



Pengembangan Platform Digital Terpadu Untuk Pengelolaan Kesejahteraan Psikologis Guru BK: Analisis Kebutuhan

Ribut Purwaningrum¹,

1 Universitas Sebelas Maret ,

Info Artikel

Sejarah artikel:

Diterima

1 September 2022

Disetujui

7 September 2022

Dipublikasi

30 September 2022

Keywords:

Platform digital,
kesejahteraan psikologis,
guru BK, analisis
kebutuhan

Abstrak

Kesejahteraan psikologis merupakan kondisi yang harus dimiliki oleh setiap guru BK. Dengan memiliki kesejahteraan psikologis, guru BK diharapkan mampu memberikan layanan terbaik bagi setiap siswa. Tujuan dari penelitian ini adalah melakukan analisis kebutuhan pengembangan *platform digital* untuk pengelolaan kesejahteraan psikologis guru BK. Penelitian dilakukan dengan survei pada 153 responden yang terdiri dari guru BK, dosen BK, dan mahasiswa BK. Hasil menunjukkan bahwa pengembangan *platform digital* sangat diperlukan oleh ketiga kelompok responden dengan menggunakan berbagai usulan *platform* seperti aplikasi android, youtube, instagram, website, podcast, dan *platform* lain. Rekomendasi dari penelitian ini adalah perlunya dilakukan survey dengan jumlah responden yang lebih banyak dan cakupan wilayah yang lebih luas. Namun demikian, data yang diperoleh sudah dapat digunakan untuk memetakan kebutuhan pengembangan *platform digital* dan dapat digunakan untuk merancang bakal-prototipe.

Abstract

Psychological well-being is a condition expected to exist in every school counselor. By having psychological well-being, school counselors are expected to provide the most optimal service for students. The present study aims to perform a need analysis of school counselors' psychological well-being management digital platform. To this end, 153 respondents were recruited, consisting of school counselors, guidance and counseling lecturers, and guidance and counseling department students. The result showed that the digital platform development is highly necessary to support school counselors' psychological well-being using various platforms (e.g., android based applications, youtube, Instagram, website, podcast, among others). Future studies are recommended to involve more respondents and a broader scope. However, this study result can be used to map the need for digital platform and design the prototype.

How to cite: purwaningrum, ribut. (2022). Pengembangan Platform Digital Terpadu untuk Pengelolaan Kesejahteraan Psikologis Guru BK: Analisis Kebutuhan. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 11(2). <https://doi.org/10.15294/ijgc.v11i2.60855>



PENDAHULUAN

Kesejahteraan psikologis adalah kondisi yang diharapkan ada dalam setiap diri guru BK. Dengan memiliki kesejahteraan psikologis, guru BK diharapkan mampu menempatkan diri sebagai instrumen terbaik dalam memberikan pelayanan kepada siswa (Purwaningrum, 2019: 4). Adapun tugas guru BK dalam kerangka Bimbingan dan Konseling komprehensif adalah memberikan layanan preventif, kuratif, dan non bimbingan lainnya melalui komponen layanan dasar (*guidance curriculum*), layanan responsif (*responsive services*), layanan perencanaan individual (*individual planning*), dan dukungan sistem (*system support*) (Bhakti, 2015; Bhakti, 2017; Purwaningrum, 2018).

Untuk bisa melaksanakan keempat hal tersebut dengan profesional, guru BK perlu merawat diri dengan meningkatkan kesejahteraan psikologis. Profesional dalam bidang kesehatan mental yang memiliki kesejahteraan psikologis baik, dapat memberikan lingkungan yang positif bagi klien dengan menekankan optimisme, sehingga mereka mampu mengatasi tekanan-tekanan psikologis melalui *coping* emosi yang mumpuni (Koller dan Hicks, 2016).

Kesejahteraan psikologis merupakan terminologi yang dikenalkan oleh filsuf Aristoteles sebagai paham *eudaimonisme*. Aristoteles menggambarkan bahwa individu yang sejahtera secara psikologis adalah mereka yang selalu berusaha untuk memenuhi dan mewujudkan *daimon* atau sifat dasar manusia melalui proses aktualisasi diri akan potensi-potensi yang dimilikinya (Gough, 2005 dalam Purwaningrum, 2019: 2). Pada berbagai penelitian lanjutan, kesejahteraan psikologis banyak dibahas oleh Ryff (1989, 1998, 2014), seorang pakar kesejahteraan psikologis, sehingga hasil penelitiannya banyak diadopsi di berbagai disiplin ilmu.

Ryff (1989, 1998, 2014), Ryff dan Keyes (1995), Ryff dan Singer (2008), membagi kesejahteraan psikologis menjadi enam dimensi, yaitu: 1) penerimaan diri (*Selfacceptance*), 2) memiliki hubungan yang hangat dengan orang lain (*Positive relations with other*), 3) memiliki penguasaan pada lingkungan (*environmental mastery*), 4) otonom (*autonomy*), 5) memiliki tujuan hidup (*purpose in life*), dan 6) mampu mengembangkan dan mewujudkan diri secara personal (*personal growth*). Keenam dimensi tersebut jika dimiliki oleh guru BK, maka diasumsikan dapat

berakibat pada kelola diri guru BK yang baik, diikuti dengan pemberian layanan BK yang optimal.

Beberapa upaya perlu dilakukan supaya guru BK mampu mencapai kondisi sejahtera secara psikologis. Purwaningrum (2019) mengungkapkan ada lima faktor yang bisa diupayakan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis guru BK, yaitu religiusitas, *mindfulness*, dukungan sosial, konsep diri, dan pemetaan tujuan hidup. Secara lebih umum, kesejahteraan psikologis pada profesional juga dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya, seperti: kondisi tempat kerja (Baxter, et.al., 2009), keterlibatan diri dengan pekerjaan dan para pekerja lain (Robertson dan Cooper, 2010); perubahan dan penyesuaian terhadap teknologi (Amichai-Hamburger, 2009), dukungan dan komitmen organisasional (Panaccio dan Vandenberghe, 2009), dan lain-lain.

Bagaimanapun faktor yang mempengaruhi, kesejahteraan psikologis, utamanya pada guru BK merupakan kondisi yang penting untuk diraih. Sebagaimana disampaikan oleh Purwaningrum, et.al. (2019), pada penelitian lingkup sempitnya, diperoleh hasil bahwa para guru BK memaknai kesejahteraan psikologis sebagai hal yang harus ada dan diperjuangkan. Hal tersebut dikarenakan bahwa dengan kondisi psikologis yang sejahtera, guru BK dapat menjalankan perannya dengan optimal.

Berdasarkan pengamatan pada beberapa *setting*, upaya untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis guru BK belum dilakukan dengan maksimal. Bahkan tak jarang, banyak guru BK yang mengatakan bahwa, meskipun penting, kesejahteraan psikologis masih kerap diabaikan. Para guru BK banyak yang lebih memilih untuk bekerja dan melayani kebutuhan siswa dibanding mengupayakan kesejahteraan psikologis untuk diri sendiri.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kebutuhan pengelolaan kesejahteraan psikologis guru BK di sekolah dengan menggunakan *platform digital terpadu*. Dengan adanya *platform* tersebut, diharapkan guru BK di seluruh wilayah dapat mengakses informasi, pengetahuan terkini, berbagi pengalaman, pengembangan profesionalisme, serta memperoleh pertolongan psikologis jika dibutuhkan. Terbentuknya *platform digital* bertujuan untuk mengelola dan meningkatkan kesejahteraan psikologis guru BK dengan efektif.

METODE

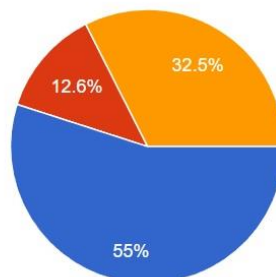
Analisis kebutuhan yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan metode survey deskriptif. Dijelaskan bahwa survey deskriptif adalah sebuah upaya untuk memperkirakan parameter tertentu dalam sebuah populasi dan untuk menggambarkan keterhubungan atau asosiasi (Yuliansyah, 2016: 5). Survey dilakukan pada 152 responden yang terdiri dari guru BK, dosen BK, dan

mahasiswa BK. Survey dilakukan secara *online* dengan bantuan media *google formulir* untuk kemudian dianalisis secara teoretis. Hasil survey pada akhirnya akan dijadikan dasar rasional pengembangan *platform digital terpadu* untuk pengelolaan kesejahteraan psikologis guru BK.

Ketiga jenis subjek dipilih dengan asumsi: 1) guru BK merupakan pihak yang berkaitan langsung dengan proses pemberian bantuan di sekolah, 2) dosen BK merupakan pihak yang bertanggungjawab untuk menyiapkan tenaga guru BK profesional, dan 3) mahasiswa BK merupakan calon guru BK yang perlu dianalisis kebutuhannya pada saat menjalankan tugas sebagai penolong profesional. Pemilihan subjek dilakukan secara *random* dengan harapan bisa diperoleh data yang valid dan relevan. Terdapat 6 pertanyaan yang harus diisi oleh masing-masing responden sehingga dapat dideskripsikan dengan jelas kebutuhan pengembangan *platform digital* tersebut.

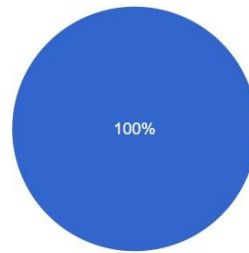
HASIL

Hasil survey dijabarkan sesuai dengan urutan dan jumlah pertanyaan penelitian. Hal ini dimaksudkan untuk memudahkan deskripsi dan penarikan kesimpulan. Dilihat dari jumlah responden, dapat diketahui bahwa sebaran responden seperti terdapat pada gambar 1. 55% responden berasal dari kalangan guru BK, 12,6% responden adalah dosen BK, dan 32,5% responden merupakan mahasiswa BK.



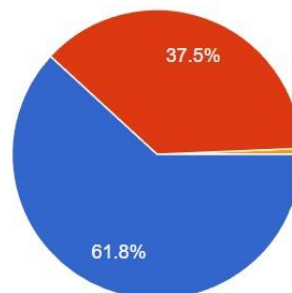
Gambar 1. Sebaran responden survei

Dari 152 responden, semuanya sepakat bahwa diperlukan sebuah *platform digital terpadu* untuk pengelolaan kesejahteraan psikologis guru BK. Hasil tersebut dapat dilihat pada gambar 2.



Gambar 2. Kebutuhan untuk pengembangan *platform digital* pengelolaan kesejahteraan psikologis guru BK

Berbicara mengenai tingkat kepentingan pengembangan *platform digital*, diperoleh hasil sebagaimana tergambar pada gambar 3. 61,8% responden menjawab sangat penting, 37,5% responden menjawab penting, dan 0,7% responden menjawab tidak penting.



Gambar 3. Tingkat Kepentingan Pengembangan Platform Digital

Pada pertanyaan tentang jenis *platform digital* yang paling diinginkan oleh ketiga responden, lima jawaban tertinggi adalah sebagai berikut: 1) 59,9% responden menjawab jenis *platform* yang paling diinginkan adalah pengembangan aplikasi berbasis android, 2) 49,3% *platform* berbentuk youtube, 3) 45,4% *platform* berbentuk instagram, 4) 40,8% *platform* berbentuk website, 5) 33,6% *platform* berbentuk podcast. Platform lainnya yang diharapkan bisa dikembangkan adalah whatsapp group, twitter, tiktok, dan gabungan beberapa jenis *platform* yang telah disebutkan.

Adapun materi yang ingin diperoleh berkaitan dengan pengelolaan kesejahteraan psikologis guru BK urut dari persentase tertinggi adalah sebagai berikut. Responden membutuhkan *platform digital* memuat tentang: 1) bahan pelaksanaan layanan BK sebesar 63,8%, 2) Workshop daring berkaitan dengan peningkatan kesejahteraan psikologis sebesar 59,9%, 3) Materi peningkatan profesionalisme guru BK sebesar 52,6%, 4) Chatroom untuk konseling antar-guru

BK sebesar 51%, 5) Video motivasi sebesar 45,4%, 6) Kotak surat digital untuk *sharing* antar-guru BK sebesar 42,8%, 7) Cerita perjalanan profesional guru BK di seluruh Indonesia sebesar 35,5%, 8) dan lain lain. Semuanya memiliki alasan yang dituliskan oleh masing-masing responden sesuai dengan kebutuhan.

PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan tiga kelompok responden, yaitu guru BK, dosen BK, dan mahasiswa BK. Ketiganya merupakan personel yang akan senantiasa berhubungan dengan pelaksanaan BK di sekolah. Dengan kata lain, ketiganya juga membutuhkan informasi tentang pengelolaan kesejahteraan psikologis bagi guru BK di sekolah. Bagi guru BK, kesejahteraan psikologis merupakan hal yang mampu memberikan kontribusi sangat besar dalam keefektifan pemberian layanan terapeutik bagi konseli (Meryman, 2012). Rogers (dalam Meryman, 2012) juga menguatkan bahwa persepsi diri yang akurat dan kesejahteraan psikologis yang memadai bagi setiap konselor adalah modal awal untuk menjadi *fully functioning person*. Kesejahteraan psikologis juga merupakan upaya konselor sekolah untuk bisa menguatkan tingkat resiliensi mereka (Voon, et.al., 2021).

Begitu pula dengan mahasiswa BK. Sebagaimana diungkap oleh Ikiz dan Asici (2017), setiap individu yang mengikuti pendidikan dan persiapan untuk menjadi konselor membutuhkan kesejahteraan psikologis untuk bisa meningkatkan inovasi dalam pemberian layanan konseling. Dijelaskan pula oleh Muqodas, et.al. (2021) bahwa setiap mahasiswa BK perlu untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka dengan cara mengingat perjalanan hidup dengan cara yang positif, sehingga mereka dapat merasakan kebahagiaan. Melihat kebutuhan akan kesejahteraan psikologis pada kedua kelompok responden, maka mengetahui kebutuhan pengembangan *platform digital* oleh dosen BK juga diperlukan. Bagaimanapun, universitas merupakan agen perubahan yang diharapkan mampu menjembatani kebutuhan di lapangan dengan kondisi-kondisi ideal secara teoretis.

Kebutuhan akan pengembangan *platform digital* untuk pengelolaan kesejahteraan psikologis ini, tidak lepas dari berkembangnya bahasan tentang kesehatan mental di berbagai lini hidup. Semakin banyak individu yang sadar akan pentingnya kesehatan mental, semakin banyak pula akses terhadap layanan BK dan layanan konseling secara umum. Bahkan, guru BK yang semula mengabaikan kesehatan mental dirinya sendiri, menjadi lebih sadar akan kebutuhan terhadap asistensi kesehatan mental. Salah satu upayanya adalah dengan pengelolaan kesejahteraan psikologis.

Platform digital merupakan media yang penting untuk dikembangkan di era teknologi. Selain memudahkan, *platform digital* juga dinilai efektif untuk meningkatkan performa subjek sasaran. Dilihat dari sisi yang lain, pengembangan *platform digital* sangat diminati dan melibatkan interaksi saling menguntungkan secara institusi, pasar, dan teknologi (De Reuver, Sorensen, dan Basole, 2018). Dalam layanan Bimbingan dan Konseling dan Psikologi, pengembangan *platform digital* pun marak dilakukan dengan tujuan yang berbeda-beda. Pengembangan *platform digital* dalam bidang tersebut dimaksudkan untuk meningkatkan kinerja profesional (Nikhulcev, et.al., 2020), bantuan untuk memudahkan penelitian dan pemerolehan data (Nilkuchev, et.al., 2019), dan upaya untuk memberikan *treatment* terkait dengan peningkatan layanan (Fairburn dan Patel, 2017; Lattie, et.al., 2019; Hull, et.al., 2021).

Jenis *platform digital* yang bisa dikembangkan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis pilihan responden cukup familiar di dalam kehidupan. Aplikasi android saat ini marak dikembangkan, khususnya di bidang psikologi. Kelebihan aplikasi tersebut adalah mudah digunakan dan ramah dikantong. Begitu pula dengan jenis *platform digital* lainnya. Ditambah lagi banyaknya fitur yang ditawarkan oleh masing-masing *platform* memudahkan untuk pengembangan dan diseminasi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa pengembangan *platform digital terpadu* untuk pengelolaan kesejahteraan psikologis guru BK dibutuhkan, baik oleh guru BK, dosen BK, maupun mahasiswa BK. Hasil yang telah diperoleh ini masih berada pada lingkup terbatas sehingga perlu dikumpulkan data yang lebih besar untuk dapat dijadikan rasional pengembangan *platform*. Namun demikian, dengan jawaban yang telah diberikan oleh responden, dapat diperoleh gambaran hal apa saja yang perlu dipersiapkan untuk proses pengembangan prototipe yang lebih matang..

DAFTAR PUSTAKA

- Amichai-Hamburger, Y. (Ed.). (2009). *Technology and psychological well-being*. Cambridge University Press.
- Baxter, S., Goyder, L., Herrmann, K., Pickvance, S., & Chilcott, J. (2009). Mental well-being through productive and healthy working conditions (Promoting well-being at work). *London: Patients' Council*.
- Bhakti, C.P. (2015). Bimbingan dan Konseling Komprehensif: Dari Paradigma Menuju Aksi. *Jurnal Fokus Konseling Volume 1 Nomor 2 Agustus 2015 Hal: 93-106*.

- Bhakti, C.P. (2017). Program Bimbingan dan Konseling Komprehensif untuk Mengembangkan Standar Kompetensi Siswa. *Jurnal Konseling Andi Matappa Volume 1 Nomor 1 Februari 2017 Hal: 131-141*.
- De Reuver, M., Sørensen, C., & Basole, R. C. (2018). The digital platform: a research agenda. *Journal of Information Technology*, 33(2), 124-135.
- Fairburn, C. G., & Patel, V. (2017). The impact of digital technology on psychological treatments and their dissemination. *Behaviour research and therapy*, 88, 19-25.
- Hull, T. D., Levine, J., Bantilan, N., Desai, A. N., & Majumder, M. S. (2021). Analyzing Digital Evidence From a Telemental Health Platform to Assess Complex Psychological Responses to the COVID-19 Pandemic: Content Analysis of Text Messages. *JMIR Formative Research*, 5(2), e26190.
- Ikiz, F. E., & Asici, E. (2017). The Relationship between Individual Innovativeness and Psychological Well-Being: The Example of Turkish Counselor Trainees. *International Journal of Progressive Education*, 13(1), 52-63.
- Koller, S.L., Hicks, R.E. (2016). Psychological Capital Qualities and Psychological Wellbeing in Australian Mental Health Professionals. *International Journal of Psychological Studies Volume 8 No 2 2016 Hal: 41-53*.
- Lattie, E. G., Adkins, E. C., Winkquist, N., Stiles-Shields, C., Wafford, Q. E., & Graham, A. K. (2019). Digital mental health interventions for depression, anxiety, and enhancement of psychological well-being among college students: systematic review. *Journal of medical Internet research*, 21(7), e12869.
- Muqodas, I., Kartadinata, S., Nurihsan, J., Dahlan, T., Yusuf, S., & Imaddudin, A. (2020, February). Psychological well-being: A preliminary study of guidance and counseling services development of preservice teachers in Indonesia. In *International Conference on Educational Psychology and Pedagogy- "Diversity in Education" (ICEPP 2019)* (pp. 56-60). Atlantis Press.
- Nikulchev, E., Ilin, D., Kolyasnikov, P., Zakharov, I., & Malykh, S. (2019). Programming technologies for the development of web-based platform for digital psychological tools. *arXiv preprint arXiv:1906.05276*.
- Nikulchev, E., Ilin, D., Silaeva, A., Kolyasnikov, P., Belov, V., Runtov, A., ... & Malykh, S. (2020). Digital Psychological Platform for Mass Web-Surveys. *Data*, 5(4), 95.
- Panaccio, A., & Vandenberghe, C. (2009). Perceived organizational support, organizational commitment and psychological well-being: A longitudinal study. *Journal of Vocational Behavior*, 75(2), 224-236.
- Purwaningrum, R. (2018). Bimbingan dan Konseling Komprehensif sebagai Pelayanan Prima Konselor. *Jurnal Ilmiah Konseling Volume 18 Nomor 1 Januari 2018 Hal: 18-27*.
- Purwaningrum, R. (2019). Model Struktural Kesejahteraan Psikologis Guru Bimbingan dan Konseling. Disertasi. Tidak diterbitkan.
- Purwaningrum, R. (2019). A Structural Model of Mindfulness, Religiosity, Goal Setting, Social Support, Self-Concept and School Counsellor Psychological Well-Being. *International Journal of Innovation, Creativity, and Change Special Edition Volume 5 Issue 4 Hal. 12-29*.

- Purwaningrum, R., Hanurawan, F., Degeng, I. N. S., & Triyono, T. (2019). School counselor's psychological well-being: a phenomenological study. *European Journal of Education Studies*.
- Robertson, I. T., & Cooper, C. L. (2010). Full engagement: the integration of employee engagement and psychological well-being. *Leadership & Organization Development Journal*.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D. (1995). Psychological Well-Being. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99–104. Retrieved from <http://www.jstor.org/stable/20182342>
- Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83, 10–28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(4), 719–727. Retrieved from <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/2508121>
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13–39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>
- Yuliansyah. (2016). *Meningkatkan Response Rate pada Penelitian Survey Suatu Study Literature*. Jakarta: SMART.
- Voon, S. P., Lau, P. L., Leong, K. E., & Jaafar, J. L. S. (2021). Self-Compassion and Psychological Well-Being Among Malaysian Counselors: The Mediating Role of Resilience. *The Asia-Pacific Education Researcher*, 1-14.