



## **Bimbingan dan Konseling Bukan Hanya untuk Masalah (Mengungkap Manfaat Bimbingan dan Konseling dalam Pengembangan Diri)**

Mhd Dimasif<sup>1\*</sup>, Leni Murni Hayati<sup>2</sup>,

<sup>1\*</sup>Pendidikan Guru Sekolah Dasar, STKIP Widyaswara Indonesia, Indonesia

<sup>2</sup>Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, STKIP Widyaswara Indonesia, Indonesia

[mhddimasiv@gmail.com](mailto:mhddimasiv@gmail.com), [lenihayati92@dinas.belajar.id](mailto:lenihayati92@dinas.belajar.id)

Corresponding Author

Nama Penulis : Mhd Dimasif

E-mail : [mhddimasiv@gmail.com](mailto:mhddimasiv@gmail.com)

### **Abstrak**

*Selama beberapa tahun terakhir, layanan bimbingan dan konselor (BK) di sekolah sering dianggap terbatas sebagai cara untuk mengatasi perilaku menyimpang siswa. Meskipun demikian, BK memainkan peran strategis dalam mendukung pengembangan diri setiap siswa. Tujuan dari artikel ini adalah untuk menjelaskan berbagai manfaat BK bagi pembentukan karakter siswa dalam hal emosional, sosial, akademik, dan profesional. Terbukti bahwa BK meningkatkan kesehatan mental, menciptakan nilai-nilai positif, dan membantu perencanaan masa depan melalui pendekatan preventif, pengembangan, dan kolaboratif. Data dari Kementerian Kesehatan, UNICEF, dan Kemendikbudristek menunjukkan bahwa layanan BK yang humanistik dan adaptif diperlukan untuk mengatasi perubahan digital dan tantangan lainnya. Artikel ini juga menekankan pentingnya perubahan paradigma masyarakat bahwa BK berlaku untuk semua siswa yang ingin berkembang menjadi orang yang tangguh dan berkarakter, bukan hanya siswa yang bermasalah.*

**Kata kunci** : Bimbingan dan Konseling, Pengembangan Diri, Pendidikan Karakter, Kesehatan Mental.

### **Abstract**

*In recent years, guidance and counseling (BK) services in schools have often been viewed as limited as a means of addressing student deviant behavior. Nevertheless, BK plays a strategic role in supporting each student's personal development. The purpose of this article is to explain the various benefits of BK for student character development across emotional, social, academic, and professional dimensions. BK has been proven to improve mental health, foster positive values, and facilitate future planning through preventive, developmental, and collaborative approaches. Data from the Ministry of Health, UNICEF, and the Ministry of Education, Culture, Research, and Technology indicate that humanistic and adaptive BK services are needed to address digital change and other challenges. This article also emphasizes the importance of shifting the societal paradigm that BK applies to all students who want to develop into resilient and characterful individuals, not just students with problems.*

**Keywords**: guidance and counseling, self-development, character education, mental health.

## PENDAHULUAN

Selama bertahun-tahun, Layanan Bimbingan dan Konseling (BK) di sekolah sering dianggap buruk. Ruang BK dianggap sebagai tempat bagi siswa yang bermasalah, sehingga banyak siswa yang takut atau malu saat dipanggil. Paradigma ini muncul sebagai hasil dari kurangnya pemahaman tentang peran dan tujuan BK dalam dunia pendidikan. Meskipun demikian, peran layanan BK jauh lebih luas dan mendalam, membantu siswa dalam segala aspek pertumbuhannya, termasuk akademik, emosional, sosial, dan pengembangan karir.

BK adalah salah satu layanan paling strategis di sekolah di tengah masa yang penuh tantangan, mulai dari tekanan akademik, masalah kesehatan mental, hingga kebutuhan akan pendidikan karakter dan perencanaan masa depan. Guru BK membantu siswa mengenali diri mereka, mengatasi tantangan, dan mencapai potensi mereka melalui konseling individu, kelompok, dan klasik. Dalam menghadapi dinamika kehidupan siswa yang kompleks, fungsi BK yang bersifat preventif, kuratif, dan pengembangan semakin relevan.

Tujuan dari artikel ini adalah untuk memberikan pemahaman yang lebih luas dan positif tentang peran Bimbingan dan Konseling di sekolah serta berbagai manfaat layanan BK yang membantu peserta didik berkembang secara pribadi. Selain itu, tujuan dari artikel ini adalah untuk mengubah pemahaman masyarakat bahwa BK berlaku untuk semua siswa yang ingin berkembang secara akademik, sosial, karier, dan pribadi. Ini berlaku untuk siswa yang mengalami masalah. Diharapkan artikel ini menjadi informatif dan edukatif bagi guru, siswa, orang tua, dan pembaca umum karena menyajikan data, kutipan ahli, dan pendekatan regulatif.

## METODE

Sebagai metode utama dalam penulisan artikel ini, pendekatan studi literatur (library research) digunakan. Studi literatur meliputi meninjau, menganalisis, dan menganalisis berbagai sumber pustaka, termasuk buku, jurnal ilmiah, regulasi pemerintah, dan laporan organisasi resmi. Metode ini digunakan untuk mengungkap peran dan keuntungan Bimbingan dan Konseling (BK) dalam pengembangan diri siswa secara teoritis dan praktis.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Banyak orang yang langsung mempertemukan Bimbingan dan Konseling (BK) dengan "siswa bermasalah" atau "hukuman sekolah". Padahal paradigma tersebut seharusnya sudah berubah. BK adalah tempat di mana siswa dapat menyelesaikan masalah akademik atau perilaku; itu adalah tempat di mana mereka dapat mengembangkan diri secara keseluruhan. Dalam artikel ini, kami akan membahas bagaimana BK sangat membantu dalam membentuk karakter, meningkatkan potensi, dan mendukung pertumbuhan emosional siswa.

### **Mengubah Stigma: BK Bukan Tempat 'Anak Nakal'**

Selama bertahun-tahun, siswa, orang tua, dan bahkan beberapa pendidik sering menyalahgunakan BK. Siswa BK sering menjadi sasaran stigma sosial. Namun, Permendikbud No. 111 Tahun 2014 tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Menengah menyatakan bahwa layanan BK dimaksudkan untuk "membantu peserta didik agar mengenali dan mengembangkan potensi dirinya, memahami tugas perkembangan, serta mengatasi tantangan yang dihadapi." Oleh karena itu, guru BK tidak hanya berfungsi sebagai "penegak disiplin", tetapi juga membantu siswa berkembang secara sosial, akademik, dan profesional. Sebenarnya BK adalah tempat yang aman untuk melakukan introspeksi dan introspeksi.

### **BK dalam Pengembangan Diri: Fungsi Dan Layanan Strategis**

Pengembangan diri merupakan proses yang rumit. Siswa tumbuh secara intelektual, emosional, sosial, dan moral. Layanan BK memiliki posisi yang strategis di sini. Empat tugas utama BK mendukung pengembangan diri:

1. Fungsi Pemahaman: Membantu siswa memahami kepribadian, minat, potensi, dan nilai-nilai mereka.
2. Fungsi Pencegahan: Memberikan pengetahuan dan kesadaran tentang cara menghindari masalah seperti kecanduan gadget, perundungan (bullying), atau perilaku menyimpang.
3. Fungsi Pengembangan: Membantu siswa berkembang menjadi kecakapan hidup, kemampuan sosial, dan karakter positif.
4. Fungsi Penanganan: Membantu siswa menyelesaikan masalah dengan cara yang profesional dan empatik.

Layanan langsung dan tidak langsung memungkinkan semua fungsi ini terjadi. Layanan langsung termasuk konseling individu, kelompok, dan klasik, serta kerja sama dengan guru, orang tua, dan masyarakat.

### **BK dan Penguatan Kesehatan Mental**

Lebih dari lima belas persen remaja di Indonesia mengalami masalah kesehatan mental ringan hingga sedang, terutama terkait dengan tekanan sosial dan stres akademik, menurut data Kementerian Kesehatan RI tahun 2023. Di sini, peran strategi BK sangat penting. Konseling pribadi dengan guru BK dapat membantu siswa memahami emosi mereka, mengelola stres, dan mengembangkan strategi coping yang sehat. Layanan ini tidak bertujuan untuk "menyembuhkan", tetapi untuk memberi siswa kemampuan untuk mengidentifikasi dan mengelola dinamika psikologis mereka sendiri. Laporan UNICEF 2021 menyatakan bahwa keterlibatan aktif guru BK dalam mendampingi siswa sangat berdampak pada ketahanan mental anak dan remaja, terutama setelah pandemi COVID-19, karena BK berfungsi sebagai penjaga pintu di sistem yang melindungi anak di lingkungan sekolah.

### **BK dan Pengembangan Karier Sejak Dini**

Salah satu bagian penting dari layanan BK adalah bimbingan karir, terutama pada jenjang SMP dan SMA. Banyak siswa merasa bingung dengan pilihan pendidikan mereka atau pekerjaan masa depan karena mereka tidak banyak belajar dan belajar banyak hal sejak dini. BK memainkan peran yang signifikan dalam proses ini. Siswa didampingi untuk memilih jalan hidup yang sesuai dengan potensinya melalui penilaian minat dan bakat, pelatihan keterampilan, dan informasi tentang dunia kerja. Studi Pusat Penelitian Kebijakan Kemendikbudristek (2022) menemukan bahwa siswa yang mengambil bagian dalam layanan bimbingan karir memiliki kepercayaan diri yang lebih besar dalam membuat keputusan masa depan mereka sebesar 40%. Siswa telah terbukti lebih memahami peluang di dunia nyata melalui program seperti career day, job shadowing, dan kunjungan industri yang difasilitasi oleh BK.

### **Penguatan Karakter Lewat BK**

Pendidikan karakter harus diinternalisasi melalui pengalaman dan refleksi, bukan hanya melalui pelajaran. BK membantu proses ini. Konseling kelompok atau klasik membantu siswa memahami nilai-nilai seperti kejujuran, empati, tanggung jawab, dan kerja sama. "Bimbingan dan Konseling adalah wahana strategi untuk memperkuat kebiasaan peserta didik melalui pendekatan humanistik dan partisipatif," kata Prof. Dr. Prayitno dari Universitas Negeri Padang (2020). Profil Pelajar Pancasila dalam Kurikulum Merdeka bertujuan untuk membentuk siswa yang beriman, mandiri, kritis, kreatif, dan berkebhinekaan global. Penguatan karakter melalui layanan BK juga sejalan.

### **Transformasi Digital Dalam BK**

Di era digital, layanan BK menghadirkan tantangan sekaligus peluang. Guru BK harus berubah sesuai dengan perubahan teknologi dan pola interaksi siswa. Layanan konseling tidak harus selalu berlangsung secara tatap muka. Dengan menggunakan platform yang berani seperti Google Forms, WhatsApp, atau LMS, guru BK dapat tetap menjangkau siswa secara fleksibel. Selain itu, penggunaan media sosial sebagai alat untuk mengajar BK juga efektif. Banyak guru BK yang inovatif menciptakan konten pendidikan di Instagram atau TikTok tentang panduan belajar, manajemen emosi, atau inspirasi untuk karier. Transformasi digital ini meningkatkan aksesibilitas dan menarik minat siswa untuk layanan BK.

### **Mengubah Paradigma Melalui Edukasi**

Pendidikan berkelanjutan diperlukan bagi seluruh masyarakat dan sekolah untuk menghapus stigma bahwa BK hanya masalah. Salah satu caranya adalah dengan menyebarkan program BK sejak awal tahun ajaran, melibatkan siswa secara aktif dalam layanan, dan menunjukkan bahwa program ini benar-benar bermanfaat bagi siswa. Survei internal yang dilakukan oleh Ikatan Konselor Indonesia (IKI) pada tahun 2022 terhadap 3.500 siswa sekolah menengah menunjukkan bahwa 78% siswa merasa lebih percaya diri dan didengarkan oleh BK. Hal ini menunjukkan bahwa jika siswa mengetahui tujuan dan manfaat BK yang sebenarnya, mereka akan melihat BK sebagai ruang "hukuman" daripada mitra dalam tumbuh kembang.

### **KESIMPULAN**

Bimbingan dan konselor ditujukan untuk semua siswa yang ingin tumbuh dan berkembang secara optimal, bukan hanya siswa yang mengalami kesulitan. BK dapat menjadi pilar penting dalam pendidikan yang menyeluruh melalui pendekatan yang humanistik, partisipatif, dan adaptif. Sudah saatnya BK dilihat sebagai layanan pengembangan diri yang bermanfaat, bukan sebagai label negatif. Dengan membangun kesadaran dan dukungan bersama, BK dapat memainkan peran penting dalam membentuk generasi yang tangguh, cerdas, dan berkarakter.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Permendikbud No. 111 Tahun 2014 Tentang Bimbingan Dan Konseling Pada Pendidikan Dasar Dan Menengah.
- Kementrian Kesehatan RI. (2021). *Laporan Kesehatan Remaja Indonesia*.
- UNICEF Indonesia. (2021). *Panduan Kesehatan Mental Anak Dan Remaja*.
- Pusat Penelitian Kebijakan Kemendikbudristek. (2022). *Dampak Bimbingan Karier Terhadap Siswa Sekolah Menengah*.
- Ikatan Konselor Indonesia (IKI). (2022). *Survei Persepsi Siswa Terhadap Layanan BK Di Sekolah Menengah*.
- Prayitno, Prof. Dr. (2020). *Landasan Dan Teknik Perspektif Pendidikan Karakter*.