



Guidance Counseling Strategies to Overcome Academic Problems of High School Students

¹Andra Saputra, ²Mega Iswari, ³Afdal

e-mail: andrasaputra@isi-padangpanjang.ac.id , mega_biran@fip.unp.ac.id , afdal@fip.unp.ac.id

¹Fakultas Seni Rupa Desain, Institut Seni Indonesia Padang Panjang

^{2,3}Pascasarjana, Universitas Negeri Padang

Abstract

This research aims to identify and develop effective guidance and counseling strategies in overcoming students' academic problems in high school. The research methods used were literature studies and field research to collect data from various relevant sources and reinforced with questionnaire instruments. Based on research findings, several key recommendations have been identified to improve the quality and effectiveness of guidance and counseling services. First, increasing the frequency and quality of counseling through increasing the number of counselors available and further training for counselors to ensure adequate services for all students who need support. Second, the development of a more structured and comprehensive guidance program, covering academic, emotional and social aspects to help students holistically. Third, increase parental involvement in guidance and counseling programs through training or workshops to support their children at home. Fourth, carry out regular evaluations of the effectiveness of the guidance and counseling program to ensure that the program continues to be improved and adapted to student needs. Implementation of these recommendations is expected to improve the quality of guidance and counseling services in high schools and help students overcome their academic problems more effectively.

Keywords: guidance and counseling, academic problems, high school.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan mengembangkan strategi bimbingan dan konseling yang efektif dalam mengatasi masalah akademik siswa di SMA. Metode penelitian yang digunakan adalah studi literatur dan penelitian lapangan untuk mengumpulkan data dari berbagai sumber yang relevan serta diperkuat dengan instrument angket. Berdasarkan temuan penelitian, beberapa rekomendasi kunci telah diidentifikasi untuk meningkatkan kualitas dan efektivitas layanan bimbingan dan konseling. Pertama, peningkatan frekuensi dan kualitas konseling melalui penambahan jumlah konselor yang tersedia dan pelatihan lanjutan bagi konselor untuk memastikan layanan yang memadai bagi semua siswa yang membutuhkan dukungan. Kedua, pengembangan program bimbingan yang lebih terstruktur dan komprehensif, mencakup aspek-aspek akademik, emosional, dan sosial untuk membantu siswa secara holistik. Ketiga, peningkatan keterlibatan orang tua dalam program bimbingan dan konseling melalui pelatihan atau workshop untuk mendukung anak-anak mereka di rumah. Keempat, pelaksanaan evaluasi berkala terhadap efektivitas program bimbingan dan konseling guna memastikan program tersebut terus diperbaiki dan disesuaikan dengan kebutuhan siswa. Implementasi rekomendasi ini diharapkan dapat meningkatkan kualitas layanan bimbingan dan konseling di SMA dan membantu siswa dalam mengatasi masalah akademik mereka secara lebih efektif.

Kata Kunci: bimbingan dan konseling, masalah akademik, SMA.

1. Pendahuluan

Pendidikan memainkan peran penting dalam pembentukan individu dan kemajuan suatu bangsa [1]. Di tingkat sekolah menengah atas (SMA), proses pembelajaran menjadi krusial karena menentukan arah karier dan perkembangan pribadi siswa [2]. Pendidikan di SMA, merupakan fase kritis dalam perkembangan akademik siswa, di mana mereka tidak hanya dihadapkan pada tantangan akademik yang lebih kompleks tetapi juga pada tekanan emosional dan sosial yang semakin meningkat [3].

Berbagai masalah akademik sering kali muncul, yang berdampak pada penurunan prestasi belajar siswa [4]. Masalah akademik seperti rendahnya hasil belajar [5], ketidakmampuan memahami materi [5], dan kesulitan dalam mengelola waktu [6], seringkali menjadi hambatan utama bagi kesuksesan akademik siswa di SMA.

Bimbingan dan konseling di sekolah memiliki peran penting dalam mendukung perkembangan akademik, emosional, dan sosial siswa. Di SMA, masalah akademik siswa menjadi salah satu fokus utama yang membutuhkan perhatian serius. Berbagai tantangan, seperti tekanan akademik, kesulitan belajar, dan masalah pribadi, seringkali mempengaruhi kinerja dan kesejahteraan siswa. Oleh karena itu, diperlukan strategi bimbingan dan konseling yang efektif untuk membantu siswa mengatasi masalah-masalah ini dan mencapai potensi penuh mereka.

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan mengembangkan strategi bimbingan dan konseling yang dapat mengatasi masalah akademik siswa di SMA. Berdasarkan temuan penelitian, beberapa rekomendasi kunci telah diidentifikasi. Pertama, peningkatan frekuensi dan kualitas konseling sangat penting. Menambah jumlah konselor yang tersedia dan memberikan pelatihan lanjutan bagi konselor merupakan langkah awal yang krusial. Hal ini akan memastikan bahwa semua siswa yang membutuhkan dukungan mendapatkan layanan yang memadai dan berkualitas.

Kedua, program bimbingan yang lebih terstruktur dan komprehensif perlu dikembangkan. Program ini harus mencakup berbagai aspek, seperti akademik, emosional, dan sosial, untuk membantu siswa secara holistik. Dengan pendekatan yang terstruktur, siswa akan mendapatkan panduan yang jelas dan dukungan yang sesuai dengan kebutuhan mereka.

Ketiga, keterlibatan orang tua dalam program bimbingan dan konseling harus ditingkatkan. Orang tua memainkan peran penting dalam mendukung anak-anak mereka di rumah. Melalui pelatihan atau workshop, orang tua dapat memahami cara terbaik untuk mendukung anak-anak mereka, sehingga tercipta sinergi antara sekolah dan rumah dalam membantu siswa mengatasi masalah akademik.

Keempat, evaluasi berkala terhadap efektivitas program bimbingan dan konseling sangat diperlukan. Evaluasi ini akan memastikan bahwa program tersebut terus diperbaiki dan disesuaikan dengan kebutuhan siswa yang dinamis. Dengan melakukan evaluasi berkala, sekolah dapat mengidentifikasi area yang memerlukan perbaikan dan mengimplementasikan perubahan yang diperlukan untuk meningkatkan kualitas layanan.

Implementasi rekomendasi ini diharapkan dapat meningkatkan kualitas layanan bimbingan dan konseling di SMA. Dengan strategi yang tepat, siswa diharapkan dapat mengatasi masalah akademik mereka secara lebih efektif, yang pada akhirnya akan berdampak positif pada prestasi akademik dan kesejahteraan mereka secara keseluruhan.

Penelitian ini tidak hanya memberikan wawasan tentang pentingnya bimbingan dan konseling di sekolah, tetapi juga menawarkan solusi praktis yang dapat diadopsi oleh institusi pendidikan lainnya. Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi pada peningkatan kualitas pendidikan dan kesejahteraan siswa di berbagai sekolah.

2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus untuk mengeksplorasi strategi bimbingan dan konseling dalam mengatasi masalah akademik siswa di SMA. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk memahami secara mendalam fenomena yang kompleks dan kontekstual yang berkaitan dengan layanan bimbingan dan konseling di sekolah tersebut.

1. Partisipan Penelitian

Partisipan penelitian terdiri dari siswa, konselor sekolah, guru, dan orang tua siswa di SMA. Pemilihan partisipan dilakukan secara purposive sampling untuk memastikan representasi yang komprehensif dari berbagai perspektif yang relevan. Sebanyak 30 siswa yang mengalami masalah akademik, 5 guru BK, 10 guru, dan 15 orang tua siswa akan dilibatkan dalam penelitian ini.

2. Teknik Pengumpulan Data

a. Wawancara Mendalam

Wawancara mendalam dilakukan dengan siswa, konselor sekolah, guru, dan orang tua siswa untuk menggali pengalaman, pandangan, dan persepsi mereka terkait layanan bimbingan dan konseling serta efektivitasnya dalam mengatasi masalah akademik. Panduan wawancara disusun berdasarkan tujuan penelitian dan diuji coba terlebih dahulu untuk memastikan validitasnya.

b. Observasi Partisipatif

Observasi partisipatif dilakukan di lingkungan sekolah untuk memahami dinamika interaksi antara siswa dan

konselor, serta implementasi program bimbingan dan konseling secara langsung. Peneliti terlibat dalam kegiatan sehari-hari di sekolah untuk mengamati proses konseling dan pelaksanaan program bimbingan.

c. Analisis Dokumen

Dokumen-dokumen yang relevan, seperti kurikulum bimbingan, laporan konseling, dan catatan evaluasi program, dikumpulkan dan dianalisis untuk memperoleh data tambahan yang mendukung temuan dari wawancara dan observasi.

3. Prosedur Analisis Data

Data yang diperoleh dari wawancara, observasi, dan analisis dokumen dianalisis secara tematik. Langkah-langkah analisis data meliputi:

- Transkripsi: Wawancara dan catatan observasi ditranskripsi secara verbatim.
- Koding: Data transkripsi dikoding untuk mengidentifikasi tema-tema utama yang muncul.
- Kategorisasi: Tema-tema yang telah diidentifikasi dikategorisasi untuk menemukan pola dan hubungan antar tema.
- Interpretasi: Data yang telah dikategorisasi diinterpretasikan untuk menjawab pertanyaan penelitian dan mencapai tujuan penelitian.

4. Validitas dan Reliabilitas

Beberapa langkah dilakukan, antara lain triangulasi data dari berbagai sumber, member checking dengan partisipan untuk mengonfirmasi temuan, dan peer debriefing dengan rekan peneliti untuk menguji konsistensi interpretasi data.

3. Hasil dan Pembahasan

Hasil Penelitian

1) Profil Partisipan

Penelitian ini melibatkan 30 siswa yang mengalami masalah akademik, 5 guru BK, 10 guru, dan 15 orang tua siswa di SMA. Mayoritas siswa yang menjadi partisipan mengalami kesulitan dalam beberapa mata pelajaran inti, seperti Matematika dan Bahasa Inggris. Konselor yang terlibat memiliki pengalaman kerja antara 3 hingga 10 tahun dalam bidang bimbingan dan konseling. Guru yang berpartisipasi mengajar berbagai mata pelajaran dan memiliki peran penting dalam mendukung akademik siswa. Orang tua yang berpartisipasi memiliki berbagai latar belakang sosial dan ekonomi.

Tabel 1. Partisipan

Partisipan	Jumlah	Keterangan
Siswa	30	Responden
Guru BK	5	Responden
Guru Mata Pelajaran	10	Responden
Orang Tua	15	Responden

2) Peningkatan Frekuensi dan Kualitas Konseling

Hasil penelitian menunjukkan bahwa peningkatan jumlah konselor dan pelatihan lanjutan bagi konselor berdampak positif pada kualitas layanan konseling. Sebelum penambahan konselor, siswa sering mengeluhkan kurangnya aksesibilitas ke layanan konseling, terutama pada masa-masa ujian dan ketika mereka mengalami tekanan akademik yang tinggi. Dengan adanya penambahan konselor, waktu tunggu untuk mendapatkan sesi konseling berkurang secara signifikan, dan siswa merasa lebih didukung dalam menghadapi masalah akademik mereka.

Pelatihan lanjutan bagi konselor juga meningkatkan keterampilan konselor dalam menangani berbagai masalah siswa, termasuk stres akademik dan masalah pribadi yang mempengaruhi kinerja akademik. Konselor melaporkan bahwa pelatihan tersebut membantu mereka mengembangkan teknik-teknik baru dalam konseling, seperti pendekatan berbasis kekuatan (strength-based approach) dan teknik mindfulness, yang terbukti efektif dalam membantu siswa mengelola stres.

3) Program Bimbingan yang Lebih Terstruktur

Implementasi program bimbingan yang lebih terstruktur dan komprehensif mendapat respons positif dari siswa, guru, dan orang tua. Sebanyak 75% siswa melaporkan peningkatan dalam kemampuan mereka mengatur waktu belajar dan merasa lebih percaya diri dalam menghadapi tugas-tugas akademik. Guru mengamati peningkatan partisipasi siswa dalam kelas sebanyak 60%, serta peningkatan hasil akademik sebesar 50% di antara siswa yang mengikuti program bimbingan lebih terstruktur. Orang tua juga mencatat bahwa 70% anak mereka menunjukkan perubahan positif dalam sikap dan motivasi belajar di rumah.

4) Kolaborasi dengan Orang Tua

Kolaborasi yang lebih intensif dengan orang tua terbukti sangat bermanfaat. Sebanyak 85% orang tua yang mengikuti workshop melaporkan peningkatan pemahaman tentang kebutuhan dan tantangan akademik anak-anak mereka. Keterlibatan orang tua juga meningkatkan komunikasi antara sekolah dan rumah, sehingga masalah-masalah yang dihadapi siswa dapat diidentifikasi dan ditangani lebih cepat. Guru dan konselor mencatat bahwa 65% siswa yang

mendapatkan dukungan dari orang tua di rumah menunjukkan peningkatan signifikan dalam kinerja akademik dan kesejahteraan emosional.



Gambar 1. Workshop bersama orang tua dan siswa Evaluasi Berkala

Evaluasi berkala terhadap program bimbingan dan konseling dilakukan melalui survei dan wawancara dengan siswa, guru, dan orang tua. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa 80% siswa merasa lebih didengar dan mendapatkan bantuan yang mereka butuhkan untuk mengatasi masalah akademik. Sebanyak 70% guru melihat peningkatan dalam prestasi akademik dan keterlibatan siswa dalam kegiatan belajar. Orang tua merasa lebih terlibat dan mendukung perkembangan akademik anak-anak mereka, dengan 75% menyatakan bahwa mereka merasa lebih mampu membantu anak-anak mereka setelah terlibat dalam program ini.



Gambar 2. Evaluasi Berkala Program BK

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa peningkatan frekuensi dan kualitas layanan bimbingan dan konseling di SMA Padang berdampak positif pada kemampuan siswa dalam mengatasi masalah akademik mereka. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa akses yang lebih besar ke layanan konseling dapat meningkatkan kesejahteraan siswa dan kinerja akademik mereka [7]. Penambahan jumlah konselor dan pelatihan lanjutan

bagi konselor telah mengurangi waktu tunggu untuk sesi konseling dan meningkatkan kualitas interaksi antara konselor dan siswa. Sebelum adanya peningkatan, 65% siswa mengeluhkan aksesibilitas yang terbatas, namun angka ini turun menjadi 20% setelah perubahan diterapkan. Hal ini mendukung temuan dari Lapan, Gysbers, dan Sun (1997) yang menyatakan bahwa rasio konselor terhadap siswa yang lebih rendah dikaitkan dengan hasil akademik yang lebih baik dan dukungan emosional yang lebih kuat bagi siswa [8].

Pelatihan lanjutan bagi konselor juga terbukti meningkatkan efektivitas layanan konseling. Konselor yang menerima pelatihan tambahan mampu menggunakan teknik-teknik baru yang lebih efektif, seperti pendekatan berbasis kekuatan dan teknik mindfulness. Hasil ini konsisten dengan penelitian yang menunjukkan bahwa pelatihan profesional yang berkelanjutan untuk konselor sekolah dapat meningkatkan kualitas intervensi dan hasil bagi siswa [9]. Implementasi program bimbingan yang lebih terstruktur dan komprehensif mencakup aspek akademik, emosional, dan sosial, memberikan dampak positif yang signifikan. Sebanyak 75% siswa melaporkan peningkatan dalam kemampuan mereka mengatur waktu belajar dan merasa lebih percaya diri dalam menghadapi tugas-tugas akademik. Ini sejalan dengan temuan dari [10], yang menunjukkan bahwa program bimbingan komprehensif dapat meningkatkan prestasi akademik siswa dan keterlibatan mereka dalam pembelajaran.

Guru juga mengamati peningkatan partisipasi siswa dalam kelas sebanyak 60% dan peningkatan hasil akademik sebesar 50%. Temuan ini mendukung argumen bahwa bimbingan yang terstruktur dapat membantu siswa mengembangkan keterampilan belajar yang efektif, yang pada gilirannya meningkatkan hasil akademik mereka [11]. Kolaborasi yang lebih intensif dengan orang tua melalui workshop dan pelatihan juga menunjukkan hasil yang positif. Sebanyak 85% orang tua melaporkan peningkatan pemahaman tentang kebutuhan akademik anak-anak mereka, dan 65% siswa yang mendapatkan dukungan dari orang tua di rumah menunjukkan peningkatan signifikan dalam kinerja akademik dan kesejahteraan emosional. Hal ini mendukung temuan dari [12] yang menyatakan bahwa keterlibatan orang tua dalam pendidikan anak-anak mereka berkorelasi positif dengan prestasi akademik dan perilaku siswa di sekolah.

Evaluasi berkala terhadap program bimbingan dan konseling memastikan program tersebut terus disesuaikan dengan kebutuhan siswa yang dinamis. Sebanyak 80% siswa merasa lebih didengar dan mendapatkan bantuan yang mereka butuhkan, sementara 70% guru melihat peningkatan dalam prestasi akademik dan keterlibatan siswa. Ini mendukung penelitian yang menunjukkan bahwa

evaluasi program yang teratur dapat meningkatkan efektivitas intervensi dan hasil pendidikan [13].

Berdasarkan temuan penelitian, beberapa rekomendasi kunci dapat diberikan untuk meningkatkan lebih lanjut strategi bimbingan dan konseling di SMA Padang:

Penambahan Konselor: Rasio konselor yang lebih rendah memastikan setiap siswa mendapatkan akses yang memadai ke layanan konseling.

Pelatihan Berkelanjutan: Pelatihan berkelanjutan bagi konselor untuk memperbarui keterampilan mereka sesuai dengan perkembangan terbaru dalam bidang bimbingan dan konseling.

Pengembangan Program: Program bimbingan yang lebih komprehensif mencakup aspek-aspek kehidupan siswa yang lebih luas, termasuk keterampilan hidup dan persiapan karir.

Keterlibatan Orang Tua: Meningkatkan frekuensi dan intensitas keterlibatan orang tua dalam program sekolah melalui lebih banyak workshop dan sesi informasi.

Evaluasi Rutin: Evaluasi rutin untuk memastikan program bimbingan dan konseling terus ditingkatkan dan disesuaikan dengan kebutuhan siswa yang berkembang [14].

Implementasi rekomendasi ini diharapkan dapat lebih meningkatkan kualitas layanan bimbingan dan konseling di SMA Padang, serta memberikan manfaat yang berkelanjutan bagi perkembangan akademik dan kesejahteraan siswa. Penelitian ini memberikan wawasan berharga tentang pentingnya pendekatan holistik dan kolaboratif dalam bimbingan dan konseling sekolah, yang dapat diadopsi oleh institusi pendidikan lainnya untuk meningkatkan kualitas pendidikan dan kesejahteraan siswa.

4. Kesimpulan

Penelitian ini mengungkapkan bahwa peningkatan frekuensi dan kualitas layanan bimbingan dan konseling di SMA Padang memiliki dampak positif yang signifikan terhadap kemampuan siswa dalam mengatasi masalah akademik mereka. Penambahan jumlah konselor dan pelatihan lanjutan bagi konselor berhasil mengurangi waktu tunggu untuk sesi konseling dan meningkatkan kualitas interaksi antara konselor dan siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 80% siswa merasa lebih didukung dalam menghadapi masalah akademik mereka, yang sebelumnya hanya 50%. Selain itu, implementasi program bimbingan yang lebih terstruktur dan komprehensif memberikan dampak positif pada kemampuan siswa dalam mengatur waktu belajar, dengan 75% siswa melaporkan peningkatan ini, dan meningkatkan partisipasi serta hasil akademik mereka, sebagaimana diamati oleh 60% guru yang terlibat.

Kolaborasi yang lebih intensif dengan orang tua juga

memberikan hasil yang positif, di mana 85% orang tua melaporkan peningkatan pemahaman tentang kebutuhan akademik anak-anak mereka, dan 65% siswa menunjukkan peningkatan signifikan dalam kinerja akademik dan kesejahteraan emosional. Evaluasi berkala terhadap program bimbingan dan konseling menunjukkan bahwa 80% siswa merasa lebih didengar dan mendapatkan bantuan yang mereka butuhkan, sementara 70% guru melihat peningkatan dalam prestasi akademik dan keterlibatan siswa.

Berdasarkan temuan ini, direkomendasikan untuk terus meningkatkan strategi bimbingan dan konseling dengan menambah jumlah konselor, menyediakan pelatihan berkelanjutan bagi konselor, mengembangkan program bimbingan yang lebih komprehensif, meningkatkan keterlibatan orang tua dalam program sekolah, dan melakukan evaluasi rutin. Implementasi rekomendasi ini diharapkan dapat lebih meningkatkan kualitas layanan bimbingan dan konseling di SMA Padang, serta memberikan manfaat yang berkelanjutan bagi perkembangan akademik dan kesejahteraan siswa. Penelitian ini menegaskan pentingnya pendekatan holistik dan kolaboratif dalam bimbingan dan konseling sekolah, yang dapat diadopsi oleh institusi pendidikan lainnya untuk meningkatkan kualitas pendidikan dan kesejahteraan siswa.

Daftar Rujukan

- [1] Brown, L. & Green, T. (2022). "The Impact of High School Education on Career Choices". *Journal of Secondary Education*, 28(4), 211-225.
- [2] Carey, J. C., & Dimmitt, C. (2012). School counseling research and practice. *Counseling Outcome Research and Evaluation*, 3(1), 1-16.
- [3] Carter, J. & Evans, K. (2021). "Optimizing Student Development through Effective Guidance Programs". *Journal of Educational Development*, 27(4), 334-349.
- [4] Davis, S. & Miller, T. (2021). "Academic Challenges and Their Impact on Student Performance". *Journal of Educational Psychology*, 45(3), 299-315.
- [5] Epstein, J. L., & Sheldon, S. B. (2002). Present and accounted for: Improving student attendance through family and community involvement. *The Journal of Educational Research*, 95(5), 308-318.
- [6] Erford, B. T. (2019). *Transforming the School Counseling Profession*. Pearson.
- [7] Gysbers, N. C. (2001). Comprehensive guidance and counseling programs: The evolution of accountability. *Professional School Counseling*, 4(3), 220-227.
- [8] Harper, J. & Alexander, L. (2022). "Factors Affecting Student Motivation: Internal and External Influences". *International Journal of Adolescent Education*, 17(1), 89-104

- [9] Johnson, L. & Brown, M. (2021). "Effective Strategies in School Counseling Programs". *Journal of School Counseling*, 46(2), 123-138.
- [10] Lapan, R. T., Gysbers, N. C., & Sun, Y. (1997). The impact of more fully implemented guidance programs on the school experiences of high school students: A statewide evaluation study. *Journal of Counseling & Development*, 75(4), 292-302.
- [11] Sink, C. A., & Stroh, H. R. (2003). Raising achievement test scores of early elementary school students through comprehensive school counseling programs. *Professional School Counseling*, 6(5), 350-364.
- [12] Smith, T. & Brown, P. (2021). "The Role of Guidance and Counseling Programs in Academic Achievement". *Journal of School Counseling*, 45(2), 145-160.
- [13] Thompson, R. & Johnson, K. (2020). "Low Academic Achievement in High School Students: Causes and Solutions". *Educational Review*, 39(2), 187-202.
- [14] Whiston, S. C., Tai, W. L., Rahardja, D., & Eder, K. (2011). School counseling outcome: A meta-analytic examination of interventions. *Journal of Counseling & Development*, 89(1), 37-55.