang saling susul-menyusul. Langkah ketiga dari aktifitas analisis adalah penarikan kesimpulan.<sup>79</sup> Ketiga tahap tersebut dapat digambarkan sebagaimana terlihat pada gambar 1.1.



**Gambar 3.1**

### **Analisis Data Model Miles & Huberman Model Interaktif**

<sup>78</sup>Sugiyono, Memahami Penelitian Kualitatif, 95.

<sup>79</sup>Ariesto Hadi Sutopo dan Andrianur Arif, Terampil Mengolah Data Kualitatif (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2010), 14.

Pada penelitian ini, teknik analisis data dalam kasus ini menggunakan teknik analisis data kualitatif. Dalam hal ini peneliti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dan membuat kategori data bentuk Program Pembinaan dalam meningkatkan kesehatan mental Siswa MAN Dolopo, pelaksanaan program pembinaan dalam meningkatkan kesehatan mental di MAN Dolopo, dan faktor pendukung dan penghambat program pembinaan siswa dalam meningkatkan kesehatan mental siswa di MAN Dolopo melalui wawancara, observasi dan dokumentasi. Selanjutnya mendisplay data ke dalam pola uraian singkat dan menarik kesimpulan.

#### **G. Pengecekan Keabsahan Temuan**

Lexy J. Moleong menjelaskan bahwa untuk menetapkan keabsahan data diperlukan teknik pemerisaan. Pelaksanaan teknik pemeriksaan didasarkan atas sejumlah kriteria yang digunakan yaitu derajat kepercayaan (cedibility), keteralihan (transferability), kebergantungan (dependability), kepastian (confirmability).<sup>80</sup> Namun menurut Sugiyono yang utama adalah uji kredibilitas data. Uji kredibilitas dilakukan dengan : perpanjangan, pengamatan, meningkatkan ketekunan, triangulasi, diskusi dengan teman

---

<sup>80</sup>Lexy J. Moleong, Metodologi Penelitian Kualitataif(Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2009), 324.

sejawat, member check, dan analisis kasus negatif.<sup>81</sup> Diantara teknik yang dilakukan dalam penelitian ini adalah:

1. Ketekunan.

Ketekunan atau keajegan pengamatan berarti mencari secara konsisten interpretasi dengan berbagai cara dalam kaitan dengan analisis konstan atau tentatif. Ketekunan pengamat bermaksud menemukan ciri-ciri dan unsur-unsur dalam situasi yang sangat relevan dengan persoalan yang sedang dicari dan kemudian memusatkan diri pada hal-hal tersebut secara rinci. Berarti peneliti mengadakan pengamatan dengan teliti dan rinci secara berkesinambungan terhadap faktor-faktor yang menonjol. Kemudian menelaahnya secara rinci sampai pada satu titik sehingga pada pemeriksaan tahap awal tampak salah satu atau seluruh faktor yang ditelaah sudah difahami dengan cara yang biasa.<sup>82</sup>

2. Triangulasi.

Triangulasi merupakan teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain. Diluar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data itu. Triangulasi peneliti kualitatif dapat melakukan chek and recheck hasil temuannya dengan jalan membanding-bandingkan sumber, metode, dan teori.<sup>83</sup>

---

<sup>81</sup>Sugiyono, Memahami Penelitian Kualitatif, 147-148.

<sup>82</sup>Lexy J. Moleong, Metodologi Penelitian Kualitatif, 330.

<sup>83</sup>M Djunaidi Ghony dan Fauzan Almanshur, Metode Penelitian Kualitatif, 323.

Menurut Patton sebagaimana dikutip oleh Ibrahim bahwa dalam triangulasi teknik/metode dapat dilakukan dengan jalan:<sup>84</sup>

- 1) Membandingkan data hasil pengamatan dengan data hasil wawancara.
- 2) Membandingkan apa yang dikatakan orang didepan umum dengan apa yang dikatakan secara pribadi.
- 3) Membandingkan apa yang dikatakan orang dalam waktu tertentu (waktu penelitian) dengan apa yang dikatakan sepanjang waktu.
- 4) Membandingkan keadaan dan perspektif seseorang dengan berbagai pendapat dan pandangan orang seperti rakyat biasa, orang berpendidikan, orang kaya, pemerintah dan sebagainya.
- 5) Membandingkan hasil wawancara dengan isi suatu dokumen yang berkaitan.

Teknik triangulasi dalam penelitian ini digunakan dengan sumber, yakni membandingkan data hasil pengamatan dan data hasil wawancara, membandingkan apa yang dikatakan orang di depan umum dengan apa yang dikatakan secara pribadi, membandingkan hasil wawancara dari isi dokumen yang berkaitan. Pada penelitian ini data yang dibandingkan adalah hasil wawancara mengenai progam pembinaan siswa dalam meningkatkan kesehatan mental siswa antara kepala sekolah, guru-guru,

---

<sup>84</sup>Ibrahim, Metodologi Penelitian Kualitatif, 125.

murid dan masyarakat sekitar dan membandingkan hasil wawancara dengan observasi.

## **H. Tahapan-Tahapan Penelitian**

Tahapan-tahapan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Tahap Pra Lapangan. Tahap pra lapangan, yaitu meliputi penyusunan rancangan penelitian, memilih lapangan, mengurus perizinan, menjajagi dan menilai keadaan lapangan, memilih dan memanfaatkan informan, menyiapkan perlengkapan yang menyangkut persoalan etika penelitian.
- b. Tahap Pekerjaan Lapangan. Pada tahap ini penulis harus memahami latar penelitian, menulis peristiwa yang diamati serta menganalisis data lapangan.
- c. Tahap Pasca Lapangan. Pada tahap ini penulis menyusun hasil pengamatan, wawancara, data tertulis untuk melakukan analisis data dengan cara distributive dan dipaparkan ke dalam bentuk narative.
- d. Tahap Penulisan Hasil Laporan. Pada tahap ini, penulis menuangkan hasil penelitian yang sistematis sehingga dapat dipahami diikuti alurnya oleh pembaca.

## BAB IV

### DESKRIPSI DATA

#### A. Deskripsi Data Umum

##### 1. Sejarah Singkat Berdirinya MAN Dolopo<sup>85</sup>

Berdirinya MAN Dolopo dilatar belakangi oleh adanya pemikiran membuka pendidikan yang bersifat atau bercirikan Islami untuk jejang pendidikan tingkat menengah atas didesa Doho dengan pertimbangan :

- a. Desa Doho bermasyarakat agamis.
- b. Adanya 2 (dua) Madrasah Tsanawiyah di desa Doho sendiri yaitu MTsN Doho dan MTs PSM Doho
- c. Adanya 4 SMP di kecamatan Dolopo yaitu 2 SMP Negeri dan 2 Swasta
- d. Di Desa Doho ada 2 MI, yaitu MI Darul Ulum dan MI Mambaul Hikmah
- e. Di Desa Doho ada Madrasah Diniyah yang keduanya sangat potensial dalam pengembangan Agama Islam.

Dengan modal tamatan madrasah dan sekolah tersebut diatas perlu adanya wadah pendidikan guna menampung tamatan tersebut dan berlokasi diatas desa Doho juga. Hal itu disampaikan Bupati Kepala Daerah TK.II Madiun pada peresmiaan gedung MTsN Doho Dolopo Madiun pada waktu itu.

Himbauan Bupati ditindak lanjuti oleh Trio Pendiri yaitu Wasit,SH (Kepala MTsN Doho), Badjuri, BA (guru MTsN Doho) dan Drs.Masruchin

---

<sup>85</sup> Lihat pada transkrip dokumentasi dalam lampiran penelitian ini, kode: 01/D/15-IV/2017



(guru MTsN Kota Madiun). Pada tanggal 1 maret 1987 diadakan pertemuan pertama dengan menghadirkan tokoh-tokoh masyarakat, tokoh pendidikan dari kecamatan Dolopo, Kebonsari dan Dagangan yang pada akhirnya memutuskan bahwa di Desa Doho perlu didirikan Madrasah Aliyah dan diusahakan bersetatus filial (kelas jauh).

Tanggal 4 April 1987 diadakan pertemuan kedua yang sekaligus ditetapkan sebagai tanggal berdirinya Madrasah Aliyah Persiapan Fillial di Desa Doho Dolopo. Pada bulan Juli 1987 Madrasah Aliyah Persiapan fillial menerima siswa baru tahun ajaran 1987/1988. Tercatat 63 siswa yang aktif mengikuti kegiatan belajar mengajar. Kunjungan Direktur Jendral Binbaga Islam bersama Kepala Seksi Madrasah Aliyah pada Kantor Wilayah Departemen Agama Provinsi Jawa Timur, Kakandepag Kab. Madiun serta pengawas Penda Islam pada waktu itu sungguh suatu dorongan moral yang sangat luar biasa. Setelah usulan fillial dirasa cukup, maka langsung diteruskan ke Departemen Agama RI melalui Kandepag Kab. Madiun dan Kanwil Prov. Jatim. Keputusan Dirjen Binbaga Islam No. Kep/103/103/E/1987, tanggal. 23 Desember 1987 nama Madrasah ini resmi menjadi Madrasah Aliyah Negeri Ponorogo Fillial di Doho Dolopo Madiun, dengan struktur organisasi sebagai berikut:

- a. Pimpinan Fillial : Badjuri. BA
- b. PKM Kurikulum : Drs. Maksum Umar
- c. PKM Kesiswaan : Drs. Masruchin

d. PKM Saran Prasarana : Drs. Slamet Daroini

e. BP : Drs. Dimiyati

Akhirnya sesuai Keputusan Menteri Agama RI Nomer 107 tahun 1997, tanggal 17 Maret 1997 mengakhiri status filial menjadi Negeri penuh dengan nama Madrasah Aliyah Negeri Dolopo yang terletak di jalan Sarwo Husodo 332 Desa Doho, Kec.Dolopo, Kab. Madiun. Selanjutnya pada Tahun Pelajaran 2002 / 2003 Madrasah ini berpindah lokasi yang lebih strategis, yakni di Jalan Raya Ponorogo KM 17.7 Dolopo Kab. Madiun.

## 2. Keadaan Lingkungan<sup>86</sup>

### a. Kondisi Geografis

MAN Dolopo terletak dipinggir jalan raya/ jalan propinsi antara Kab./ Ko. Madiun dan Kab. Ponorogo, tepatnya desa Glonggong Kec. Dolopo Kab. Madiun Km. 17,7 bagian paling selatan wilayah Kab. Madiun. Kalau ditarik garis median antara kedua Kabupaten tersebut, posisi Madrasah ini berada ditengah-tengah membelah dua potensi Madrasah Aliyah Negeri (MAN) yang ada di Kabupaten Ponorogo (MAN 1 dan MAN 2 Ponorogo) arah keselatan, dan dua Madrasah di kota Madiun (MAN 1 dan MAN 2 Madiun) arah keutara. Anak didik/siswa yang berasal dari Kabupaten Madiun, untuk menjangkau Madrasah Aliyah Negeri (MAN) didua wilayah Kabupaten dan Kota tersebut menggunakan jasa transportasi bus dua kali. Kondisi sebaliknya, untuk menjangkau

---

<sup>86</sup> Lihat pada transkrip dokumentasi dalam lampiran penelitian ini, kode: 02/D/15-IV/2017

MAN Dolopo Kab.Madiun dari anak didik/siswa yang berasal dari kedua wilayah Kabupaten dan Kota tersebut, cukup menggunakan satu kali jasa transportasi bus umum. Letak strategis ini akan lebih komplit bila menengok keberadaan dua Madrasah Aliyah Negeri (MAN) lainnya di Kab.Madiun, yang berada diposisi paling barat berbatasan dengan Kab. Magetan. Sering muncul ungkapan dari masyarkat setempat, untuk menambah wawasan berinteraksi dan bersosialisasi pada anaknya, selepas MTsN/SLTP seharusnya melanjutkan studi ke kota. Opini Psikis tesebut akan terjawab oleh keberadaan MAN Dolopo yang terletak dipinggir jalan raya dan di tengah-tengah komunitas pencari institusi pendidikan yang berkualitas.

b. Kondisi Ekonomi

Struktur Ekonomi masyarakat sekitar MAN Dolopo khususnya, dan masyarakat dikedua wilayah kab. Madiun dan Kab. Ponorogo pada umumnya, hampir 75% menekuni bidang pertanian: mulai dari petani pemilik lahan digarap sendiri, petani penggarap lahan orang lain (sewa tanah), buruh tani terikat maupun lepas. Sedang sektor ekonomi perdagangan dan PNS termasuk TNI / Polri secara akumulasi berada pada hitungan 25%. Madrasah Aliyah Negeri Dolopo yang mempunyai image sebagai lembaga pendidikan biaya rendah/murah, dengan kurikulum yang berbasis lokal, menjadi alternatif bagi komunitas strata ekonomi menengah bawah (komunitas mayoritas) tersebut.

c. Kondisi Religi / Agama

Hampir menempati prosentase 95% penduduk Kecamatan Dolopo beragama Islam yang terbagi dalam ormas keagamaan NU 75% Muhammadiyah 25%, Karena latar belakang sosial yang hampir sama dalam struktur masyarakat membentuk komunitas dan interaksi antara kedua ormas itu berjalan seimbang (*equilibrium*). Apabila ada gesekan antara keduanya lebih bersifat parsial bukan komunal. Kondisi ini menjadi modal sosial bagi pengembangan MAN Dolopo kedepan karena keberadaan Madrasah sebagai alternatif pilihan utama bagi masyarakat beragama mayoritas untuk meneruskan alternatif pilihan utama bagi masyarakat tersebut guna mendapatkan Pendidikan di Madrasah Aliyah.

### 3. Keadaan Madrasah

a. Sarana dan Prasarana<sup>87</sup>

1) Tanah dan Halaman

Tanah MAN Dolopo berasal dari pemerintah seluas 5716 M<sup>2</sup> dan tanah wakaf seluas 1422 M<sup>2</sup>. Luas areal seluruhnya 7138 M<sup>2</sup>

2) Gedung

Bangunan Madrasah secara umum dalam kondisi baik. Luas bangunan seluruhnya adalah luas ruang dan luas teras  $1.552 \text{ M}^2 + 293 \text{ M}^2 = 1.845 \text{ M}^2$

b. Personil Madrasah

---

<sup>87</sup> Lihat pada transkrip dokumentasi dalam lampiran penelitian ini, kode: 03/D/15-IV/2017

Jumlah seluruh personel MAN Dolopo sebanyak 44 orang terdiri dari 33 orang guru, 6 orang pegawai administrasi, 2 orang satpam, dan 2 orang petugas kebersihan. Daftar nama seluruh personel MAN Dolopo dapat dilihat di lampiran laporan hasil penelitian ini.<sup>88</sup> Dan Daftar jumlah siswa MAN Dolopo dapat dilihat di lampiran laporan hasil penelitian.<sup>89</sup>

#### 4. Visi dan Misi<sup>90</sup>

##### a. Visi :

“Terbentuknya Insan yang Berprestasi, Selaras Antara Iptek dan Imtaq”

Dengan indikator-indikator :

- 1) Lulusan Yang Berkualitas.
- 2) Meraih Kejuaraan Akademik Dan Non Akademik.
- 3) Terampil Menerapkan Teknologi Tepat Guna.
- 4) Patuh Dan Taat Pada Ajaran Agama Islam.

##### b. Misi :

- 1) Meningkatkan Kualitas Pendidik Dan Tenaga Kependidikan Yang Efektif Efisien.
- 2) Meningkatkan Kualitas Kegiatan Proses Belajar Mengajar Untuk Mencapai Prestasi Prima.

---

<sup>88</sup> Lihat pada transkrip dokumentasi dalam lampiran penelitian ini, kode: 05/D/15-IV/2017

<sup>89</sup> Lihat pada transkrip dokumentasi dalam lampiran penelitian ini, kode: 06/D/15-IV/2017

<sup>90</sup> Lihat pada transkrip dokumentasi dalam lampiran penelitian ini, kode: 04/D/15-IV/2017

- 3) Meningkatkan Kualitas Pengembangan Diri Siswa Yang Berorientasi Pada Kecerdasan Spiritual.
- 4) Meningkatkan Kualitas Kegiatan Keagamaan Agar Siswa Istiqomah Dalam Pengalaman Ajaran Islam.
- 5) Meningkatkan Kualitas Partisipasi Stake Holder Pada Madrasah.

#### 5. Keadaan Siswa dan Guru<sup>91</sup>

**Tabel 4.1**

**Jumlah Siswa per-Tahun**

TAHUN	KELAS X			KELAS XI			KELAS XII			JUMLAH TOTAL
	L	P	JML	L	P	JML	L	P	JML	
2011 / 2012	23	63	86	36	98	134	25	73	98	318
2012 / 2013	13	62	74	23	63	86	36	98	134	294
2013 / 2014	14	55	69	13	62	74	23	58	81	224
2014/2015	21	64	85	15	56	71	14	60	74	230
2015/2016	16	51	67	18	68	86	15	57	72	225

#### a. Rombongan Belajar Tahun Pelajaran 2015 / 2016

**Tabel 4.2**

**Rombongan Belajar Siswa Tahun 2015-2016**

KELAS	TERDIRI ATAS	JUMLAH

<sup>91</sup> Lihat pada transkrip dokumentasi dalam lampiran penelitian ini, kode: 05/D/15-IV/2017

	Rombel	Rombel	Rombel	Rombel	Rombel	
XII	23	22	27			72
XI	21	21	22	22		86
X	17	17	17	16		67
JUMLAH						225

b. Daftar Guru MAN Dolopo<sup>92</sup>

**Tabel 4.3**

**Daftar Nama Guru di MAN Dolopo**

NO	NAMA / NIP	PANGKAT / GOL	JABATAN
1	Drs. Ah. Yani Musthofa	Pembina / VI a	Kamad
	NIP. 196511111992031006		
2	Supriadi, S.Pd	Pembina / VI a	Guru Madya
	NIP.19711210 199803 1 002		
3	Drs.Eko Budi W	Pembina / VI a	Guru Madya
	NIP.19640404 199103 2 001		
4	Fadelan, S.Pd	Pembina / VI a	Guru Madya
	NIP.19630804 199903 1 003		
5	Mujiati, S.Pd	Pembina / VI a	Guru Madya
	NIP.196906071998032002		

<sup>92</sup> Lihat pada transkrip dokumentasi dalam lampiran penelitian ini, kode: 05/D/15-IV/2017

6	Yulis Susilowati, S.Pd.MKPD	Penata Tk I III /d	Guru Muda
	NIP.197107311998032001		
7	Dadang metanawoko,S.P.MM	Pembina / VI a	Guru Madya
	NIP. 197210271999031004		
8	Anis Linawati, S.Pd	Pembina / VI a	Guru Madya
	NIP.197201181998032001		
9	Dra. Anik Nurhani	Penata Tk 1 III /d	Guru Muda
	NIP.196601252003122001		
10	Drs. Suyitno.MA	Penata Tk 1 III /d	Guru muda
	NIP.196512212005011001		
11	Drs. Mahsusin Abidin	Penata III /c	Guru Muda
	NIP.196509052005011002		
12	M.Haris Mustafid, S.Ag	Penata Muda III/a	Guru Pertama
	NIP.197712062005011001		
13	Umi Kulsum, S.Pd	Penata Muda Tk 1 III /b	Guru Muda
	NIP.197212142005012003		
14	Dra.Naning Faridiyah	Penata III /c	Guru Muda
	NIP.166806072005012002		
15	Faoziah Darraeni.S.Pd	Penata Tk 1 III /d	Guru Muda
	NIP. 197304042005012002		
16	Drs. Wasit Suryani	Penata III/c	Guru Muda
	NIP.196308202006041008		
17	Boini Wulan dari, S.Pd	Penata Muda Tk 1 III /b	Guru Muda
	NIP.197409042006042021		
18	Hanik Widi Hastuti, S.Pd.	Penata Muda Tk 1 III /b	Guru Muda
	NIP.197803282007010202		



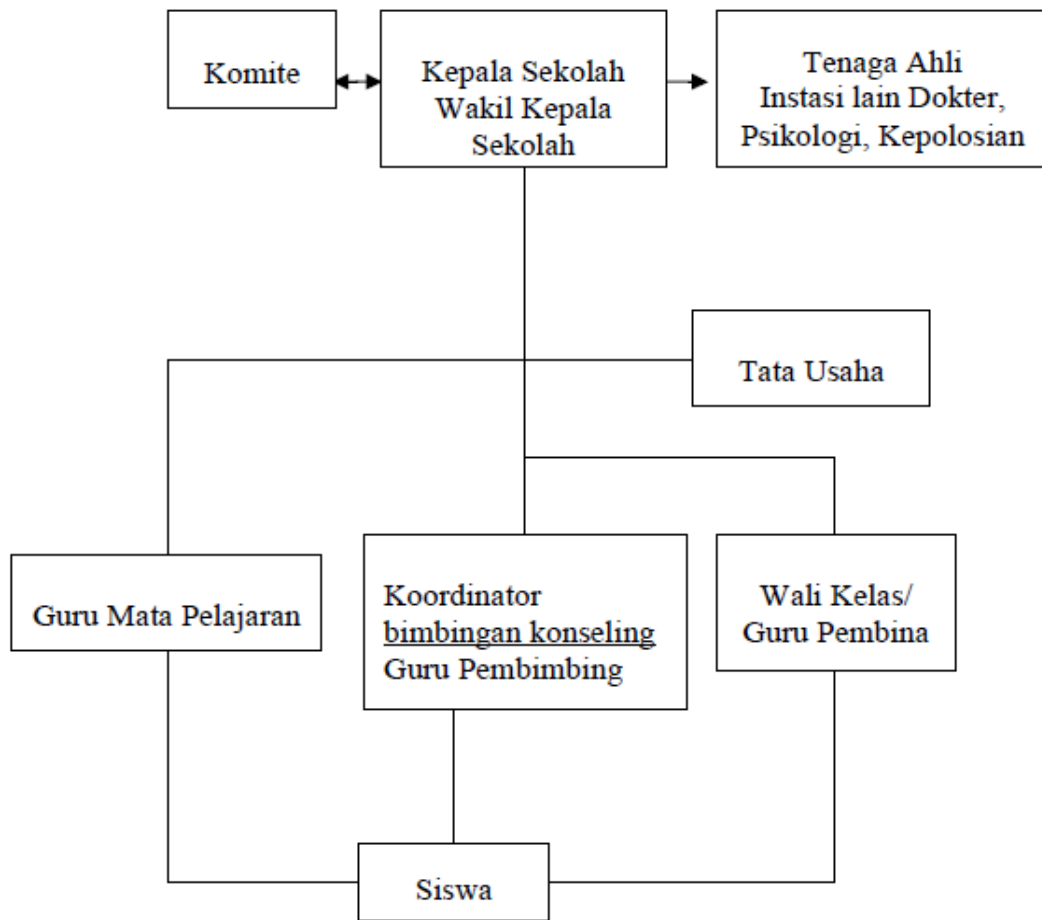
19	Heru Subagio, S.Pd	Penata Muda Tk 1 III /b	Guru Pertama
	NIP.197206042006011020		
20	Khoirul Khitam,S.Pd	Penata Muda Tk 1 III /b	Guru Pertama
	NIP.1197205142006041016		
21	Titik Ariyanti, S.Pd	Penata Muda Tk 1 III /b	Guru Pertama
	NIP.197608092007102002		
22	Dyah Nur Fitria,Se	Penata Muda Tk 1 III /b	Guru Pertama
	NIP. 197809112007102002		
23	Binti Arifah, S.Pd	Penata Muda Tk 1 III /b	Guru Pertama
	NIP. 197809252009012004		
24	Sunarni, S.Pd	Penata Muda Tk 1 III /b	Guru Pertama
	NIP. 196806072007012038		
25	Zulfikri Alwi Jauhari, S.Pd	Penata III /c	Guru Muda
	NIP. 19750725200511004		
26	Sarsanti Mujiastutik,S.Sos	Penata Muda III/a	Guru Pertama
	NIP. 196711042014112001		
27	Ernik Wahyu Widayati,S.Pdi	Penata Muda III/a	Guru Pertama
	NIP. 197012242014112002		
28	Khusnul Kholifah, S.Pdi	GTT	Guru
29	Lia Faizah, Shi	GTT	Guru
30	Andy Roisul Muslim.S.Pd	GTT	Guru
31	M.Chusnul Mustaqo,S.Pd	GTT	Guru
32	Haris Pambudi Siswoyo,S.Pd	GTT	Guru
33	Yuni Widyaningrum, S.Pd	GTT	Guru

**6. Struktur MAN Dolopo dengan Bimbingan Konseling<sup>93</sup>**



---

<sup>93</sup> Lihat pada transkrip dokumentasi dalam lampiran penelitian ini, kode: 13/D/18-IV/2017



Gambar 4.1

Struktur Organisasi Madrasah dan Bimbingan Konseling

## B. Data Khusus

### 1. Latar Belakang Progam Pembinaan Siswa dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Siswa di MAN Dolopo

Kesehatan mental memang telah menjadi hal yang sangat penting untuk dilaksanakan didalam suatu madrasah. Terutama untuk anak di jenjang SLTA. Para siswa yang dalam masa transisi atau pencarian jati dirinya akan membutuhkan bimbingan dan upaya melindungi diri mereka dari gangguan gejala mental yang tidak sehat. Gejala ketidak sehatan mental seorang siswa disekolah dapat dilihat dari masalah kesulitan belajar, ketidak disiplin, kenakalan remaja, tidak menyalurkan bakatnya di sekolah, serta gangguan mental lain seperti menyendiri, tersinggung, dan histeris.

Di MAN Dolopo secara umum kesehatan mental para siswa tergolong sudah baik dan dalam kriteria wajar, namun juga masih ada beberapa yang menunjukkan mentalnya kurang baik. Hal ini sebagaimana diungkapkan oleh bu Faoziah Darraeni selaku guru BK, yaitu:

Secara umum Kesehatan mental siswa di sini baik dalam batasan wajar, kalau kenakalan remaja tidak terlalu ada, sudah tidak seperti dahulu, kesehatan mental siswa ya seperti anak dalam usia perkembangannya, masalah-masalah yang mereka hadapi mungkin hanya sekitaran bingung ketika memilih ekstrakurikuler, dan ketika memilih perguruan tinggi, dan masalah kesulitan belajar ya, ada anak yang bingung membagi waktu belajar, dan ada beberapa anak yang masih susah membaca al-Qur'an.<sup>94</sup>

---

<sup>94</sup> Lihat pada transkrip wawancara dalam lampiran penelitian ini, kode: 01/W/18-IV/2017

Selain masalah-masalah diatas ada juga dalam hal kedisiplinan siswa. Hal ini sebagaimana diungkapkan oleh bapak Ah. Yani Mustofa selaku kepala sekolah MAN Dolopo, yaitu:

Dari masalah kedisiplinan ada beberapa anak yang keluar masuk madrasah seenaknya sendiri. Kemudian saat upacara bendera ada beberapa anak yang masih clometan atau berbicara sendiri. Hal-hal kecil yang kurang baik memang kadang telah menjadi budaya anak-anak, seperti juga ketika sholat dhuhur, yang mana ketika sholatnya bergantian, anak yang belum giliran berjamaah berisik sendiri di luar mushola. Kemudian dalam hal tata krama ada anak yang suka berteriak-teriak dilingkungan madrasah.<sup>95</sup>

Hal ini pun sesuai dengan yang diungkapkan oleh ibu Yuni selaku ibu kantin beliau mengatakan, “Masih ada beberapa anak-anak yang keluar kelas untuk membeli jajan saat jam sudah masuk pelajaran.” Selain itu terbukti pada saat peneliti melakukan observasi ada tiga siswa perempuan yang sedang telat masuk sekolah. Ketika ditanya oleh guru tatib mereka beralasan bahwa mereka telat karena alasan yang sepele, yaitu saling menunggu teman.<sup>96</sup>

Dari keterangan diatas maka sudah jelas bahwa ada gejala-gejala ketidak sehatan mental dalam kepribadian beberapa siswa dan harus ditingkatkan. Oleh sebab itulah, dilingkungan MAN Dolopo ini dibentuk progam pembinaan dalam meningkatkan kesehatan mental siswa. Progam kesehatan mental ini dilatar belakangi karena beberapa sebab diantaranya yaitu sebagaimana dijelaskan oleh bu Faoziah Darraeni, selaku guru BK, yaitu:

---

<sup>95</sup> Lihat pada transkrip wawancara dalam lampiran penelitian ini, kode: 07/W/21-IV/2017

<sup>96</sup> Lihat pada transkrip wawancara dan observasi dalam lampiran penelitian ini, kode: 04/W/19-1V/2017 dan 12/O/01-IV/2017

Program peningkatan kesehatan mental siswa salah satunya disebabkan karena perubahan zaman modern, dan peran media sosial yang bebas untuk digunakan siapa saja. Termasuk para siswa, padahal sebenarnya di sosial media itu tidak hanya bisa diambil segi positifnya namun segi negatifnya juga banyak. Selain itu kesadaran akan perlunya bimbingan terhadap siswa dalam mempertahankan dan meningkatkan mentalnya yang sehat.<sup>97</sup>

Selain karena adanya pengaruh dari luar yang sangat kuat mempengaruhi kepribadian siswa, program kesehatan mental ini dilatar belakangi juga karena budaya siswa di madrasah yang tidak baik harus di luruskan, hal ini sebagaimana diungkapkan oleh bapak Ah. Yani Mustofa selaku kepala sekolah, “Hal-hal kecil yang menjadi budaya yang kurang baik harus dibenahi, dimana dalam hal itu tak hanya bagi siswa namun juga bagi guru”<sup>98</sup>

Bentuk program pembinaan kesehatan mental siswa di MAN Dolopo yaitu dengan adanya Bimbingan Konseling yang komprehensif dan berbasis Agama Islam. Sebagaimana diungkapkan oleh bu Faoziah Darraeni, selaku guru BK, “Cara menangani masalah Kesehatan Mental atau membentuk mental siswa yang positif yaitu dengan dilaksanakannya BK yang komprehensif dan tentunya dengan berbasis Agama Islam,”<sup>99</sup>

Program pembinaan kesehatan mental siswa dalam bentuk BK Komprehensif ini juga sebagaimana diungkapkan oleh guru bapak Suyitno selaku bagian kesiswaan, “Dalam menangani kasus yang terjadi pada siswa terutama kepribadiannya disinilah

---

<sup>97</sup> Lihat pada transkrip wawancara dalam lampiran penelitian ini, kode: 01/W/ 18-IV/2017

<sup>98</sup> Lihat pada transkrip wawancara dalam lampiran penelitian ini, kode: 07/W/ 21-IV/2017

<sup>99</sup> Lihat pada transkrip wawancara dalam lampiran penelitian ini, kode: 01/W/18-IV/2017

peran adanya BK yang Komprehensif, yang saling berkolaborasi juga dengan segala program lain di sekolah,” Selain itu terbukti pada saat peneliti melakukan observasi, guru Bimbingan Konseling menunjukkan Visi dan Misi Bimbingan Konseling di MAN Dolopo yang mana isinya sesuai dengan tujuan dari kesehatan mental siswa.<sup>100</sup>

Kemudian dalam pembuatan program BK Komprehensif sebagai program pembinaan kesehatan mental siswa. Guru BK adalah sebagai tokoh utama atau yang paling memiliki tugas utama dalam pembuatannya. Hal ini sebagaimana diungkapkan oleh bu Faoziah Darraeni selaku guru BK,

Iya, dalam pembuatan program-program yang ada di BK yaitu disusun oleh guru Konselor atau guru BK, yang nanti untuk di cek dan disahkan oleh kepala sekolah dan kepala sekolah dalam kaitannya dengan menyusun program-program yang ada dibimbing konseling adalah sebagai monitoring, pengawasan dan pengesahan program-program yang akan dilaksanakan, jika ada beberapa program yang kurang atau ada yang perlu ditambahi beliau akan menambahkan.<sup>101</sup>

Karena itu Kepala Sekolah sebagai pemimpin sekolah harus melihat dari realita kasus-kasus yang terjadi disekitar lingkungan madrasah. Kepala sekolah tidak hanya melihat kasus yang ada pada siswa namun juga kepada guru. Hal ini sebagaimana diungkapkan oleh bapak Ah. Yani Musthofa selaku kepala sekolah, yaitu:

Iya kepala sekolah adalah tugasnya mengecek dan mengesahkan program-program termasuk program yang ada dalam Bimbingan Konseling. Maka dari itu saya melihat keadaan sekolah. Misalnya dalam menyelesaikan masalah kedisiplinan di madrasah, saya membuat kebijakan kepada guru bagian tata tertib yang saya bicarakan kepada bagian kurikulum untuk memberikan SK kepadanya, dan saya memberikan usul agar

---

<sup>100</sup> Lihat pada transkrip wawancara dan observasi dalam lampiran penelitian ini, kode: 10/W/21-IV/2017 dan 01/O/18-IV/2017

<sup>101</sup> Lihat pada transkrip wawancara dalam lampiran penelitian ini, kode: 01/W/18-IV/2017

anak yang keluar masuk madrasah harus dengan surat izin, dan alhamdulillah dalam 2 minggu akhir ini sudah diterapkan hal ini kepada siswa, dan nantinya dalam menangani kasus-kasus yang lain itu yang akan menjadi agenda yang akan saya bahas bersama seluruh bapak ibu guru.<sup>102</sup>

Dari data diatas dapat disimpulkan bahwa ada gejala ketidak sehatan mental siswa yang tercermin di MAN Dolopo seperti kesulitan belajar baca al-Quran, kemudian memilih kegiatan dan memilih karir. Kemudian di bentuklah progam pembinaan kesehatan mental siswa di MAN Dolopo dalam bentuk Bimbingan Konseling Komprehensif dan berbasis Islami. Yang mana progam tersebut dilatar belakangi karena adanya beberapa hal kecil yang menjadi gejala gangguan kesehatan mental siswa yang perlu diperbaiki. Selain itu, untuk mencegah gangguan kesehatan mental lain yang disebabkan adanya pengaruh dari lingkungan luar yang kurang baik. Progam tersebut dibuat oleh guru BK sebagai konselor dan kemudian disahkan dan di cek oleh kepala sekolah untuk kemudian disahkan.

## **2. Pelaksanaan Progam Pembinaan dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Siswa di MAN Dolopo**

Perkembangan progam pembinaan kesehatan mental siswa dalam bentuk BK Komprehensif di MAN Dolopo ini sebenarnya adalah perubahan dari adanya BP atau Bimbingan Penyuluhan, yang mana dulu adanya BP tersebut lebih kepada sebagai "*polisi sekolah*", atau tempat yang menyeramkan dan hanya digunakan bagi siswa

---

<sup>102</sup> Lihat pada transkrip wawancara dalam lampiran penelitian ini, kode: 07/W/ 21-IV/2017



yang bermasalah yang melanggar aturan sekolah. Dan sekarang berubah menjadi BK.

Hal ini sebagaimana diungkapkan oleh bu Faoziah Darraeni selaku guru BK, yaitu:

Perkembangan program pembinaan kesehatan mental siswa di MAN Dolopo saat ini lebih baik daripada tahun-tahun sebelumnya dulu, dahulu bimbingan konseling masih dianggap oleh anggota sekolah sebagai polisi sekolah, dan dulu belum ada ruang tersendiri untuk BK tersebut, dan sekitar tahun 2011 dibangunlah ruang khusus untuk ruang BK, dan di tahun 2012 guru BK ditambah menjadi 2, sehingga dalam melaksanakan tugasnya agar lebih efektif.<sup>103</sup>

Berdasarkan keterangan diatas maka memang sudah jelas bahwa kini perkembangan BK di MAN Dolopo ini menjadi lebih baik. Hal ini juga sebagaimana yang dijelaskan oleh bagian kurikulum, bapak Eko Budi Wasito bahwa, "Bimbingan Konseling kini memang lebih baik dan lebih efektif dalam mengatasi masalah kesulitan belajar siswa"<sup>104</sup>

Perkembangan BK yang Komperhensif di MAN Dolopo ini memang sangat penting untuk membina Kesehatan Mental siswa, hal ini sebagaimana diungkapkan oleh Bapak Ah. Yani Musthofa selaku Kepala Sekolah, "Bimbingan Konseling di tingkat sekolah SLTA memang sangat penting, karena BK tidak hanya untuk menangani anak yang bermasalah namun juga ketika anak masih akan menunjukkan gejala kepribadian yang kurang baik, dan juga BK untuk kelas XII sangat berguna untuk pengarahan melanjutkan sekolah atau karier peserta didik,"<sup>105</sup>

---

<sup>103</sup> Lihat pada transkrip wawancara dalam lampiran penelitian ini, kode: 02/W/18-IV/2017

<sup>104</sup> Lihat pada transkrip wawancara dalam lampiran penelitian ini, kode: 13/W/ 21-IV/2017

<sup>105</sup> Lihat pada transkrip wawancara dalam lampiran penelitian ini, kode: 08/W/21-IV/2017

Mekanisme pelaksanaan program pembinaan kesehatan mental siswa ini dilaksanakan sebagaimana visi dan misi dari BK. Dan hal ini sebagaimana dijelaskan oleh bu Faoziah Darraeni selaku guru BK, yaitu:

Mekanisme pelaksanaan BK disekolah ini yaitu dengan membuat jadwal program tiap semester dan kemudian dibuat jadwal kegiatan dan agenda kerja layanan bimbingan konseling, kalau dulu juga ada silabus dan juga RPP, namun sekarang tidak. Karena BK tidak masuk dalam pelajaran kelas. Dalam jadwal program tersebut dengan berdasarkan bidang-bidang yang harus dikembangkan oleh siswa, dari pribadi, sosial, belajar, dan karier siswa, dengan bentuk kegiatan layanan orientasi, layanan informasi, layanan penempatan dan penyaluran, layanan penguasaan konten, layanan konseling perorangan, layanan bimbingan kelompok, layanan konsultasi, layanan mediasi, aplikasi instrument, himpunan data, konferensi kasus, kunjungan rumah, tampilan kepustakaan, dan alih tangan kasus.<sup>106</sup>

Dan hal tersebut diperkuat dengan ditunjukkannya dokumen kepada peneliti ketika observasi yang mana dokumen tersebut berisi tentang program tahunan dan program semester pelayanan konseling serta jadwal kegiatan dan agenda kerja layanan bimbingan konseling.<sup>107</sup> Dan pelaksanaannya berdasarkan pola 17, yang kemudian juga tulis hasil pelaksanaannya di papan pola 17.<sup>108</sup> Dalam melaksanakan program pembinaan kesehatan mental siswa tersebut memang sudah tentu memelurkan banyak pihak-pihak lain selain konselor atau guru BK itu sendiri. Hal ini sebagaimana diungkapkan oleh bu Faoziah Darraeni selaku guru BK, yaitu:

---

<sup>106</sup> Lihat pada transkrip wawancara dan observasi dalam lampiran penelitian ini, kode: 02/W/18-IV/2017 dan 01/O/18-IV/2017

<sup>107</sup> Lihat pada transkrip dokumentasi dalam lampiran penelitian ini, kode: 10/D/18-IV/2017 dan 11/D/18-IV/2017

<sup>108</sup> Lihat pada transkrip observasi dalam lampiran penelitian ini, kode: 02/O/18-IV/2017 dan 03/O/18-IV/2017

Banyak pihak yang memang perlu dilibatkan dalam pelaksanaan BK Komprehensif itu yaitu diantaranya ya semua guru wali kelas, guru pembimbing ekstrakurikuler, wali murid, guru tatib, guru piket, siswa dan juga kepala sekolah, dan terkadang juga melibatkan pihak lain dari luar madrasah misalnya jika diadakan seminar kesehatan. Seperti pernah ada kerjasama dengan pihak kepolisian, dengan motivator, atau juga dengan mahasiswa dari kampus.<sup>109</sup>

Kerjasama antara guru konselor dengan pihak-pihak lain tersebut memang perlu dilaksanakan. Visi Misi BK di MAN Dolopo sendiri adalah berdasarkan kerjasama dengan kampus Magistra Utama, selain itu kerjasama dengan tatib hal ini terbukti ketika peneliti melakukan observasi ada beberapa siswi yang telat dan mereka dihukum membaca al-Qur'an diruang BK.<sup>110</sup>

Dalam melaksanakan program layanan mediasi pada siswa yang memiliki masalah keuangan dengan orang tua, yaitu BK bekerjasama dengan wali murid yang bersangkutan. Sebagaimana yang ditemukan oleh peneliti ketika observasi. Sebagaimana diungkapkan oleh bu Faoziah Darraeni selaku guru BK, sosialisasi dengan wali murid mengenai karir siswa, dan panggilan orang tua kelas XII yang saya panggil karena putrinya bersemangat untuk melanjutkan sekolah ke perguruan tinggi namun keuangan keluarganya termasuk kurang.<sup>111</sup> Dalam Penyelesaian masalah hubungan antar muda-mudi, membangun rasa cinta kepada teman, bimbingan konseling dengan bimbingan kelompok.<sup>112</sup>

---

<sup>109</sup> Lihat pada transkrip wawancara dalam lampiran penelitian ini, kode: 02/W/18-IV/2017

<sup>110</sup> Lihat pada transkrip observasi dalam lampiran penelitian ini, kode: 04/O/19-IV/2017

<sup>111</sup> Lihat pada transkrip observasi dalam lampiran penelitian ini, kode: 05/O/19-IV/2017 dan 09/O/25-IV/2017

<sup>112</sup> Lihat pada transkrip observasi dalam lampiran penelitian ini, kode: 10/O/25-IV/2017

Dan dalam membentuk kedisiplinan siswa yaitu bekerjasama dengan tatib. Hal ini sebagaimana diungkapkan salah satu guru yang memegang penting masalah kedisiplinan dan aturan sekolah, yaitu bapak Heru Subagio selaku tatib. Beliau mengungkapkan:

Tatib memang sangat ada kaitannya dengan BK, jika ada anak yang melanggar tata tertib secara terus menerus maka akan dikonsultasikan ke wali kelas siswa tersebut dan kemudian wali kelas akan disampaikan kepada guru BK, dan guru BK akan memanggil anak tersebut untuk memberikan pencerahan, dan jika kasus siswa tersebut dalam kasus berat maka akan diadakan panggilan orang tua, jadi memang antara guru BK, wali kelas dan tatib itu dalam satu tim.<sup>113</sup>

Dan hal tersebut terbukti juga saat peneliti menemukan dokumen daftar nama guru wali kelas, dan guru piket beserta tugas-tugasnya yang mana diantaranya adalah tugas wali kelas membantu guru BP/BK dalam melaksanakan tugas khususnya dikelas yang menjadi tanggung jawabnya.<sup>114</sup>

Adanya dukungan dan bantuan dari segala pihak diatas diupayakan agar program pembinaan kesehatan mental siswa tersebut berjalan efektif dan efisien. Hal ini terbukti sebagaimana dijelaskan oleh bu Faoziah Darraeni selaku guru BK, "Alhamdulillah pelaksanaan BK kepada siswa selama ini berjalan dengan cukup efektif, masalah-masalah dalam peserta didik dapat diatasi dengan baik, meskipun kadang pastinya juga ada kendala,"<sup>115</sup> Efektifnya pelaksanaan program pembinaan kesehatan mental siswa ini adalah dilihat dari bagaimana perubahan siswa. Yang

---

<sup>113</sup> Lihat pada transkrip wawancara dalam lampiran penelitian ini, kode: 05/W/19-1V/2017

<sup>114</sup> Lihat pada transkrip dokumentasi dalam lampiran penelitian ini, kode: 07/D/17-IV/2017 dan 08/D/17-IV/2017

<sup>115</sup> Lihat pada transkrip wawancara dalam lampiran penelitian ini, kode: 02/W/18-IV/2017

mana siswa memang sebagai tujuan inti adanya program pembinaan kesehatan mental. Sebagaimana yang diungkapkan salah satu siswa putri Kurnia Sari kelas XII IPA 2, "Sangat Senang, karena BK sangat mendukung dan membantu saya untuk memilih perguruan tinggi sesuai yang saya inginkan,"<sup>116</sup>

Di dalam setiap program kegiatan pastinya ada program evaluasi untuk melihat kekurangan dan memperbaiki kekurangan tersebut, didalam program kesehatan mental dalam bentuk bimbingan konseling di MAN Dolopo ini ada dalam bentuk evaluasi proses dan evaluasi hasil, hal tersebut sebagaimana diungkapkan oleh bu Faoziah Darraeni selaku guru BK dan temuan dokumentasi dalam penelitian, Evaluasi dalam program kegiatan pembinaan kesehatan mental di MAN Dolopo ini kemudian dituliskan dalam dokumen evaluasi, analisis dan tindak lanjut pelaksanaan tiap semester. Kemudian di tulis di LAPELPROG atau Laporan Pelaksanaan Program untuk dilihat dan ditanda tangani kepala sekolah.<sup>117</sup>

Dalam meningkatkan kesehatan mental siswa di MAN Dolopo ini tidak hanya dalam bentuk kegiatan layanan namun madrasah atau sekolah juga membentuk lingkungannya yang dapat meningkatkan kesehatan mental siswa, hal ini sebagaimana diungkapkan oleh Bapak Suyitno bagian kesiswaan, yaitu:

Madrasah memberikan kesempatan bagi siswa untuk mengembangkan potensinya sebagai pribadi yang sehat dan positif yaitu melalui kegiatan akademik dan non akademik, bidang akademik yaitu diantaranya bagi anak yang berbakat dan berminat mengikuti loma-lomba dengan mengikuti les OTC (Olimpiade Training Center),

---

<sup>116</sup> Lihat pada transkrip wawancara dalam lampiran penelitian ini, kode: 20/W/02-V/2017

<sup>117</sup> Lihat pada transkrip wawancara dan observasi dalam lampiran penelitian ini, kode: 02/W/18-IV/2017 dan 12/O/18-IV/2017

kemudian ada KIR (Kayra Ilmiah Remaja), ada juga retorika pidato, dan Desain grafis, kemudian dalam non akademik dengan kegiatan ekstrakurikuler.<sup>118</sup>

Madrasah memberikan wadah bagi peserta didik dalam mengembangkan minat dan bakatnya termasuk dalam berbagai bentuk kegiatan ekstrakurikuler.<sup>119</sup> Selain itu juga membentuk kedisiplinannya sebagaimana diungkapkan oleh bapak Heru Subagio guru bagian tatib, “Dalam meningkatkan kedisiplinan siswa disini menggunakan rasa kasih sayang dan mendidik. Maksudnya yaitu ketika ada siswa yang tidak menaati aturan seperti contohnya telat masuk madrasah maka hukumannya adalah bersih-bersih lingkungan madrasah. Atau juga dengan membaca dan menulis al-Qur’an,”<sup>120</sup>

Maka berdasarkan data diatas dapat disimpulkan, pelaksanaan progam pembinaan dalam meningkatkan kesehatan mental siswa di MAN Dolopo ini menjadi lebih baik dibanding sebelumnya. Mekanismenya yang digunakan adalah dengan membuat jadwal progam ditiap semester. Progam kerja tersebut dengan berdasarkan bidang-bidang yang harus dikembangkan oleh siswa, mulai dari pribadi, sosial, belajar, dan karier siswa. Bentuk kegiatannya dengan layanan orientasi, layanan informasi, layanan penempatan dan penyaluran, layanan penguasaan konten, layanan konseling perorangan, layanan bimbingan kelompok, layanan konsultasi, layanan mediasi, aplikasi instrument, himpunan data, konferensi kasus, kunjungan rumah, tampilan kepustakaan, dan alih tangan kasus.

---

<sup>118</sup> Lihat pada transkrip wawancara dalam lampiran penelitian ini, kode: 11/W/21-IV/2017

<sup>119</sup> Lihat pada transkrip dokumentasi dalam lampiran penelitian ini, kode: 09/D/17-IV/2017

<sup>120</sup> Lihat pada transkrip wawancara dalam lampiran penelitian ini, kode: 05/W/19-1V/2017

Pelaksanaan program pembinaan kesehatan mental siswa tersebut melibatkan banyak pihak-pihak lain. Diantaranya yaitu guru wali kelas, guru pembimbing ekstrakurikuler, wali murid, guru tatib, guru piket, siswa dan juga kepala sekolah, dan terkadang juga melibatkan pihak lain dari luar madrasah misalnya dengan pihak kepolisian, dengan motivator, atau juga dengan mahasiswa dari kampus. Sedangkan evaluasi program ini yaitu dalam bentuk evaluasi proses dan evaluasi hasil. Selain dengan melaksanakan program pembinaan kesehatan mental siswa tersebut. Madrasah juga membentuk lingkungannya agar kesehatan mental siswa benar-benar dapat ditingkatkan dengan baik.

### **3. Faktor Pendukung dan Penghambat Pelaksanaan Program Pembinaan Siswa dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Siswa di MAN Dolopo**

Dari upaya yang telah dilakukan oleh pihak madrasah dan upaya yang dilakukan guru BK dalam meningkatkan kesehatan mental siswa tentunya tidak berjalan dengan lancar sesuai dengan apa yang diharapkan. Banyak kendala-kendala yang dihadapi dalam melaksanakan program tersebut.

Diantara kendala yang dirasakan oleh guru dalam meningkatkan kualitas layanan BK adalah perlunya ruang aula. Hal ini bertujuan agar dalam melaksanakan program kegiatan dengan lebih efektif dan efisien. Sebagaimana diungkapkan oleh bu Faoziah

Darraeni selaku guru BK, “Sayangnya BK disekolah ini belum memiliki ruang aula khusus yang khusus digunakan dalam melaksanakan program BK,”<sup>121</sup>

Selain dari itu ada kendala lain yaitu ada beberapa dari siswa menunjukkan sikap dingin, dan tidak peduli dengan adanya BK, siswa yang tergolong diam, ada yang tidak peduli dengan masalahnya. Hal ini sebagaimana yang diungkapkan salah satu siswa putri Farikhatul Baroroh kelas XI MIA 1 yang saya interview, “Sampai saat ini saya belum begitu faham mbk, dan saya masih belum begitu merasakan pengaruh BK kepada saya,”<sup>122</sup>

Melihat dari hal tersebut maka, selayaknya guru memang harus lebih memberikan pengetahuan kepada murid akan penting dan bermanfaatnya peran BK untuk dirinya. Dalam mensukseskan program pembinaan kesehatan mental ini tak hanya dari para pendidik dan guru konselor, namun peran serta dukungan dari madrasah juga sangat perlu, karena dalam meningkatkan kesehatan mental siswa itu memerlukan dukungan yang sangat kompleks. Diantara bentuk dukungan madrasah yaitu dengan membentuk lingkungan yang sehat dan bersih, adanya UKS, poster motivasi, serta ruang kelas yang mendukung proses pembelajaran, tulisan-tulisan tata tertib, juga menciptakan lingkungan sosial yang baik, juga menciptakan lingkungan sosial yang baik dan sesuai syariat Islam.<sup>123</sup> Hal ini juga sebagaimana diungkapkan oleh bapak Heru Subagio selaku guru tatib, “Beberapa tata tertib dalam bentuk tulisan-tulisan agar siswa dapat

---

<sup>121</sup> Lihat pada transkrip wawancara dalam lampiran penelitian ini, kode: 03/W/18-IV/2017

<sup>122</sup> Lihat pada transkrip wawancara dalam lampiran penelitian ini, kode: 18/W/26-IV/2017

<sup>123</sup> Lihat pada transkrip observasi dalam lampiran penelitian ini, kode: 06/O/21-IV/2017



faham dan jelas, selain itu dibuatnya poster tentang motivasi untuk terus belajar yang mana hal itu juga dibuat sendiri oleh siswa,”<sup>124</sup>

Hal tersebut juga sebagaimana yang diungkapkan oleh salah satu siswi Farikhatul Baroroh MAN Dolopo, “Sekolahnya disini termasuk bersih dan sangat asri mbk. Dan disini ada kegiatan rutin tiap pagi baca al-Qur’an, kemudian sholat dhuha dilaksanakan pada hari senin Selasa itu untuk kelas 10, Rabu Kamis kelas XI, dan Jum’at Sabtu kelas XII, kemudian sebelum pulang baca asma’ul husna”<sup>125</sup>

Dalam membentuk madrasah yang mendukung peningkatan kesehatan mental siswa sudah tentu hal itu berdasarkan kontribusi dari seluruh anggota madrasah mulai dari tukang kebun, ibu kantin, guru-guru sampai kepada kepala sekolah, hal ini sebagaimana diungkapkan oleh Bapak Ah. Yani Musthofa selaku Kepala Sekolah, “Dalam memberikan rasa cinta para siswa kepada sekolahnya saya meminta orang untuk membuat yel-yel yang mana yel-yel itu diajarkan dengan bekerja sama dengan guru-guru termasuk guru bahasa Indonesia. Dan yel-yel tersebut wajib dinyanyikan setelah upacara bendera hari senin,”<sup>126</sup>

Bentuk dukungan madrasah tersebut memang tak lain dilihat juga dari bentuk peran serta seluruh anggota madrasah dalam mendukung program pembinaan siswa dalam meningkatkan kesehatan mental. Bentuk peran dukungan seluruh anggota

---

<sup>124</sup> Lihat pada transkrip wawancara dalam lampiran penelitian ini, kode: 06/W/19-1V/2017

<sup>125</sup> Lihat pada transkrip wawancara dalam lampiran penelitian ini, kode:17/W/26-IV/2017

<sup>126</sup> Lihat pada transkrip wawancara dalam lampiran penelitian ini, kode: 09/W/21-IV/2017

madrasah ini yaitu sebagaimana diungkapkan oleh bapak KH. Alwan selaku guru bimbingan baca al-Qur'an kepada siswa yang kesulitan baca tulis al-Qur'an, yaitu:

Saya mengajarkan mengaji pada anak-anak yang masih belum begitu pandai baca tulis al-Qur'an. Karna anak yang masih belum bisa baca tulis al-Qur'an akan mengalami kesulitan belajar dalam mata pelajaran PAI. Dan ketika anak-anak saya ajari baca al-Qur'an, saya juga memberi beberapa motivasi dan taushiah kepada mereka, seperti hikmah dan pentingnya al-Qur'an bagi hidup kita,<sup>127</sup>

Berdasarkan pernyataan diatas maka jelas, program pembinaan kesehatan mental siswa bukan hanya dari seorang guru BK, namun juga kontribusi seluruh anggota madrasah. Selain sebagaimana yang diungkapkan guru pembimbing agama tersebut, hal ini juga sebagaimana diungkapkan oleh guru pembina pramuka, bapak Khoirul Khitam, "BK dan ekstrakurikuler terutama pramuka memang sangat saling berkaitan karena salah satu guru BK, karena didalam pramuka siswa dilatih dan diuji kepribadiannya seperti dengan SKU dan bu Yuni selaku guru BK itu juga termasuk pembina pramuka,"<sup>128</sup>

Karena adanya program pembinaan kesehatan mental siswa dalam Bimbingan Konseling Komprehensif, dan juga karena madrasah yang membentuk lingkungan yang mendukung peningkatan kesehatan mental siswa, maka sudah terlihat saat ini kepribadian siswa menjadi lebih baik. Hal ini sebagaimana diungkapkan oleh bapak Heru Subagio, selaku guru bagian tatib, "Alhamdulillah sebenarnya saat ini anak-anak

---

<sup>127</sup> Lihat pada transkrip wawancara dalam lampiran penelitian ini, kode: 16/W/24-IV/2017

<sup>128</sup> Lihat pada transkrip wawancara dalam lampiran penelitian ini, kode: 19/W/30-IV/2017

lebih banyak berubah dari rasa disiplin, kebersihan, tanggung jawab juga kenakalannya dibanding tahun-tahun yang dahulu,”<sup>129</sup>

Mental kepribadian siswa yang sehat memang dapat dilihat dari bagaimana siswa itu menaati aturan yang ada di madrasah itu, selain itu bagaimana mereka bersosialisasi kepada guru dan bagaimana mereka bahagia menyaurkan bakat, potensinya di madrasah dan bentuk wujud mental yang sehat. Hal ini sebagaimana diungkapkan oleh bu Faoziah Darraeni selaku guru BK itu sendiri yang langsung menangani siswa, yaitu:

Melihat dari data kasus anak-anak sekarang sebenarnya mereka lumayan lebih sangat baik daripada tahun tahun yang lalu, tidak ada kasus yang berat, dan mereka sudah terbiasa dan nyaman datang ke BK. Seperti beberapa kasus kemarin ada siswa yang ingin pindah sekolah, kemudian saya menemui anak itu dan menanyakan alasannya dengan jelas, ternyata dia ingin mencari sekolah lain yang lebih terkenal katanya. Karena dia memang anak pandai. Kemudian saya memberikan motivasi kepadanya dan saya juga melakukan home visit untuk berbicara dengan orang tuanya, alhamdulillah dia tidak jadi pindah dan kemarin siswi itu mengikuti lomba orasi politik dan penyuluh kesehatan di UNMUH mendapat juara satu dan juara tiga.<sup>130</sup>

Selain hal diatas dalam melihat sejauh mana bentuk perwujudan sikap siswa sebagai pribadi yang memiliki mental yang sehat adalah, mereka dapat menyalurkan bakat dan juga potensinya di madrasah. Hal ini terlihat saat peneliti mewawancarai salah satu siswi Farikhatul Baroroh, dan siswa siswi lain yang berantusias dalam acara-acara hari Kartini 21 April “Hobi saya menyanyi mbak dan saya disini mengikuti band,

---

<sup>129</sup> Lihat pada transkrip wawancara dan observasi dalam lampiran penelitian ini, kode: 06/W/19-1V/2017 dan 06/O/21-IV/2017

<sup>130</sup> Lihat pada transkrip wawancara dalam lampiran penelitian ini, kode: 03/W/18-IV/2017

sebagai vokalis<sup>131</sup> dan lomba ajang bakat menyanyi dan estafet. Hal ini sesuai dengan observasi peneliti ketika ditunjuk oleh pihak panitia sebagai Juri dalam lomba bernyanyi tersebut. Dan Sebagaimana diungkapkan oleh salah satu putri Luluk Fatimah saat di madrasah diadakan lomba di hari kartini, “Groggi, nerfes dan malu bukan main mbak, tapi setelah sudah selesai naik rasanya malah ketagihan kepingin lagi, karena senang,”<sup>132</sup>

Hal ini juga sebagaimana diungkapkan oleh salah satu siswa yang aktif mengikuti ekstra pramuka Roqi, “Saya senang dengan ekstra pramuka mbak dan kemarin saya diajak ikut perkemahan pramuka madrasah nasional bersama bu Yuni, kemarin itu dari tiap MAN se Wilker Madiun diambil 1 anak mbak kemudian dikarantina di MAN 2 Madiun, kalau lombanya di Mojokerto,”<sup>133</sup>

Selain dari beberapa pendapat diatas melihat kemampuan atau antusias peserta didik dalam menyalurkan bakat dan potensinya terbukti saat peneliti melakukan penelitian. Dalam antusiasnya mengikuti Peringatan Hari Kartini, sebagaimana diungkapkan oleh ketua Nurjati ketua OSIM, “Acara hari kartini dilakukan 2 hari, dimulai hari kemarin dengan upacara dengan petugasnya dari ibu-ibu guru, dan kemudian pelepasan balon, kemudian di hari sabtunya tanggal 22 diadakan lomba nyanyi dan lomba estafet yang diikuti oleh semua siswa siswi MAN Dolopo,”<sup>134</sup>

---

<sup>131</sup> Lihat pada transkrip wawancara dan observasi dalam lampiran penelitian ini, kode: 18/W/26-IV/2017 dan 07/O/21-IV/2017

<sup>132</sup> Lihat pada transkrip wawancara dan observasi dalam lampiran penelitian ini, kode: 15/W/22-IV/2017 dan 08/O/22-IV/2017

<sup>133</sup> Lihat pada transkrip wawancara dalam lampiran penelitian ini, kode: 21/W/3-V/2017

<sup>134</sup> Lihat pada transkrip wawancara dalam lampiran penelitian ini, kode: 14/W/22-IV/2017

Kemudian dalam acara Perpisahan dan pengajian Akbar Isro' Mi'roj, siswa juga diberikan kesempatan untuk menampilkan bakatnya. Sebagaimana diungkapkan oleh bapak Suyitno selaku kesiswaan, "Dalam acara perpisahan dan pengajian tidak hanya langsung acara inti namun juga memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk menyalurkan bakat dan kemampuannya seperti tari, band, al-banjari dan sufi,"<sup>135</sup>

Antusias siswa dalam mengikuti acara Perkemahan Pembantaraan, sebagaimana diungkapkan oleh bapak Khoirul Khitam selaku pembina pramuka, "Alhamdulillah sejak dulu pramuka memang selalu menjadi ekstra yang paling banyak diminati oleh siswa, seperti dalam kemah kali ini sekitar lebih dari 30 siswa mengikuti kemah untuk kemudian diseleksi melalui tes SKU dan dipilih sebagai pengurus atau Dewan Ambalan di tahun ini,"<sup>136</sup> Dengan melihat antusias dan semangat siswa dalam mengikuti setiap kegiatan yang dilaksanakan di MAN Dolopo, maka sudah jelas bahwa dengan dukungan program peningkatan kesehatan mental, siswa siswi di madrasah terbentuk mental positifnya.

Dari seluruh paparan diatas dapat disimpulkan bahwa dalam ada hal yang menjadi faktor pendukung dan faktor penghambat yang dihadapi oleh guru dalam melaksanakan program pembinaan kesehatan mental siswa, seperti kurangnya sarana dan prasarana gedung aula khusus untuk BK, kurangnya kesadaran peserta didik akan arti penting BK untuk dirinya. Namun seluruh anggota madrasah ikut berkontribusi,

---

<sup>135</sup> Lihat pada transkrip wawancara dan observasi dalam lampiran penelitian ini, kode: 12/W/21-IV/2017 dan 11/O/ 27-IV/2017

<sup>136</sup> Lihat pada transkrip wawancara dalam lampiran penelitian ini, kode: 19/W/30-IV/2017

dari guru bagian tata tertib, Kepala sekolah serta guru pimbingan baca al-Qur'an. Dengan adanya faktor pendukung yang kuat tersebut memberi perubahan kepada peserta didik sehingga mereka bahagia dan merasa nyaman dimadrasah. Sebagai bentuk sehatnya mental yang mereka wujudkan dengan aktif mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dan juga lomba-lomba sebagai tempat untuk menyalurkan bakat dan potensi-potensinya dimadrasah.



## **BAB V**

### **ANALISIS DATA**

#### **A. Analisis Latar Belakang Progam Pembinaan Siswa dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Siswa di MAN Dolopo**

Kesehatan mental dapat difahami sebagai terwujudnya keharmonisan antara fungsi-fungsi, serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi problem-problem yang terjadi, dan merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan dirinya. Anak dalam masa perkembangannya akan dihadapkan dalam berbagai lingkungan. Siswa pada jenjang sekolah menengah (SLTP/SLTA), merupakan berada dalam masa yang labil dan membutuhkan pendampingan guna mengarahkan pada hal-hal yang bersifat positif, tanpa mengabaikan sisi aktualisasi siswa dan sekolah sebagai pihak yang mendapatkan amanah dari orang tua. Pada masa ini siswa umumnya remaja sedang mengalami fase transisi (peralihan) antara sikap bergantung (dependent) menuju sikap bebas (independent) pada usia dewasa.<sup>137</sup>

Sebagaimana teori dari Kartini Kartono dalam bukunya menyebutkan bahwa orang yang bermental sehat yaitu ada koordinasi dari segenap energi, potensi, dan aktivitasnya; (2) memiliki integrasi dan regulasi terhadap struktur kepribadian; (3) efisien dalam setiap tindakannya; (4) memiliki tujuan hidup; (5)

---

<sup>137</sup> Dede Rahmat Hidayat, dan Herdi, *Bimbingan Konseling (Kesehatan Mental Sekolah)*, 99-100

bergairah dan tenang harmonis batinnya. Sedangkan gejala yang menunjukkan mentalnya terganggu yaitu : (1) banyak konflik batin; (2) komunikasi sosialnya terputus dan disorientasi sosial; (3) ada gangguan intelektual dan gangguan emosional yang serius.<sup>138</sup>

Jika dilihat bentuk mental siswa di MAN Dolopo secara umum masih tergolong baik dan wajar, hanya memang ada beberapa siswa yang menunjukkan gejala kesehatan mental seperti kesulitan belajar, seperti terkait memilih kegiatan sesuai kemampuan dan bakat, kemudian dalam kesulitan belajar terutama dalam belajar baca tulis al-Qur'an, bingung antara memilih bekerja atau kuliah setelah lulus karena masalah ekonomi keluarga. Masalah lain yaitu siswa sering clometan dan berteriak-teriak serta beberapa tidak taat terhadap aturan kedisiplinan seperti menyepelekan tata tertib. Hal ini selaras dengan pandangan bahwa para guru di SLTP dan SLTA perlu memahami kesehatan mental siswanya yang berada pada masa transisi, karena tidak sedikit siswa yang mengalami kesulitan mengembangkan mentalnya karena terlambat oleh masalah-masalahnya, seperti penyesuaian diri, konflik dengan orang tua atau teman, masalah pribadi, atau masalah akademis.<sup>139</sup> Dampak lanjutan yang segera tampak pada anak yang terganggu kesehatan mentalnya yaitu misalnya tidak berprestasi, anak ragu-ragu atau kurang percaya diri, atau anak merasa cemas

---

<sup>138</sup>Kartini Kartono, *Patologi Sosial*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2015), 271-272

<sup>139</sup>Dede Rahmat Hidayat, *Bimbingan Konseling (Kesehatan Mental di Sekolah)*, 99



berlebihan.<sup>140</sup> Maka keadaan kesehatan mental disekolah menjadi prioritas pertama dikondisikan pada anak-anak.<sup>141</sup>

MAN Dolopo para siswa yang diusia remaja rentan akan adanya bentuk gangguan kesehatan mental siswa. Derasnya arus modern menjadi salah satu faktor yang paling dominan mempengaruhi kepribadian siswa. Seperti dengan adanya sosial media yang mudah diakses dan digunakan memiliki banyak sekali sisi negatif daripada sisi positifnya. Seperti saling mengolok dan saling pamer. Bentuk program pembinaan kesehatan mental siswa di MAN Dolopo yaitu dengan BK (Bimbingan Konseling) komprehensif. Hal ini sesuai dengan visi misi bimbingan konseling di MAN Dolopo itu sendiri. Visi dari BK di MAN Dolopo yaitu untuk terwujudnya kehidupan kemanusiaan yang membahagiakan melalui tersedianya pelayanan bantuan dalam pemberian dukungan perkembangan dan pengentasan masalah agar peserta didik berkembang secara optimal, mandiri dan bahagia. Sedangkan misinya yaitu:

1. Misi perkembangan, yaitu memfasilitasi perkembangan peserta didik melalui pembentukan perilaku efektif-normatif dalam kehidupan keseharian dan masa depan.
2. Misi pengembangan, yaitu memfasilitasi pengembangan potensi dan kompetensi peserta didik didalam lingkungan sekolah/madrasah, keluarga dan masyarakat.

---

<sup>140</sup> Purwa Atmaja Prawira, Psikologi Pendidikan dalam Perspektif Baru, 400

<sup>141</sup> Ibid., 383

3. Misi pengentasan masalah, yaitu memfasilitasi pengentasan masalah peserta didik mengacu pada kehidupan sehari-hari.

Bimbingan komprehensif di progamkan bagi seluruh siswa. Titik berat bimbingan dan konseling komprehensif adalah mengarahkan peserta didik agar mampu mencegah berbagai hal yang dapat menghambat perkembangannya. Selain itu, melalui hal preventif peserta didik mampu memutuskan dan memilih tindakan-tindakan yang tepat yang dapat mendukung perkembangannya.<sup>142</sup>

BK yang komprehensif di MAN Dolopo dibuat oleh guru konselor sendiri yang selanjutnya akan disahkan dan dicek oleh kepala sekolah. Dalam bimbingan konseling peran kepala sekolah adalah mengkoordinir keberhasilan bimbingan dan konseling disamping kegiatan administrasi dan kurikulum (akademik). Artinya maju dan mundurnya bimbingan dan konseling disebuah sekolah menjadi tanggung jawab kepala sekolah. Karena itu kepedulian utama kepala sekolah adalah menyediakan dana, sarana, dan tenaga konselor profesional.<sup>143</sup> Di MAN Dolopo kepala sekolah dalam penyusunan progam-program BK adalah sebagai monitoring, pengawasan dan pengesahan progam.

Dari paparan diatas dapat disimpulkan bahwadi MAN Dolopo dilaksanakan progam pembinaan kesehatan mental siswa dengan bentuk Bimbingan Konseling komprehensif, yang disusun oleh Konselor atau guru Bimbingan Konseling yang kemudian disahkan dan dicek oleh kepala sekolah. Hal tersebut dilatar belakangi

---

<sup>142</sup> Sutirna, Bimbingan dan Konseling pendidikan formal, nonformal dan informal, 66

<sup>143</sup> Sofyan S. Willis, Konseling Individual Teori dan Praktek (Bandung: Alfabeta, 2014), 29

karena siswa dalam masa perkembangan memerlukan panduan dan arahan dalam hidupnya, adanya masalah-masalah dalam diri siswa (masalah pribadi, masalah keluarga dan lainnya) dan kemudian juga adanya pengaruh dari luar seperti adanya pengaruh sosial media.

### **B. Analisis Pelaksanaan Program Pembinaan dalam Meningkatkan Kesehatan Mental siswa di MAN Dolopo**

Di MAN Dolopo program pembinaan dalam meningkatkan kesehatan mental siswa dalam bentuk BK adalah wujud dari perubahan dari adanya BP (Bimbingan dan Penyuluhan) yang kemudian diperbaharui, di tahun 2011 BK di MAN Dolopo di berikan ruang khusus untuk mengefektifkan pelayanan, dan di tahun 2012 guru BK atau konselor di tambah satu. Hal ini sesuai dengan teori bahwa model program pembinaan kesehatan mental siswa melalui bimbingan dan konseling yang komprehensif merupakan upaya perbaikan dan pengembangan dari model bimbingan dan konseling yang telah dikembangkan sebelumnya.<sup>144</sup>

Di MAN Dolopo pelaksanaan program disusun dalam jadwal tiap semester. Hal tersebut sesuai dengan struktur program bimbingan dan konseling komprehensif diklasifikasikan kedalam empat layanan, yaitu: (1) layanan dasar

---

<sup>144</sup> Dede Rahmat Hidayat, dan Herdi, Bimbingan Konseling Kesehatan Mental di Sekolah, 130

bimbingan; (2) layanan responsif; (3) layanan perencanaan individual; dan (4) dukungan sistem.<sup>145</sup>

- 1) Layanan dasar bimbingan; Strategi yang dilakukan konselor dalam pelaksanaan bimbingan dan pelayanan dasar yang dikemukakan oleh Departemen Pendidikan Nasional: Bimbingan kelas, Pelayanan orientasi, Pelayanan informasi, Bimbingan kelompok, Pelayanan pengumpulan data.
- 2) Layanan responsif, yaitu merupakan layanan yang harus segera diberikan kepada peserta. Ruang lingkup pelayanan responsif di MAN Dolopo yaitu dengan berdasarkan bidang-bidang yang harus dikembangkan oleh siswa, dari pribadi, sosial, belajar, dan karier siswa.
  - a) Bidang pribadi: ketakwaan kepada Tuhan yang Maha Esa, perolehan sistem nilai, kemandirian emosional, pengembangan keterampilan intelektual, menerima diri dan mengembangkan secara positif,
  - b) Bidang sosial: berperilaku sosial yang bertanggung jawab, mencapai hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya,
  - c) Bidang akademik: cara belajar yang efektif, memahami dan mengatasi kesulitan belajar, cara membagi waktu belajar,
  - d) Bidang karir: kurang memahami cara memilih program studi yang cocok dengan kemampuan dan minat, merasa cemas untuk mendapatkan pekerjaan setelah tamat sekolah, belum memiliki pandangan akan kuliah dimana setelah tamat sekolah,

---

<sup>145</sup>Syamsu Yusuf, dan Juntika Nurihsan, landasan bimbingan dan konseling, 26

- 3) Layanan perencanaan individual, yaitu dengan teknik bimbingan :<sup>146</sup>Pertama, bidang pendidikan dengan topik-topik belajar yang efektif, belajar memantapkan program keahlian yang sesuai dengan bakat, minat dan karakteristik kepribadian lainnya; Kedua, bidang karir dengan topik mengidentifikasi kesempatan karir yang ada dilingkungan masyarakat, mengembangkan sikap yang positif terhadap dunia kerja, dan merencanakan kehidupan karirnya;Ketiga, bidang sosial pribadi dengan topik-topik mengembangkan konsep diri yang positif, mengembangkan keterampilan-keterampilan sosial yang tepat, belajar menghindari konflik dengan teman, dan belajar memahami perasaan orang lain.
- 4) Dukungan sistem, meliputi dua aspek yaitu:<sup>147</sup>
- a) Pemberian layanan, menyangkut kegiatan guru pembimbing yang meliputi: konsultasi dengan guru-guru, menyelenggarakan program kerjasama dengan orangtua/masyarakat, berpartisipasi dalam merencanakan kegiatan-kegiatan sekolah, bekerjasama dengan personal sekolah lainnya dalam rangka menciptakan lingkungan sekolah yang kondusif bagi perkembangan siswa, melakukan penelitian tentang masalah-masalah yang berkaitan erat dengan bimbingan dan konseling.

---

<sup>146</sup> Syamsu Yusuf, dan Juntika Nurihsan, Landasan Bimbingan dan Konseling, 30-31

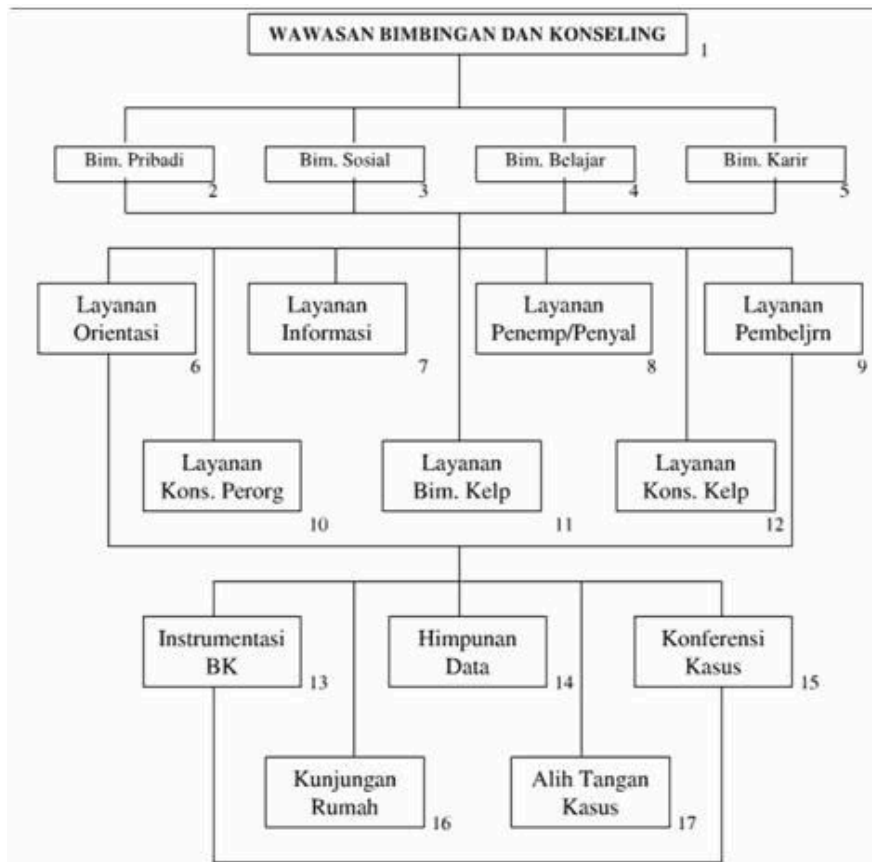
<sup>147</sup> Syamsu Yusuf, Juntika Nurihsan, Landasan Bimbingan dan Konseling, 32

- b) Kegiatan manajemen yaitu dengan bentuk pengembangan program, pengembangan staf, pemanfaatan sumber daya, dan pengembangan penataan kebijaksanaan.

Di MAN Dolopo dukungan sistem dalam pelaksanaan program BK yaitu melibatkan semua guru wali kelas, guru pembimbing ekstrakurikuler, wali murid, guru tatib, guru piket, siswa dan juga kepala sekolah, dan ada juga dari pihak lain yaitu luar madrasah dengan mengadakan seminar kesehatan, kerjasama dengan pihak kepolisian, dengan motivator, atau juga dengan mahasiswa dari kampus. Beberapa dukungan dari guru yaitu dengan memberi kesempatan bagi siswa untuk mengembangkan potensinya sebagai pribadi yang sehat dan positif yaitu melalui kegiatan akademik dan non akademik, bidang akademik yaitu diantaranya bagi anak yang berbakat dan berminat mengikuti lomba-lomba dengan mengikuti les OTC (Olimpiade Training Center), kemudian ada KIR (Kayra Ilmiah Remaja), ada juga retorika pidato, dan Desain grafis, kemudian dalam non akademik dengan kegiatan ekstrakurikuler.

Selain itu pelaksanaan Bimbingan Konseling di MAN Dolopo dilakukan dalam bentuk Bimbingan Konseling pola 17 di pola tersebut BK dibagi lagi menjadi 4 model bimbingan yaitu: bimbingan pribadi, bimbingan sosial, bimbingan belajar, bimbingan karir. Sedangkan jenis-jenis layanan BK itu sendiri terdiri dari beberapa layanan, yaitu antara lain : orientasi, informasi, penempatan/penyaluran, pembelajaran, konseling

perorangan, bimbingan kelompok, konseling kelompok. Bentuk pola 17 ini sebagaimana pandangan Hallen yang dijelaskan sebagai berikut:<sup>148</sup>



Gambar 5.1  
Gambar Pola 17 Bimbingan Konseling

Berdasarkan diagram diatas dapat dilihat:

- 1) Kegiatan bimbingan dan Konseling secara menyeluruh meliputi empat bidang bimbingan, yaitu bimbingan pribadi, bimbingan sosial, bimbingan belajar, dan bimbingan karir.

<sup>148</sup> Hallen, Bimbingan dan Konseling, 76-77

- 2) Kegiatan BK dalam keempat bidang bimbingan diselenggarakan melalui tujuh jenis layanan, yaitu layanan orientasi, informasi, penempatan/penyaluran, pembelajaran, konseling perorangan bimbingan kelompok dan konseling kelompok
- 3) Untuk mendukung ketujuh jenis layanan itu diselenggarakan lima kegiatan pendukung, yaitu instrumentasi bimbingan dan konseling, himpunan data, konferensi kasus, kunjungan rumah dan alih tangan.
- 4) Diatas itu semua kegiatan Bk didasari oleh satu pemahaman yang menyeluruh dan terpadu tentang wawasan BK yang meliputi pengertian tujuan, fungsi, prinsip dan asas-asas BK.

Kemudian di dalam evaluasi progam Bimbingan Konseling dengan menggunakan aspek pokok yang harus dievaluasi yaitu evaluasi proses dan evaluasi hasil.<sup>149</sup>Di MAN Dolopo evaluasi proses dan evaluasi hasil ditulis dalam bentukdokumen evaluasi, analisis dan tindak lanjut pelaksanaan tiap semester. Kemudian ditulis dalam LAPELPROG atau Laporan Pelaksanaan Progam untuk kemudian dilaporkan kepada kepala sekolah.

Dari paparan diatas dapat disimpulkan bahwa dalam melaksanakan progam pembinaan siswa dalam meningkatkan kesehatan mental siswa dengan berdasarkan struktur progam bimbingan konseling komprehensif dengan bentuk layanan dasar bimbingan, layanan responsif, layanan perencanaan individual, dan dukungan sistem yang mana dilaksanakan pada tiap semester. Pelaksanaanya

---

<sup>149</sup> Anas Salahudin, Bimbingan dan Konseling, 222.



dengan bentuk pola 17. Dan kemudian diadakan evaluasi berdasarkan aspek proses dan hasil yang kemudian dicek oleh kepala sekolah.

### **C. Analisis Faktor Pendukung dan Penghambat Pelaksanaan Program Pembinaan Siswa dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Siswa Di MAN Dolopo**

Di MAN Dolopo yang menjadi kendala atau problematika dalam pelaksanaan program pembinaan dalam meningkatkan kesehatan mental siswa dalam bentuk bimbingan dan konseling komprehensif yaitu terkait sarana dan prasarana ruang aula yang kurang. Kendala lain dari siswa yang kurang memahami peran aktif bimbingan dan konseling untuk dirinya. Hal ini sebagaimana teori bahwa dalam penyelenggaraan bimbingan dan konseling di sekolah menyangkut upaya memfasilitasi siswa agar mampu mengembangkan potensi dirinya atau mencapai tugas-tugas perkembangannya (menyangkut aspek fisik, emosi, intelektual, sosial, dan moral-spiritual). Sehingga dapat dipastikan bahwa selama penyelenggaraan bimbingan dan konseling itu dijumpai berbagai problematika yang mewarnai proses pelaksanaan yang melibatkan banyak hal.<sup>150</sup>

Fokus utama dalam bimbingan konseling komprehensif adalah teraktualisasinya potensi peserta didik dan mencapai perkembangan optimal sehingga peserta didik dapat meraih sukses disekolah maupun

---

<sup>150</sup> Anas Salahudin, *Bimbingan dan Konseling*,. 225

masyarakat.<sup>151</sup> Dalam meningkatkan perkembangan mental siswa secara efektif MAN Dolopo membentuk lingkungan yang sehat dan bersih, adanya UKS, poster motivasi, serta ruang kelas yang mendukung proses pembelajaran, tulisan-tulisan tata tertib, juga menciptakan lingkungan sosial yang baik. Hal itu sesuai dengan teori pada BAB II yang dipaparkan oleh Muhammad Surya mengenai prinsip dalam meningkatkan dan memelihara kesehatan mental siswa disekolah.<sup>152</sup>

Selain itu adanya kontribusi dari seluruh anggota madrasah mulai dari tukang kebun, ibu kantin, guru-guru pembinaan keagamaan, guru ekstrakurikuler, guru wali kelas, guru tatib, guru pelajaran, sampai kepada kepala sekolah. Yang membuat mental siswa semakin sehat dan positif. Hal tersebut dapat dilihat bahwa siswa bahagia menyaurkan bakat, potensinya di madrasah dan bentuk wujud mental yang sehat. Dapat dilihat juga dari data kasus masalah anak saat ini lebih berkurang.

Peran adanya BK di MAN Dolopo tidak serta merta berjalan sendiri, namun juga diintegrasikan dengan progam lain. Salah satu progam yang paling berperan yaitu peran pembinaan keagamaan dengan kegiatan rutin tiap pagi baca al-Qur'an, sholat dhuha dilaksanakan pada hari senin selasa itu untuk kelas 10, Rabu kamis kelas XI, dan jum'at sabtu kelas XII, kemudian sebelum pulang baca asma'ul husnadisekolah menjadikan siswa semakin terarah dan semangat dalam

---

<sup>151</sup> Sutirna, Bimbingan Konseling Pendidikan Formal, Nonformal dan Informal,66

<sup>152</sup> Dede Rahmat Hidayat, dan Herdi, Bimbingan Konseling (Kesehatan Mental di Sekolah), 101-102.

hidupnya. Kegiatan keagamaan memang dapat mempengaruhi mental seseorang. Pelaksanaan BK Komprehensif disekolah dapat diintegrasikan pada program-program kegiatan disekolah termasuk kegiatan keagamaan. Hal ini sebagaimana dijelaskan oleh Koeing bahwa dengan pendekatan agama memang dirasa efektif diterapkan sebagai usaha preventif dalam bidang kesehatan mental.<sup>153</sup> Seperti dengan membaca al-Qur'an secara rutin, akan menjadi resep mujarab yang dapat menyembuhkan penyakit jiwa manusia. Sebagaimana firman Allah SWT.

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ  
إِلَّا خَسَارًا

*“Dan Kami turunkan dari Al-Qur'an suatu penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al-Qur'an itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang dzalim selain kerugian.” (QS. Al-Isra': 82)*<sup>154</sup>

Menurut al-Faridh al-Kasyani dalam tafsirnya yang dikutip oleh Abdul Majid mengemukakan bahwa lafal-lafal Al-Qur'an apabila dihadapkan pada orang yang sehat mentalnya maka ia akan berniali konstruktif yang artinya ia dapat memperkuat dan mengemabangkan integritas dan penyesuaian kepribadian dirinya. Karena itu berobat dengan menggunakan Al-Qur'an, baik secara lahiriyah maupun batiniyah, tidak hanya dalam kondisi sakit, namun sangat

<sup>153</sup> Subandi, Psikologi Agama dan Kesehatan Mental (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013),120

<sup>154</sup> Al-Kauşar, *Al-Qur'an dan Terjemahnya juz 1 s/d 30*(Bandung: Sinar Baru Algensindo, 2009), 396

dianjurkan dalam kondisi sehat.<sup>155</sup> Pengaruh al-Qur'an dalam jiwa anak ketika ia menyelaminya (baik dengan membaca maupun menelaah) adalah anak tersebut akan sanggup menyelesaikan berbagai permasalahan, baik menyangkut keyakinan maupun kejiwaan. Perilakunya akan tertata rapi, reaksi keteguhannya akan menjadi lebih tenang, dan daya hafalnya menjadi semakin luas.<sup>156</sup>

Selain membaca al-Qur'an yaitu dengan sholat bacaan, do'a, serta gerakan dalam sholat memerlukan konsentrasi yang penuh, sehingga konsentrasi dan relaksasi pada shalat yang khusus akan sempurna terjadi bersama-sama sehingga akan berguna baik bagi kesehatan jiwa maupun kesehatan jasmaniyah, tentunya dengan selalu mengharapkan keridhoan Allah SWT baik didunia maupun di akhirat.<sup>157</sup> Allah berfirman:

أَتْلُ مَا أُوحِيَ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى  
عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ ﴿٤٥﴾

“Bacalah apa yang diwahyukan kepadamu, yaitu Al-Kitab (Al-Qur'an) dan dirikanlah Sholat. Sesungguhnya sholat itu mencegah (perbuatan-perbuatan) keji dan mungkar dan sesungguhnya mengingat Allah (shalat) adalah lebih besar (keutamaannya dari ibadat-ibadat yang lain) dan Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan.” (QS, Al Ankabut, 29:45)<sup>158</sup>

<sup>155</sup> Abdul Majid, Nuansa-nuansa Psikologi Islam, 219-222

<sup>156</sup> Muhammad Nur Abdul Hafizh Suwaid, Prophetic Parenting: Cara Nabi SAW Mendidik Anak tej. Manhaj at-Tarbiyyah an-Nabawiyah lith Thifl (Yogyakarta: Pro-U Media, 2010), 340.

<sup>157</sup> Ibin Kutubin Tajuddin, Islam dalam Pencegahan Gangguan Jiwa (Bandung: Pustaka Aufa Media, 2013), 30

<sup>158</sup> Muhammad Utsman Najati, Psikologi dalam Al-Qur'an (Terapi Qur'ani dalam Penyembuhan Gangguan Kejiwaan) (Jakarta: CV Pustaka Setia, 2005), 451

Berdasarkan ayat diatas maka sudah jelas bahwa hubungan antara sholat dengan kesehatan mental telah diketahui dan dirasakan banyak orang, berdirinya manusia dengan khusuk dan merendahkan diri dihadapan Allah SWT ketika sholat akan memberikan kekuatan spiritual yang melahirkan perasaan kebeningan spiritual, ketentraman qalbu, dan ketenangan jiwa.<sup>159</sup> Sehingga para siswa termotivasi lagi untuk belajar, dan berkonsultasi mengenai masalah karir dan pribadinya. Sehingga banyak siswa yang bersemangat mengikuti kegiatan di madrasah yang positif. Serta mampu mengembangkan segala potensinya.

Dari keterangan data diatas dapat disimpulkan bahwa faktor pendukung pelaksanaan progam peningkatan kesehatan mental siswa yaitu 1) peran aktif Konselor dalam melaksanakan Bimbingan dan Konseling, 2) kontribusi seluruh anggota madrasah dan masyarakat, 3) madrasah yang memberikan tempat yang membentuk kesehatan mental siswa 4) madrasah memberikan fasilitas bagi beserta didik dalam mengaktualisasikan potensinya 4) pola pembinaan keagamaan dan materi keagamaan yang konsisten. Sedangkan faktor penghambatnya yaitu 1) sarana dan prasarana memerlukan tambahan, 2) pemahaman terhadap peserta didik akan peran penting bimbingan konseling bagi pribadinya, 3) beberapa progam terlaksana tidak sesuai dengan waktu di dalam jadwal.

---

<sup>159</sup>Ibid., 451.

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

1. Di bentuknya program pembinaan kesehatan mental siswa di MAN Dolopo dalam bentuk Bimbingan Konseling Komprehensif dan berbasis Islami dilatar belakangi atas adanya gejala ketidak sehatan mental siswa yang tercermin dalam bantuk kesulitan belajar baca al-Quran, kemudian memilih kegiatan dan memilih karir. Dan juga karena beberapa hal kecil seperti iadat yang kurang baik menjadi gejala gangguan kesehatan mental siswa yang perlu diperbaiki. Selain itu, untuk mencegah gangguan kesehatan mental lain yang disebabkan adanya pengaruh dari lingkungan luar seperti efek negatif “*media sosial*” yang kurang baik. Program tersebut dibuat oleh guru BK sebagai konselor dan kemudian disahkan dan di cek oleh kepala sekolah untuk kemudian disahkan.
2. Pelaksanaan program pembinaan dalam meningkatkan kesehatan mental siswa di MAN Dolopo yaitu dengan berdasarkan struktur program bimbingan konseling komperhensif dengan bentuk layanan dasar bimbingan, layanan responsif, layanan perencanaan individual, dan dukungan sistem yang mana dilaksanakan pada tiap semester. Pelaksanaanya dengan bentuk pola 17. BK dibagi lagi menjadi 4 model bimbingan yaitu: bimbingan pribadi, bimbingan sosial, bimbingan belajar,

bimbingan karir. Sedangkan jenis-jenis layanan BK itu sendiri terdiri dari beberapa layanan, yaitu antara lain : orientasi, informasi, penempatan/penyaluran, pembelajaran, konseling perorangan, bimbingan kelompok, konseling kelompok. Dan kemudian program-program kegiatan tersebut dievaluasi dalam bentuk LAPELPROG berdasarkan aspek proses dan hasil, untuk kemudian dilakukan perbaikan pada program yang belum terlaksana dengan tepat.

3. Faktor pendukung pelaksanaan program pembinaan siswa dalam meningkatkan kesehatan mental siswa di MAN Dolopo yaitu a. peran aktif Konselor dalam melaksanakan Bimbingan dan Konseling, b. kontribusi seluruh anggota madrasah dan masyarakat, c. madrasah yang memberikan tempat yang dapat membentuk kesehatan mental siswa, d. madrasah memberikan fasilitas bagi peserta didik dalam mengaktualisasikan potensinya, e. pola pembinaan keagamaan yang konsisten, serta f. Mata pelajaran agama islam yang mendukung kesehatan mental. Sedangkan faktor penghambatnya yaitu a. sarana dan prasarana memerlukan tambahan, b. pemahaman terhadap peserta didik akan peran penting bimbingan konseling bagi pribadinya masih perlu disosialisasikan secara lebih komprehensif, c. beberapa program terlaksana tidak sesuai dengan waktu di dalam jadwal.

## B. Saran

1. Kepada kepala sekolah diharapkan agar program pembinaan kesehatan mental siswa melalui bimbingan konseling dapat ditingkatkan lagi melalui berbagai dukungan dan upaya serta sarana prasarana yang memadai.
2. Kepada bapak dan ibu guru MAN Dolopo hendaknya selalu mendukung dan saling bekerja sama dengan semua guru dan terutama guru bimbingan konseling dalam membina siswa dalam meningkatkan mental siswanya yang lebih sehat.
3. Kepada siswa, hendaknya selalu antusias dan memberikan dukungan pada kegiatan yang dilaksanakan oleh madrasah dengan berperilaku baik dan menyalurkan bakat dan potensinya di madrasah.
4. Kepada peneliti yang akan datang untuk lebih memberikan memperhatikan pertanyaan-pertanyaan yang akan ditanyakan lebih detail lagi, sehingga dapat terkupas semua yang menjadi permasalahan. Dan semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti yang akan datang.



## DAFTAR PUSTAKA

- Afifudin, dan Saebanu, Beni Ahmad. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: CV Pustaka Setia, 2009.
- Afrizal. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2014.
- Al-Kauşar. *Al-Qur'an dan Terjemahnya juz 1 s/d 30*. Bandung: Sinar Baru Algensindo, 2009.
- Arifin, Zainal. *Penelitian Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2014.
- Arumsari. *Pola Pembinaan Siswa dalam Meningkatkan Prestasi Keagamaan*. skripsi STAIN Ponorogo, tahun 2016 tidak diterbitkan.
- Badriah, *Hubungan Layanan Bimbingan dan Konseling dengan Kesehatan Mental Siswa MAN 12*. skripsi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta tahun 2008 diterbitkan.
- Basrowi dan Suwandi. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Rineka Cipta, 2008.
- Darminto, Poerwa. *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka, 1991.
- Departemen Pendidikan Nasional. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka, 2005.
- Emzir. *Metodologi Penelitian Kualitatif: Analisis Data*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2010.
- Ghony, M Djunaidi. dan Almanshur, Fauzan. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2012.
- Hanurawan, Fatah. *Strategi Pengembangan Kesehatan di Lingkungan Sekolah (Mental Health Development Strategy In The Schools)*, Jurnal ISSN : 2301-6167 Psikopedagogia, Vol 1, No. 1, Juni 2012), diakses tanggal 23-Februari-2017 pukul 15:44.
- Hellen. *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Ciputat Pers, 2002.
- Hidayat, Dede Rahmat. *Bimbingan Konseling (Kesehatan Mental di Sekolah)*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2014.

- Ibrahim, Metodologi Penelitian Kualitatif. Bandung: Alfabeta, 2015.
- Kartono, Kartini. Patologi Sosial. Jakarta: Rajawali Pers, 2015.
- Karyani, Usmi .dkk., Riset Terkini Intervensi Berbasis Sekolah untuk Promosi Kesehatan Mental Siswa: Review Sistematis. ( Jurnal: Seminar Asean <sup>2</sup>nd Psychology dan Humanity © Psychology Forum UMM, 19 – 20 Februari 2016 456), (<http://mpsi.umm.ac.id>) di akses tanggal 26-November-2016.
- Malik, Imam.Pengantar Psikologi Umum. Yogyakarta: Sukses Offset, 2011.
- Maunah, Binti.Pengembangan Kurikulum Berbasis Kompetensi. Yogyakarta: SuksesOffset, 2009.
- Moleong, Lexy J. Metodologi Penelitian Kualitaitaif. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2009.
- Mujib, Abdul. dan Mudzakir, Jusuf.Nuansa-nuansa Psikologi Islam. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2001.
- Najati, Muhammad Utsman.Psikologi dalam Al-*Qur'an* (*Terapi Qur'ani dalam Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*). Jakarta: CV Pustaka Setia, 2005.
- Papalia, Diane E. et all., Human Development. Jakarta: Salemba Humanika, 2013.
- Prawira, Purwa Atmaja.Psikologi Pendidikan dalam Perspektif Baru. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2013.
- Rahayu, Iin Tri.Prespektif Islam dan Psikologi Kontemporer. Malang: UIN Maliki Press, 2009.
- Salahudin, Anas.Bimbingan dan Konseling. Bandung: CV Pustaka Setia, 2010.
- Sari, Kartika Dewi.Buku Ajar Kesehatan Mental. Semarang: UPT UNDIP Press, 2012.
- Sarwono, Jonathan.Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif. Yogyakarta: Penerbit Graha Ilmu, 2006.
- Soejipto dan Kosasi, Raflis.Profesi Keguruan. Jakarta: Rineka Cipta, 2009.
- Subandi. Psikologi Agama dan Kesehatan Mental. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013.

- Sugiyono. Memahami Penelitian Kualitatif. Bandung: Alfabeta, 2015.
- Sukmadinata, Nana Syaodih. Landasan Psikologi Proses Pendidikan. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2005.
- Sururin. Ilmu Jiwa Agama. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada, 2004.
- Surya, Muhammad. Psikologi Guru Konsep dan Aplikasi. Bandung : Alfabeta, 2014.
- Susanto, Hendri. Pola Pembinaan Mental kerohanian pada Siswa Persaudaraan Setia Hati Terate, Studi Kasus di Ranting Slahung Kabupaten Ponorogo, (skripsi STAIN Ponorogo tahun 2015 tidak diterbitkan).
- Sutirna. Bimbingan Konseling Pendidikan Formal, Nonformal dan Informal. Yogyakarta: CV Andi Offset, 2013.
- Suwaid, Muhammad Nur Abdul Hafizh. Prophetic Parenting: Cara Nabi SAW Mendidik Anak tej. Manhaj at-Tarbiyyah an-Nabawiyah lith Thifl. Yogyakarta: Pro-U Media, 2010.
- Tajuddin, Ibin Kutibin. Islam dalam Pencegahan Gangguan Jiwa. Bandung: Pustaka Aufa Media, 2013.
- Thalib, Syamsul Bahri. Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif. Jakarta: Prenada Media Group, 2010.
- Tim Penyusun, Buku Pedoman Penulisan Skripsi. Ponorogo: Jurusan Tarbiyah, STAIN Ponorogo, 2016.
- Tohirin. Bimbingan Konseling di Sekolah dan Madrasah Berbasis Integrasi. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2007.
- Wahyosumidjo. Kepemimpinan Kepala Sekolah. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 1999.
- Widyaningrum, Yuni.dkk. Observasi dan Wawancara di MAN Dolopo, Tanggal 14 November 2016 pukul 09.30-12.00
- Willis, Sofyan S. Konseling Individual Teori dan Praktek. Bandung: Alfabeta, 2014.
- Yusuf, Syamsu. dan Nurihsan, Juntika. Landasan Bimbingan dan Konseling. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2009.