

KONSEP BIMBINGAN DAN KONSLING PRIBADI SOSIAL DALAM MENGEMBANGKAN SIKAP POSITIF SISWA

Oleh : Gitta Citra Wedhayanti¹, Komang Krisnawan²

Abstrak

Penelitian ini membahas tentang bimbingan pribadi sosial sebagai upaya pengembangan sikap mental positif pada siswa. Dalam bimbingan pribadi sosial acapkali berkaitan dengan faktor lingkungan dan pembawaan, serta berbagai aspek perlu menjadi perhatian pemahaman konselor dalam menghadapi sasaran layanan sebagai dasar diagnosis, dan pemberian bantuan kepada siswa. Salah satu layanan bimbingan pribadi sosial untuk melakukan suatu bimbingan konseling untuk pengembangan sikap mental positif siswa. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian pustaka yang memiliki sifat penelitian deskriptif kualitatif yang berkeinginan mendapatkan data analisis tentang bimbingan pribadi sosial dalam upaya pembentuk sikap mental positif, Hasil dari penelitian ini adalah pelaksanaan layanan bimbingan pribadi-sosial terdiri dari 4 tahap, yaitu tahap perencanaan, tahap pelaksanaan, tahap evaluasi dan follow up. Bentuk pelaksanaan layanan bimbingan pribadi sosial dengan metode tidak langsung meliputi bimbingan klasikal, kolaborasi dengan wali kelas, bimbingan klasikal, kolaborasi dengan wali kelas, kolaborasi dengan orang tua, kolaborasi dengan pihak terkait di luar dari sekolah, kunjungan rumah. Adapun materi yang disampaikan meliputi motivasi, percaya diri, harga diri, penyesuaian diri, dan mengontrol emosi. Bentuk pelaksanaan dengan metode langsung meliputi bimbingan individual, bimbingan kelompok, dan konseling individu. Bimbingan pribadi sosial untuk mengembangkan dan mempertahankan sikap mental positif siswa.

Kata Kunci: *Bimbingan pribadi sosial, sikap positif*

¹Gitta Citra Wedhayanti adalah seorang dosen di FKIP Universitas Panji Sakti Singaraja

²Komang Krisnawan adalah seorang mahasiswa di FKIP Universitas Panji Sakti Singaraja

PENDAHULUAN

Dalam kehidupan, setiap individu memiliki suatu kondisi mental fisik yang beragam. Kemudian kondisi itu akan berubah dan berkembang dengan seiring berjalannya waktu. Kondisi tersebut tidak akan berubah dan berkembang secara alamiah. Kondisi yang dibawa sejak lahir, pasti berubah dan berkembang melalui fasilitas, baik berupa sarana dan prasarana dalam diri maupun lingkungan siswa. Sarana dan prasarana yang dimaksud adalah sosio-emosional, kelengkapan yang dibutuhkan dalam proses belajar, dan makanan.

Realitas yang terjadi dalam kehidupan keseharian siswa, banyak sekali ditemukan pelbagai permasalahan yang dialami oleh mereka. Permasalahan tersebut memang pada dasarnya terdapat pada dirinya sendiri. Masalah itu acap kali sangat erat hubungannya dengan kemampuan serta keyakinan pada diri. Ada suatu problem yang menjadi momok sangat menakutkan bagi setiap individu. Persolan ini perlu kita ketahui, karena kadangkala persoalan ini dianggap sepele oleh tiap siswa. Terkadang setiap individu dihadapkan suatu hal yang dapat meningkatkan kapasitas dirinya, akan tetapi dianggap secara negatif. Misalnya, menghindari tugas-tugas yang sulit, dengan mengatakan tidak bias dan tidak mampumenyelesaiannya. Mereka selalu berkecil hati karena kegagalan yang dialami. Menganggap kegagalan adalah sebagai nasib yang kemudain akan menimbulkan stres, mudah khawatir atau lain sebagainya.

Dalam hal ini seorang konselor dituntut untuk melangsungkan tugastugas pelayanannya secara optimal. Sebab konselor akan menghadapi siswa yang sedang dalam perkembangannya. Oleh sebab itu, selain melihat aspek perkembangan siswa dalam pelayanan bimbingan dan konseling diberikan konselor juga harus memperhatikan, menganalisis suatu perkembangan. Selanjutnya tidak bisa dimungkiri bahwa lingkungan dan pembawaan yang dimiliki siswa adalah suatu hal yang penting diperhatiakn konselor untuk melakukan suatu sasaran layanannya sebagai awal gambaran dan pemberi bantuan bagi individu yang bersangkutan.

Sikap mental positif adalah suatu hal yang sangat penting dalam kehidupan sosial. Dan memang pada dasarnya bahwa menjalani sebuah kehidupan kita harus

positif thinking berkeyakinan bahwa kita mampu melakukan suatu perilaku ataupun menghasilkan suatu yang diharapkan yang bersifat positif.

Dalam hal inilah bimbingan pribadi sosial adalah suatu hal jalan yang harus di tempuh dalam proses pelaksanaan layanan bimbingan konseling untuk sikap mental positif siswa yang nantinya dapat membantu siswa pengembangan dirinya dengan baik dan mandiri secara utuh serta mampu mengenali keadaan lingkungan sosialnya. Sikap mental positif adalah suatu penilaian suatu kemampuan diri seseorang. Menurut Proctor, sikap mental positif adalah suatu kepercayaan yang dapat meningkatkan prestasi ini melalui proses-proses pemikiran optimis. Hal yang sama diungkapkan oleh Bandura mengacu pada harapan yang dipelajari seseorang bahwa dirinya mampu melakukan suatu perilaku ataupun menghasilkan suatu harapan sesuai dengan situasi tertentu.

PEMBAHASAN

Bimbingan Pribadi Sosial

Bimbingan dan konseling pribadi-sosial merupakan bimbingan untuk membantu para individu dalam menyelesaikan masalah-masalah pribadi-sosial seperti hubungan sesama teman, penyesuaian diri dengan lingkungan pendidikan dan lingkungan masyarakat tempat tinggal mereka dan penyelesaian konflik. Syamsu Yusuf merumuskan bimbingan pribadi sosial sebagai suatu upaya membantu individu dalam memecahkan masalah yang berhubungan dengan keadaan psikologis dan sosial klien, sehingga individu menetapkan kepribadian dan mengembangkan kemampuan individu dalam menangani masalah-masalah dirinya.

Menurut Abu Ahmadi bimbingan pribadi-sosial adalah seperangkat bantuan kepada peserta didik agar dapat menghadapi sendiri masalah-masalah pribadi dan sosial, memilih kelompok sosial dan kegiatan rekreatif yang bernilai guna, serta berdaya upaya sendiri dalam memecahkan masalah-masalah pribadi, rekreasi, dan sosial yang dialaminya. Menurut Bimo Walgito bahwa bimbingan pribadi-sosial adalah upaya dalam membantu siswa dalam mengembangkan sikap, jiwa dan tingkah laku pribadi dalam kehidupan kemasyarakatan dari lingkungan yang besar

(negara dan masyarakat dunia), berdasarkan ketentuan landasan bimbingan dan penyuluhan yakni dasar negara, haluan negara, tujuan negara dan tujuan pendidikan nasional.

Adapun menurut Dewa Ketut Sukardi bimbingan pribadi-sosial adalah usaha bimbingan dalam menghadapi dan memecahkan masalah pribadi-sosial seperti penyesuaian diri, menghadapi konflik, dan pergaulan. Menurut Surya bimbingan pribadi sosial merupakan bimbingan dalam menghadapi dan memecahkan masalah-masalah sosial pribadi seperti masalah pergaulan, penyelesaian konflik, penyesuaian diri, dan sebagainya. Dalam konsep bimbingan dan konseling, secara implisit ada alasan mengapa perlunya individu diberikan bimbingan termasuk bimbingan pribadi sosial, yang dimaksudkan untuk membantu individu membuat keputusan dan memecahkan masalah.

Berkenaan dengan pemecahan masalah, masalah individu ada yang bersifat pribadi dan sosial. Bimbingan dan konseling pribadi sosial merupakan bimbingan oleh petugas bimbingan kepada individu agar dapat mencapai tujuan dan tugas perkembangan pribadi dalam mewujudkan pribadi yang mampu bersosialisasi dan menyesuaikan diri dengan lingkungan secara baik. Dalam melaksanakan program bimbingan pribadi-sosial, tahap-tahap pelaksanaan program bimbingan pribadi-sosial, yaitu perencanaan, pelaksanaan, evaluasi kegiatan, dan tindak lanjut.

Sikap Mental Positif

Ada banyak definisi mengenai sikap Koentjaraningrat mendefinisikan “sikap” sebagai potensi pendorong yang ada dalam jiwa individu untuk bereaksi terhadap lingkungannya segala hal yang ada dalam lingkungannya. Sementara “mental” berarti sistem nilai budaya, yaitu suatu rangkaian dari konsep abstrak yang hidup dalam pikiran sebagian besar dari warga suatu masyarakat mengenai apa yang harus dianggap penting dan berharga dalam hidupnya. Dalam hal ini, contoh sikap mental adalah gotong royong.

Graham H.T mengatakan bahwa sikap merupakan karakteristik individual yang berhubungan tata cara seseorang bereaksi terhadap objek atau situasi tertentu.

Reaksi ini sangat bergantung pada pengalaman pribadi masing-masing individu, yang pada akhirnya menghasilkan perilaku atas pendapat tertentu. Telihat ada kesamaan kata seperti konsep (sebagai sesuatu yang ada pada dalam diri manusia), dan reaksi, (sebagai bentuk tindakan terhadap sesuatu di luar), tentu banyak lagi definisi tentang sikap atau sikap mental yang tulis dari orang lain. saya mencoba membuat definisi sikap mental yang menyeluruh, sederhana, dan mampu menjelaskan dengan gamblang. Sikap adalah kensepsi perilaku yang muncul dari jiwa seseorang sebagai reaksi atas dasar situasi yang mempengaruhinya.

Menurut Napoleon Hill sikap positif adalah sebuah keadaan jiwa yang percaya diri, jujur, dan membangun dimana orang membuat dan menjaganya dengan metode yang dipilihnya sendiri, dilakukan dengan kekuatan niatnya sendiri, berdasarkan motivasi yang diadaptasinya sendiri. Selain itu, Proctor juga mengungkapkan bahwa sikap positif adalah suatu kepercayaan yang dapat meningkatkan prestasi ini melalui proses-proses pemikiran optimis. Hal yang sama diungkapkan oleh Bandura mengacu pada harapan yang dipelajari seseorang bahwa dirinya mampu melakukan suatu perilaku ataupun menghasilkan suatu harapan sesuai dengan situasi tertentu.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa sikap mental positif adalah sikap mental yang terdapat dalam suatu situasi. Selain itu, sikap mental dapat terbentuk oleh karakteristik-karakteristik yang disimbolkan dengan kata integritas, keyakinan, harapan, optimisme, keberanian, inisiatif, murah hati, toleransi, ramah tama, dan bijaksana. Sikap mental positif adalah aspek terpenting dalam kepribadian yang menarik.

Sikap positif biasa mempengaruhi nada bicara, postur, dan ekspresi wajah anda. Sikap ini juga mengubah suatu ucapan dan menentukan watak emosi yang dapat dirasakan. Sikap ini mempengaruhi segala pikiran dan buah dari pikiran tersebut. Untuk memperjelas bahwa sikap mental positif sangatlah penting dalam kehidupan siswa, dapat dilihat berdasarkan sikap yang negatif. Sikap ini meruntuhkan antusiasme dalam diri siswa, memenjarakan imajinasi, menghilangkan keinginan untuk bekerja sama, menganggap pengendalian diri itu tidak penting. Membuat siswa merenung tanpa menyelesaikan sesuatu apapun,

seolah-olah membuat pikiran kita tidak mengetahui apapun, dan sikap ini juga melemahkan kenalaran siswa.

Memang pada dasarnya bahwa sikap positif bagaimana menciptakan dirinya mampu menghadapi rintangan dan yakin akan potensi dirinya. Sejalan dengan ungkapan Bandura, Bandura mengatakan bahwa keyakinan akan seluruh kemampuan ini meliputi kepercayaan diri, kemampuan menyesuaikan diri, kapasitas kognitif, kecerdasan dan kapasitas bertindak pada situasi yang penuh dengan tekanan.

Orang yang ekspektasi efficacy-nya tinggi dan harapan yang dicapai nantinya maka orang tersebut akan bekerja keras dan bertahan mengerjakan tugas sampai selesai. Percaya terhadap keyakinan diri atau selfefficacy merupakan faktor kunci dalam perantara hidup. Sama halnya dengan sikap mental positif ketika dikelola dengan baik maka yang di hasilkan adalah kesuksesan seorang siswa. Dengan kata lain bahwa sikap mental positif merupakan keadaan mental psikologis yang membangkitkan rasa keberhasilan melalui sifat optimistic dan nantinya akan menciptakan pribadi yang lebih baik.

Membangun Sikap Yang Positif

Dengan adanya sikap yang positif ini dapat membangun harapan dan mengatasi sikap negatif berupa putus asa dan berkecil hati. Di samping itu, juga mendapatkan kekuatan mental, perasaan, dan keyakinan untuk melakukan apapun yang ada di dalam pikiran seseorang. Pada umumnya, sikap mental positif dinisbahkan pada prilaku “aku bisa”, yang tak akan tunduk kepada berbagai tantangan kehidupan.

Menurut Napoleon Hill, sikap mental positif dibentuk dan dipertahankan melalui kekuatan kehendak diri sendiri yang dilandasi motif tertentu. Untuk membangun sikap seperti peduli dan peka terhadap reaksi orang lain, peka terhadap reaksi diri sendiri dengan mengendalikan respons emosional, menjadi penemu yang baik, percaya bahwa setiap target bisa dicapai, dan mengembangkan sesuatu yang dipahami sebagai kebiasaan berpikir dan bertindak yang benar. Sejalan yang

dianggap oleh Isbandi Rukminto Adi, bahwa sikap positif memunculkan kecenderungan untuk menyayangi, mendekati, menerima atau mengharapkan objek tertentu.

Sikap positif dapat ditumbuhkan dan dikembangkan melalui proses belajar. Dalam proses belajar tidak terlepas dari proses komunikasi dimana terjadi proses tranfer pengetahuan dan nilai. Jika sikap merupakan hasil belajar, maka kunci utama belajar sikap terletak pada proses kognisi dalam belajar siswa. Menurut Bloom, serendah apapun tingkatan proses kognisi siswa dapat mempengaruhi sikap.

Pelaksanaan dan Materi Konseling Pribadi Sosial Untuk Sikap Positif

Murro dan Kottman menegaskan bahwa elemen penting dalam aspek pribadisosial adalah megembangkan konsep diri secara positif (developing a positive self concept) dan mengembangkan keahlian sosial secara tepat (developing appropriate social skills). Namun elemen dalam aspek pribadisosial yang di ungkapkan Murro dan Kottman belum spesifik dan luas. Di dalam IOWA Comprehensive Counseling and Guidance Program Development Guide ditegaskan sub-sub dalam domain atau aspek bimbingan pribadi-sosial:

1. Konsep diri, kesadaran diri dan penerimaan diri
2. Emosi/ kedewasaan emosional
3. Keahlian dalam hubungan antar pribadi
4. Problem solving/keahlian dalam pembuatan keputusan
5. Manajemen perilaku
6. Keamanan pribadi

Sesuai dengan aspek elemen disebutkan diatas dapat dikatakan bahwa dalam pelaksanaan bimbingan pribadi-sosial kepada siswa sangatlah penting untuk sikap positif pada siswa karena nantinya akan di benturkan pada kehidupan sosial maupun pribadinya dan diharapkan nantinya bisa memahami kehidupan sosialnya mauapun pribadinya. Hal ini berlandaskan bahwa siswa masih dalam proses perkembangan dalam hal ini siswa akan banyak mengalami masalah baik itu masalah pribadinya maupun keadaan sosialnya. Maka dari itu pemberian bimbingan pribadi-sosial

sangatlah penting untuk mempertahankan dan mengembangkan sikap mental positif. Adapun tahapan dalam mempertahankan dan mengembangkan sikap mental positif sebagai berikut:

1. Tahap perencanaan

Pada tahap perencanaan ini guru bimbingan konseling melakukan suatu identifikasi masalah. Identifikasi ini bertujuan untuk mengenali gejala-gejala perilaku siswa yang berbeda. Dalam hal ini, guru bimbingan konseling mengidentifikasi masalah siswa berdasarkan pada hasil pengamatan dan beberapa informasi dari pihak wali kelas ataupun dari siswa itu sendiri. Setelah mendapatkan informasi dari wali kelas maupun dari siswa itu sendiri terkait dengan masalah belajar dan berkaitan dengan sikap mental positif siswa, sehingga nantinya dapat diatasi masalah tersebut melalui suatu bimbingan pribadi-sosial.

2. Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan ini yang harus dilakukan guru bimbingan konseling dalam melaksanakan proses bimbingan konseling harus sesuai dengan situasi dan kondisi siswa. Dalam hal ini tindakan bimbingan konseling dalam mengatasi tidak adanya sikap positif pada siswa diantaranya memberikan suatu dorongan bertujuan untuk mengembangkan dan mempertahankan sikap positif. Dalam memberikan dorongan yang dimaksud adalah secara tidak langsung ataupun tidak langsung.

Adapun implementasi yang digunakan guru bimbingan konseling dalam upaya mengembangkan dan mempertahankan sikap mental positif yaitu layanan bimbingan konseling dengan metode tidak langsung diantaranya: bimbingan klasikal, kolaborasi dengan wali kelas, kolaborasi dengan orang tua, kolaborasi dengan pihak terkait di luar dari sekolah, kunjungan rumah. Dalam hal ini pengumpulan data untuk mencapai bimbingan konseling dengan baik.

Dalam pelaksanaan bimbingan pribadi-sosial, adapun materi yang diberikan guru bimbingan konseling khususnya pada permasalahan sikap mental positif. Dalam hal ini, kaitannya dengan mengembangkan dan mempertahankan sikap mental positif. Adapun materi yang diberikan sebagai berikut: harga diri, motivasi,

percaya diri, penyesuaian diri, dan pengontrolan emosi. Kesemua ini akan menjadi terbentuknya sikap mental positif secara baik.

3. Evaluasi kegiatan

Pada tahap evaluasi ini adalah tahap mengenai hasil penilaian guru bimbingan konseling pada pemberian bantuan atau bimbingan yang telah diberikan pada siswa dengan evaluasi jangka pendek dan evaluasi jangka panjang. Evaluasi jangka pendek yang dilakukan oleh guru bimbingan konseling pada siswa adalah bimbingan individual maupun bimbingan kelompok. Sedangkan evaluasi jangka panjang yang dilakukan guru bimbingan konseling adalah dengan terus memantau perkembangan siswa melalui kolaborasi dengan wali kelas, guru mata pelajaran, orangtua, maupun guru bimbingan konseling itu sendiri.

Pada tahap evaluasi ini tujuannya untuk mengetahui hasil sampai dimana sikap mental positif yang dibangun dengan bimbingan pribadi sosial yang nantinya terus menerus memiliki perkembangan yang baik, selain daripada itu agar siswa juga mampu mengatasi masalah-masalah yang dialami yang berkaitan dengan pengembangan sikap positif.

4. Follow up

Follow up adalah tindak lanjut dari hasil evaluasi. Jadi follow up adalah usaha untuk tindak lanjutnya yang didasari hasil evaluasi terhadap tindakan yang dilakukan dalam upaya pemberian bimbingan. Merujuk dari pengertian di atas bahwa guru bimbingan konseling ketika proses penyelesaian masalah belum terselesaikan maka perlu adanya campur tangan dari orangtua maupun pihak lainnya yang nantinya masalah tersebut bias terselesaikan.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian ini didapatkanlah suatu pelaksanaan bimbingan pribadi sosial untuk mengembangkan dan mempertahankan sikap mental positif siswa. Dalam hal ini adalah implementasi yang digunakan guru bimbingan konseling yaitu: metode tidak langsung diantaranya: bimbingan klasikal, kolaborasi

dengan wali kelas, kolaborasi dengan orangtua, kolaborasi dengan pihak terkait di luar dari sekolah, kunjungan rumah. Dalam hal ini pengumpulan data untuk mencapai bimbingan konseling dengan baik. Metode langsung yaitu: konseling individual, bimbingan kelompok, konseling kelompok, dan bimbingan individual. Dalam menguatkan hal tersebut adapun materi yang disampaikan untuk mengembangkan dan mempertahankan sikap mental positif yaitu: harga diri, motivasi, percaya diri, penyesuaian diri, dan pengontrolan emosi. Kesemua ini kan menjadi terbentuknya sikap mental positif secara baik. Dan di perkuat oleh 4 tahapan yaitu: perencanaan, pelaksanaan, evaluasi, follow up.

DAFTAR PUSTAKA

Achmad Juntika Nurihsan. 2006. *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan* Bandung: PT Rafika Aditama

Casmini, Atifah Anun. 2015. *Bimbingan Pribadi-sosial untuk Self-Efficacy dan Implikasi Pada Bimbingan Konseling SMK Diponegoro Depok Sleman., Yogyakarta.* Jurnal Hisbah, Vol. XII, No. 2. Yogyakarta: SMK Diponegoro Depok Sleman.

Sulfikar. 2019 . *Bimbingan Pribadi Sosial Dalam Mengembangkan Sikap Positif Siswa.* Jurnal Bimbingan Dan Konsling Islam.