

## ***Psychological First-Aid for Santri: Upaya Penguatan Layanan Bimbingan Konseling Dasar untuk Unit Pendidikan di Pondok Pesantren Darussalam Blokagung***

**Halimatus Sa'diah<sup>1</sup>, Masnida<sup>2</sup>, Ahmad Syamsul Mu'arif<sup>3</sup>, Ana Ayuning Tyas<sup>4</sup>**

Universitas KH. Mukhtar Syafaat (UIMSAYA) Blokagung Banyuwangi

Email: <sup>1</sup>halimah@iaida.ac.id, <sup>2</sup>masnida@iaida.ac.id, <sup>3</sup>ahmadsyamsul.m97@gmail.com, <sup>4</sup>anaayuning86@gmail.com

**ABSTRACT:** *A psychologically comfortable atmosphere in schools and Islamic boarding schools needs to always be sought. Moreover, the Darussalam Islamic Boarding School has thousands of students. One of the obstacles currently being faced is the insufficient quantity of guidance and counseling implementers or counselors, especially regarding their quality. Focusing on improving counseling services provided by guidance and counseling teachers and homeroom teachers, we help improve skills in providing psychological first aid to students or students who experience psychological instability. We offer training with the concept of Psychological First-aid (PFA), which is a series of actions or things that must be done to help strengthen the mentality of someone who is experiencing a crisis or unstable condition. The technique used is Appreciative Inquiry in Asset Based Community Development. As a result, homeroom teachers and guidance and counseling teachers understand the importance of psychological assistance and a series of actions provided to help strengthen the mental health of santri/students who are experiencing a crisis or unstable condition. Guidance and guidance teachers and homeroom teachers also understand the sequence of steps that must be taken when providing assistance.*

**Keyword:** *Community, Counseling, Pesantren, Psychological First-Aid*

### **Pendahuluan**

Pelayanan bimbingan dan konseling di pesantren merupakan salah satu upaya atau bentuk fasilitasi santri agar dapat mencapai perkembangan secara optimal. Santri diharapkan mampu menjadi pribadi mandiri dan mampu mengambil pilihan, bertanggung jawab, serta memiliki daya adaptasi tinggi terhadap dinamika kehidupan yang dihadapinya. Hal ini tentu yang mendasari adalah karena dunia mereka berbeda dengan anak-anak pada umumnya yang setiap harinya jauh dari keluarga masing-masing.

Eksistensi bimbingan dan konseling di lingkungan pesantren dapat dilihat melalui capaian pelayanannya sebagai wujud upaya menuju kesejahteraan hidup (*wellbeing*). Lebih lanjut dinyatakan bahwa layanan bimbingan dan konseling adalah upaya sistematis, objektif, logis, berkelanjutan, serta terprogram yang dilakukan oleh konselor atau guru bimbingan dan konseling untuk memfasilitasi perkembangan peserta didik guna mencapai kemandirian, dalam wujud kemampuan memahami, menerima, mengarahkan, mengambil keputusan, dan merealisasikan diri secara bertanggung jawab sehingga mencapai kebahagiaan dan kesejahteraan dalam kehidupannya.<sup>1</sup>

Proses bimbingan dan konseling di pesantren memiliki peran dalam membantu tercapainya perkembangan pribadi, sosial, belajar, dan karir santri (peserta didik atau konseli) sesuai usia atau tahapan perkembangannya. Misalnya, tugas perkembangan untuk santri (peserta didik atau konseli) yang berada pada jenjang pendidikan Sekolah Menengah Pertama (SMP), diantaranya: mencapai peran sosial sesuai jenis kelaminnya, memiliki persahabatan yang matang, menerima kondisi fisiknya dan menggunakannya secara efektif, mencapai kebebasan emosional dari orangtua dan orang dewasa lainnya, menyiapkan diri untuk hidup berumah tangga, menyiapkan diri untuk karirnya, mencapai seperangkat nilai dan sistem etika yang membimbing tingkah lakunya, serta mencapai tingkah laku yang dapat dipertanggungjawabkan secara sosial<sup>2</sup>.

Sikap profesional pelaksana bimbingan dan konseling atau konselor layak diupayakan. Pelaksana bimbingan dan konseling atau konselor sangat menentukan dan berperan dalam menyiapkan SDM yang berkualitas, sehingga harus dapat menampilkan kepercayaan publik dalam merancang, menganalisis, mengidentifikasi, dan melaksanakan program-program yang dapat dirasakan

---

<sup>1</sup> Anindito Aditomo et al., *Model Layanan Bimbingan Dan Konseling Sekolah Menengah Atas (SMA)* (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, 2021).

<sup>2</sup> Sumarna Suryapranata et al., *Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan Dan Konseling Sekolah Menengah Pertama (SMP)* (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, 2016).

langsung oleh publik<sup>3</sup>.

Pada kenyataannya, terdapat beberapa kendala dalam proses mewujudkan atmosfir sekolah yang nyaman secara psikologis. Salah satu kendalanya terdapat pada kuantitas pelaksana bimbingan dan konseling atau konselor belum tercukupi, terlebih untuk kualitasnya. Disisi lain, layanan Bimbingan dan Konseling (BK) hakikatnya merupakan usaha memfasilitasi perkembangan nilai-nilai dan kompetensi kehidupan melalui proses interaksi yang empirik antara guru BK atau Konselor dengan peserta didik/siswa (konseli). Komponen dalam kegiatan layanan BK mencakup aspek nilai dan sikap yang terkait dengan perkembangan diri, ketabahan, dan tanggung jawab<sup>4</sup>.

Terdapat beberapa sekolah yang belum memiliki guru bimbingan dan konseling atau konselor secara khusus. Beberapa sekolah yang lain, telah memiliki guru bimbingan dan konseling atau konselor, namun rasio guru BK dan peserta didik belum proporsional (maksimal 1:150). Seorang guru BK diwajibkan membimbing 150 peserta didik, tetapi kenyataan di lapangan masih banyak guru BK yang membimbing siswa lebih dari beban kerjanya.

Beban kerja yang berlebihan ini berdampak kepada kondisi guru BK yang rentan mengalami stres karena tingginya beban kerja<sup>5</sup>. Hasil penelitian Bahri sebagian besar guru bimbingan dan konseling belum menunjukkan kinerja yang baik (kurang profesional), hal ini diindikasikan dari kekurang-mampuan dalam menyusun program kerja tahunan, semesteran, bulanan, mingguan dan harian yang berlandas pada analisis kebutuhan siswa, ketidakmampuan dalam merumuskan dan mengaplikasikan instrument, tidak melaksanakan program layanan bimbingan klasikal, sebagian guru BK belum mampu membangun kolaborasi dengan guru bidang studi dan pihak lain yang dipandang dapat mensukseskan layanan bimbingan

---

<sup>3</sup> Berru Amalianita, Firman Firman, and Riska Ahmad, "Penerapan sistem pendidikan disentralisasi serta upaya peningkatan mutu layanan dengan pengembangan profesionalisme guru bimbingan konseling," *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)* 6, no. 1 (February 10, 2021): 9.

<sup>4</sup> Abu Bakar Luddin, *Dasar Dasar Konseling* (Perdana Publishing, 2010).

<sup>5</sup> Rober Sandra and Ifdil, "Konsep Stres Kerja Guru Bimbingan Dan Konseling," *Indonesian Institute for Counseling, Education and Therapy(IICET)* 1, no. 1 (2015): 80-85.

dan konseling serta dalam mengimplementasikan hubungan konseling belum memenuhi standar keterampilan konseling<sup>6</sup>.

Beberapa hambatan yang dihadapi meliputi belum adanya sarana dan prasarana pelayanan BK, tidak adanya jadwal tatap muka khusus dengan siswa di setiap kelas, minim bahkan ketiadaan biaya operasional, minimnya pelatihan yang diikuti serta kurangnya pembinaan baik dari pengawas maupun kepala sekolah, dan persepsi negatif terhadap manfaat layanan BK oleh *stakeholders*<sup>7</sup>.

Hasil studi awal yang kami lakukan pada unit pendidikan dibawah naungan Pondok Pesantren Darussalam Blokagung Banyuwangi terkait kondisi pendampingan dan pelaksanaan bimbingan dan konseling memiliki beberapa kekurangan. Menurut informasi dari Bapak Ahmadi selaku ketua asosiasi kepala sekolah unit Pendidikan Darussalam mengatakan bahwa jumlah guru bimbingan dan konseling pada sekolah-sekolah di Darussalam belum memenuhi standar yang ditentukan, kenyataannya rasio guru BK dengan peserta didik masih dalam kisaran 1:250 sampai dengan 1:300. Selain itu, kesadaran yang dimiliki oleh para pendidik ataupun BK sekolah terkait pendampingan psikologis masih sangat minim.

Ini menjadi misi bersama agar pendidikan yang berada di unit Darussalam Blokagung bisa terakomodir dengan baik dengan hadirnya guru-guru yang nantinya mampu mendidik para siswa-siswi dengan baik. Pengabdian dengan proses yang sifatnya berkelanjutan sangat dibutuhkan dalam hal kasus ini. Hadirnya tutor dari unsur praktisi dan akademisi diharapkan mampu mengakomodir kerisauan para guru (wali kelas/pelaksana bimbingan dan konseling/konselor) dalam mendidik para siswa dan siswi yang berada di unit Darussalam Blokagung.

Berfokus pada peningkatan kinerja para konselor baik dari ranah guru BK maupun guru wali kelas, kami membantu para guru untuk mampu menganalisis kebutuhan siswa serta mampu membangun membangun kolaborasi dengan guru lain atau pihak lain yang berkaitan untuk mensukseskan layanan bimbingan dan

---

<sup>6</sup> Syaiful Bahri, "Studi evaluasi kinerja guru bimbingan dan konseling di sekolah" 14, no. 1 (2020): 23.

<sup>7</sup> Ibid.

konseling yang lebih baik. Kami menawarkan pelatihan dengan konsep *Psychological First-aid* (PFA) yang merupakan serangkaian tindakan atau hal yang harus dilakukan guna membantu untuk menguatkan mental seseorang yang sedang mengalami krisis atau kondisi tidak stabil<sup>8</sup>. *Psychological First-aid for Santri* dibutuhkan mengingat jumlah santri Pondok Pesantren Darussalam yang mencapai ribuan, tidak mungkin jika menjaga kesehatan mental santri hanya dilakukan oleh beberapa orang. Konsep PFA dapat diberikan oleh siapa saja (tanpa harus memiliki latar belakang pendidikan di bidang ilmu keperilakuan manusia), namun telah memahami makna serta prinsip yang tertera dalam konsep PFA yang diberikan melalui pelatihan oleh tenaga profesional dalam bidang kesehatan mental<sup>9</sup>.

*Psychological First-aid for Santri* sebagai upaya penguatan layanan bimbingan konseling berkelanjutan di unit Pendidikan dibawah naungan Pondok Pesantren Darussalam Blokagung, memiliki tujuan untuk: (1) Memberikan pemahaman pada guru wali kelas dan/atau guru bimbingan dan konseling atau konselor akan pentingnya pendampingan psikologis untuk santri (peserta didik atau konseli); (2) Mendorong guru wali kelas dan/atau guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam upaya memahami kebutuhan dan karakteristik perkembangan santri (peserta didik atau konseli);(3) Memahami dan mampu mengaplikasikan prinsip dan langkah-langkah sesuai konsep *Psychological First-aid*.

Alasan yang paling mendasar bagi kami untuk melakukan pengabdian dengan tema besar penguatan layanan bimbingan dan konseling bagi seluruh unit di lembaga Darussalam Blokagung adalah: (1) Pondok Pesantren Darussalam merupakan pondok pesantren besar dengan unit Pendidikan mulai dari Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) hingga Perguruan Tinggi (PT), sudah selayaknya memiliki

---

<sup>8</sup> World Health Organization, War Trauma Foundation, and World Vision International, *Psychological First Aid: Facilitator's Manual for Orienting Field Workers* (Geneva: World Health Organization, 2013), accessed March 5, 2023, <https://apps.who.int/iris/handle/10665/102380>.

<sup>9</sup> CPMH, "Pertolongan Pertama Psikologis: Langkah untuk Membantu Meredam Luka Batin Seseorang - Center for Public Mental Health," 2020, accessed March 5, 2023, <https://cpmh.psikologi.ugm.ac.id/2020/10/12/pertolongan-pertama-psikologis-langkah-untuk-membantu-meredam-luka-batin-seseorang/>.

guru BK yang profesional agar kegiatan pembelajaran berjalan dengan maksimal; (2) Sebagai bentuk tanggung jawab Program Studi BKI, sudah seharusnya untuk memajukan lembaga-lembaga yang ada di bawah naungan Yayasan Darussalam Blokagung; (3) Terciptanya pesantren yang nyaman dan memberikan pelayanan yang maksimal kepada para santri menjadi tanggung jawab semua guru (asatidz), terutama guru BK dan wali kelas.

## Metode

Pengabdian ini menggunakan strategi pendekatan dengan prinsip-prinsip dalam pengembangan masyarakat berbasis *Asset Based Community-driven Development* (ABCD). Poin yang perlu digaris bawahi dalam paradigma dan prinsip yang dimiliki oleh pendekatan ABCD adalah bahwa semuanya mengarah pada konteks pemahaman dan internalisasi aset, potensi, kekuatan, dan pendayagunaan secara mandiri dan maksimal<sup>10</sup>.

Teknik yang digunakan dalam *Asset Based Community Development* (ABCD)<sup>11</sup>, yaitu: Penemuan Apresiatif (*Appreciative Inquiry*); Pemetaan Komunitas (*Community Mapping*); Pemetaan Asosiasi dan Institusi; Pemetaan Aset Individu (*Individual Inventory Skill*); Sirkulasi Keuangan (*Leacky Bucket*); Skala Prioritas (*Low hanging fruit*).

Dalam pengabdian ini akan menggunakan teknik *Appreciative Inquiry* (AI) yang akan lebih fokus pada cara memperkaya berbagai hal yang positif dalam sebuah komunitas. Dalam prinsip ABCD, kemampuan masyarakat untuk menemukan dan mengenali aset kekuatan, dan potensi yang mereka miliki dipandang mampu menggerakkan dan memobilisasi mereka untuk melakukan perubahan sekaligus sebagai pelaku utama perubahan tersebut.

Dua hal prinsip dari *Appreciative Inquiry* (AI) yaitu: (1) Menghargai, yakni menyelidiki dan melihat kekuatan potensi dari masa lalu hingga masa kini sehingga

---

<sup>10</sup> Nadhir Salahudin et al., "Panduan KKN ABCD UIN Sunan Ampel Surabaya" (2015).

<sup>11</sup> Ibid.

mampu untuk memahami sistem yang ada, (2) Peningkatan nilai, dari hal-hal yang dimiliki mampu untuk ditingkatkan dan dieksplorasi lebih lanjut, sehingga keterbukaan harus dimiliki untuk dapat saling mencari dan mempelajari hingga mampu memberikan proses peningkatan yang sistematis<sup>12</sup>.

Berlandaskan pada prinsip-prinsip dalam pengembangan masyarakat berbasis *Asset Based Community-driven Development* (ABCD) dengan teknik *Appreciative Inquiry* (AI)<sup>13</sup>, kami melaksanakan proses pengabdian sebagai berikut:

- 1) *Discovery*: Tim Pengendali Mutu (TPM) dan Ketua Asosiasi Kepala Madrasah Pondok Pesantren Darussalam Blokagung Banyuwangi menyampaikan bahwa keterampilan para guru BK dan dewan guru wali kelas terkait pengetahuan psikologis dan kesehatan mental santri perlu ditingkatkan. Dalam tahap juga melakukan pencarian yang mendalam tentang hal-hal positif atau hal-hal yang pernah dicapai sebelumnya, hingga harapan yang ingin dicapai. Para guru BK dan wali kelas memiliki loyalitas dan komitmen tinggi. Harapan sangat besar untuk adanya pelatihan peningkatan keterampilan terkait penanganan psikologis siswa.
- 2) *Dream*: Pada tahap ini seseorang atau beberapa orang dalam komunitas mulai membayangkan masa depan yang diharapkan. Setiap orang atau beberapa orang dalam kelompok akan mengeksplorasi harapan dan impian mereka untuk diri mereka sendiri ataupun untuk komunitas atau organisasi. Inilah saatnya orang-orang membayangkan hasil yang ingin dicapai<sup>14</sup>. Besar harapan Yayasan Pondok Pesantren Darussalam Blokagung memiliki sistem penanganan psikologis yang memiliki alur yang tepat dan ditangani dengan cepat. Sehingga, kesejahteraan hidup (*wellbeing*) santri akan terwujud.
- 3) *Design*, Dalam tahap ini kami mengidentifikasi peluang dari pihak Yayasan Pondok Pesantren lalu merancang program kerja. Kami mengidentifikasi adanya peluang dari jumlah tenaga pengajar dengan loyalitas tinggi. Sehingga

---

<sup>12</sup> Ibid.

<sup>13</sup> Ibid.

<sup>14</sup> Ibid.

perencanaan program terkait peningkatan keterampilan penanganan permasalahan psikologis akan diterima dengan baik oleh para pemangku kebijakan dan pelaksana atau para guru BK dan guru wali kelas yang akan berhadapan langsung dengan para peserta didik. Kami melakukan diskusi dengan para dosen praktisi di Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam untuk meramu materi. Tahap selanjutnya yakni pelaksanaan program kerja. Kami telah melakukan koordinasi terkait tempat dan waktu. Materi pelatihan PFA (*Psychological First Aid*) kami kemas dengan sederhana namun langsung dapat dipraktikkan.

- 4) *Destiny*, Dalam tahap ini setelah pelatihan PFA (*Psychological First Aid*) yaitu menjalankan program lalu melakukan evaluasi dari hasil program kerja. Program *Psychological First Aid for Santri* ini menghasilkan pemahaman dan pengaplikasian penanganan pertama yang mampu dilakukan oleh para dewan guru wali kelas dan guru BK kepada para peserta didik. Kemudian, bagian mana yang dirasa perlu dipertahankan dan hal yang perlu dievaluasi dari program yang dijalankan.

### Hasil dan diskusi

Salah satu urgenitas untuk mengadakan pelatihan penanganan pertama psikologis atau *Psychological First-aid* untuk para guru BK dan guru wali kelas diperuntukkan untuk para guru wali kelas agar mampu melakukan penanganan dan pendampingan kepada peserta didik secara cepat dan tepat.

Yayasan Pondok Pesantren Darussalam memiliki beberapa unit Pendidikan. Kami terlebih dahulu melakukan komunikasi intensif dengan pihak Yayasan Pondok Pesantren Darussalam Blokagung agar pelatihan penanganan pertama psikologis atau *Psychological First-aid* bisa berjalan dengan maksimal. Kami melakukan koordinasi dengan Tim Pengendali Mutu (TPM) dan Ketua Asosiasi Kepala Madrasah Pondok Pesantren Darussalam Blokagung Banyuwangi. Pihak Yayasan menyambut baik adanya kegiatan dari tim Bimbingan dan Konseling Islam Universitas KH. Mukhtar Syafaat Blokagung Banyuwangi.

Tim Pengendali Mutu (TPM) dan Ketua Asosiasi Kepala Madrasah Pondok Pesantren Darussalam Blokagung Banyuwangi menyampaikan bahwa masih minimnya keterampilan para guru BK dan dewan guru terkait pengetahuan hingga pemecahan masalah terkait psikologis dan kesehatan mental santri. Kami melakukan penandatanganan kerjasama antara Prodi Bimbingan dan Konseling Islam UIMSIA dengan Pihak Yayasan Pondok Pesantren Darussalam. Hadir dalam acara tersebut wakil Bidang Pendidikan Darussalam Bapak Drs. Anas Saeroji, M.Pd.I dan Tim Pengendali Mutu Bapak Masrofi, S.Pd.I (Gambar 1).

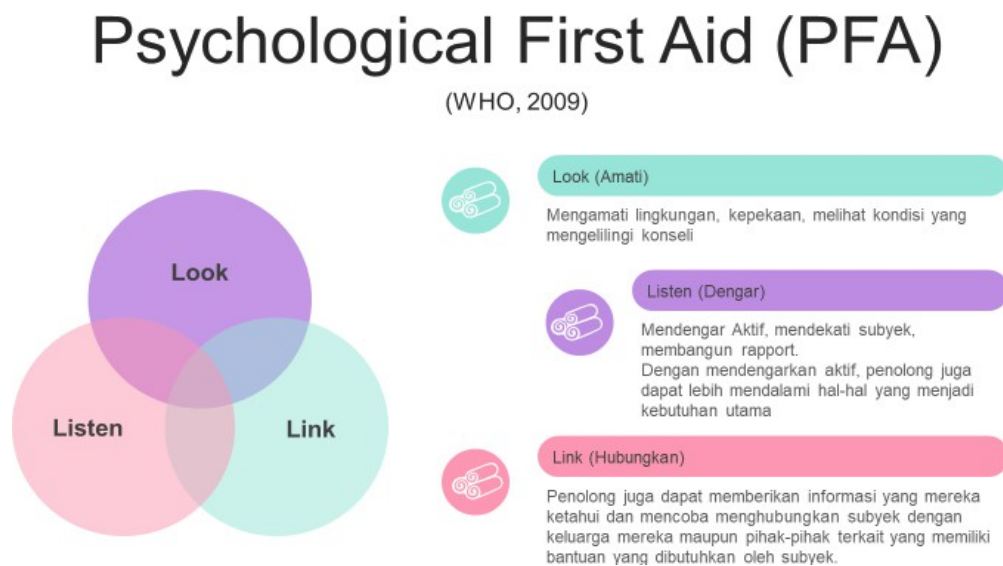


**Gambar 1. Perjanjian Kerjasama antara BKI UIMSIA dengan Asosiasi Kepala Madrasah Darussalam (Sumber: Dokumentasi, 2022)**

Gambar 1. Menunjukkan dokumentasi perjanjian kerjasama antara BKI UIMSIA dengan asosiasi kepala sekolah/madrasah di unit pendidikan pondok pesantren Darussalam Blokagung Banyuwangi. Kemudian dibantu oleh ketua Musyawarah Guru Bimbingan dan Konseling (MGBK) Darussalam Blokagung, kami melakukan penjadwalan untuk pelaksanaan pelatihan ke masing-masing unit pendidikan. Kami menyepakati pada hari Kamis setiap pekannya untuk mengadakan pendampingan ke unit-unit Pendidikan Darussalam.

Mulai Bulan Desember 2022 hingga Maret 2023 kami melakukan kunjungan ke Unit Pendidikan dibawah naungan Yayasan Pondok Pesantren Darussalam Blokagung dengan jadwal yang sudah kami sepakati yaitu pada hari Kamis setiap pekannya serta menyesuaikan jadwal dari pihak sekolah masing-masing.

Sebelumnya kami telah mempersiapkan materi yang didesain untuk memberikan pemahaman dan praktik dari PFA (*Psychological First Aid*) (Gambar 2) secara sangat sederhana agar mudah diingat dan diaplikasikan. Waktu yang kami berikan kepada masing-masing unit sekitar 3 (tiga) hingga 4 (empat) jam dalam satu sesi pelatihan.



**Gambar 2. PFA (*Psychological First Aid*) (Sumber: WHO, 2009)**

Gambar 2. Menunjukkan materi yang didesain untuk memberikan pemahaman dan praktik dari PFA (*Psychological First Aid*). Unit Pendidikan yang telah kami kunjungi mulai dari Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) Darussalam, SD Darussalam, SMP Plus Darussalam, MTs Al Amiriyyah, SMA Darussalam, SMK Darussalam, dan MA Al Amiriyyah. Peserta dalam kegiatan ini terdiri atas para guru BK dan guru wali kelas guna menstimulasi para guru dan wali kelas agar

memiliki pemahaman terkait bimbingan dan konseling beserta bentuk pelayanannya, serta yang paling utama memahami dan mampu mengaplikasikan Pertolongan pertama psikologis, atau PFA (*Psychological First Aid*).

Pada tiap-tiap sesi kunjungan ke Unit Pendidikan, acara kami mulai dari pembukaan lalu sambutan dari wakil bidang pendidikan Yayasan Pondok Pesantren Darussalam Blokagung, Bapak Drs. Anas Saeroji, M.Pd.I (Gambar 3). Kemudian sambutan dari Tim Pengendali Mutu (Bapak Masrofi, S.Pd.I dan Bapak Saiful, S.Pd.I.). Sambutan berikutnya oleh Kepala Sekolah unit pendidikan yang terkait. Masuk pada acara inti pelatihan disampaikan oleh pemateri dari dosen BKI UIMSYA.



**Gambar 3. Sambutan Wakabid. Pendidikan Darussalam (Sumber: Dokumentasi, 2022)**

Gambar 3. Menunjukkan kegiatan kunjungan ke unit pendidikan di pondok pesantren Darussalam. Berawal dari harapan besar PonPes Darussalam Blokagung untuk memiliki sistem penanganan psikologis yang yang tepat guna dan cepat demi kesejahteraan hidup atau *well-being* santri. Maka, program pelatihan penanganan pertama psikologis atau PFA (*Psychological First Aid*) for Santri diadakan. Program ini diberikan kepada guru BK dan guru wali kelas guna peningkatan keterampilan penanganan permasalahan psikologis. Narasumber juga mengaitkan dengan materi terkait psikologi perkembangan yang menjadi

pemahaman baru untuk para guru (Gambar 4). Program ini diterima baik oleh para pemangku kebijakan dan pelaksana atau para guru BK dan guru wali kelas yang akan berhadapan langsung dengan para peserta didik.



**Gambar 4. Penyampaian Materi PFA (Sumber: Dokumentasi, 2022)**

Gambar 4. Menunjukkan kegiatan penguatan guru kelas. Materi pelatihan PFA (*Psychological First Aid*) kami kemas dengan sederhana namun langsung dapat dipraktikkan. Kami fokus pada peningkatan kesadaran diri para peserta pelatihan (dewan guru wali kelas dan guru BK), sehingga peserta mampu menggunakan logika dengan baik dan manajemen emosi dengan baik.

Selanjutnya, sesi yang paling ditunggu oleh para peserta yakni tanya jawab. Dalam sesi ini, para guru akan menyampaikan berbagai pengalaman beliau dalam menghadapi perilaku peserta didik serta mengajukan pertanyaan terkait penanganan yang tepat (Gambar 5).



**Gambar 5. Sesi Tanya jawab (Sumber: Dokumentasi, 2022)**

Sesi tanya jawab akan berlangsung lama di beberapa Unit Pendidikan dengan para peserta yang cukup aktif. Kami menangkap bahwa keaktifan Bapak/Ibu Guru adalah awal kesadaran beliau untuk bertindak lebih baik dalam pendampingan peserta didik. Dalam tahap ini setelah pelatihan PFA (*Psychological First Aid*) yaitu menjalankan program.

Program *Psychological First Aid for Santri* ini menghasilkan pemahaman dan pengaplikasian penanganan pertama yang mampu dilakukan oleh para dewan guru wali kelas dan guru BK kepada para peserta didik. Hasil yang kami dapatkan beberapa guru mengakui bahwa sebelumnya tidak terlalu peduli mengenai alasan siswa yang banyak melakukan keterlambatan masuk atau pun sering membolos. Kemudian, dengan cara pendekatan psikologis, beliau mengakui dapat memahami siswa dan tidak melakukan penghakiman diawal yang justru menjatuhkan siswa ke dalam perilaku dan pergaulan yang tidak baik. Guru mampu menangkap kekuatan yang dimiliki siswa untuk melakukan perbaikan.

*Psychological First Aid for Santri* dapat menambah ilmu dan pemahaman mengenai serangkaian tindakan yang diberikan guna membantu menguatkan mental seseorang yang mengalami krisis atau kondisi labil. Para Guru BK dan guru wali kelas juga memahami urutan langkah-langkah yang harus dilakukan ketika melakukan pendampingan. Peserta program pelatihan *PFA for Santri* juga memahami bahwa masing-masing individu memiliki daya kemampuan berbeda dalam menghadapi suatu peristiwa yang terjadi pada dirinya, sehingga para siswa tidak bisa disamaratakan. Selanjutnya kami akan melakukan monitoring dan evaluasi, terkait hal yang perlu dipertahankan dan hal yang perlu dievaluasi dari program yang dijalankan.

Istilah pertolongan pertama tidak hanya untuk penyakit-penyakit fisik pada umumnya, penyakit atau gangguan jiwa pun memiliki istilah yang serupa. Pertolongan pertama psikologis, atau biasa yang disebut sebagai PFA (*Psychological First Aid*) merupakan serangkaian tindakan yang diberikan kepada seseorang guna membantu menguatkan mentalnya yang sedang mengalami

krisis<sup>15</sup>. Pengertian dari peristiwa krisis akan memiliki pandangan berbeda bagi setiap individu. Setiap orang memiliki krisis dari suatu peristiwa yang dipersepsikannya sebagai bentuk tekanan atau pengalaman traumatis. Krisis terjadi berdasarkan penilaian ataupun ukuran dari masing-masing individu terhadap suatu peristiwa sehingga tidak bisa disamaratakan antara satu orang dengan orang lain.

Pada dasarnya, pertolongan pertama psikologis dilakukan spesifik untuk mengobati luka-luka batin yang membekas pada orang-orang yang baru saja mengalami pengalaman traumatis atau merupakan suatu tindakan pertolongan yang segera dilakukan ketika penolong *respect* akan tanda-tanda yang dialami oleh klien. Hal ini diterapkan untuk dapat meringankan beban para penyintas dengan mengurangi dampak-dampak psikologis yang dirasakan seperti rasa stress dan tertekan. PFA dilakukan untuk membantu individu mengembangkan koping fungsional dalam jangka pendek maupun jangka panjang yang diakibatkan oleh stres yang mereka rasakan<sup>16</sup>.

## Simpulan

Adapun kesimpulan dari kegiatan pengabdian yang kami laksanakan yaitu *PFA for Santri* dapat menambah ilmu dan pemahaman pada guru wali kelas dan guru BK mengenai pentingnya pendampingan psikologis serta serangkaian tindakan yang diberikan guna membantu menguatkan mental santri/peserta didik yang mengalami krisis atau kondisi labil. Para Guru BK dan guru wali kelas juga memahami urutan langkah-langkah yang harus dilakukan ketika melakukan pendampingan. Peserta program pelatihan *Psychological First-aid for Santri* juga memahami bahwa masing-masing individu memiliki daya kemampuan berbeda dalam menghadapi suatu peristiwa yang terjadi pada dirinya, sehingga guru wali

---

<sup>15</sup> World Health Organization, War Trauma Foundation, and World Vision International, *Psychological First Aid*.

<sup>16</sup> Melissa Brymer et al., *Psychological First Aid Field Operations Guide. 2nd Edition, National Child Traumatic Stress Network* (National Child Traumatic Stress Network, July 2006).

kelas dan guru BK mampu memahami kebutuhan dan karakteristik perkembangan santri (peserta didik atau konseli).

Saran lanjutan yang kami ajukan berdasarkan hasil pengakajian yang telah kami lakukan, baik untuk lembaga maupun untuk pihak yang melakukan pengabdian selanjutnya, yakni sebagai berikut:

- 1) Program *Psychological First-aid for Santri* seharusnya dilaksanakan secara berkelanjutan guna meningkatkan pemahaman serta komitmen pelaksanaan yang dilakukan oleh para guru BK dan guru wali kelas terkait pendampingan psikologis pada peserta didik.
- 2) Diadakan kerjasama dengan instansi ataupun tenaga profesional di bidang psikologi (misalnya psikolog) yang memiliki pengalaman yang lebih dalam terkait penanganan psikologis lebih lanjut, sebagai sarana rujukan atau alih tangan untuk kasus yang ekstrim.
- 3) Diadakan monitoring secara berkala untuk memastikan secara benar kebutuhan pelayanan kesehatan mental pada peserta didik/santri di PP. Darussalam Blokagung.

## Referensi

- Aditomo, Anindito, Maman Faturahman, Yogi Anggraena, Ranti Widiyanti, Nur Rofika, and Mariati Purba. *Model Layanan Bimbingan Dan Konseling Sekolah Menengah Atas (SMA)*. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, 2021.
- Amalianita, Berru, Firman Firman, and Riska Ahmad. "Penerapan sistem pendidikan desentralisasi serta upaya peningkatan mutu layanan dengan pengembangan profesionalisme guru bimbingan konseling." *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)* 6, no. 1 (February 10, 2021): 9.
- Bahri, Syaiful. "Studi evaluasi kinerja guru bimbingan dan konseling di sekolah" 14, no. 1 (2020): 23.
- Brymer, Melissa, Christopher Layne, Anne Jacobs, Robert Pynoos, Josef Ruzek, Alan Steinberg, Eric Vernberg, and Patricia Watson. *Psychological First Aid Field Operations Guide. 2nd Edition. National Child Traumatic Stress Network*. National Child Traumatic Stress Network, July 2006.
- CPMH. "Pertolongan Pertama Psikologis: Langkah untuk Membantu Meredakan Luka Batin Seseorang – Center for Public Mental Health," 2020. Accessed March 5,

2023. <https://cpmh.psikologi.ugm.ac.id/2020/10/12/pertolongan-pertama-psikologis-langkah-untuk-membantu-meredam-luka-batin-seseorang/>.
- Luddin, Abu Bakar. *Dasar Dasar Konseling*. Perdana Publishing, 2010.
- Salahudin, Nadhir, Afida Safriani, MOh Asrori, Purwati, Hanafi, Naili, and Zubaidi. "Panduan KKN ABCD UIN Sunan Ampel Surabaya" (2015).
- Sandra, Rober, and Ifdil. "Konsep Stres Kerja Guru Bimbingan Dan Konseling." *Indonesian Institute for Counseling, Education and Therapy(IICET)* 1, no. 1 (2015): 80–85.
- Suryapranata, Sumarna, Furqon, Nurzaman, Dian Wahyuni, Mansur Fauzi, Sunaryo Kartadinata, Syamsu Yusuf, Farozin, Uman Suherman, and Budi Purwoko. *Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan Dan Konseling Sekolah Menengah Pertama (SMP)*. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, 2016.
- World Health Organization, War Trauma Foundation, and World Vision International. *Psychological First Aid: Facilitator's Manual for Orienting Field Workers*. Geneva: World Health Organization, 2013. Accessed March 5, 2023. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/102380>.