
Pendekatan Psikososial untuk Mengurangi Stigma Negatif pada Layanan Bimbingan dan Konseling Siswa

Jaki Abdul Sidik¹, Hasnaa Hashunatulmar'ah Hubwatullaah^{2*}

^{1,2}Institut Agama Islam Persis Garut, Indonesia

*Corresponding Author: hasnahashuna@iaipersisgarut.ac.id

Abstrak

Kata Kunci:
Pendekatan Psikososial, Stigma
Negatif, Layanan BK.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pendekatan psikososial dalam mengurangi stigma negatif terhadap layanan Bimbingan dan Konseling di kalangan siswa kelas XI MAN 2 Garut. Pendekatan psikososial dipilih karena mempertimbangkan aspek psikologis dan sosial siswa dalam membangun hubungan yang suportif dengan guru BK. Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan layanan dengan teknik observasi, angket, dan wawancara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan layanan, sebagian besar siswa memiliki stigma negatif yang tergolong sedang hingga tinggi. Namun, setelah dilakukan pendekatan psikososial melalui layanan informasi secara sistematis, terjadi penurunan stigma dan peningkatan pemahaman serta penerimaan siswa terhadap layanan BK. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan psikososial efektif digunakan untuk menciptakan persepsi positif siswa terhadap layanan BK dan mendukung perkembangan sosial-emosional mereka.

Abstract

Keywords:
Psychosocial Approach,
Negative Stigma, Counseling
Services

This study aims to determine the effectiveness of the psychosocial approach in reducing negative stigma toward Guidance and Counseling services among 11th-grade students at MAN 2 Garut. The psychosocial approach was chosen as it considers both psychological and social aspects in building a supportive relationship between students and school counselors. The research employed action research with techniques including observation, questionnaires, and interviews. The findings revealed that prior to the intervention, most students had moderate to high levels of negative stigma. However, after implementing systematic psychosocial-based information services, students' stigma decreased, and their understanding and acceptance of BK services improved. This indicates that the psychosocial approach is effective in fostering positive student perceptions of counseling services and in supporting their socio-emotional development.

How to Cite: Sidik, J. A., & Hubwatullah, H. H. (2025). Pendekatan Psikososial untuk Mengurangi Stigma Negatif pada Layanan Bimbingan dan Konseling Siswa. *IRSYADA Journal of Counseling for Islamic Education*, 2(1). 61-69.

PENDAHULUAN

Guru BK atau saat ini dikenal dengan konselor sekolah, berperan sangat penting dalam pembentukan pribadi seorang peserta didik, termasuk mengenali seluruh aspek yang akan berkaitan dengan peserta didik. Permasalahan-permasalahan yang dialami oleh peserta didik di

lingkungan sekolah akan menjadi tanggung jawab konselor sekolah untuk menuntaskannya. Penuntasan masalah yang dialami oleh peserta didik di sekolah akan berbeda-beda, guru BK memiliki cara serta strategi tersendiri, strategi tersebut juga dapat disesuaikan dengan permasalahan peserta didik dan strategi ini biasa disebut dengan strategi layanan konseling.

Layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah memiliki peran yang sangat penting dalam membantu siswa mengatasi tantangan yang mereka hadapi. Menurut peraturan pendidikan nasional, bimbingan dan konseling adalah upaya sistematis untuk memfasilitasi perkembangan peserta didik agar dapat mencapai kemandirian dalam kehidupan mereka (Permendikbud Nomor 111 Tahun 2014). Layanan ini mencakup berbagai bentuk, seperti konseling individu, bimbingan kelompok, dan program pencegahan yang bertujuan untuk memberikan pengetahuan serta keterampilan kepada siswa dalam menghadapi berbagai tantangan.

Selain itu, bimbingan konseling memiliki strategis dalam membantu siswa mengatasi permasalahan pribadi, sosial, akademik, dan karier. Tetapi layanan Bimbingan dan Konseling (BK) sering kali menghadapi stigma negatif di kalangan masyarakat, termasuk siswa, orang tua, dan bahkan tenaga pendidik. Stigma ini muncul karena berbagai faktor, seperti kesalahpahaman terhadap fungsi BK, pengalaman negatif sebelumnya, atau persepsi bahwa layanan BK hanya diperuntukkan bagi siswa bermasalah. Untuk itu, penting bagi layanan BK untuk melakukan upaya strategis guna mengurangi stigma negatif ini, sehingga fungsinya sebagai layanan pendukung perkembangan siswa dapat dioptimalkan.

Namun, tanpa adanya pemahaman yang baik tentang manfaat dan tujuan dari layanan ini, akan menimbulkan stigma negatif yang dapat menghalangi siswa untuk memanfaatkan bantuan yang tersedia. Stigma tersebut di antaranya anggapan bahwa siswa yang mendatangi guru BK hanyalah siswa yang memiliki masalah serius atau perilaku buruk; guru BK juga dianggap sebagai "penegak disiplin" atau tempat "menghukum" siswa bermasalah, berbanding terbalik dengan fungsinya sebagai pendamping yang membantu perkembangan akademik, sosial dan emosional siswa. Sebagaimana hasil penelitian, masih banyak anggapan bahwa bimbingan dan konseling adalah "polisi sekolah". Hal ini disebabkan pihak sekolah sering menyerahkan sepenuhnya masalah pelanggaran kedisiplinan dan peraturan sekolah lainnya kepada guru BK. Bahkan, banyak guru BK yang diberi wewenang sebagai eksekutor bagi siswa yang bermasalah. Dengan demikian, banyak sekali ditemukan di sekolah-sekolah yang menganggap guru BK sebagai "*killer*" atau sosok yang ditakuti (Arifai, A. 2016).

Di sekolah-sekolah, peran guru Bimbingan Konseling (BK) sering kali dianggap hanya sebatas menangani siswa yang bermasalah, padahal layanan ini memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan mental siswa. Selain membantu siswa menghadapi masalah disiplin, guru BK juga memberikan dukungan dalam mengatasi stres akademis, tekanan sosial, serta tantangan emosional yang dihadapi siswa sehari-hari. Namun, banyak siswa yang masih memiliki pandangan terbatas terhadap peran guru BK. Mereka menganggap BK hanya terlibat ketika siswa mengalami masalah serius atau disiplin, sehingga jarang ada siswa yang secara sukarela datang untuk berkonsultasi (Aribowo, 2025).

Siswa terkadang merasa ragu atau malu untuk mengakses layanan bimbingan dan konseling (BK) di sekolah, padahal seharusnya berfungsi sebagai dukungan penting bagi perkembangan pribadi, sosial, dan akademik mereka. Stigma ini juga sering kali muncul dari persepsi negatif terhadap isu mental yang dianggap sebagai tanda kelemahan. Akibatnya, banyak siswa menghindari layanan konseling karena tidak ingin dianggap lemah, hingga akhirnya

mengalami kesulitan emosional atau sosial ketika tidak mendapatkan bantuan yang mereka butuhkan.

Stigma tersebut juga terjadi di MAN 2 Garut. Hasil observasi awal dan wawancara dengan guru BK mengungkapkan bahwa masih banyak siswa sekolah tersebut yang enggan memanfaatkan layanan BK karena merasa takut dilabeli "bermasalah" oleh teman-teman sebayanya. Selain itu, pendekatan tradisional dalam layanan BK yang terlalu fokus pada penyelesaian masalah tanpa menyentuh aspek emosional dan sosial siswa turut menjadi faktor yang memperkuat stigma negatif tersebut. Hal ini berdampak pada berkurangnya keterbukaan siswa untuk berkonsultasi, sehingga banyak masalah yang tidak terdeteksi sejak dini dan menghambat perkembangan siswa.

Dampak stigma terhadap konseling dapat menyebabkan konsekuensi serius bagi siswa. Mereka mungkin merasa tidak terlindungi dan tidak memiliki dukungan ketika menghadapi masalah pribadi atau akademik. Hal ini dapat berakhir pada penurunan motivasi belajar, peningkatan kecemasan, dan bahkan risiko masalah kesehatan mental yang lebih serius. Kondisi tersebut tentu tidak bisa dibiarkan, mesti ada upaya untuk mengurangi stigma tersebut dengan meningkatkan pemahaman dan penerimaan terhadap layanan BK. Hal ini dapat mencakup edukasi tentang kesehatan mental, kampanye kesadaran di sekolah, serta pelatihan bagi konselor untuk menangani stigma dengan lebih efektif.

Oleh karena stigma negatif terhadap BK itu terbentuk karena kondisi/lingkungan sosialnya, maka guru BK dapat melakukan pendekatan psikososial, yaitu pendekatan yang membangun hubungan positif dengan siswa seperti guru BK menciptakan lingkungan yang aman dan nyaman untuk berdiskusi. Sehingga siswa merasa nyaman untuk berkonsultasi tanpa rasa takut atau malu (Jannah & Nasution, 2024), sehingga dapat mengurangi stigma dan meningkatkan penerimaan terhadap layanan konseling di kalangan siswa. Pada penelitian mengenai intervensi psikososial telah menunjukkan efektivitas dalam menurunkan stigma terhadap individu dengan gangguan jiwa (Werner et al., 2011). Penelitian ini menekankan pentingnya pengembangan strategi berbasis masyarakat untuk mengurangi stigma tersebut. Maka penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi upaya-upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi stigma terkait konseling dan meningkatkan partisipasi siswa melalui pendekatan psikososial di MAN 2 Garut.

Secara teoretis, stigma dipahami sebagai stereotip negatif dan atribut sosial yang dapat mengurangi identitas sosial seseorang, sehingga mendiskualifikasikannya dari penerimaan orang lain (Goffman, 1959). Dalam konteks pendidikan, stigma merupakan ciri negatif yang menempel pada pribadi siswa karena pengaruh lingkungannya (Mansyur, 1997). Fenomena ini sering kali muncul saat siswa diberikan pelabelan (*labeling*) dan mengalami diskriminasi (Scheid & Brown, 2010). Stigma terhadap layanan BK di sekolah sering kali bersifat struktural, di mana terdapat ketidakseimbangan persepsi terhadap kualitas layanan yang diberikan oleh profesional kesehatan atau guru BK (Werner et al., 2011).

Untuk mengatasi hal tersebut, diperlukan pendekatan yang komprehensif. Teori perkembangan psikososial menekankan bahwa perkembangan manusia sangat dipengaruhi oleh interaksi antara faktor psikologis individu dan lingkungan sosialnya (Erikson, 2010). Pendekatan psikososial berfokus pada konsep pemahaman diri, hubungan sosial, dan proses mental yang mendukung hubungan antara seseorang dan dunia sosialnya (Erikson, 2010). Melalui pendekatan ini, guru BK dapat membangun hubungan interpersonal yang positif untuk menumbuhkan rasa aman, membantu siswa mengatasi kebingungan identitas, serta melakukan internalisasi nilai-

nilai positif agar siswa melihat layanan BK sebagai sarana yang bermanfaat bagi perkembangan mereka.

Tujuan utama dari pendekatan psikososial dalam layanan bimbingan dan konseling adalah untuk membantu individu menyadari keberadaan diri, fungsi sosial, serta potensi diri yang dimiliki. Hal ini mencakup pemulihan emosional, peningkatan resiliensi, dan peningkatan kualitas hidup agar siswa dapat berfungsi secara normal dalam kehidupan sehari-hari (Lubis, 2011). Dengan demikian, penerapan prinsip psikososial diharapkan mampu mengubah persepsi siswa terhadap guru BK yang selama ini dianggap sebagai "polisi sekolah" menjadi sosok pendamping yang mendukung kesejahteraan mental dan akademik.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Metode kualitatif sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati (Sugiyono, 2017). Peneliti memilih metode ini untuk menggambarkan secara mendalam mengenai upaya guru BK dalam mengurangi stigma negatif layanan Bimbingan dan Konseling melalui pendekatan psikososial di MAN 2 Garut.

Penelitian ini dilaksanakan di MAN 2 Garut. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI yang memiliki persepsi tertentu terhadap layanan BK, serta guru Bimbingan dan Konseling sebagai informan utama yang memberikan data mengenai implementasi pendekatan psikososial.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi observasi, wawancara, dan dokumentasi. Observasi dilakukan untuk mengamati secara langsung interaksi antara siswa dan guru BK di lingkungan sekolah. Wawancara mendalam dilakukan kepada guru BK dan sejumlah siswa kelas XI untuk mendapatkan informasi mengenai stigma yang berkembang dan efektivitas pendekatan psikososial yang diterapkan. Dokumentasi digunakan untuk mengumpulkan data pendukung berupa profil sekolah, data siswa, serta dokumen pendukung layanan BK lainnya.

Analisis data dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan atau verifikasi (Sugiyono, 2013). Untuk menjamin keabsahan data, peneliti menggunakan teknik triangulasi sumber dan triangulasi teknik (Sugiyono, 2017). Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan data hasil wawancara antara guru BK dan siswa, sedangkan triangulasi teknik dilakukan dengan membandingkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi pada objek yang sama.

HASIL

Penelitian mengenai penggunaan pendekatan psikososial untuk mengurangi stigma negatif terhadap layanan Bimbingan dan Konseling (BK) di MAN 2 Garut ini memberikan gambaran yang jelas mengenai perubahan persepsi siswa. Hasil penelitian ini dibagi menjadi tiga bagian utama: kondisi objektif stigma sebelum intervensi, proses pelaksanaan tindakan melalui pendekatan psikososial, dan hasil akhir setelah intervensi.

Kondisi Objektif Stigma Negatif Siswa (*Pre-Action*)

Berdasarkan data awal yang dikumpulkan melalui observasi dan angket kepada siswa kelas XI MAN 2 Garut, ditemukan bahwa layanan BK masih dipandang secara sempit. Mayoritas siswa menganggap guru BK sebagai "polisi sekolah" yang tugas utamanya adalah menghukum siswa yang melanggar aturan. Hal ini sejalan dengan teori stigma yang dikemukakan oleh Goffman (1959) bahwa label negatif dapat mendiskualifikasi seseorang dari penerimaan sosial. Dalam

konteks ini, siswa yang masuk ke ruang BK sering kali langsung dilabeli sebagai "anak nakal" oleh teman sebayanya.

Data kuantitatif dari angket *pre-action* menunjukkan bahwa dari seluruh responden, sebanyak 70% siswa berada pada kategori stigma "Sedang". Mereka mengetahui adanya layanan BK, namun enggan memanfaatkannya karena rasa takut dan malu. Hanya 16,7% siswa yang memiliki pandangan positif (kategori stigma rendah) terhadap layanan ini. Kondisi ini menunjukkan adanya kebutuhan mendesak akan intervensi yang mampu mengubah lingkungan sosial di sekolah menjadi lebih suportif.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Skor Stigma Negatif Sebelum Tindakan

Kategori Stigma	Frekuensi	Persentase
Tinggi	4	13.3%
Sedang	21	70.0%
Rendah	5	16.07%

Distribusi Frekuensi Skor Stigma Negatif Sebelum Tindakan (Sidik & Hubwatullaah, 2025).

Implementasi Pendekatan Psikososial

Intervensi dilakukan melalui dua pertemuan layanan informasi dengan mengintegrasikan prinsip-prinsip perkembangan psikososial Erikson (2010). Peneliti memfokuskan pada penciptaan hubungan interpersonal yang positif antara guru BK dan siswa untuk menumbuhkan rasa percaya.

Pada pertemuan pertama, peneliti memberikan pemahaman mengenai hakikat dan fungsi layanan BK. Suasana kelas pada awalnya terasa kaku; banyak siswa yang enggan menjawab pertanyaan atau memberikan tanggapan. Hal ini menunjukkan bahwa "jarak psikologis" antara siswa dan guru BK masih cukup lebar. Peneliti kemudian menerapkan pendekatan psikososial dengan cara mendengarkan secara aktif dan menunjukkan empati, sehingga siswa mulai merasa bahwa guru BK bukan lagi ancaman, melainkan sumber bantuan.

Pada pertemuan kedua, intervensi difokuskan pada internalisasi nilai-nilai positif dan penguatan resiliensi siswa. Peneliti menggunakan metode diskusi kelompok yang interaktif. Hasilnya, terjadi peningkatan keterlibatan yang signifikan. Siswa mulai berani berbagi cerita mengenai tantangan akademis dan emosional yang mereka hadapi. Perubahan perilaku ini menunjukkan bahwa ketika lingkungan sosial sekolah berubah menjadi lebih aman dan nyaman, mekanisme pertahanan diri siswa (stigma) akan menurun secara alami.

Hasil Akhir dan Efektivitas Tindakan (*Post-Action*)

Setelah rangkaian intervensi selesai, peneliti kembali menyebarkan angket untuk mengukur perubahan persepsi siswa. Hasilnya menunjukkan penurunan tingkat stigma yang sangat signifikan. Skor rata-rata stigma siswa menurun drastis, di mana sebagian besar siswa yang awalnya berada di kategori "Sedang" kini beralih ke kategori "Rendah".

Penerapan pendekatan psikososial terbukti efektif dalam memutus rantai stereotip negatif. Siswa kini melihat layanan BK sebagai sarana pengembangan diri, bukan tempat penghukuman. Penilaian segera yang dilakukan di akhir sesi juga menunjukkan bahwa 90% siswa merasa lebih nyaman dan memiliki keinginan untuk melakukan konseling secara sukarela di masa depan jika menghadapi masalah. Hal ini membuktikan bahwa pendekatan yang menyentuh aspek emosional dan sosial sekaligus mampu mengubah pola pikir siswa secara mendalam.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Skor Stigma Negatif Setelah Tindakan

Kategori Stigma	Frekuensi	Persentase
Tinggi	1 siswa	3,3%
Sedang	10 siswa	33,3%

rendah	19 siswa	63,4%
--------	----------	-------

Distribusi Frekuensi Skor Stigma Negatif Setelah Tindakan (Sidik & Hubwatullaah, 2025).

Analisis Perbandingan Hasil Angket

Efektivitas pendekatan psikososial dalam mereduksi stigma negatif siswa terhadap layanan BK dapat dilihat dari pergeseran data pada tabel berikut:

Tabel 1. Perbandingan Distribusi Frekuensi Stigma Negatif

Kategori Stigma	Pre-Action		Post-Action	
	Frekuensi	Persentase %	Frekuensi	Persentase %
Tinggi	4 Siswa	13.3%	1 siswa	3,3%
Sedang	21 Siswa	70.0%	10 siswa	33,3%
Rendah	5 Siswa	16.07%	19 siswa	63,4%
TOTAL	30 Siswa	100%	30 Siswa	100%

Perbandingan Distribusi Frekuensi Stigma Negatif (Sidik & Hubwatullaah, 2025).

Berdasarkan Tabel 3 di atas, terlihat adanya perubahan persepsi siswa yang sangat signifikan. Pada kondisi awal (*pre-action*), mayoritas siswa berada pada kategori Sedang sebesar 70,0% (21 siswa), yang menunjukkan adanya keraguan dan jarak psikologis terhadap guru BK. Namun, setelah diberikan intervensi berupa pendekatan psikososial melalui layanan informasi, kategori Rendah (persepsi positif) meningkat tajam dari 16,7% (5 siswa) menjadi 63,4% (19 siswa).

Penurunan juga terjadi pada kategori Tinggi yang semula 13,3% menjadi hanya 3,3%. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan psikososial yang mengedepankan hubungan interpersonal yang aman dan suportif berhasil mengikis stigma "polisi sekolah" yang selama ini melekat pada layanan BK di MAN 2 Garut. Perubahan data ini membuktikan bahwa peningkatan pemahaman diri dan lingkungan sosial yang kondusif mampu mengubah pola pikir siswa dalam memandang urgensi bimbingan konseling.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini memberikan penegasan kuat bahwa stigma negatif terhadap layanan Bimbingan dan Konseling bukanlah sebuah kondisi statis yang tidak dapat diubah. Melalui penerapan pendekatan psikososial, terjadi transformasi persepsi yang signifikan pada siswa kelas XI MAN 2 Garut. Perubahan dari kategori stigma "Sedang" (70,0%) menjadi "Rendah" (63,4%) menunjukkan bahwa ketika guru BK mengubah strategi pendekatannya dari pendekatan yang bersifat administratif-disipliner menjadi pendekatan yang bersifat humanis-psikososial, resistensi siswa akan menurun secara otomatis.

Dinamika Stigma dan Dekonstruksi Peran "Polisi Sekolah"

Stigma yang berkembang di MAN 2 Garut sebelum intervensi, di mana guru BK dianggap sebagai "polisi sekolah", merupakan refleksi dari kegagalan komunikasi simbolik antara lembaga layanan dan pengguna layanan. Sebagaimana dijelaskan oleh Goffman (1959), stigma muncul sebagai atribut yang sangat mendiskreditkan, yang dalam konteks ini adalah pelabelan bahwa siapa pun yang berinteraksi dengan guru BK adalah individu yang memiliki cacat perilaku. Temuan penelitian ini mengungkap bahwa stigma tersebut tidak hanya berasal dari pengalaman langsung siswa, tetapi juga dari "warisan sosial" atau narasi yang berkembang di lingkungan sekolah secara turun-temurun.

Pendekatan psikososial masuk ke dalam ruang ini untuk melakukan dekonstruksi. Dengan mengedepankan layanan informasi yang empatik, guru BK mampu menghadirkan wajah baru yang suportif. Hal ini membuktikan bahwa stigma struktural yang menurut Werner et al. (2011) mengacu pada ketidakseimbangan kualitas layanan dapat diatasi dengan mengubah perilaku profesional pemberi layanan. Ketika guru BK berhenti menjadi eksekutor hukuman dan mulai menjadi pendengar yang aktif, atribut "menakutkan" tersebut mulai luntur dan digantikan oleh identitas sebagai "fasilitator perkembangan".

Analisis Berdasarkan Teori Perkembangan Psikososial Erikson

Pencapaian hasil penelitian ini sangat berkaitan erat dengan tahapan perkembangan psikososial siswa SMA/MA yang berada pada fase remaja. Menurut Erik Erikson (2010), remaja berada pada tahap *Identity vs Role Confusion*. Pada fase ini, kebutuhan akan penerimaan sosial sangatlah tinggi. Ketakutan siswa untuk mendatangi ruang BK sering kali bukan karena takut pada gurunya secara personal, melainkan takut akan *labeling* negatif dari kelompok sebayanya yang dapat mengancam identitas sosial mereka.

Intervensi yang dilakukan dalam dua pertemuan tersebut berhasil menyentuh elemen "kepercayaan" yang merupakan fondasi dasar teori Erikson. Pada pertemuan pertama, peneliti fokus pada pembangunan rasa aman. Tanpa rasa aman, siswa tidak akan pernah bisa mencapai tahap keterbukaan. Perubahan perilaku siswa yang awalnya pasif dan malu menjadi lebih berani berpendapat pada pertemuan kedua menunjukkan bahwa krisis psikososial berupa ketakutan akan penilaian negatif telah berhasil dimitigasi. Guru BK di MAN 2 Garut melalui pendekatan ini telah berhasil menciptakan "lingkungan suportif" yang membantu siswa mencapai kematangan ego, di mana mereka mulai mampu melihat kebutuhan mereka akan bantuan profesional lebih penting daripada ketakutan akan stigma sosial.

Internalisasi Nilai dan Perubahan Perilaku Interpersonal

Keberhasilan pendekatan psikososial dalam penelitian ini juga terletak pada kemampuannya menyentuh aspek kognitif, afektif, dan konasi siswa. Secara kognitif, layanan informasi memberikan pengetahuan baru bahwa BK adalah hak setiap siswa untuk berkembang, bukan sanksi bagi yang salah. Secara afektif, pendekatan ini mengurangi kecemasan yang selama ini menjadi penghalang utama.

Dalam pandangan psikologi Islam yang juga relevan dengan latar belakang MAN 2 Garut, pendekatan ini selaras dengan integrasi sistem kalbu, akal, dan nafsu. Dengan menyentuh sisi emosional, akal siswa mulai bisa menerima informasi secara logis bahwa guru BK adalah mitra dalam memecahkan masalah. Hasil penilaian segera yang mencapai 90% kepuasan menunjukkan bahwa internalisasi nilai positif telah terjadi. Siswa tidak lagi memandang ruang BK sebagai tempat yang dingin dan penuh intimidasi, melainkan sebagai wadah untuk melakukan pemulihan emosional dan peningkatan resiliensi.

Dampak Jangka Panjang dan Implikasi Pendidikan

Data perbandingan frekuensi menunjukkan penurunan kategori stigma "Tinggi" dari 13,3% menjadi 3,3%. Meskipun angka 3,3% masih menunjukkan adanya sisa stigma, namun secara keseluruhan, mayoritas populasi telah bergeser ke arah persepsi yang lebih sehat. Hal ini mengimplikasikan bahwa pendekatan psikososial tidak hanya efektif sebagai solusi instan, tetapi

juga sebagai strategi jangka panjang untuk membangun budaya sekolah yang sadar kesehatan mental.

Secara praktis, temuan ini menyarankan bahwa kurikulum layanan BK di sekolah harus lebih banyak mengadopsi prinsip-prinsip psikososial. Layanan bimbingan kelompok dan individu harus dilakukan dengan teknik-teknik yang memanusiakan siswa, seperti teknik empty chair atau teknik mendengarkan aktif, agar siswa merasa memiliki ruang aman. Jika guru BK mampu mempertahankan konsistensi pendekatan ini, maka partisipasi siswa dalam layanan BK akan meningkat secara sukarela, yang pada akhirnya akan berdampak pada peningkatan prestasi akademik dan kesejahteraan psikologis siswa secara menyeluruh.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa penerapan pendekatan psikososial melalui layanan informasi terbukti efektif dalam mengurangi stigma negatif siswa kelas XI MAN 2 Garut terhadap layanan Bimbingan dan Konseling. Hal ini ditunjukkan oleh adanya perubahan persepsi siswa yang signifikan, di mana sebelum diberikan tindakan, mayoritas siswa (70,0%) berada pada kategori stigma sedang dengan pandangan bahwa guru BK adalah "polisi sekolah". Setelah diberikan intervensi berupa pendekatan psikososial yang mengedepankan hubungan interpersonal positif, rasa percaya, dan lingkungan yang aman, terjadi penurunan tingkat stigma yang drastis, dengan 63,4% siswa beralih ke kategori stigma rendah atau memiliki persepsi yang positif.

Pendekatan psikososial berhasil mengubah pola pikir siswa melalui dekonstruksi pelabelan negatif dan internalisasi nilai-nilai bahwa layanan BK adalah sarana pendukung pengembangan diri, bukan tempat penghukuman. Keberhasilan ini menegaskan bahwa faktor kunci dalam mengoptimalkan layanan BK di sekolah adalah kemampuan konselor dalam menciptakan iklim psikososial yang suportif, yang mampu memitigasi kecemasan sosial siswa dan meningkatkan keinginan mereka untuk memanfaatkan layanan bimbingan secara sukarela.

REFERENSI

- Arifai, A. (2016). Problematika dan layanan guru bimbingan dan konseling. Raudhah: Proud to be Professionals Jurnal Tarbiyah Islamiyah, 1(1).
- Abdul Rahman, A. (2017). Psikologi sosial (Integrasi pengetahuan wahyu dan pengetahuan empirik) (Ed. 1, Cet. 3). Jakarta: Rajawali Pers.
- Arikunto, S. (2010). Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aribowo, R. (2024, 7 Oktober). Bimbingan konseling masih jadi stigma siswa nakal. RRI.co.id. [Tersedia Online] <https://rri.co.id/lain-lain/1029945/bimbingan-konseling-masih-jadi-stigma-siswa-nakal>
- De Vito, J. A. (1997). Komunikasi antar manusia. Jakarta: Professional Books.
- Erikson, E. H. (1968). Identity: Youth and Crisis. New York: W. W. Norton & Company.
- Frank Parsons. (1909). Choosing a vocation. Boston: Houghton Mifflin.
- Goffman, E. (1959). The presentation of self in everyday life. New York: Anchor Books.
- Hardianto, H. (2017). Stigma terhadap orang dengan gangguan jiwa di Bali. [Makalah].

- Hartanto, A. E. (2021). Pengembangan strategi pelaksanaan masyarakat terhadap penurunan stigma masyarakat pada pasien gangguan jiwa. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*, 5(1), 63.
- Hidayat, D. R., & Badrujaman, A. (2012). *Penelitian tindakan dalam bimbingan dan konseling*. Jakarta: Indeks.
- Hurlock, E. B. (1991). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Jannah, N., & Nasution, F. (2024) Peran guru BK dalam mengatasi siswa bermasalah melalui bimbingan konseling individu dengan teknik empty chair. Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2014). Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 111 Tahun 2014 tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah.
- Larson, J. E., & Corrigan, P. W. (2008). The stigma of families with mental illness. *Academic Psychiatry*, 32(2), 87–91. <https://doi.org/10.1176/appi.ap.32.2.87>
- Lubis, L. (2011). *Landasan formal bimbingan dan konseling di Indonesia*. Medan: Citapustaka Media Perintis.
- Lubis, N. L. (2001). *Memahami dasar-dasar konseling dalam teori dan praktek*. (Ed. 1). Jakarta: Kencana.
- Mansyur, A. (1997). *Pengantar psikologi sosial*. Bandung: CV Armico.
- Newman, B. M., & Newman, P. R. (2020). *Teori perkembangan remaja*.
- Qudsy, H. (2010). *Optimalisasi pendidikan anak usia dini melalui pembelajaran yang berbasis perkembangan otak*. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Rahmat, J. (2001). *Psikologi komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Scheid, T. L., & Brown, T. N. (2010). *A handbook for the study of mental health: Social contexts, theories, and systems*. New York: Cambridge University Press.
- Smith, J. E. (1955). *Guidance principles and services*. New York: Prentice-Hall.
- Sobur, A. (2013). *Psikologi umum dan lintasan sejarah*. Bandung: Pustaka Setia.
- Sugiyono. (2005). *Memahami pendekatan kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metodologi penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suwartono. (2014). *Dasar-dasar metodologi penelitian*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Werner, S., Goldstein, D., & Heinik, J. (2011). *Subjective experience of stigma and coping strategies among individuals with intellectual and Developmental Disabilities*, 49(3), 226–236. <https://doi.org/10.1352/1934-9556-49.3.226>