UPAYA GURU BIMBINGAN KONSELING DALAM MEMBINA KESEHATAN MENTAL SISWA SMKN 1 PAYAKUMBUH

Skripsi

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Mencapai Gelar Sarjana Pada Program Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan

Oleh :

SUSI SUSANTI
NIM. 2621.067

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN (FTIK)
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) BUKITTINGGI
2025 M

Edit dengan WPS Office

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : **Susi Susanti**

NIM : 2621.067

Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan (FTIK)

Prodi : Bimbingan dan Konseling

Judul Skripsi : **Upaya Guru Bimbingan Konseling dalam Membina Kesehatan Mental Siswa SMKN 1 Payakumbuh**

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa karya ilmiah (skripsi) saya dengan judul di atas adalah benar asli karya penulis. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini bukan karya sendiri, penulis bersedia diproses secara hukum yang berlaku dan gelar kesarjanaan penulis dicabut sampai batas waktu yang tidak ditentukan.

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bukittinggi, Februari 2025
Saya yang Menyatakan

Matrai 10.000

SUSI SUSANTI
NIM : 2621.067

Edit dengan WPS Office

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi atas nama Susi Susanti NIM 2621.067 dengan Judul **"Upaya Guru Bimbingan Konseling dalam Membina Kesehatan Mental Siswa SMKN 1 Payakumbuh"**, memandang bahwa skripsi yang bersangkutan telah diperiksa dan memenuhi persyaratan dapat disetujui untuk di munaqasyahkan.

Demikianlah persetujuan ini diberikan untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Bukittinggi, Februari 2025
Pembimbing

Dodi Pasilaputra S.Ag,M.Pd.
Nip.
197105312006041016

Edit dengan WPS Office

KATA PENGANTAR

بسم الله الرحمن الر حيم

Puji syukur bagi Allah yang telah melimpahkan taufik dan hidayah-Nya kepada penulis, sehingga dengan limpahan taufik dan hidayah-Nya penulis telah dapat menyelesaikan skripsi ini. Kemudian salawat dan salam penulis doakan untuk Nabi Muhammad SAW yang telah membawa umatnya dari zaman kebodohan ke zaman yang berilmu pengetahuan seperti yang penulis rasakan.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis banyak mendapat bantuan dari berbagai pihak. Karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Prof. Dr. Silvia Hanani, M.Si. selaku Rektor UIN Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi, Bapak Dr. H. Afrinaldi, S.Sos.I, MA. Sebagai Wakil Rektor I, bapak Dr. Iismudin, MA sebagai Wakil Rektor II dan Bapak Dr. H. Edi Rosman, M.Hum. sebagai Wakil Rektor III yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan perkuliahan.
2. Bapak Dr. Junaidi, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan (FTIK) UIN Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi, Bapak Dr. Supratman, M.Kom., M.Pd. selaku Dekan I, Ibu Dr. Fadila Yusri, M.Pd. Kons selaku Dekan II, dan Bapak Dr. Supriadi, M.Pd. Selaku Dekan III. yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan perkuliahan dan penelitian

Edit dengan WPS Office

3. Ibu Yeni Afrida, M.Pd. sebagai Ketua Prodi bimbingan konseling yang memotivasi penulis untuk menyelesaikan perkuliahan dan penelitian ini.
4. Bapak Dodi Pasilaputra, S.Ag. M.Pd. sebagai pembimbing yang mengarahkan penulis dalam penyelesaian skripsi ini.
5. Dosen Penasehat Akademik yang telah memotivasi penlis dalam perkuliahan dan penulisan skripsi ini
6. Bapak/Ibu Dosen FTIK UIN Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi yang telah memberikan berbagai nuansa keilmuan kepada penulis dalam perkuliahan.
7. Pimpinan dan staf perpustakaan UIN Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi yang telah memberikan fasilitas kepustakaan dalam penulisan skripsi ini.
8. Kepala SMKN 1 Payakumbuh, Koordinator dan guru BK dan siswa yang telah memberikan data yang penulis butuhkan untuk penulisan skripsi ini

Selanjutnya ucapan terima kasih yang tidak terhingga dan sangat istimewa untuk kedua orang tua yang telah melaksanakan kewajibannya baik secara moril maupun secara materil agar penulis dapat menyelesaikan perkuliahan dan penelitian. Kemudian saudara, sanak famili, dan karib kerabat yang juga ikut memotivasi penulis dalam menyelesaikan perkuliahan.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kepada pembaca

Edit dengan WPS Office

untuk dapat memberikan masukan dan kritikan yang bersifat konstruktif demi kesempurnaan skripsi ini. Akhir kata penulis ucapakan terima kasih kepada pihak yang telah membantu, semoga bantuan yang diberikan dibalas oleh Allah SWT dengan pahala yang berlipat ganda, Amin.

Bukittinggi, Februari 2025
Penulis

SUSI SUSANTI
NIM : 2621.067

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING i
SURAT PERNYATAAN ii
KATA PENGANTAR iii
DAFTAR ISI v
ABSTRAK vii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah 1
B. Identifikasi Masalah 8
C. Fokus Penelitian..... 8
D. Pertanyaan Penelitian 9
E. Tujuan Penelitian 9
F. Manfaat Penelitian 9
G. Penjelasan Judul 10
H. Sistematika Penulisan 11

BAB II LANDASAN TEORIS

A. Konsep Bimbingan dan Konseling 13
1. Pengertian Bimbingan dan Konseling 13

Edit dengan WPS Office

2. Fungsi Bimbingan dan Konseling 14
3. Karakteristik Konselor Yang Mempengaruhi Bimbingan dan Konseling 17
4. Tugas Guru Bimbingan dan Konseling di Sekolah 18

B. Konsep Kesehatan Mental 20
1. Pengertian Kesehatan Mental 20
2. Ciri-ciri Kesehatan Mental 22
3. Gangguan Kesehatan Mental 25
4. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental 31
5. Upaya Guru BK dalam Mengembangkan Kesehatan Mental Siswa 35

C. Penelitian Relevan 41

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian 44
B. Lokasi Penelitian 44
C. Informan Penelitian 45
D. Teknik Pengumpulan Data 45
E. Teknik Analisa Data 47
F. Teknik Keabsahan Data 48

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Hasil Peneltian 49
B. Pembahasan 66

BAB VI PENUTUP

A. Kesimpulan 70
B. Saran-saran 71

Edit dengan WPS Office

DAFTAR PUSTAKA 72
LAMPIRAN-LAMPIRAN..... 75

Edit dengan WPS Office

ABSTRAK

Skripsi atas nama **SUSI SUSANTI**, NIM 2621.067, Program Studi Bimbingan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Universitas Islam negeri Sjech M. Djamil Djambek (UIN) Bukittinggi, 2025. Judul **"UPAYA GURU BIMBINGAN KONSELING DALAM MEMBINA KESEHATAN MENTAL SISWA SMKN 1 PAYAKUMBUH".**

Pokok permasalahan dalam penelitian ini adalah banyaknya siswa yang mengalami masalah kesehatan mental seperti adanya siswa yang suka menyendiri, tidak mau bersosialisasi, sering bermenung disaat jam pelajaran dan memiliki hasil belajar yang rendah, pergaulan siswa yang melampaui batas, balap liar dan nongkrong sampai pagi hari dekat sekolah apabila jam sekolah libur. Usaha yang telah dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling adalah dengan memberikan layanan konseling kepada siswa tersebut.

Penelitian ini merupakan penelitian lapangan *(fied research),* yaitu penelitian yang dilakukan di suatu lokasi, ruangan yang luas atau di tengah - tengah masyarakat. Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif kualitatif, yaitu penelitian yang bertujuan untuk mendiskripsikan secara sistematis faktual, dan akurat mengenai fakta-fakta dan sifat-sifat populasi tertentu untuk mencoba menggambarkan fenomena secara detail. Informan kunci dalam penelitian ini adalah koordinator guru BK, kepala sekolah, wakil kepala sekolah bidang kesiswaan, dan guru BK. Dalam mengumpulkan data yang dibutuhkan penulis menggunakan teknik wawancara dan observasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa guru BK SMKN 1 Payakumbuh telah melakukan berbagai upaya untuk melakukan pembinaan kesehatan mental yang positif bagi siswa, dengan memberikan pemahaman tentang pentingnya kesehatan mental bagi siswa, membangun lingkungan yang positif dengan cara menegakkan kedisiplinan dan hal ini dilakukan secara bersama oleh guru lainnya, membatasi dan mengontrol pergaulan siswa yang hanya dapat dilakukan di sekolah saja. Kemudian mendorong siswa untuk berperilaku hidup sehat dengan cara menghindari hal-hal yang merugikan diri sendiri seperti melarang siswa merokok. Dan upaya membina kesehatan mental yang positif juga dilakukan dengan melibatkan orang tua siswa untuk bersama-sama mengawasi dan mengontrol siswa dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan data di atas dapat disimpulkan bahwa guru BK SMKN 1 Payakumbuh telah melakukan berbagai upaya dalam membina kesehatan mental siswa.

Edit dengan WPS Office

Kata Kunci : Upaya Pembinaan, Kesehatan Mental

Edit dengan WPS Office