

Artikel Info

<i>Received:</i> November 17, 2024	<i>Revised:</i> December 11, 2024	<i>Accepted:</i> January 18, 2025	<i>Published:</i> February 20, 2025
---------------------------------------	--------------------------------------	--------------------------------------	--

House of Care (HoC) Sebagai Metode Konseling Teman Sebaya Dalam Pencegahan dan Penangan Kekerasan Siswa di SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta

Eko Harianto^{1*}, Wanodya Kusumastuti²

Universitas Muhammadiyah Purworejo^{*1, 2}

^{*1}email: ekoharianto@umpwr.ac.id

²email: wanodyakusumastuti@umpwr.ac.id

Abstract: This community service initiative aims to raise awareness about the importance of peer counselling. It is expected to help adolescents solve their problems, particularly within school environments and surrounding communities. The program was conducted through training sessions to prepare students to become peer counsellors. Additionally, SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta, through its Guidance and Counseling (BK) teachers, has developed a method called the House of Care (HoC) as a peer counselling approach. The outcomes of this program include increased knowledge and understanding among students regarding adolescent issues and the formation of peer counsellors. The activity was attended by 80 students from all grade levels who registered voluntarily to participate in the HoC program. The results showed high enthusiasm from participants and a significant improvement in their knowledge and skills related to the material, successfully forming 80 peer counsellors. Through this program, it is hoped that peer counsellors can serve as a viable solution to address various student challenges within and outside the school environment.

Abstrak: Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pemahaman pentingnya dilakukan konseling teman sebaya yang diharapkan dapat membantu remaja dalam mencari solusi terhadap masalah yang mereka hadapi, khususnya di lingkungan sekolah dan sekitarnya. Kegiatan ini dilakukan melalui pelatihan yang dirancang untuk mempersiapkan siswa menjadi konselor sebaya. Selain itu, SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta melalui guru Bimbingan dan Konseling (BK) memiliki metode yang dinamakan House of Care (HoC) sebagai metode konseling teman sebaya. Luaran dari program ini meliputi peningkatan pengetahuan dan pemahaman siswa terkait permasalahan remaja, serta terbentuknya konselor teman sebaya. Kegiatan ini diikuti oleh 80 siswa yang tersebar dari semua jenjang kelas tingkat SMP melalui pendaftaran yang berminat mengikuti program HoC. Hasilnya menunjukkan adanya antusiasme serta peningkatan pengetahuan dan kemampuan siswa dalam memahami materi, serta berhasil membentuk 80 konselor teman sebaya. Melalui program ini, diharapkan konselor teman sebaya dapat menjadi salah

Keywords: House of Care; Counselling Methods; Peers; Violence Prevention and Management.

satu solusi untuk mengatasi berbagai permasalahan siswa di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah.

Kata Kunci: House of Care; Metode Konseling; Teman Sebaya; Pencegahan dan Penanganan Kekerasan.

A. Pendahuluan

Sekolah adalah lembaga pendidikan formal yang melengkapi peran keluarga dan masyarakat dalam mendidik anak. Sebagai mitra keluarga, sekolah bertugas mendukung perkembangan dan potensi anak agar mampu menjalankan peran dalam kehidupan sebagai individu, anggota masyarakat, maupun manusia seutuhnya. Pendidikan di sekolah mengikuti aturan-aturan tertentu yang harus dipahami dan dipatuhi. Di lingkungan sekolah, peran mendidik anak tidak lagi dipegang oleh orang tua, melainkan oleh guru yang bertindak sebagai pengganti mereka (Putri, 2020).

Perilaku kekerasan (*bullying*) di sekolah bukanlah fenomena baru, tetapi menjadi sumber kekhawatiran bagi siswa, guru, dan orang tua, karena tindakan tersebut masih sering terjadi di lingkungan sekolah, mulai dari tingkat sekolah dasar (SD) hingga perguruan tinggi (PT). Kekerasan seringkali menimpa anak-anak maupun orang dewasa. Penyebab kekerasan di sekolah biasanya berasal dari teman sebaya atau kakak tingkat yang mengintimidasi individu dianggap lemah.

Menurut data dari Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, kekerasan di sekolah menjadi isu utama dalam upaya menciptakan lingkungan belajar yang aman dan kondusif (Palilingan dkk., 2024). Masa sekolah, yang idealnya menjadi momen penuh kebahagiaan, kenyataannya tidak selalu demikian bagi sebagian anak. Bagi mereka, masa ini justru dipenuhi dengan rasa takut, cemas, dan penderitaan akibat perilaku perundungan atau intimidasi.

Berdasarkan data dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), tercatat sekitar 3.800 kasus perundungan terjadi di Indonesia sepanjang tahun 2023. Angka ini

menunjukkan peningkatan yang signifikan dibandingkan tahun-tahun sebelumnya, yaitu 226 kasus pada 2022, 53 kasus pada 2021, dan 119 kasus pada 2020, sebagaimana dilaporkan oleh KPAI dan Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI). Mirisnya, jumlah kasus perundungan terus meningkat dari tahun ke tahun.

Jenis perundungan yang paling sering dialami meliputi bullying fisik (55,5 persen), bullying verbal (29,3 persen), dan bullying psikologis (15,2 persen). Dari segi jenjang pendidikan, siswa SD menjadi kelompok dengan korban terbanyak (26 persen), diikuti oleh siswa SMP (25 persen) dan siswa SMA (18,75 persen). Namun, data ini hanya mencerminkan kasus yang dilaporkan, sementara masih banyak kasus lain yang tidak tercatat karena korban enggan melapor. Perundungan ini pun terjadi di berbagai lapisan masyarakat (Wibisana, 2024).

SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta merupakan salah satu sekolah menengah pertama (SMP) swasta dengan memiliki jumlah rombel sebanyak 26 rombel dan jumlah siswa 821 (*Profil SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta*, t.t.). Dengan jumlah siswa yang cukup besar, tidak menutup kemungkinan sering terjadi kasus kekerasan antar siswa yang mengganggu proses belajar mengajar di sekolah.

Banyak siswa menunjukkan perilaku yang mencerminkan masalah emosional dan sosial, seperti agresivitas verbal, reaksi berlebihan terhadap pujian, merasa tidak disukai oleh orang lain, kesulitan mengendalikan emosi, kurang percaya diri, serta sikap pesimis terhadap persaingan. Para siswa juga cenderung membentuk kelompok atau geng yang menciptakan persaingan tidak sehat di antara mereka. Setiap kelompok berupaya menonjolkan eksistensinya agar diakui sebagai yang paling berkuasa, terkuat, atau paling populer.

Akibatnya, mereka mulai saling mengejek, baik secara langsung maupun melalui media sosial, sering bolos sekolah, dan mengabaikan tanggung jawab akademik seperti tugas sekolah. Berdasarkan penanganan beberapa kasus, ditemukan bahwa perundungan sering terjadi di antara siswa. Beberapa siswa mengakui bahwa mereka pernah menyaksikan atau bahkan menjadi pelaku *bullying*. Bentuk perundungan yang

teridentifikasi meliputi tindakan seperti membentak, memelototi, memeras, mengejek, hingga tindakan yang lebih ekstrem seperti kekerasan fisik berupa pemukulan.

Adapun upaya yang dapat dilakukan adalah meningkatkan pemahaman siswa, guru, dan orang tua tentang pentingnya menjaga keamanan dan ketertiban di sekolah. Selain itu, perlu diadakan kegiatan sosialisasi dan pembinaan untuk meningkatkan kesadaran akan dampak negatif dari kekerasan di sekolah. Dengan demikian, diharapkan semua pihak dapat bekerja sama menciptakan lingkungan belajar yang harmonis dan bebas dari kekerasan (*Permendikbudristek Nomor 46 Tahun 2023*, t.t.).

Berdasarkan fenomena di lapangan, perlu adanya langkah konkret untuk mengatasi kasus kekerasan di sekolah, terutama di SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta. Sekolah harus melakukan pendekatan komprehensif dalam menangani kasus kekerasan, mulai dari pencegahan hingga penanganan kasus yang sudah terjadi. Hal ini penting untuk memastikan lingkungan belajar tetap aman dan kondusif bagi seluruh siswa.

Sehingga peneliti tertarik mengadakan pengabdian masyarakat tentang penerapan konseling teman sebaya. SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta memiliki metode konseling teman sebaya dalam pencegahan dan penanganan kekerasan yang dikenal dengan nama *House of Care* (HoC). Konseling sebaya adalah metode pemecahan masalah yang melibatkan penggunaan keterampilan serta mendengarkan secara aktif untuk memberikan dukungan kepada individu yang berada pada kelompok usia atau tingkat yang sama (Santrock, 2015). Penelitian yang dilakukan Buhrmester dalam (Santrock, 2015) menunjukkan bahwa pada masa remaja kedekatan hubungan dengan teman sebaya meningkat drastis, dan pada saat yang bersamaan kedekatan hubungan remaja dengan orang tua menurun secara drastis. Hurlock (1980) juga menegaskan bahwa masa remaja adalah periode yang sangat erat dengan hubungan teman sebaya. Pada tahap perkembangan ini, remaja membutuhkan pengakuan dari kelompok atau teman-teman sebaya mereka serta mencari identitas baru sebagai upaya untuk meningkatkan rasa harga diri.

Menurut Suwarjo (2018), konseling sebaya adalah program bimbingan yang dilakukan oleh seseorang kepada individu lain. Sebelum menjalankan perannya, individu yang bertugas sebagai pembimbing terlebih dahulu mendapatkan pelatihan atau arahan dari konselor. Sebagai pembimbing, ia berperan sebagai mentor atau tutor yang membantu individu lain dalam mengatasi berbagai permasalahan, baik yang berkaitan dengan aspek akademik maupun non-akademik. Selain itu, pembimbing juga berfungsi sebagai mediator yang menjembatani konselor dengan memberikan informasi mengenai kondisi, perkembangan, atau masalah individu yang membutuhkan layanan bimbingan atau konseling.

Sedangkan menurut Tindall & Gray (1989), konseling teman sebaya mencakup berbagai bentuk hubungan yang bertujuan untuk membantu, seperti hubungan individu secara langsung (*one-to-one helping relationship*), kepemimpinan dalam kelompok, fasilitasi diskusi, pemberian tutorial, serta berbagai aktivitas interpersonal lainnya yang dirancang untuk memberikan dukungan dan bantuan.

Melalui *HoC* di SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta diharapkan adanya perubahan yang efektif dalam pencegahan dan penanganan kekerasan di sekolah. Dimana peserta program *HoC* adalah siswa yang telah lolos seleksi untuk menjadi konselor sebaya sebanyak 80 siswa. Para siswa tersebut menjalani pelatihan sebagai konselor teman sebaya guna mencegah perilaku kekerasan di SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta.

B. Metode Penelitian

Metode pelaksanaan dalam kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini dilakukan melalui pelatihan dan pendampingan siswa di SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta. Adapun siswa yang mengikuti program pelatihan *HoC* berasal dari kelas 7, 8, dan 9. Keikutsertaan ini dengan melakukan pendaftaran melalui panitia yaitu guru BK SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta. Pelatihan dan pendampingan sampai dengan

terbentuknya kader HoC dilaksanakan pada hari Jum'at-Sabtu, 22-23 November 2024 di Hotel Kana Kaliurang, Sleman, Yogyakarta.

Para peserta diberikan psikoedukasi yang mengusung tema “Menjadi Remaja yang Sehat Mental”. Adapun tujuan dari psikoedukasi ini adalah membantu siswa meningkatkan kesadaran diri, membangun ketahanan mental, menumbuhkan rasa percaya diri, mengembangkan keterampilan sosial yang sehat, mencegah masalah kesehatan mental, menumbuhkan pola hidup sehat, dan mendorong remaja untuk mencari bantuan jika dibutuhkan. Dengan tujuan-tujuan ini, psikoedukasi diharapkan dapat membantu remaja menjadi individu yang lebih tangguh, bahagia, dan memiliki kesejahteraan psikologis yang baik.

Penjelasan materi disampaikan dengan metode ceramah yang fokus pada kegiatan pemberian materi dengan powepoint dilengkapi video dan poster melalui laptop dan LCD. Kegiatan ceramah berfokus pada penyampaian materi, baik secara lisan maupun tulisan, kepada siswa terkait konseling teman sebaya. Selain itu, terdapat sesi diskusi dan tanya jawab untuk mendalami materi yang telah disampaikan. Tujuan dari kegiatan ini adalah menciptakan pemahaman yang sama antara pemateri dan peserta tentang konsep dan penerapan konseling sebaya.

Dilanjutkan adanya *role play* yang dirancang dalam bentuk permainan dengan skenario tertentu yang memberikan peserta kesempatan untuk memainkan peran. Peserta diminta menghayati, mencoba, dan merasakan menjadi pihak tertentu dalam proses konseling sebaya. Dalam kegiatan ini, siswa berperan sebagai konselor atau konseli untuk memperoleh pengalaman langsung dan pemahaman mendalam tentang praktik konseling sebaya.

Simulasi mirip dengan *role play*, tetapi peserta memainkan perannya sendiri dalam situasi nyata yang mungkin mereka hadapi di masa depan. Dalam simulasi ini, peserta diminta untuk melakukan sesuatu yang benar-benar akan mereka alami atau lakukan, sementara peserta lain memainkan peran sebagai individu yang terlibat dalam

situasi tersebut. Hal ini memberikan pengalaman realistis kepada peserta mengenai proses konseling sebaya yang akan mereka jalani.

Setelah pemberian materi dilanjutkan pada tahap evaluasi, dimana tahapan ini dilakukan terhadap seluruh kegiatan yang telah dilaksanakan untuk menilai efektivitas program pengabdian. Tahap akhir dari pengabdian ialah menyusun laporan akhir yang mencakup seluruh proses, hasil, dan dampak dari kegiatan pengabdian ini.

C. Hasil dan Pembahasan

Pembentukan kader HoC menjadi salah satu elemen kunci dalam keberhasilan program ini. Kelompok tersebut tidak hanya berperan sebagai pemantau, tetapi juga sebagai agen perubahan yang aktif dalam menyebarkan nilai-nilai positif di lingkungan sekolah. Keberadaan kader HoC memberikan rasa aman bagi siswa sekaligus membantu menciptakan budaya saling mendukung dan menguatkan di sekolah.

Selain itu, pembuatan media edukatif oleh siswa juga memberikan dampak positif dalam upaya pencegahan dan penanganan kekerasan di sekolah. Keterlibatan mereka dalam proses ini menumbuhkan rasa tanggung jawab untuk menjaga lingkungan sekolah tetap kondusif dan bebas dari tindakan kekerasan. Inisiatif ini juga mendorong siswa untuk menjadi teladan dan agen perubahan bagi teman-temannya.

Penerapan kebijakan penanganan kekerasan yang lebih tegas dan terstruktur oleh pihak sekolah semakin memperkuat langkah-langkah pencegahan. Dengan kebijakan yang diterapkan secara konsisten, siswa dan guru memiliki pedoman yang jelas dalam menangani dan merespons kasus kekerasan di sekolah. Kebijakan ini juga menjadi bukti nyata komitmen sekolah dalam menciptakan lingkungan yang aman dan nyaman bagi seluruh siswa.

Secara keseluruhan, program pengabdian ini berhasil mencapai tujuannya dalam membentuk kader HoC serta menciptakan lingkungan sekolah yang lebih aman dan nyaman di SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta. Faktor-faktor seperti peningkatan kesadaran, keterlibatan seluruh warga sekolah, serta penerapan kebijakan yang

mendukung pencegahan bullying berkontribusi terhadap keberhasilan program ini. Hasil yang dicapai menunjukkan bahwa dengan pendekatan yang menyeluruh dan partisipatif, tindakan bullying dapat dicegah, dan suasana sekolah yang positif dapat terwujud.



Gambar 1. Kegiatan Ceramah Menjadi Remaja yang Sehat Mental

Kegiatan penyampaian materi remaja yang sehat mental ini memberikan pengetahuan bahwa kesehatan mental adalah salah satu aspek penting dari kesejahteraan manusia. Dalam beberapa dekade terakhir, masalah kesehatan mental telah menjadi salah satu isu kesehatan global yang mendesak dan semakin meresahkan. Satu dari tiga remaja (34.9%), setara dengan 15.5 juta remaja Indonesia, memiliki satu masalah kesehatan mental dalam 12 bulan terakhir. Masalah-masalah kesehatan mental tersebut diantaranya depresi, kecemasan, stress pasca trauma, masalah perilaku, masalah terkait pemusatan perhatian dan/atau hiperaktivitis. Gangguan kecemasan merupakan gangguan mental yang paling banyak dialami oleh remaja. Di samping itu, hanya 2.6% dari remaja dengan masalah kesehatan mental yang pernah mengakses layanan yang menyediakan dukungan atau konseling untuk masalah emosi dan perilaku dalam 12 bulan terakhir (*Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS): Laporan Penelitian, 2022*).

Hal tersebut disampaikan agar para siswa yang mengikuti pelatihan *HoC* memahami dirinya sebagai seorang remaja yang sehat mental. Selain itu, disampaikan juga tentang perilaku-perilaku yang dapat mengarah kepada tindak kekerasan di sekolah. Penyampaian materi dengan metode ceramah, diskusi dan tanya jawab oleh peserta *HoC*. Dengan hasil terpilihnya 80 siswa yang dipilih oleh pihak sekolah dan berdasarkan hasil *screening* yang sudah dilakukan untuk diikutsertakan pada kegiatan pelatihan *HoC*.



Gambar 2. Peserta sedang melakukan *role play*

Setelah pemberian materi “Menjadi Remaja yang Sehat Mental” dilanjutkan dengan melakukan *role play* dan simulasi sesuai kasus yang diberikan. Tim pelaksana melakukan observasi terhadap *role play* dan simulasi dan memberikan umpan balik terkait *role play* dan simulasi yang telah dilakukan peserta.

Oleh sebab itu, para mentor ini perlu dibekali dengan beberapa pengetahuan dasar tentang psikologi dan kemampuan dasar konseling seperti analytical, understanding, acceptance, listening, reflecting, dan empathy agar mereka dapat menganalisa kasus-kasus yang sedang berkembang dan mampu mendengar, merefleksikan, menerima, mengerti, dan berempati kepada klien (Sonata, 2024).



Gambar 3. Simulasi peserta melakukan konseling sebaya

Simulasi konseling sebaya memberikan peluang bagi siswa untuk mengembangkan keterampilan yang mendukung pengalaman kemandirian dan pengendalian diri, yang sangat penting bagi remaja. Secara khusus, konseling sebaya tidak berorientasi pada evaluasi isi, melainkan lebih menekankan pada proses berpikir, pengelolaan emosi, dan pengambilan keputusan (Carr, 1981). Dengan pendekatan ini, konseling sebaya berkontribusi pada pemenuhan kebutuhan remaja akan pengalaman bermakna, terutama dalam hal perhatian dan dukungan.

Konseling teman sebaya menekankan pentingnya keterampilan komunikasi untuk mendukung proses eksplorasi diri dan pengambilan keputusan. Konselor sebaya bukanlah seorang profesional atau terapis, melainkan siswa atau remaja yang memberikan bantuan kepada teman sebayanya dengan panduan dari konselor ahli. Meskipun demikian, dalam pelaksanaannya, keberadaan dan peran konselor ahli tetap menjadi bagian yang penting (Zamroni & Masturi, 2017).



Gambar 4. Peserta *House of Care* SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta

D. Simpulan

Pelatihan dan pembentukan konselor teman sebaya berhasil dilaksanakan dengan baik sesuai dengan rencana yang telah disusun. Kegiatan ini mendapatkan respons positif, terbukti dari antusiasme peserta dan dukungan penuh dari pihak orang tua dan sekolah. Sehingga jumlah peserta yang semestinya ditargetkan sebanyak 60 siswa menjadi 80 peserta. Efektivitas *HoC* sebagai metode konseling teman sebaya merupakan program unggulan dari Bimbingan dan Konseling (BK) SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta yang dikoordinatori oleh para guru BK. Selain itu, peserta *HoC* mengikuti seluruh rangkaian pelatihan hingga selesai. Hasil kegiatan PM secara garis besar mencakup beberapa komponen sebagai berikut: keberhasilan target jumlah peserta pelatihan, ketercapaian tujuan pelatihan, ketercapaian target materi yang telah direncanakan, kemampuan peserta dalam penguasaan materi.

E. Daftar Pustaka

Carr, R. A. (1981). *Theory and Practice of Peer Counselling: Presentation Made to the National Consultation on Vocational Counselling*. Occupational and Career

Analysis and Development Branch, Canada Employment and Immigration Commission.

Hidayati, N. O., Lukman, M., Sriati, A., Widianti, E., & Agustina, H. S. (2017). Pembentukan Konselor Teman Sebaya Dalam Upaya Preventif Perilaku Kekerasan Pada Remaja di SMP negeri 1 Pangandaran. *Dharmakarya: Jurnal Aplikasi Ipteks untuk Masyarakat*, 6(2), 125–128. <https://doi.org/10.24198/dharmakarya.v6i2.14861>

Hurlock, E. (1980). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga.

Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS): Laporan Penelitian (D. A. Nadhira, Penerj.). (2022). Pusat Kesehatan Reproduksi.

Palilingan, T. N., Setiabudhi, D. O., & Palilingan, T. K. R. (2024). Peningkatan Kesadaran Hukum Terhadap Kekerasan di Lingkungan Satuan Pendidika. *Lex Privatum*, 14(3), 1–6.

Permendikbudristek Nomor 46 Tahun 2023. (t.t.). <https://merdekadarikekerasan.kemdikbud.go.id/definisi-dan-bentuk-kekerasan/>

Profil SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta. (t.t.). <https://smpmuh2yk.sch.id/sejarah/>

Putri, W. T. (2020). Tindakan Sekolah Dalam Mencegah Perilaku Bullying di SMP Muhammadiyah 2 dan SMP 2 Ngaglik Sleman. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(1), 31–35. <https://doi.org/10.31316/g.couns.v4i1.448>

Santrock, J. W. (2015). *Psikologi Pendidikan* (T. Wibowo, Penerj.). Kencana.

Sonata, B. R. (2024). Mengembangkan keterampilan konseling untuk meningkatkan kualitas pelayanan. *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M)*, 5(2), 359–372. <https://doi.org/10.33474/jp2m.v5i2.21887>

Suwarjo. (2018, Februari 29). *Konseling Teman Sebaya (Peer Counseling) untuk Mengembangkan Resiliensi Remaja*.

Tindall, J. A., & Gray, H. D. (1989). *Peer Counseling: In-Depth Look At Training Peer Helpers* (3rd ed). Accelerated Development Inc.

Wibisana, W. (2024, Mei). Kasus Bullying Naik Tiap Tahun, Psikolog: Remaja Rentan Jadi Korban. <https://www.indopos.co.id/nasional/2024/05/14/kasus-bullying-naik-tiap-tahun-psikolog-remaja-rentan-jadi-korban/>.

Zamroni, E., & Masturi. (2017). Pelatihan Peer Counseling Pada Remaja di Panti Sosial Asuhan Anak (PSAA) Tunas Bangsa Pati. *Jurnal Bagimu Negeri*, 1(1), 47–56. <https://doi.org/10.52657/bagimunegeri.v1i1.315>