

Pemberdayaan Konselor Sebaya melalui Edukasi Interpersonal untuk Mengatasi Permasalahan Sosial Remaja di SMA Negeri 1 Gurah

Lismi Animatul Chisbiyah*, Nunung Nurjanah, Widiyanti, Muhammad Idris Effendi,
Dhea Arin Maulida, Aftina Ni'Ma Rosyada, Lutfi Subekti
Universitas Negeri Malang, Malang, Indonesia

*Corresponding Author: lismi.chisbiyah@um.ac.id

Dikirim: 01-07-2026; Direvisi: 13-07-2026; Diterima: 15-07-2026

Abstrak: Artikel ini menyajikan hasil kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) yang dilaksanakan di SMAN 1 Gurah Kediri dengan sasaran utama guru Bimbingan dan Konseling (BK), pengurus dan anggota Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R), serta konselor sebaya. Survei awal menunjukkan bahwa sekitar 40% siswa mengalami stres dan kecemasan, sementara 25% mengalami tekanan emosional yang memengaruhi proses belajar dan hubungan sosial. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan kapasitas konselor sebaya dalam komunikasi interpersonal dan konseling dasar, mengembangkan sistem mentoring terstruktur antara guru BK dan konselor sebaya, mengurangi stigma terhadap layanan konseling, serta memperkuat sistem dukungan sosial sekolah. Metode yang digunakan meliputi analisis kebutuhan, penyusunan modul pelatihan, pelatihan edukasi interpersonal, pendampingan mentoring, kampanye edukasi, serta monitoring dan evaluasi. Hasil program menunjukkan peningkatan rata-rata kompetensi konselor sebaya sebesar 44,4% berdasarkan hasil pre-test dan post-test, dengan peningkatan tertinggi pada penanganan krisis ringan (51,7%). Persepsi positif siswa terhadap layanan konseling meningkat signifikan, ditandai dengan kenaikan kesediaan mengunjungi ruang BK dari 34,2% menjadi 71,8%. Program ini berkontribusi pada pencapaian SDGs 3 (Kesehatan yang Baik), SDGs 4 (Pendidikan Berkualitas), dan SDGs 17 (Kemitraan untuk Tujuan), serta menghasilkan modul pelatihan dan panduan mentoring yang dapat direplikasi di sekolah lain.

Kata Kunci: konselor sebaya; edukasi interpersonal; PIK-R; bimbingan dan konseling; kesehatan mental remaja.

Abstract: This article presents the results of a Community Service Program (PkM) conducted at SMAN 1 Gurah Kediri, targeting Guidance and Counseling (BK) teachers, members and administrators of the Youth Information and Counseling Center (PIK-R), and peer counselors. The initial survey revealed that approximately 40% of students experienced stress and anxiety, while 25% suffered from emotional distress that affected their learning process and social relationships. The program aimed to enhance the capacity of peer counselors in interpersonal communication and basic counseling skills, develop a structured mentoring system between BK teachers and peer counselors, reduce the stigma associated with counseling services, and strengthen the school's social support system. The methods employed included needs assessment, development of training modules, interpersonal education training, mentoring assistance, educational campaigns, as well as monitoring and evaluation. The results demonstrated an average improvement of 44.4% in peer counselors' competencies based on pre-test and post-test scores, with the highest increase observed in basic crisis intervention skills (51.7%). Students' positive perceptions of counseling services also improved significantly, as indicated by the increase in their willingness to visit the counseling office from 34.2% to 71.8%. The program contributed to the achievement of SDG 3 (Good Health and Well-being), SDG 4 (Quality Education), and SDG 17

(Partnerships for the Goals), while producing a training module and mentoring guide that can be replicated in other schools.

Keywords: peer counselors; interpersonal education; Youth Information and Counseling Center (PIK-R); guidance and counseling; adolescent mental health.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode perkembangan yang penuh dinamika dan rentan terhadap berbagai permasalahan sosial-emosional. Tekanan akademik, konflik interpersonal, dan tuntutan lingkungan sosial yang terus berkembang menjadikan remaja sebagai kelompok yang membutuhkan perhatian khusus dari berbagai pihak, termasuk institusi pendidikan. Data global menunjukkan bahwa satu dari empat remaja mengalami gangguan kesehatan mental yang berdampak pada performa akademik dan kualitas hubungan sosial mereka (Herrmann et al., 2024). Di Indonesia, prevalensi masalah kesehatan mental remaja cenderung meningkat pascapandemi, dengan berbagai penelitian mengindikasikan peningkatan angka kecemasan dan depresi di kalangan pelajar (Hasanov, 2023; Luo et al., 2025).

Sekolah sebagai lingkungan sosial utama bagi remaja memiliki peran strategis dalam memberikan layanan dukungan emosional dan psikologis. Layanan Bimbingan dan Konseling (BK) di sekolah menjadi salah satu pilar penting dalam sistem perlindungan kesehatan mental siswa. Guru BK tidak hanya berperan sebagai konselor, tetapi juga sebagai fasilitator pengembangan karakter dan kompetensi sosial siswa (Zinurova & Tuzikov, 2023). Namun, keterbatasan rasio guru BK dengan jumlah siswa yang ada menjadikan layanan BK konvensional tidak mampu menjangkau seluruh kebutuhan siswa secara optimal. Menurut Permendikbud Nomor 111 Tahun 2014, rasio ideal antara konselor dengan siswa adalah 1:150, sementara di banyak sekolah rasio ini jauh melampaui angka tersebut.

Program konselor sebaya (*peer counseling*) hadir sebagai pendekatan komplementer yang terbukti efektif dalam menjangkau populasi remaja yang membutuhkan dukungan emosional. Konselor sebaya adalah siswa terlatih yang membantu teman-temannya menghadapi permasalahan ringan hingga sedang menggunakan keterampilan komunikasi interpersonal dan empati (Darussamin et al., 2023). Pendekatan ini didasari oleh teori Social Learning Bandura (1977) yang menekankan peran model sebaya dalam pembentukan perilaku, serta teori Helper Therapy yang menyatakan bahwa individu yang membantu orang lain justru mendapatkan manfaat psikologis yang setara dengan orang yang dibantu (Littell et al., 2021). Berbagai penelitian mengonfirmasi bahwa program peer counseling secara signifikan mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis siswa dan mengurangi perasaan isolasi sosial (Alqazzaz et al., 2023; Storm et al., 2025).

Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R) merupakan wadah kelembagaan yang dibentuk oleh Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) sebagai program pengembangan kehidupan remaja berbasis sekolah. PIK-R memiliki peran strategis dalam menyediakan informasi, konseling, dan dukungan teman sebaya bagi remaja terkait kesehatan reproduksi, pengembangan diri, perencanaan kehidupan, dan pencegahan perilaku berisiko (Winiarski et al., 2020). Keberadaan PIK-R di sekolah diharapkan dapat menjadi sistem peringatan dini sekaligus jaringan dukungan sosial yang responsif terhadap permasalahan yang dihadapi remaja.



SMAN 1 Gurah Kediri merupakan salah satu sekolah menengah atas yang telah memiliki program PIK-R aktif. Namun, berdasarkan hasil survei awal dan observasi yang dilakukan oleh tim pengabdian, ditemukan sejumlah permasalahan mendasar yang menghambat efektivitas layanan dukungan sosial di sekolah tersebut. Sekitar 40% siswa dilaporkan mengalami stres dan kecemasan yang memengaruhi performa akademik mereka, sementara 25% mengalami tekanan emosional yang berdampak pada kualitas hubungan sosial. Kondisi ini mencerminkan kebutuhan mendesak akan layanan dukungan sosial yang lebih komprehensif dan aksesibel bagi siswa.

Permasalahan pertama yang teridentifikasi adalah rendahnya kapasitas konselor sebaya dalam melakukan komunikasi interpersonal dan konseling dasar. Sebagian besar konselor sebaya belum mendapatkan pelatihan terstruktur mengenai teknik active listening, empati, dan keterampilan dasar konseling yang diperlukan untuk membantu teman-teman mereka secara efektif (Fenesy et al., 2019; Shilina et al., 2025). Kondisi ini menyebabkan peran konselor sebaya belum optimal dalam mendukung sistem kesehatan mental sekolah. Permasalahan kedua berkaitan dengan keterbatasan sistem mentoring antara guru BK dan konselor sebaya. Proses supervisi dan pendampingan yang tidak terstruktur mengakibatkan konselor sebaya tidak mendapatkan umpan balik yang memadai untuk meningkatkan kompetensi mereka secara berkelanjutan (Taylor et al., 2024; Zhang et al., 2021).

Permasalahan ketiga yang tidak kalah penting adalah masih kuatnya stigma negatif terhadap layanan konseling di kalangan siswa. Banyak siswa yang enggan memanfaatkan layanan BK atau berkonsultasi dengan konselor sebaya karena takut dianggap bermasalah atau lemah secara mental (Breslend et al., 2019; Hein et al., 2020). Stigma ini berdampak langsung pada rendahnya tingkat pemanfaatan layanan dukungan sosial yang tersedia di sekolah. Berbagai penelitian telah mengidentifikasi stigma sebagai penghalang utama akses terhadap layanan kesehatan mental di kalangan remaja (Afanasyeva et al., 2024; Savolainen et al., 2020).

Berdasarkan kajian teoretis dan analisis kondisi lapangan tersebut, kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dirancang untuk mengoptimalkan peran guru BK dan konselor sebaya melalui pendekatan edukasi interpersonal yang terstruktur dan berbasis kebutuhan. Program ini bertujuan: (1) meningkatkan kapasitas konselor sebaya dalam komunikasi interpersonal dan konseling dasar; (2) mengembangkan sistem mentoring terstruktur antara guru BK dan konselor sebaya; (3) mengurangi stigma terhadap layanan konseling sekolah; serta (4) memperkuat sistem dukungan sosial sekolah berbasis kolaborasi antara guru BK dan konselor sebaya. Program ini diharapkan dapat menjadi model intervensi yang replikatif dan berkelanjutan untuk mendukung kesehatan mental dan kesejahteraan sosial-emosional siswa di sekolah menengah atas.

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dilaksanakan di SMAN 1 Gurah Kediri, Kabupaten Kediri, Jawa Timur, pada 17 Juni 2026. Sekolah ini dipilih berdasarkan hasil pemetaan awal yang menunjukkan adanya kebutuhan nyata terkait penguatan kapasitas layanan bimbingan dan konseling, khususnya dalam pengembangan program konselor sebaya dan PIK-R. Sasaran kegiatan meliputi tiga kelompok, yaitu tiga orang guru Bimbingan dan Konseling (BK) yang dipilih secara



purposive karena bertugas sebagai fasilitator utama layanan konseling di sekolah; 25 pengurus dan anggota aktif PIK-R yang dipilih secara purposive berdasarkan keterlibatan aktif dalam program PIK-R; serta 20 konselor sebaya yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan rekomendasi guru BK dengan mempertimbangkan kemampuan komunikasi, tingkat kepercayaan dari teman sebaya, serta kesediaan mengikuti seluruh rangkaian kegiatan pelatihan dan pendampingan.

Pendekatan yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pendekatan partisipatif berbasis kebutuhan (*participatory needs-based approach*), yang menempatkan guru BK, konselor sebaya, dan siswa sebagai mitra aktif dalam seluruh tahapan perencanaan dan pelaksanaan program. Pendekatan ini sejalan dengan prinsip community-based participatory research yang menekankan pentingnya keterlibatan komunitas sasaran dalam mengidentifikasi masalah, merancang solusi, dan mengevaluasi hasil intervensi (Savolainen et al., 2021).

Pelaksanaan kegiatan dibagi menjadi tujuh tahapan sistematis. Tahap pertama adalah identifikasi masalah dan pemetaan kebutuhan, yang dilakukan melalui observasi langsung, wawancara mendalam dengan guru BK dan pembina PIK-R, serta penyebaran kuesioner kepada siswa untuk mengukur prevalensi masalah sosial-emosional dan tingkat pemanfaatan layanan konseling yang ada. Tahap kedua adalah pendekatan sosial dan koordinasi dengan mitra, yang mencakup pertemuan formal dengan kepala sekolah, guru BK, dan pembina PIK-R untuk menyepakati tujuan program, jadwal pelaksanaan, dan pembagian peran antara tim pengabdian dan pihak sekolah.

Tahap ketiga adalah penyusunan modul pelatihan edukasi interpersonal yang disesuaikan dengan konteks dan kebutuhan konselor sebaya di SMAN 1 Guruh. Modul ini dikembangkan berdasarkan kajian literatur terkini tentang komunikasi interpersonal, active listening, empati, teknik konseling dasar, dan manajemen kasus ringan. Tahap keempat adalah pelaksanaan pelatihan edukasi interpersonal selama dua hari penuh, yang diikuti oleh seluruh konselor sebaya dan pengurus PIK-R. Pelatihan menggunakan metode ceramah interaktif, demonstrasi, simulasi kasus, dan role play untuk memaksimalkan transfer kompetensi. Tahap kelima adalah implementasi mentoring dan pendampingan, yang dilaksanakan selama delapan minggu pasca-pelatihan melalui sesi supervisi reguler antara guru BK dan konselor sebaya. Tahap keenam adalah kampanye edukasi interpersonal untuk mengurangi stigma terhadap layanan konseling, yang dilakukan melalui seminar, penyebaran media kampanye, dan keterlibatan siswa dalam kegiatan sosialisasi. Tahap ketujuh adalah monitoring dan evaluasi untuk mengukur efektivitas program secara keseluruhan.

Instrumen evaluasi yang digunakan meliputi kuesioner pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan kompetensi konselor sebaya, kuesioner persepsi siswa terhadap layanan konseling yang diadaptasi dari *Counseling Stigma Scale* (Pathak & Roy, 2025), lembar observasi partisipasi selama pelatihan, serta pedoman wawancara mendalam untuk guru BK. Data kuantitatif dianalisis menggunakan uji Wilcoxon Signed-Rank Test untuk membandingkan hasil pre-test dan post-test, mengingat distribusi data yang tidak normal berdasarkan uji Shapiro-Wilk. Data kualitatif dari wawancara dan observasi dianalisis menggunakan pendekatan tematik (Pawestri, 2024). Indikator keberhasilan program ditetapkan sebagai peningkatan rata-rata skor kompetensi konselor sebaya minimal 30% dari nilai baseline, peningkatan persepsi



positif siswa terhadap layanan konseling minimal 25%, serta terbentuknya sistem mentoring terstruktur yang terdokumentasi dalam panduan mentoring sekolah.

Tabel 1. Indikator Instrumen Evaluasi Program

No.	Instrumen	Aspek yang Diukur	Indikator	Skala
1	Kuesioner Pre-test dan Post-test Kompetensi Konselor Sebaya	Kompetensi komunikasi interpersonal	Kemampuan membangun hubungan, komunikasi efektif, dan penyampaian respons	Likert 1–5
		Active listening	Kemampuan mendengarkan aktif, melakukan parafrase, klarifikasi, dan refleksi	Likert 1–5
		Empati	Kemampuan memahami dan merespons perasaan serta perspektif teman sebaya	Likert 1–5
		Keterampilan konseling dasar	Kemampuan melakukan pembukaan, eksplorasi masalah, dan penutupan konseling sederhana	Likert 1–5
		Penanganan krisis ringan	Kemampuan mengidentifikasi masalah, memberikan dukungan awal, dan menentukan kebutuhan rujukan	Likert 1–5
		Etika dan kerahasiaan	Pemahaman terhadap prinsip kerahasiaan, batasan peran, dan etika konseling sebaya	Likert 1–5
2	Kuesioner Persepsi Siswa terhadap Layanan Konseling (diadaptasi dari Counseling Stigma Scale)	Persepsi terhadap layanan BK	Kesediaan memanfaatkan layanan BK secara sukarela	Likert 1–5
		Kenyamanan	Kenyamanan berbicara dengan guru BK maupun konselor sebaya	Likert 1–5
		Stigma konseling	Pandangan bahwa konseling bukan merupakan tanda kelemahan atau masalah pribadi	Likert 1–5
		Kepercayaan terhadap layanan	Keyakinan bahwa layanan konseling dapat membantu menyelesaikan permasalahan	Likert 1–5
		Dukungan terhadap layanan	Kesediaan merekomendasikan layanan konseling kepada teman	Likert 1–5
		Pengetahuan layanan	Pemahaman mengenai prosedur dan alur layanan konseling di sekolah	Likert 1–5
3	Lembar Observasi	Partisipasi peserta	Keaktifan dalam diskusi, simulasi, role play, dan kerja kelompok	Skala penilaian 1–4
		Keterampilan praktik	Kemampuan menerapkan teknik komunikasi interpersonal dan konseling selama praktik	Skala penilaian 1–4
4	Pedoman Wawancara Guru BK	Efektivitas program	Persepsi terhadap peningkatan kompetensi konselor sebaya	Semi-terstruktur
		Implementasi mentoring	Efektivitas supervisi dan pendampingan yang dilakukan	Semi-terstruktur
		Keberlanjutan program	Komitmen sekolah dan peluang implementasi jangka panjang	Semi-terstruktur



IMPLEMENTASI KEGIATAN DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan secara bertahap sesuai dengan rancangan program yang telah disusun pada tahap perencanaan. Hasil kegiatan dipaparkan berdasarkan urutan pelaksanaan program, dimulai dari analisis kebutuhan dan pendekatan sosial, pelaksanaan pelatihan edukasi interpersonal bagi konselor sebaya, implementasi mentoring dan pendampingan, hingga evaluasi dampak program terhadap sistem dukungan sosial di sekolah. Setiap tahapan dianalisis untuk menunjukkan ketercapaian tujuan program serta dibahas dengan mengaitkan temuan lapangan terhadap hasil penelitian terdahulu yang relevan sehingga memberikan gambaran mengenai efektivitas pelaksanaan kegiatan secara komprehensif.

Analisis Kebutuhan dan Pendekatan Sosial

Tahap awal kegiatan pengabdian difokuskan pada penggalian data kebutuhan secara komprehensif melalui observasi langsung dan serangkaian diskusi mendalam dengan pemangku kepentingan utama di SMAN 1 Gurah Kediri. Observasi yang dilakukan selama tiga hari pertama mengungkapkan bahwa ruang BK di sekolah tersebut memiliki keterbatasan kunjungan volunter dari siswa, dengan mayoritas kunjungan bersifat reaktif atau atas perintah wali kelas. Hal ini mengindikasikan rendahnya kesadaran dan kenyamanan siswa dalam memanfaatkan layanan konseling secara proaktif sebagai bentuk perawatan kesehatan mental.

Diskusi terfokus (*focus group discussion*) bersama tiga guru BK dan dua pembina PIK-R mengidentifikasi tiga permasalahan utama yang saling berkaitan. Pertama, konselor sebaya yang ada belum memiliki keterampilan konseling dasar yang memadai, sehingga sering kali hanya mampu memberikan dukungan emosional informal tanpa panduan teknis yang terstruktur. Kedua, tidak terdapat mekanisme supervisi rutin antara guru BK dan konselor sebaya, sehingga kasus-kasus yang ditangani tidak terdokumentasi dengan baik dan tidak mendapatkan umpan balik profesional. Ketiga, program PIK-R yang telah berjalan masih bersifat administratif dan belum mampu menjangkau siswa yang mengalami permasalahan emosional secara aktif.

Kuesioner yang disebarakan kepada 380 siswa menghasilkan data yang mengkhawatirkan: sebanyak 40,3% siswa melaporkan mengalami gejala stres ringan hingga sedang yang memengaruhi konsentrasi belajar, dan 25,1% mengalami tekanan emosional yang berdampak pada kualitas hubungan pertemanan mereka. Lebih jauh, hanya 34,2% siswa yang menyatakan bersedia mengunjungi ruang BK secara sukarela, sementara 52,7% masih menganggap konseling sebagai indikasi kelemahan mental. Temuan ini selaras dengan penelitian Juniarti (2024) yang menemukan bahwa stigma terhadap layanan konseling sekolah masih menjadi hambatan signifikan di kalangan remaja Indonesia, khususnya siswa laki-laki.

Analisis kebutuhan ini juga mengungkapkan bahwa PIK-R yang telah berjalan selama dua tahun di SMAN 1 Gurah belum pernah mendapatkan pelatihan terstruktur dari tenaga profesional di luar sekolah. Kondisi ini menciptakan kesenjangan kompetensi yang nyata antara harapan peran konselor sebaya dengan kapasitas aktual yang mereka miliki. Kesenjangan inilah yang menjadi landasan utama perancangan program edukasi interpersonal yang komprehensif dalam kegiatan pengabdian ini.



Gambar 1. Pendekatan Sosial dan Koordinasi Program bersama Guru BK, Pembina PIK-R, dan Pihak Sekolah

Pelaksanaan Pelatihan Edukasi Interpersonal bagi Konselor Sebaya

Pelatihan edukasi interpersonal dilaksanakan pada tanggal 17 Juni 2026, bertempat di aula SMAN 1 Gurah Kediri. Pelatihan diikuti oleh 20 konselor sebaya dan 25 pengurus PIK-R yang telah diseleksi sebelumnya berdasarkan kriteria kompetensi komunikasi dan kepercayaan dari teman sebaya. Materi pelatihan disusun berdasarkan modul edukasi interpersonal yang dikembangkan oleh tim pengabdian dan telah divalidasi oleh pakar bimbingan dan konseling. Hari pertama pelatihan mencakup empat sesi utama: pengenalan dasar konseling sebaya dan etika kerahasiaan, keterampilan komunikasi interpersonal efektif, teknik active listening berbasis pendekatan person-centered, serta pemahaman dan praktik empati. Hari kedua difokuskan pada penerapan praktis melalui sesi konseling dasar, teknik penanganan krisis ringan, simulasi kasus nyata, dan role play yang disupervisi oleh pelatih.

Teknik active listening yang diajarkan meliputi keterampilan parafrasa (paraphrasing), refleksi perasaan, klarifikasi, dan summarizing yang merupakan komponen inti dari pendekatan konseling humanistik. Konselor sebaya juga dilatih untuk mengenali tanda-tanda masalah yang membutuhkan rujukan ke guru BK atau profesional kesehatan mental, sebagai bagian dari sistem triage konseling sekolah yang bertanggung jawab. Pelatihan empati menggunakan pendekatan yang dikembangkan oleh Baron-Cohen (2011), yang membedakan antara empati kognitif (kemampuan memahami perspektif orang lain) dan empati afektif (kemampuan merasakan emosi orang lain), keduanya penting dalam konteks konseling sebaya (Ariyanti & Iman, 2025).

Evaluasi formatif selama pelatihan menunjukkan antusiasme dan partisipasi aktif dari seluruh peserta. Sebanyak 94% peserta terlibat aktif dalam sesi simulasi dan role play, dengan umpan balik positif terhadap metode pembelajaran experiential yang digunakan. Pengukuran pre-test dilakukan sebelum pelatihan dimulai, sedangkan post-test dilakukan pada akhir hari kedua pelatihan. Hasil analisis menggunakan uji Wilcoxon Signed-Rank Test menunjukkan peningkatan yang signifikan secara statistik ($Z = -3,921$; $p < 0,001$) pada seluruh aspek kompetensi yang diukur.



Gambar 2. Pelaksanaan Pelatihan Edukasi Interpersonal bagi Konselor Sebaya SMAN 1 Gurah

Tabel 2. Hasil Pre-test dan Post-test Kompetensi Konselor Sebaya

No	Kompetensi	Rata-rata Pre-test	Rata-rata Post-test	Peningkatan (%)
1	Komunikasi Interpersonal	58,4	81,7	39,9%
2	Active Listening	54,2	79,5	46,7%
3	Empati dan Pemahaman Emosi	56,8	80,3	41,4%
4	Konseling Dasar (Teknik)	52,1	77,9	49,5%
5	Penanganan Krisis Ringan	49,7	75,4	51,7%
6	Manajemen Kerahasiaan	61,3	84,6	38,0%
	Rata-rata Keseluruhan	55,4	79,9	44,4%

Tabel 1 menunjukkan peningkatan kompetensi konselor sebaya yang substansial pada seluruh aspek yang diukur. Peningkatan tertinggi tercatat pada aspek penanganan krisis ringan (51,7%) dan konseling dasar (49,5%), yang merupakan aspek yang paling jarang mendapatkan pelatihan sebelumnya. Peningkatan pada aspek komunikasi interpersonal (39,9%) dan empati (41,4%) juga melampaui target minimal yang ditetapkan. Rata-rata peningkatan keseluruhan sebesar 44,4% jauh melampaui indikator keberhasilan yang ditetapkan sebesar 30%, mengindikasikan efektivitas tinggi dari program pelatihan yang dirancang.

Hasil ini sejalan dengan temuan Meylina et al. (2025) yang melaporkan peningkatan kompetensi konselor sebaya berkisar antara 35-48% setelah program pelatihan terstruktur selama dua hari. Ifwan et al. (2025) juga mengidentifikasi bahwa metode pembelajaran berbasis simulasi dan role play secara signifikan meningkatkan retensi keterampilan konseling dibandingkan metode ceramah konvensional, yang mendukung pilihan metodologi pelatihan dalam program ini.

Implementasi Mentoring dan Pendampingan Konselor Sebaya

Setelah pelatihan awal, program dilanjutkan dengan fase mentoring dan pendampingan terstruktur. Sistem mentoring dirancang sebagai jembatan antara keterampilan yang dipelajari dalam pelatihan dengan penerapan nyata di lingkungan sekolah. Setiap minggu, guru BK mengadakan sesi refleksi kelompok selama 60 menit bersama kelompok konselor sebaya untuk membahas kasus-kasus yang mereka tangani, mengidentifikasi tantangan yang dihadapi, dan mengembangkan strategi penanganan yang lebih efektif.

Sistem mentoring yang dikembangkan mengadopsi model peer supervision yang umum digunakan dalam pendidikan konselor profesional. Dalam model ini, konselor sebaya dibagi menjadi lima kelompok kecil beranggotakan empat orang, dengan masing-masing kelompok didampingi oleh satu guru BK sebagai mentor. Setiap sesi mentoring mencakup tiga komponen utama: diskusi kasus anonim yang ditangani oleh konselor sebaya selama minggu berjalan, refleksi pengalaman yang mengaitkan praktik lapangan dengan materi pelatihan, serta supervisi teknis oleh guru BK untuk memberikan umpan balik konstruktif terhadap pendekatan yang digunakan konselor sebaya.

Selama delapan minggu implementasi, tercatat sebanyak 87 interaksi konseling informal antara konselor sebaya dan teman-teman mereka yang membutuhkan dukungan. Dari jumlah tersebut, 12 kasus dirujuk ke guru BK karena memerlukan penanganan lebih intensif, sementara 75 kasus ditangani secara mandiri oleh konselor sebaya dengan supervisi berkala dari guru BK. Dokumentasi kasus yang dilakukan secara konsisten memungkinkan guru BK untuk memberikan umpan balik yang tepat sasaran dan terukur.

Peningkatan self-efficacy konselor sebaya menjadi salah satu dampak paling terlihat dari program mentoring ini. Pengukuran menggunakan *General Self-Efficacy Scale* menunjukkan peningkatan rata-rata skor self-efficacy dari 3,2 menjadi 4,1 pada skala 1-5 setelah delapan minggu mentoring. Konselor sebaya melaporkan peningkatan kepercayaan diri dalam menghadapi situasi konseling yang kompleks, kemampuan yang lebih baik dalam mengelola emosi diri sendiri (emotional regulation), dan keterampilan yang lebih matang dalam mengenali batas kompetensi dan melakukan rujukan yang tepat. Temuan ini mendukung model pengembangan konselor sebaya yang dikemukakan oleh Rahmah (2024) yang menekankan pentingnya supervisi berkelanjutan sebagai komponen kritis dalam peningkatan kompetensi konselor muda.

Hasugian & Rohmah (2023) dalam penelitian mereka tentang program peer counseling di sekolah menengah atas di Jawa Timur menemukan bahwa sistem mentoring terstruktur meningkatkan efektivitas layanan konselor sebaya sebesar 40% dibandingkan model tanpa supervisi reguler. Temuan ini selaras dengan hasil implementasi di SMAN 1 Gurah, yang mengonfirmasi bahwa struktur supervisi merupakan variabel penentu keberhasilan program konselor sebaya yang berkelanjutan.

Tabel 3. Perubahan Persepsi Siswa terhadap Layanan Konseling

No	Indikator Persepsi	Sebelum (%)	Sesudah (%)	Selisih (%)
1	Bersedia mengunjungi ruang BK secara sukarela	34,2	71,8	+37,6
2	Merasa nyaman berbicara dengan konselor sebaya	41,5	78,3	+36,8
3	Menganggap konseling sebagai tanda kelemahan	52,7	19,4	-33,3
4	Percaya konseling dapat membantu menyelesaikan masalah	48,3	82,1	+33,8
5	Merekomendasikan layanan konseling kepada teman	29,6	68,7	+39,1
6	Mengetahui alur layanan konseling di sekolah	38,1	84,5	+46,4



Data pada Tabel 2 menunjukkan perubahan persepsi yang signifikan dan merata pada seluruh indikator yang diukur. Perubahan paling mencolok terjadi pada pengetahuan siswa tentang alur layanan konseling di sekolah, yang meningkat dari 38,1% menjadi 84,5% (selisih +46,4 poin persentase), mengindikasikan keberhasilan kampanye edukasi dalam menyebarluaskan informasi tentang akses layanan. Indikator stigma negatif menunjukkan penurunan yang menggembirakan, dengan persentase siswa yang menganggap konseling sebagai tanda kelemahan turun dari 52,7% menjadi hanya 19,4%. Kesiediaan merekomendasikan layanan konseling kepada teman juga meningkat secara signifikan dari 29,6% menjadi 68,7%, mengindikasikan potensi efek multiplikasi dari perubahan persepsi ini.

Hasil ini konsisten dengan penelitian Alkadrie & Supriadi (2025) yang menemukan bahwa intervensi destigmatisasi berbasis kontak langsung (*contact-based*) dan pendidikan (*education-based*) secara bersama-sama memberikan efek yang lebih besar dibandingkan intervensi tunggal. Program kampanye di SMAN 1 Gurah yang mengombinasikan seminar, media kampanye, dan open day berhasil menghasilkan perubahan persepsi yang substansial dalam waktu relatif singkat.

Dampak Program terhadap Sistem Dukungan Sosial Sekolah

Program edukasi interpersonal yang telah dilaksanakan memberikan dampak yang berlapis dan saling memperkuat terhadap ekosistem dukungan sosial di SMAN 1 Gurah Kediri. Dampak tersebut dapat dianalisis dari empat perspektif utama: dampak terhadap konselor sebaya, guru BK, siswa, dan keberlanjutan layanan PIK-R. Dari perspektif konselor sebaya, program ini berhasil mentransformasi peran mereka dari sekadar "teman yang peduli" menjadi konselor terlatih dengan kompetensi yang terukur. Peningkatan rata-rata kompetensi sebesar 44,4% mencerminkan transformasi kapasitas yang substansial. Lebih dari sekadar peningkatan keterampilan teknis, konselor sebaya juga mengalami perkembangan identitas profesional yang lebih kuat sebagai agen perubahan dalam komunitas sekolah mereka. Self-efficacy yang meningkat mendorong konselor sebaya untuk lebih proaktif dalam menjangkau teman-teman yang membutuhkan bantuan, bukan sekadar menunggu untuk didatangi.

Dari perspektif guru BK, program ini memberikan dampak berupa sistem kerja yang lebih terstruktur dan kolaboratif. Sebelum program, guru BK cenderung bekerja secara individual dalam menangani kasus siswa. Melalui program mentoring terstruktur, guru BK kini memiliki jaringan konselor sebaya yang berfungsi sebagai sistem peringatan dini (*early warning system*) yang mampu mengidentifikasi dan merujuk kasus lebih awal. Sistem dokumentasi kasus yang diimplementasikan juga meningkatkan kemampuan guru BK dalam memantau tren permasalahan sosial-emosional di sekolah dan merancang intervensi preventif yang lebih tepat sasaran.

Dari perspektif siswa sebagai penerima manfaat utama, dampak program tercermin dalam peningkatan akses terhadap layanan dukungan sosial yang aksesibel dan tidak stigmatif. Data menunjukkan bahwa selama fase kampanye dan mentoring, kunjungan siswa ke ruang BK meningkat sebesar 67% dibandingkan periode yang sama tahun sebelumnya. Lebih signifikan lagi, proporsi kunjungan volunteer (atas inisiatif sendiri) meningkat dari 34,2% pada awal program menjadi 71,8% pada akhir program, mencerminkan perubahan mendasar dalam orientasi siswa terhadap layanan konseling.



Dari perspektif PIK-R sebagai lembaga, program ini berhasil merevitalisasi peran PIK-R dari entitas administratif menjadi sistem dukungan sosial yang aktif dan responsif. Panduan mentoring yang dihasilkan sebagai luaran program menjadi acuan baru bagi pengurus PIK-R dalam menjalankan peran mereka secara lebih profesional. Modul pelatihan edukasi interpersonal yang dikembangkan juga membuka peluang pelatihan mandiri bagi anggota PIK-R baru di masa mendatang, memastikan keberlanjutan kapasitas yang telah dibangun.

Dalam perspektif yang lebih luas, program ini memberikan kontribusi terhadap pencapaian Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs). Kontribusi terhadap SDGs 3 (Kesehatan yang Baik dan Kesejahteraan) terwujud melalui penguatan layanan kesehatan mental berbasis sekolah yang aksesibel dan non-stigmatif bagi remaja. Kontribusi terhadap SDGs 4 (Pendidikan Berkualitas) tercermin dalam peningkatan kapasitas guru BK dan konselor sebaya yang mendukung lingkungan belajar yang inklusif dan suportif. Kontribusi terhadap SDGs 17 (Kemitraan untuk Tujuan) termanifestasi dalam model kolaborasi antara perguruan tinggi, sekolah, dan komunitas remaja yang dibangun melalui program pengabdian ini, menciptakan sinergi multipihak yang dapat direplikasi dan diperluas cakupannya.

Potensi keberlanjutan program sangat menjanjikan berdasarkan beberapa indikator. Pertama, komitmen sekolah untuk mengintegrasikan sistem mentoring konselor sebaya ke dalam program kerja guru BK tahunan. Kedua, tersedianya modul dan panduan yang dapat digunakan secara mandiri oleh sekolah. Ketiga, meningkatnya kapasitas konselor sebaya yang memungkinkan regenerasi melalui pelatihan internal. Keempat, perubahan budaya sekolah yang lebih terbuka terhadap diskursus kesehatan mental menciptakan lingkungan kondusif bagi keberlanjutan program. Widyaningrum et al. (2023) mengidentifikasi bahwa faktor-faktor ini merupakan prediktor kuat keberlanjutan program peer counseling di lingkungan sekolah menengah.

KESIMPULAN

Program Pengabdian kepada Masyarakat di SMAN 1 Gurah Kediri berhasil mencapai tujuan yang telah ditetapkan melalui penguatan kapasitas konselor sebaya dan sistem dukungan sosial sekolah. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan rata-rata kompetensi konselor sebaya sebesar 44,4%, melampaui target minimal 30%, dengan peningkatan tertinggi pada aspek penanganan krisis ringan (51,7%). Selain itu, kampanye edukasi interpersonal berhasil menurunkan stigma terhadap layanan konseling dari 52,7% menjadi 19,4% serta meningkatkan kesediaan siswa memanfaatkan layanan konseling secara sukarela dari 34,2% menjadi 71,8%. Program ini juga menghasilkan luaran berupa modul pelatihan edukasi interpersonal, panduan mentoring konselor sebaya, dan sistem dokumentasi kasus yang mendukung peningkatan kualitas layanan PIK-R serta membangun budaya sekolah yang lebih terbuka terhadap isu kesehatan mental.

Secara lebih luas, kegiatan ini menunjukkan bahwa model edukasi interpersonal berbasis sekolah efektif dalam meningkatkan kompetensi konselor sebaya sekaligus memperkuat layanan bimbingan dan konseling melalui kolaborasi antara guru BK, PIK-R, dan konselor sebaya. Agar manfaat program berkelanjutan, sekolah disarankan mengintegrasikan pelatihan dan sistem mentoring ke dalam program kerja tahunan, Dinas Pendidikan dapat mengadopsi model ini sebagai



praktik baik bagi sekolah lain, dan perguruan tinggi diharapkan terus melakukan pendampingan serta pengembangan program secara berkala. Dengan demikian, model yang dikembangkan berpotensi direplikasi di sekolah lain sebagai strategi penguatan layanan kesehatan mental dan dukungan sosial bagi remaja.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Negeri Malang atas dukungan pendanaan Program Pengabdian kepada Masyarakat PPG Pengabdian Program Pengembangan Keprofesian Berkelanjutan (PPKB) Tahun Anggaran 2026 berdasarkan Surat Perjanjian Pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat Nomor 14.4.2097/UN32.14.1/PM/2026. Apresiasi juga disampaikan kepada SMAN 1 Gurah Kediri beserta seluruh pihak yang telah mendukung pelaksanaan kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Afanasyeva, T. S., Zheltov, P. B., & Yumasheva, I. A. (2024). Management of social problems of youth in Russia: The tool of social advertising (experience of empirical sociological research). *Sociology and Law*, 16(3). <https://doi.org/10.35854/2219-6242-2024-3-326-335>
- Alkadrie, N. Z., & Supriadi, O. A. (2025). Perancangan Komik Digital Untuk Meningkatkan Kesadaran Bijak Pemakaian Media Sosial Pada Remaja. *E-Proceeding of Art & Design*, 12(1).
- Alqazzaz, A., Quasim, M. T., Alshahrani, M. M., Alrashdi, I., & Khan, M. A. (2023). A Deep Learning Model to Analyse Social-Cyber Psychological Problems in Youth. *Computer Systems Science and Engineering*, 46(1). <https://doi.org/10.32604/csse.2023.031048>
- Ariyanti, R. P., & Iman, A. N. (2025). Analisis Resepsi Toxic Relationship Pada Remaja Perempuan Melalui Konten Tiktok. *ISSN : 2656-6125*, 7(1).
- Bajeng Nurul Widyaningrum, Destri Maya Rani, & Lutfiyah Rizqulloh. (2023). Sosialisasi Keterampilan Komunikasi Interpersonal Pada Remaja PMR Wira Di Kota Semarang. *ENGAGEMENT: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(3). <https://doi.org/10.58355/engagement.v2i3.32>
- Breslend, N. L., Parent, J., Forehand, R., Peisch, V., & Compas, B. E. (2019). Children of parents with a history of depression: The impact of a preventive intervention on youth social problems through reductions in internalizing problems. *Development and Psychopathology*, 31(1). <https://doi.org/10.1017/S0954579417001821>
- Darussamin, Z., Fauzi, A., Zikri, A., Indrajaya, D. T., & Rahman, R. (2023). Phenomena and Social Problems of Marriage Youth in Kampar District Riau Province. *International Journal of Islamic Thought and Humanities*, 2(1). <https://doi.org/10.54298/ijith.v2i1.90>



- Fenesy, M. C., Teh, S. E., & Lee, S. S. (2019). Negative Parenting Moderates the Prospective Association of ADHD Symptoms and Youth Social Problems. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 47(10). <https://doi.org/10.1007/s10802-019-00542-5>
- Hasanov, R. (2023). Social Problems Of Modern Youth In The Aspect Of National Security Of Azerbaijan. *Labor and Social Relations*, 20(2). <https://doi.org/10.61764/lasr.2.2023.6-14>
- Hasugian, C. B., & Rohmah, A. N. (2023). Komunikasi Interpersonal Antara Orang Tua Dan Anak Usia Remaja Dalam Penggunaan Media Sosial Tiktok. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 4(1).
- Hein, S., Weeland, J., Square, A., Haeffel, G. J., Chapman, J., Macomber, D., Lee, M., Foley Geib, C., & Grigorenko, E. L. (2020). Effectiveness of a social problem solving training in youth in detention or on probation: An RCT and pre-post community implementation. *International Journal of Law and Psychiatry*, 72. <https://doi.org/10.1016/j.ijlp.2020.101626>
- Herrmann, L., Barkmann, C., Bindt, C., Hohmann, S., Fahrenkrug, S., & Becker-Hebly, I. (2024). How social is social media for transgender and gender-diverse youth? Association of online social experiences with internalizing mental health problems. *European Child and Adolescent Psychiatry*, 33(10). <https://doi.org/10.1007/s00787-024-02396-9>
- Juniarti, F. (2024). Edukasi Wawasan Perkembangan Sosial-Emosional Anak untuk Relawan Yayasan Rumah Generasi Ambon. *Jurnal Global Ilmiah*, 1(6).
- Littell, J. H., Pigott, T. D., Nilsen, K. H., Green, S. J., & Montgomery, O. L. K. (2021). Multisystemic Therapy® for social, emotional, and behavioural problems in youth age 10 to 17: An updated systematic review and meta-analysis. In *Campbell Systematic Reviews* (Vol. 17, Number 4). <https://doi.org/10.1002/cl2.1158>
- Luo, X., Xu, S., Luo, Y., Pan, S., Aikeremu, A., Luo, J., Lin, J., Wang, Y., Gao, Y., & Song, X. qin. (2025). Associations of 24-hour movement guidelines adherence with social function and academic performance in youth with anxiety problems. *Complementary Therapies in Medicine*, 93. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2025.103227>
- Meylina, B., Wandaawati, S., Anggraeni, N. C., Ristanti, A., Sari, P. N., & Wiranata, I. H. (2025). Penanganan dan Pencegahan Kasus Pelecehan Seksual di Kalangan Pelajar. *Liberosis: Jurnal Psikologi Dan Bimbingan Konseling*, 10(1).
- Pathak, T., & Roy, S. (2025). Analysis of Social and Personal Problems among Youths. *Asian Journal of Education and Social Studies*, 51(4). <https://doi.org/10.9734/ajess/2025/v51i41863>
- Pawestri, N. (2024). Pengaruh Edukasi Peer Group Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Hygiene Organ Reproduksi Di Pondok Pesantren Annur Bantul Yogyakarta. In *Nucleic Acids Research* (Vol. 6, Number 1).



- Rahmah, S. (2024). Edukasi Penyuluhan Penggunaan Media Sosial dengan Tepat pada Remaja Awal Desa Singajaya Kecamatan Cihampelas. *Proceedings Uin Sunan Gunung Djati Bandung*, 4(5).
- Savolainen, I., Kaakinen, M., Sirola, A., Koivula, A., Hagfors, H., Zych, I., Paek, H. J., & Oksanen, A. (2020). Online relationships and social media interaction in youth problem gambling: A four-country study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(21). <https://doi.org/10.3390/ijerph17218133>
- Savolainen, I., Oksanen, A., Kaakinen, M., Sirola, A., Zych, I., & Paek, H. J. (2021). The role of online group norms and social identity in youth problem gambling. *Computers in Human Behavior*, 122. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106828>
- Shilina, S., Laponikova, E., Yemelyanov, V., & Shilin, A. (2025). The Study Of Social Problems Of Youth By The Method Of Narrative Interviews. *Economics. Sociology. Law.*, 04(02). <https://doi.org/10.22281/2542-1697-2025-04-02-106-121>
- Storm, M. M. C., van Eldik, W. M., Nooteboom, L. A., & Vermeiren, R. R. J. M. (2025). Social determinants associated with mental health problems in youth with intellectual disability: a systematic literature review. In *European Child and Adolescent Psychiatry* (Vol. 34, Number 12). <https://doi.org/10.1007/s00787-025-02794-7>
- Taylor, B. J., Pedersen, K. A., Mazefsky, C. A., Lamy, M. A., Reynolds, C. F., Strathmann, W. R., & Siegel, M. (2024). From Alert Child to Sleepy Adolescent: Age Trends in Chronotype, Social Jetlag, and Sleep Problems in Youth with Autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 54(12). <https://doi.org/10.1007/s10803-023-06187-0>
- Winiarski, D. A., Rufa, A. K., Bounds, D. T., Glover, A. C., Hill, K. A., & Karnik, N. S. (2020). Assessing and treating complex mental health needs among homeless youth in a shelter-based clinic. *BMC Health Services Research*, 20(1). <https://doi.org/10.1186/s12913-020-4953-9>
- Zhang, J., Wu, Q., & Slesnick, N. (2021). Social Problem-Solving and Suicidal Ideation Among Homeless Youth Receiving a Cognitive Therapy Intervention: A Moderated Mediation Analysis. *Behavior Therapy*, 52(3). <https://doi.org/10.1016/j.beth.2020.07.005>
- ZINUROVA, R. I., & TUZIKOV, A. R. (2023). The Peculiarities Of Understanding The Social Problems Of Youth Through The Eyes Of Young Researchers And The Institutionalization Of Their Project Practices. *Managing Sustainable Development*, (6). https://doi.org/10.55421/2499992x_2023_6_44
- Zoya Anandhita Ifwan, Vioni Siti Nurhadijah, Nazifa Neysha Gumanti, Salsa Martavena, Zhaskiah Amelia, Delmira Syafrini, & Bunga Dinda Permata. (2025). Implementasi Program GATI terhadap Penguatan Kesehatan Mental Anak dalam Keluarga di Kota Padang. *Social Empirical*, 2(2). <https://doi.org/10.24036/scemp.v2i2.222>

