

**PERAN GURU BIMBINGAN KONSELING DALAM MENINGKATKAN
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS SISWA KELAS V DI MADRASAH
IBTIDAIYAH MA'HAD AL-ZAYTUN**

Sovia Umimah¹, Dadan Mardani², Iis Humaeroh³

¹ PGMI, Fakultas Tarbiyah, Institut Agama Islam Al-Zaytun Indonesia

² PGMI, Fakultas Tarbiyah, Institut Agama Islam Al-Zaytun Indonesia

³ PGMI, Fakultas Tarbiyah, Institut Agama Islam Al-Zaytun Indonesia

sovia07umimah@gmail.com, dadan@iai-alzaytun.ac.id, iis@iai-alzaytun.ac.id

ABSTRACT

This research aims to describe the role of guidance and counseling (BK) teachers in improving the psychological well-being of fifth-grade students at Madrasah Ibtidaiyah Ma'had Al-Zaytun. It also identifies the strategies used and the factors influencing students' psychological well-being. This study applied a qualitative descriptive approach. Data were collected through observation, interviews, and documentation, and analyzed through data reduction, presentation, and conclusion drawing. The findings reveal that BK teachers play multiple roles as counselors, facilitators, motivators, mediators, and role models in guiding students to manage emotional and social challenges. Implemented strategies include personal, social, learning, and career guidance; motivational encouragement; and the creation of a supportive learning environment. Internal factors such as emotion, motivation, self-confidence, and spirituality, and external factors such as family support, school environment, social interaction, and economic background, strongly influence students' psychological well-being. The active involvement of BK teachers positively contributes to emotional stability, motivation, and social adaptability among students. The study recommends that schools employ professional BK teachers to ensure the sustainability of counseling services and the development of students' holistic well-being.

Keywords: Guidance and Counseling Teacher, Psychological Well-being, Learning Motivation, Elementary Students

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan peran guru Bimbingan dan Konseling (BK) dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa kelas V di Madrasah Ibtidaiyah Ma'had Al-Zaytun, serta mengidentifikasi strategi dan faktor yang memengaruhinya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan melalui tahapan reduksi, penyajian, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru BK memiliki peran penting sebagai konselor, fasilitator, motivator, mediator, dan teladan dalam membantu

siswa mengatasi tantangan emosional dan sosial. Strategi yang diterapkan meliputi bimbingan pribadi, sosial, belajar, dan karier; pemberian motivasi; serta penciptaan lingkungan belajar yang nyaman dan suportif. Faktor internal seperti emosi, motivasi, kepercayaan diri, dan spiritualitas, serta faktor eksternal seperti dukungan keluarga, lingkungan sekolah, hubungan sosial, dan kondisi ekonomi berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis siswa. Keterlibatan aktif guru BK terbukti meningkatkan kestabilan emosional, semangat belajar, dan kemampuan adaptasi sosial siswa. Penelitian ini merekomendasikan agar sekolah menugaskan guru BK profesional untuk menjamin keberlanjutan layanan konseling yang efektif dan berkesinambungan.

Kata Kunci: Guru BK, Kesejahteraan Psikologis, Motivasi Belajar, Siswa Sekolah Dasar

A. Pendahuluan

Pendidikan dasar memiliki peranan yang sangat penting dalam membentuk karakter, kepribadian, serta keseimbangan emosional peserta didik. Pada jenjang ini, siswa tidak hanya dituntut untuk menguasai kemampuan akademik, tetapi juga diarahkan agar memiliki kecerdasan sosial dan emosional yang stabil. Salah satu faktor penting yang memengaruhi keberhasilan pendidikan pada tahap dasar adalah kesejahteraan psikologis. Siswa yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik cenderung lebih mudah beradaptasi terhadap tuntutan belajar, mampu mengelola emosi, serta menjalin hubungan sosial yang positif dengan guru dan teman sebaya. Oleh karena itu, peran guru dalam membentuk dan meningkatkan

kesejahteraan psikologis siswa menjadi aspek yang tidak dapat diabaikan dalam proses pendidikan di sekolah dasar.

Menurut Ryff (1989), kesejahteraan psikologis adalah kondisi individu ketika seseorang dapat berfungsi secara optimal dan memiliki pandangan positif terhadap diri sendiri dan lingkungannya. Dimensi kesejahteraan psikologis mencakup penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Keenam dimensi ini menjadi dasar penting dalam memahami kondisi psikologis siswa di lingkungan sekolah. Dalam konteks pendidikan dasar Islam, kesejahteraan psikologis tidak hanya mencakup aspek mental dan sosial, tetapi juga mencakup keseimbangan

spiritual yang menjadi pondasi utama dalam membentuk kepribadian yang berakhlakul karimah. Dengan demikian, penguatan kesejahteraan psikologis tidak dapat dilepaskan dari peran guru, terutama guru Bimbingan dan Konseling (BK), yang memiliki tanggung jawab langsung dalam membimbing dan mendampingi perkembangan peserta didik secara menyeluruh.

Guru BK memiliki tanggung jawab untuk membantu siswa memahami potensi dirinya, mengatasi permasalahan pribadi, sosial, maupun akademik, serta menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah. Dalam pelaksanaannya, guru BK berfungsi sebagai konselor, fasilitator, dan motivator bagi siswa agar mampu menghadapi tekanan akademik serta permasalahan sosial yang mungkin muncul. Namun dalam kenyataannya, peran guru BK di tingkat madrasah ibtidaiyah sering kali belum berjalan secara optimal. Hal ini disebabkan oleh keterbatasan tenaga konselor profesional, minimnya program bimbingan yang sistematis, serta kurangnya pemahaman siswa terhadap pentingnya layanan konseling di sekolah. Akibatnya, masih banyak siswa yang mengalami

stres belajar, kecemasan, rendah diri, dan kesulitan beradaptasi dengan lingkungan sekolah.

Madrasah Ibtidaiyah Ma'had Al-Zaytun merupakan salah satu lembaga pendidikan Islam berasrama yang berkomitmen untuk mengembangkan pendidikan berbasis keseimbangan antara aspek akademik, moral, dan spiritual. Sistem pendidikan di madrasah ini menekankan pembentukan karakter dan pengembangan potensi diri siswa secara menyeluruh melalui kegiatan belajar, ibadah, dan pembiasaan sosial. Di lingkungan madrasah berasrama, siswa tidak hanya berinteraksi dalam konteks belajar formal di kelas, tetapi juga dalam aktivitas keseharian yang menuntut kemampuan beradaptasi sosial dan emosional yang tinggi. Kondisi inilah yang menjadikan peran guru BK sangat krusial, karena guru tidak hanya berfungsi sebagai pengajar, melainkan juga sebagai pembimbing yang membantu siswa mengelola emosi, menyesuaikan diri dengan kehidupan berasrama, serta membangun relasi sosial yang sehat.

Fenomena yang terjadi di lapangan menunjukkan bahwa tidak semua siswa dapat menyesuaikan diri

dengan baik terhadap dinamika kehidupan di madrasah berasrama. Beberapa siswa mengalami kesulitan dalam beradaptasi, mudah merasa tertekan, cemas, atau kehilangan semangat belajar karena faktor lingkungan dan tekanan sosial. Dalam situasi seperti ini, guru BK diharapkan mampu hadir sebagai pendamping yang memahami kebutuhan psikologis siswa serta memberikan solusi yang bersifat preventif maupun kuratif. Upaya guru BK dalam membangun kesejahteraan psikologis siswa dilakukan melalui kegiatan konseling individu, bimbingan kelompok, serta pembiasaan nilai-nilai keagamaan yang menumbuhkan kesadaran spiritual. Pendekatan ini sejalan dengan pandangan pendidikan Islam yang menempatkan keseimbangan antara akal, hati, dan perilaku sebagai dasar pembentukan pribadi manusia yang utuh.

Permasalahan utama yang diangkat dalam penelitian ini adalah bagaimana peran guru BK dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa kelas V di Madrasah Ibtidaiyah Ma'had Al-Zaytun, serta faktor-faktor apa saja yang memengaruhi kesejahteraan tersebut. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk

mendeskrripsikan peran dan strategi guru BK dalam mendukung kesejahteraan psikologis siswa, serta menganalisis faktor internal dan eksternal yang berpengaruh terhadap kondisi psikologis peserta didik. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata dalam pengembangan praktik bimbingan dan konseling di lingkungan madrasah ibtidaiyah, khususnya dalam konteks lembaga pendidikan Islam berasrama.

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian tentang kesejahteraan psikologis dalam pendidikan dasar dan memperluas pemahaman tentang fungsi strategis guru BK dalam pendidikan Islam. Sedangkan secara praktis, penelitian ini dapat menjadi acuan bagi pihak madrasah dalam menyusun program bimbingan yang lebih terarah dan berkelanjutan, serta mendorong guru BK untuk mengoptimalkan peran dan tanggung jawabnya dalam membina perkembangan psikologis siswa. Dengan demikian, kesejahteraan psikologis siswa dapat terwujud melalui sinergi antara guru, lingkungan sekolah, dan dukungan spiritual yang kuat.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif karena tujuan utamanya adalah mendeskripsikan fenomena sosial dan psikologis yang terjadi di lingkungan sekolah secara mendalam dan menyeluruh. Pendekatan ini dipilih agar peneliti dapat memahami peran guru Bimbingan dan Konseling (BK) dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa melalui pandangan, pengalaman, dan interaksi para pihak yang terlibat. Metode kualitatif deskriptif memungkinkan data yang diperoleh di lapangan disajikan dalam bentuk narasi yang menggambarkan situasi nyata, bukan dalam bentuk angka statistik, sehingga lebih relevan dengan fokus penelitian ini.

Penelitian dilaksanakan di Madrasah Ibtidaiyah Ma'had Al-Zaytun, yang terletak di Kecamatan Gantar, Kabupaten Indramayu, Jawa Barat. Lembaga ini merupakan madrasah berbasis asrama dengan sistem pendidikan terpadu yang menggabungkan aspek akademik, sosial, dan spiritual. Karakteristik tersebut menjadikan madrasah ini sebagai lokasi yang tepat untuk mengkaji kesejahteraan psikologis siswa, karena siswa tinggal dan

belajar di lingkungan yang sama selama 24 jam, sehingga pengaruh lingkungan sekolah terhadap kondisi psikologis mereka dapat diamati secara langsung. Pelaksanaan penelitian berlangsung selama tiga bulan, dengan pembagian waktu antara kegiatan observasi, wawancara, dan analisis dokumen.

Subjek penelitian terdiri atas guru BK, guru kelas, dan siswa kelas V. Guru BK dipilih karena memiliki peran langsung dalam pelaksanaan program bimbingan dan konseling di sekolah, sedangkan guru kelas dan siswa dijadikan subjek tambahan untuk memperluas perspektif terhadap pelaksanaan peran tersebut. Pemilihan informan dilakukan menggunakan teknik purposive sampling, yakni memilih informan yang dianggap paling memahami dan relevan dengan permasalahan yang diteliti. Dalam penelitian ini, guru BK menjadi informan utama karena keterlibatannya secara langsung dalam pelaksanaan kegiatan konseling dan pendampingan siswa. Sementara itu, guru kelas dan beberapa siswa dipilih untuk memberikan pandangan dan pengalaman mereka terhadap

kegiatan bimbingan yang dilaksanakan di madrasah.

Pengumpulan data dilakukan melalui tiga teknik utama, yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi. Teknik observasi digunakan untuk memperoleh data mengenai pelaksanaan kegiatan bimbingan dan konseling di lingkungan sekolah, serta perilaku siswa dalam berbagai aktivitas belajar dan interaksi sosial. Melalui observasi, peneliti dapat memahami secara langsung bagaimana peran guru BK diwujudkan dalam keseharian siswa dan bagaimana hubungan antara guru dan siswa terbentuk di dalam maupun di luar kelas. Teknik wawancara digunakan untuk menggali informasi mendalam dari guru BK, guru kelas, dan siswa. Wawancara dilakukan secara semi-terstruktur dengan panduan pertanyaan yang fleksibel, agar informan dapat menyampaikan pengalaman dan pandangan mereka secara terbuka. Selain itu, dokumentasi digunakan untuk memperoleh data tertulis dan visual seperti jadwal kegiatan, catatan bimbingan, foto kegiatan, serta dokumen kebijakan madrasah terkait layanan bimbingan dan konseling.

Proses pengumpulan data dilakukan secara bertahap dan berulang untuk memperoleh pemahaman yang komprehensif. Peneliti mencatat semua informasi penting dalam jurnal lapangan, kemudian melakukan verifikasi data melalui pertemuan ulang dengan informan jika ditemukan ketidaksesuaian atau informasi yang perlu diklarifikasi. Langkah ini penting untuk menjaga keakuratan data dan menghindari interpretasi yang bias. Data yang diperoleh dari berbagai sumber kemudian disatukan untuk dianalisis secara menyeluruh.

Analisis data dilakukan dengan menggunakan model interaktif yang dikembangkan oleh Miles dan Huberman (1994), yang terdiri atas tiga tahap utama, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Tahap pertama, reduksi data, dilakukan dengan cara memilih, memfokuskan, dan menyederhanakan data mentah dari hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi. Pada tahap ini, peneliti menyeleksi informasi yang relevan dengan fokus penelitian dan mengelompokkan data sesuai tema utama, seperti peran guru BK, strategi bimbingan, serta faktor-faktor yang

memengaruhi kesejahteraan psikologis siswa. Tahap kedua adalah penyajian data, di mana data yang telah direduksi disusun dalam bentuk narasi deskriptif yang sistematis agar mudah dipahami. Tahap ketiga adalah penarikan kesimpulan, yang dilakukan dengan mengidentifikasi pola, hubungan antarvariabel, dan makna dari data yang telah disajikan. Proses ini bersifat dinamis karena dilakukan secara terus-menerus sejak awal pengumpulan data hingga akhir penelitian.

Untuk menjaga keabsahan data (validitas), penelitian ini menerapkan teknik triangulasi yang mencakup triangulasi sumber, triangulasi teknik, dan triangulasi waktu. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan informasi yang diperoleh dari guru BK, guru kelas, dan siswa, sehingga diperoleh gambaran yang objektif mengenai pelaksanaan peran guru BK. Triangulasi teknik dilakukan dengan membandingkan hasil dari observasi, wawancara, dan dokumentasi. Sedangkan triangulasi waktu dilakukan dengan melakukan pengumpulan data pada waktu yang berbeda agar diperoleh hasil yang konsisten dan akurat. Dengan

demikian, hasil penelitian dapat dipercaya dan memiliki validitas yang tinggi.

Selain itu, dalam penelitian ini peneliti juga memperhatikan aspek etika penelitian. Seluruh informan diberi penjelasan mengenai tujuan penelitian, dan partisipasi mereka bersifat sukarela tanpa paksaan. Identitas informan dijaga kerahasiaannya untuk melindungi privasi dan kenyamanan mereka. Peneliti juga menjaga objektivitas selama proses pengumpulan dan analisis data, dengan tidak mengarahkan jawaban informan agar hasil yang diperoleh benar-benar mencerminkan kondisi yang sesungguhnya.

Berdasarkan metode penelitian yang digunakan, diharapkan hasil penelitian ini dapat menggambarkan secara mendalam bagaimana peran guru BK dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa kelas V di Madrasah Ibtidaiyah Ma'had Al-Zaytun. Pendekatan kualitatif memungkinkan peneliti memahami makna dan pengalaman yang dialami oleh siswa serta strategi guru dalam menangani permasalahan psikologis di lingkungan pendidikan Islam yang memiliki karakteristik khas. Dengan

metodologi yang sistematis dan analisis yang mendalam, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata terhadap pengembangan praktik bimbingan dan konseling di sekolah dasar Islam.

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

Penelitian ini menghasilkan temuan yang menggambarkan secara komprehensif bagaimana peran guru Bimbingan dan Konseling (BK) dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa kelas V di Madrasah Ibtidaiyah Ma'had Al-Zaytun. Berdasarkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi, diperoleh pemahaman bahwa guru BK memiliki posisi yang sangat strategis dalam membentuk keseimbangan emosional, motivasi belajar, dan kemampuan sosial siswa. Dalam konteks madrasah berasrama seperti Ma'had Al-Zaytun, kesejahteraan psikologis menjadi faktor penentu keberhasilan siswa dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan yang memiliki tuntutan akademik dan kedisiplinan yang tinggi. Oleh karena itu, kehadiran guru BK tidak hanya dipandang sebagai pelengkap sistem pendidikan, melainkan sebagai bagian

integral dalam pengembangan karakter dan kepribadian siswa.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru BK di Ma'had Al-Zaytun berperan sebagai konselor yang membantu siswa mengenali dan memahami dirinya sendiri. Dalam proses konseling, guru BK memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengekspresikan perasaan, menceritakan permasalahan pribadi, serta mencari solusi bersama. Beberapa siswa menyampaikan bahwa keberadaan guru BK memberikan rasa aman karena mereka memiliki tempat untuk berbagi keluh kesah tanpa rasa takut dihakimi. Proses ini menunjukkan bahwa guru BK berfungsi sebagai fasilitator bagi siswa dalam mengelola emosi dan menemukan solusi terhadap permasalahan yang dihadapi. Guru BK juga membantu siswa memahami bahwa setiap permasalahan dapat diselesaikan dengan cara yang positif, sehingga mereka belajar membangun ketahanan psikologis dan kemampuan menghadapi tekanan.

Selain berperan sebagai konselor, guru BK juga bertindak sebagai fasilitator yang menciptakan lingkungan belajar yang mendukung

dan nyaman bagi siswa. Berdasarkan hasil observasi, guru BK di madrasah ini aktif berkolaborasi dengan guru kelas dalam merancang suasana kelas yang kondusif dan menumbuhkan rasa saling menghargai antar siswa. Guru BK berupaya untuk menghadirkan pendekatan yang humanis dalam pembelajaran, di mana setiap siswa diperlakukan sebagai individu unik dengan kebutuhan dan karakter yang berbeda. Melalui kegiatan pembiasaan harian, seperti doa bersama, refleksi diri, dan kegiatan sosial, guru BK menanamkan nilai-nilai positif yang memperkuat hubungan sosial antar siswa serta menciptakan suasana emosional yang seimbang. Upaya ini sejalan dengan pandangan Ningsih dan Lestari (2022) bahwa lingkungan belajar yang positif dapat menjadi faktor eksternal yang signifikan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa.

Temuan penting lainnya menunjukkan bahwa guru BK memiliki peran sebagai motivator yang mendorong siswa untuk terus mengembangkan potensi dirinya. Dalam wawancara, guru BK menyatakan bahwa banyak siswa yang mengalami penurunan motivasi

belajar karena merasa terbebani dengan rutinitas akademik di lingkungan asrama. Untuk mengatasi hal tersebut, guru BK menerapkan strategi motivasi melalui pendekatan personal dengan memberikan penghargaan atas kemajuan kecil yang dicapai siswa. Guru BK juga menggunakan metode reflektif dengan menanamkan kesadaran bahwa belajar bukan hanya kewajiban akademik, tetapi juga bagian dari ibadah dan pengembangan diri. Strategi ini terbukti efektif dalam menumbuhkan kembali semangat belajar siswa dan membangun sikap optimis terhadap masa depan mereka.

Selain berperan sebagai konselor, fasilitator, dan motivator, guru BK juga berfungsi sebagai mediator yang membantu menyelesaikan konflik sosial antar siswa. Dalam kehidupan berasrama, konflik sosial sering kali muncul akibat perbedaan karakter dan latar belakang keluarga siswa. Berdasarkan hasil observasi, guru BK biasanya menangani konflik dengan pendekatan musyawarah, di mana siswa yang terlibat diberikan kesempatan untuk berbicara dan memahami sudut pandang masing-masing. Proses ini tidak hanya

menyelesaikan konflik, tetapi juga menumbuhkan kemampuan empati dan komunikasi interpersonal pada diri siswa. Pendekatan ini sesuai dengan prinsip konseling humanistik yang menekankan pentingnya pemahaman dan penerimaan diri serta orang lain sebagai dasar penyelesaian masalah (Corey, 2020).

Guru BK di Ma'had Al-Zaytun juga memainkan peran sebagai teladan atau role model bagi siswa. Dalam setiap interaksi, guru BK berusaha menampilkan sikap sabar, empati, dan berintegritas, sehingga menjadi figur panutan bagi siswa. Guru BK mencontohkan bagaimana cara menghadapi tekanan dengan tenang, bagaimana bersikap sopan dalam berkomunikasi, serta bagaimana menghargai perbedaan pendapat. Siswa yang melihat konsistensi perilaku positif dari guru BK cenderung meniru dan menerapkan nilai-nilai tersebut dalam keseharian mereka. Hal ini membuktikan bahwa bimbingan dan konseling tidak hanya berlangsung dalam ruang konseling formal, tetapi juga melalui keteladanan nyata dalam perilaku guru. Menurut penelitian terbaru oleh Wijayanti dan Rahmawati (2023), keteladanan guru memiliki

pengaruh signifikan terhadap pembentukan karakter positif dan stabilitas emosi siswa di sekolah dasar.

Dari hasil wawancara dengan guru BK, diperoleh informasi bahwa strategi yang diterapkan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa meliputi empat layanan utama, yaitu bimbingan pribadi, bimbingan sosial, bimbingan belajar, dan bimbingan karier. Dalam bimbingan pribadi, guru BK membantu siswa mengenali potensi diri dan mengatasi hambatan emosional seperti rasa takut, cemas, atau kurang percaya diri. Bimbingan sosial dilakukan untuk menumbuhkan kemampuan bekerja sama, menghargai teman, dan beradaptasi dengan lingkungan. Bimbingan belajar diarahkan untuk mengembangkan strategi belajar yang efektif dan meningkatkan motivasi akademik, sedangkan bimbingan karier diperkenalkan dalam bentuk pengenalan cita-cita dan potensi masa depan. Semua bentuk bimbingan tersebut dikemas secara fleksibel, baik melalui kegiatan kelompok maupun pendekatan individual. Guru BK berusaha untuk tidak menciptakan jarak antara dirinya

dan siswa, melainkan membangun komunikasi yang terbuka, hangat, dan penuh kepercayaan.

Faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis siswa dapat dibedakan menjadi dua kategori besar, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi aspek emosi, motivasi, kepercayaan diri, dan spiritualitas. Siswa dengan kestabilan emosi dan tingkat spiritualitas yang baik cenderung lebih mampu menghadapi tekanan akademik dan sosial. Sebaliknya, siswa dengan kontrol emosi yang lemah sering kali mengalami stres, mudah tersinggung, dan sulit fokus belajar. Faktor eksternal meliputi dukungan keluarga, lingkungan sekolah, hubungan sosial, dan kondisi ekonomi. Berdasarkan wawancara, siswa yang mendapatkan dukungan emosional dari keluarga, memiliki teman yang suportif, dan tinggal di lingkungan sekolah yang harmonis cenderung menunjukkan tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian Mulyani (2021) yang menyebutkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh langsung terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis anak usia sekolah dasar.

Guru BK di Ma'had Al-Zaytun mengintegrasikan nilai-nilai spiritual dalam kegiatan bimbingan. Pendekatan religius ini dianggap penting karena siswa di lingkungan madrasah berasrama hidup dalam sistem yang menekankan nilai moral dan spiritual dalam keseharian mereka. Dalam proses konseling, guru BK sering mengaitkan pembahasan permasalahan siswa dengan nilai-nilai Islam, seperti kesabaran, keikhlasan, dan tanggung jawab. Misalnya, ketika siswa mengalami kesulitan belajar atau konflik sosial, guru BK mengajak mereka untuk melakukan refleksi diri dan memaknai pengalaman tersebut sebagai bagian dari ujian yang dapat meningkatkan kedewasaan dan kedekatan kepada Allah SWT. Pendekatan spiritual ini membantu siswa untuk tidak hanya menyelesaikan masalah secara rasional, tetapi juga dengan kesadaran batin dan keyakinan religius. Menurut pandangan Al-Qur'an dalam surah Ar-Ra'd ayat 28, ketenangan hati hanya dapat diperoleh dengan mengingat Allah, yang berarti bahwa aspek spiritual memiliki peranan besar dalam

menjaga kesejahteraan psikologis individu.

Hasil observasi juga menunjukkan bahwa kegiatan bimbingan di Ma'had Al-Zaytun tidak selalu dilakukan dalam bentuk formal di ruang konseling, melainkan sering dilakukan melalui interaksi informal seperti kegiatan keagamaan, kerja kelompok, atau pembiasaan harian. Misalnya, dalam kegiatan shalat berjamaah, guru BK memanfaatkan momen tersebut untuk memberikan arahan moral dan motivasi kepada siswa agar senantiasa bersyukur dan menjaga hubungan baik dengan sesama. Interaksi semacam ini menciptakan kedekatan emosional antara guru dan siswa, sekaligus memperkuat dimensi spiritual kesejahteraan psikologis siswa. Model pendekatan seperti ini sejalan dengan konsep pendidikan karakter berbasis Islam yang menekankan keseimbangan antara akal, hati, dan tindakan.

Dalam pembahasan hasil penelitian, terlihat bahwa seluruh peran yang dijalankan oleh guru BK di Ma'had Al-Zaytun memiliki kontribusi nyata terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis siswa. Ketika guru BK menjalankan perannya

dengan empati, konsistensi, dan keteladanan, siswa merasakan rasa aman, dihargai, dan diterima. Kondisi ini menjadi dasar terbentuknya kesejahteraan psikologis yang sehat. Selain itu, integrasi antara pendekatan psikologis dan nilai-nilai keagamaan menjadikan bimbingan di madrasah ini lebih menyentuh aspek batiniah siswa. Hal ini sejalan dengan temuan Fitriyani dan Rahman (2022) yang menyatakan bahwa pendidikan Islam memiliki potensi besar dalam membentuk kesejahteraan psikologis siswa melalui penguatan spiritualitas dan nilai-nilai moral.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis siswa di Ma'had Al-Zaytun tidak hanya ditentukan oleh faktor individu, tetapi juga oleh kualitas hubungan interpersonal dan sistem dukungan sosial di lingkungan sekolah. Guru BK memainkan peran penting sebagai penghubung antara kebutuhan siswa dan kebijakan sekolah. Dengan strategi yang terarah, pendekatan empatik, dan landasan spiritual yang kuat, guru BK mampu membimbing siswa untuk menjadi individu yang seimbang secara emosional, sosial, dan spiritual. Hal ini sekaligus

mempertegas pentingnya keberadaan guru BK profesional di setiap satuan pendidikan dasar Islam agar proses pembinaan peserta didik berjalan secara utuh dan berkesinambungan.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa guru Bimbingan dan Konseling (BK) memiliki peran yang sangat penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa kelas V di Madrasah Ibtidaiyah Ma'had Al-Zaytun. Peran guru BK tidak hanya terbatas pada memberikan layanan konseling individual, tetapi juga mencakup fungsi sebagai konselor, fasilitator, motivator, mediator, dan teladan. Melalui fungsi-fungsi tersebut, guru BK mampu membantu siswa mengenali potensi diri, mengelola emosi, serta menumbuhkan semangat belajar dan kemampuan sosial yang positif. Guru BK juga berperan dalam menciptakan lingkungan belajar yang kondusif, memperkuat nilai-nilai spiritual, serta membantu siswa menyesuaikan diri dengan kehidupan berasrama yang menuntut kedisiplinan dan tanggung jawab tinggi.

Strategi yang digunakan oleh guru BK dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa meliputi bimbingan pribadi, sosial, belajar, dan karier, yang dilaksanakan melalui pendekatan individual maupun kelompok. Pendekatan yang digunakan bersifat humanistik, empatik, dan religius, sehingga mampu menyentuh aspek emosional dan spiritual siswa secara menyeluruh. Faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis siswa terbagi menjadi dua, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi emosi, motivasi, kepercayaan diri, dan spiritualitas, sedangkan faktor eksternal meliputi dukungan keluarga, lingkungan sekolah, hubungan sosial, dan kondisi ekonomi. Kombinasi kedua faktor tersebut memengaruhi sejauh mana siswa mampu mencapai keseimbangan psikologis dan keberhasilan dalam proses belajar.

Secara umum, penelitian ini menegaskan bahwa kesejahteraan psikologis siswa tidak hanya bergantung pada kemampuan individu, tetapi juga pada peran aktif guru BK dan sistem pendidikan yang mendukung. Guru BK menjadi figur penting dalam membantu siswa

memahami diri, mengembangkan potensi, serta menghadapi tantangan akademik dan sosial dengan cara yang sehat dan konstruktif. Oleh karena itu, disarankan agar setiap lembaga pendidikan dasar, khususnya madrasah berasrama, memiliki tenaga guru BK profesional yang dapat menjalankan tugasnya secara berkelanjutan dan terprogram. Sekolah juga perlu memberikan dukungan kebijakan dan fasilitas yang memadai agar layanan bimbingan dan konseling dapat berjalan optimal. Dengan demikian, kesejahteraan psikologis siswa dapat terjaga dan berkembang sejalan dengan tujuan pendidikan Islam, yakni mencetak insan yang berilmu, beriman, dan berakhlakul karimah.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, S., & Nasution, A. (2023). Pengaruh kesejahteraan psikologis terhadap motivasi belajar siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 8(2), 120–131.
- Aprillia, R., & Rizal, M. (2023). Permasalahan motivasi belajar siswa dan peran guru BK dalam penyelesaiannya. *Jurnal Konseling Pendidikan*, 7(1), 33–45.
- Corey, G. (2020). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (10th ed.). Cengage Learning.
- Fitriyani, L., & Rahman, N. (2022). Integrasi nilai-nilai Islam dalam bimbingan dan konseling di sekolah dasar Islam terpadu. *Jurnal Ilmu Pendidikan Islam*, 13(1), 55–67.
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis: An expanded sourcebook* (2nd ed.). Sage Publications.
- Mulyani, S. (2021). Dukungan sosial keluarga dan kesejahteraan psikologis siswa sekolah dasar. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 10(3), 221–234.
- Ningsih, E., & Lestari, R. (2022). Lingkungan belajar positif dan kesejahteraan psikologis siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 12(2), 178–189.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
- Syarifah, R., & Misbah, M. (2024). Bimbingan konseling berbasis nilai keislaman di madrasah ibtidaiyah. *Jurnal Ilmu Pendidikan Islam*, 12(1), 45–57.
- Wijayanti, D., & Rahmawati, L. (2023). Keteladanan guru dan pengaruhnya terhadap karakter siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 8(4), 233–246.