



## Peningkatan Keterampilan Dasar Konseling Sebaya melalui Pelatihan PIK-R Di MAN 3 Sleman



Alma Hafizha<sup>1\*</sup>, Teguh Prasetyo Nur Sahid<sup>2</sup>, Rachma Fadhila Usman<sup>3</sup>, Nina Triani Pratiwi<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta, Indonesia

\* Corresponding Author: [hafizhaalma02171@gmail.com](mailto:hafizhaalma02171@gmail.com)

### Abstract

*In the midst of the many problems that occur during adolescence, the Youth Information and Counseling Center (PIK-R) becomes a forum for positive activities to assist in overcoming these problems. This PIK-R training activity is the first step in moving the PIK-R MAN 3 Sleman back which was stopped due to the pandemic which limited various activities. The purpose of this activity is to improve the basic skills of peer counseling. This activity was carried out at MAN 3 Sleman in the form of training by providing insight into the basic skills that must be possessed by professional peer counselors and the Stoic stress management style that is beneficial for participants. The method used is lecture, discussion and practice with the proportion of 70% theory and 30% practice. The results of the activity showed that all participants wanted the formation of PIK-R at MAN 3 Sleman. Thus, the benefits of holding this activity are to provide knowledge about the basic skills of peer counseling that can be useful as an initial step in the formation of PIK-R MAN 3 Sleman.*

### Keywords:

Basic skills counseling, Training, PIK-R

### Abstrak

Di tengah maraknya problematika yang terjadi pada masa remaja, Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R) merupakan suatu wadah kegiatan yang positif untuk membantu dalam menanggulangi berbagai permasalahan tersebut. Kegiatan pelatihan PIK-R merupakan langkah awal dalam menggerakkan kembali PIK-R MAN 3 Sleman yang memang sempat terhenti akibat adanya pandemi yang membatasi berbagai aktivitas. Tujuan pelaksanaan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan keterampilan dasar konseling sebaya. Kegiatan ini dilaksanakan di MAN 3 Sleman dalam bentuk pelatihan dengan memberikan wawasan mengenai keterampilan dasar yang harus dimiliki oleh seorang konselor sebaya yang profesional dan cara manajemen stress ala *Stoic* yang bermanfaat bagi para peserta. Metode yang digunakan yaitu ceramah, diskusi dan praktek dengan proporsi 70% teori dan 30% praktek. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa seluruh peserta menginginkan terbentuknya PIK-R di MAN 3 Sleman. Dengan demikian terlihat manfaat dari pengadaan kegiatan ini yaitu memberikan pengetahuan mengenai keterampilan dasar konseling sebaya yang dapat berguna sebagai langkah awal terbentuknya PIK-R MAN 3 Sleman.

### Kata Kunci

Keterampilan dasar konseling, Pelatihan, PIK-R

## Pendahuluan

MAN 3 Sleman ditetapkan sebagai Rintisan Madrasah Unggul atau disingkat RMU dengan Keputusan Kepala Kantor Wilayah Kementerian Agama DI Yogyakarta. RMU adalah madrasah yang diselenggarakan dengan menggunakan Standar Nasional Pendidikan (SNP) yang harus dipenuhi oleh satuan pendidikan. Artinya MAN 3 Sleman sudah memenuhi Standar Nasional Pendidikan yang meliputi standar kompetensi lulusan, isi, proses, penilaian, pendidik dan tenaga kependidikan, sarana dan prasarana, pengelolaan, dan pembiayaan. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan kinerja madrasah dalam mewujudkan situasi belajar dan proses

pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan nasional secara optimal dalam mengembangkan sumber daya manusia yang beriman dan bertakwa kepada Allah SWT serta bertanggung jawab dan memiliki daya saing pada level nasional dan internasional.

Dalam rangka mewujudkan tujuan untuk meningkatkan sumber daya manusianya. MAN 3 Sleman membekali siswa dengan *life skill*, baik *general life skill* maupun *specific life skill*. Hal ini diwujudkan dalam berbagai bentuk kegiatan ekstrakurikuler yang dinaungi. Kegiatan ekstrakurikuler di MAN 3 Sleman mengayomi siswa untuk meningkatkan potensi berfikir, emosi, fisik, dan sosial. Beberapa diantaranya meliputi bidang akademik yaitu KIR- Olimpiade Mapel, bidang seni dengan Paduan Suara, bidang olahraga Tae Kwon Do, dan bidang kesehatan PMR. Dari berbagai macam ekstrakurikuler tersebut, MAN 3 Sleman juga memiliki satu kegiatan Pusat Informasi dan Konseling Remaja atau yang biasa disebut dengan PIK-Remaja

Sesuai dengan program BKKBN, PIK-R adalah suatu wadah kegiatan PKBR (Pusat Penyiapan Kehidupan Berkeluarga Remaja) yang dikelola dari, oleh dan untuk remaja guna memberikan pelayanan informasi dan konseling tentang perencanaan kehidupan berkeluarga bagi remaja serta kegiatan-kegiatan penunjang lainnya. Di MAN 3 Sleman, PIK-R berbeda dengan unit kegiatan lainnya, yang mana PIK-R berada dibawah naungan guru bimbingan dan konseling yang juga berperan sebagai tangan kanannya agar dapat merangkul siswa-siswi MAN 3 Sleman dengan lebih luas. Namun menjadi hal yang sangat disayangkan, eksistensi PIK-R MAN 3 Sleman terhenti hingga datangnya pandemi yang membuat segala aktivitas menjadi semakin terbatas.

Berdasarkan hasil wawancara dengan koordinator BK MAN 3 Sleman, ketidakseimbangan antara jumlah guru BK dengan jumlah siswa-siswi MAN 3 Sleman menjadi sebuah kekhawatiran tersendiri mengingat maraknya kenakalan remaja yang terjadi. Eliyawati, dkk. mengungkapkan bahwa remaja yang berusia 12-21 tahun mayoritas ditemukan melakukan perilaku menyimpang yang bertentangan dengan norma hukum, norma agama, norma susila, dan norma kesopanan. Hal ini disebabkan oleh tidak adanya kontrol terhadap perilaku remaja. Selain itu menurut Desmita (dalam Rakhmawati: 2020) fase remaja juga disebut-sebut sebagai masa dimana individu lebih nyaman untuk berbicara mengenai hal yang privasi dengan teman sebayanya karena mereka percaya bahwa teman sebayanya akan lebih memahami perasaan mereka dibanding orang dewasa. Hal inilah yang menjadi peran PIK-R sebagai konselor bagi teman sebayanya.

Melihat kondisi yang ada, maka langkah awal yang perlu dilakukan adalah mempersiapkan sumber daya manusia, waktu dan solusi permasalahan yang akan dilakukan guna menjalankan kembali kegiatan PIK-R di MAN 3 Sleman.

Dengan memberikan pelatihan PIK-R mengenai keterampilan dasar konseling di MAN 3 Sleman sebagai sasaran utama, diharapkan dapat dijadikan sebagai motor penggerak untuk terbentuknya PIK-R kembali di MAN 3 Sleman.

## Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam Pelatihan PIK-R ini adalah dengan menggunakan ceramah, diskusi, dan praktek. Konsep dan materi kegiatan yang disampaikan adalah berkaitan dengan keterampilan dasar konseling dan manajemen stress ala Stoic untuk mewujudkan konselor sebaya yang profesional dan siap membantu temannya yang mengalami permasalahan.

Dalam pelatihan ini para peserta juga diberikan kesempatan untuk mempraktekkan materi dengan bermain peran sebagai konselor, konseli dan observer. Sehingga proporsi yang diberikan sebesar 70% teori dan 30% praktek.

## Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pelatihan dilakukan secara langsung dengan jumlah peserta sebanyak 37 orang. Kegiatan pelatihan dilakukan dengan metode ceramah, diskusi, dan praktek langsung. Secara keseluruhan kegiatan ini berlangsung dengan lancar dan tidak terkendala suatu apapun. Peserta pelatihan menunjukkan antusiasme yang tinggi dalam mengikuti kegiatan pelatihan PIK-R yang ditunjukkan dengan keaktifan mereka dalam mengikuti materi dan mempraktekkan apa yang telah dipelajari bersama mengenai keterampilan dasar konseling.

Selain antusiasme yang tinggi oleh para siswa, dukungan penuh dari berbagai pihak seperti guru BK, kepala madrasah, waka kesiswaan, dan berbagai pihak lainnya secara keseluruhan menyampaikan apresiasi dan menyetujui bahwa pembentukan PIK-R di MAN 3 Sleman sangatlah diperlukan agar para siswa memiliki ruang positif untuk berdiskusi dan berbagi informasi serta konseling antar teman sebaya.



Gambar 1. Foto kegiatan pelatihan PIK-R



Secara keseluruhan, hasil kegiatan pelatihan yang telah dilakukan mencakup beberapa komponen sebagai berikut :

1. Keberhasilan target jumlah peserta pelatihan

Peserta yang hadir dalam kegiatan pelatihan pada tanggal 04 November 2022 sejumlah 37 siswa dan 3 guru BK. Sedangkan target awal hanya sejumlah 36 siswa dan 3 guru BK MAN 3 Sleman.

2. Tercapainya tujuan kegiatan pelatihan

Tujuan dari diadakannya pelatihan ini adalah untuk meningkatkan keterampilan dasar dalam konseling sebaya, serta keinginan siswa untuk mendirikan kembali PIK- R di sekolah sebagai upaya untuk membantu peran guru BK agar dapat menjangkau seluruh



siswa-siswi MAN 3 Sleman dengan lebih luas.

Gambar 2. Foto bersama pra acara kegiatan pelatihan PIK-R

## Kesimpulan

Berdasarkan hasil kegiatan pelatihan yang telah dilaksanakan disimpulkan bahwa panitia mendapat respon positif dari seluruh siswa kelas X dan XI hingga jumlah pendaftar melebihi target yang telah ditetapkan. Hal ini menggambarkan antusiasme yang tinggi oleh para siswa dalam pendirian kembali organisasi PIK-R. Setelah pelaksanaan pelatihan ini akan dilanjutkan dengan pembentukan kepengurusan dan training lanjutan guna mematangkan pengetahuan siswa mengenai konselor sebaya.

## Ucapan Terima Kasih

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada Lembaga Pendidikan MAN 3 Sleman yang telah memberikan izin kepada kami untuk menyelenggarakan kegiatan pelatihan PIK- R, sehingga dengan izin yang telah diberikan kegiatan tersebut dapat terlaksana dengan lancar. Ucapan terimakasih juga kami sampaikan kepada bapak dan ibu guru BK MAN 3 Sleman serta Dosen Pembimbing Lapangan yang telah memberikan arahan sehingga kami bisa

menuntaskan kegiatan ini.

## Daftar Pustaka

- Eliyawati, E., Yuline, Y., & Purwanti, P. ANALISIS MASALAH REMAJA DI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 10 PONTIANAK. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 10(12). - **Jurnal**
- Karlina, L. (2020). Fenomena Terjadinya Kenakalan Remaja. *Jurnal Edukasi Nonformal*, 1(1), 147-158 - **Jurnal**
- Ningrum, T. K., Yarnita, Y., Chairil, C., Isnaniar, I., Widiyanto, J., Maswarni, M., ... & Norlita, W. (2018). PENINGKATAN KUALITAS KESPRO REMAJA MELALUI SOSIALISASI PUSAT INFORMASI DAN KONSELING-REMAJA (PIK-R) DI SEKOLAH MADRASAH ALIYAH MUHAMMADIYAH PEKANBARU. *Jurnal Pengabdian UntukMu NegeRI*, 2(2), 73-76. - **Jurnal**
- Oktaviani, R., & Susilo, A. T. Hambatan Keterbukaan Diri dengan Teman Sebaya: Studi Kasus Dua Siswa SMK. *Jurnal Psikoedukasi dan Konseling*, 4(2), 52 - **Jurnal**