

Layanan Dasar Bimbingan Dan Konseling untuk Peningkatan *Survival And Safety Skills* Siswa

Vany Dwi Putri¹, Nakhma'ussolikah²

^{1,2}Institut Agama Islam Bunga Bangsa Cirebon

Email : vanydp@gmail.com¹

Abstrak

Survival and Safety Skills adalah suatu keterampilan yang harus dimiliki oleh setiap individu. Salah satu cara untuk meningkatkan *survival and safety skills* adalah dengan memberikan layanan dasar bimbingan dan konseling. Tujuan penelitian adalah memperoleh *survival and safety skills* siswa yang dijadikan landasan dalam pembuatan layanan dasar bimbingan dan konseling. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif. Alat pengukuran data adalah kuisioner berbentuk skala yang dikembangkan berdasarkan indikator *survival and safety skills* untuk SMP dari *Comprehensive School Counseling Program Guide* 2009. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas VIII SMP Miftahul Iman Tahun Ajaran 2018/2019. Hasil penelitian menunjukkan tingkat *survival and safety skills* yang dimiliki siswa berada pada kategori cukup. Layanan dasar yang dikembangkan disesuaikan dengan hasil pengolahan data yang telah dilakukan. Secara umum, *survival and safety skills* siswa berada pada kategori cukup. Rekomendasi penelitian ditujukan bagi pihak sekolah agar dapat melakukan kerjasama yang baik dengan pihak luar maupun orang tua untuk meningkatkan *survival and safety skills* siswa. Guru BK dapat melakukan bekerjasama dengan pihak sekolah, wali kelas dan guru mata pelajaran untuk mengumpulkan informasi terkait *survival and safety skills* siswa.

Kata Kunci: *Survival and Safety Skills; Siswa SMP; Layanan Dasar Bimbingan dan Konseling.*

Abstract

Survival and Safety Skills is a skill that must be acquired by every individual. One way to improve survival and safety skills is to provide a guidance curriculum of guidance and counseling. The goal of the research is to obtain the depiction of the students' survival and safety skills which will be the basis to develop the guidance curriculum. A quantitative approach with descriptive methods was used in the research. The instrument in the study was questionnaire in form of scale that was developed based on indicators of junior high school students' survival and safety skills from *Comprehensive School Counseling Program Guide* 2009. The population of the study was all eighth grade students of SMP Miftahul Iman in Academic Year

2018/2019. The results showed that the level of the students' survival and safety skills was in the adequate category. The developed basic guidance was developed based on the the processed data. Based on the study, it is recommended for the school to work with other parties, including students' parents, to improve the students' survival and safety skills. Counselors can collaborate with the school, homeroom teachers, and other teachers in order to gather information related to the students' survival and safety skills.

Keywords: *Survival and Safety Skills; Students of SMP; Guidance Curriculum Of Guidance And Counseling.*

PENDAHULUAN

Menurut Stanley Hall (Santrock, 2003) masa remaja dianggap sebagai masa topan badai dan stress (*storm and stress*). Pada masa ini, remaja telah memiliki keinginan bebas untuk menentukan nasib sendiri. Bila terarah dengan baik, remaja akan menjadi seorang individu yang memiliki rasa tanggung jawab, tetapi bila tidak maka dapat menjadi seorang yang tidak memiliki masa depan dengan baik.

Habert dan Runyon (Andria, 2009) mengemukakan perubahan karakteristik yang dialami remaja dapat menimbulkan terjadinya konflik. Konflik yang tidak ditangani dengan baik adalah salah satu penyebab stress pada remaja. Akibatnya, kaum remaja termasuk ke dalam kaum beresiko melakukan perilaku berbahaya bagi dirinya.

Standar Kompetensi Lulusan (SKL) untuk jenjang menengah yang dituangkan dalam Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 54 Tahun 2013 mensyaratkan pentingnya remaja memiliki *survival and safety skills*. *Survival and safety skills* adalah kemampuan berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya. Hal tersebut sejalan dengan aspek *survival and safety skills* yang harus dipenuhi oleh siswa SMP menurut buku *The South California Comprehensive Developmental Guidance and Counseling Program Model* (2008) yaitu mampu mengidentifikasi sumber daya baik di sekolah maupun di masyarakat dan mengetahui cara mencari bantuan.

Survival and safety skills merupakan suatu hal yang penting dimiliki oleh siswa. Selama ini, belum ada data yang menyebutkan tentang *survival and safety skills* siswa. Sumargi (2005) menyatakan kondisi di Indonesia sama dengan di Malaysia. Malaysia menyadari terlebih dahulu mengenai keterbatasan keselamatan diri dan mulai melakukan penelitian tentang itu. Adapun menurut *Connecticut School Counselor Association* (2008) *survival and safety skills* berada pada area perkembangan pribadi siswa yakni siswa mampu menunjukkan aplikasi yang tepat dari keterampilan *survival and safety skills* untuk kesejahteraan pribadi dan fisik mereka.

Menurut Craven dan Hirnle (2003) keamanan dan keselamatan merupakan kebutuhan dasar manusia, yang merupakan kebutuhan prioritas kedua setelah kebutuhan fisiologis pada Hirarki kebutuhan Maslow. Keamanan tidak hanya pencegahan kecelakaan dan injuri tetapi juga mengijinkan seseorang untuk merasakan bebas dalam beraktivitas tanpa bahaya. Keamanan mengurangi stress, meningkatkan satus kesehatan umum. Keamanan memungkinkan seseorang untuk memenuhi kebutuhan dasar

mereka seperti dicintai dan mencintai dan harga diri dan memungkinkan seseorang mencapai kebutuhannya. Dampak positif dalam kehidupannya adalah menghasilkan status kesehatan mental yang lebih baik dan fungsi individu lebih efektif

Karakteristik dari keamanan (*safety*) mencakup 3 hal yaitu *pervasiveness* (memengaruhi/mengisi), *perception* (persepsi), dan *management* (managemen) (Craven & Hirnle, 2003). Craven dan Hirnle (2003) juga mengatakan keamanan (*safety*) sangat dipengaruhi oleh tahap perkembangan seseorang dalam hidupnya. Kemampuan fisiologis dan psikologis seseorang dalam pemenuhan kebutuhan keamanan sangat tergantung pada kematangan perkembangannya. Hal-hal yang membahayakan keamanan sangat berbeda pada kelompok umur pada risiko dalam pembedaan injurinya. Intervensi keperawatan ditujukan dalam tingkatan umur yang berbeda dalam pemenuhan kebutuhan keselamatan. Perkembangan umur seseorang dapat dibagi ke dalam bayi (*newborn and infant*), anak-anak (*toddler and preschooler*), remaja (*school age child and adolescent*) dan dewasa (*adult and older adult*).

Secara operasional definisi dari *survival and safety skills* adalah kemampuan siswa dalam melindungi dirinya dari hal-hal yang membahayakan jiwanya. Indikator *survival and safety skills* untuk siswa dalam *Comprehensive School Counseling Program Guide* (2009: 19) disebutkan yang harus dimiliki oleh siswa SMP, di antaranya: (1) membedakan antara situasi yang membutuhkan dukungan teman sebaya dan situasi yang membutuhkan bantuan profesional orang dewasa; (2) dapat memecahkan masalah secara efektif dan memiliki keterampilan pengambilan keputusan untuk membuat pilihan yang aman dan sehat; (3) mempelajari bahaya emosional dan fisik penyalahgunaan narkoba; (4) mempelajari hubungan antara aturan, hukum, keamanan dan perlindungan hak-hak individu; dan (5) dapat mengelola stres dan konflik. *Survival and safety skills* dalam menolong diri sendiri sangat penting, khususnya untuk mencapai kemandirian siswa. Pemikiran ini didasarkan pada kenyataan jika siswa dapat mempelajari keterampilan menolong diri sendiri, dimungkinkan mereka dapat melakukan sesuatu untuk dirinya sendiri (Wulandari, 2013).

Peningkatan *Survival and safety skills* memerlukan keterlibatan sejumlah faktor penting. Strassel, *et al* (1981: 176-181) menyebutkan faktor-faktor tersebut diantaranya *needs* (kebutuhan), *motivation* (motivasi),

objectives (tujuan), *student activities* (kegiatan siswa), dan *environment for instruction* (lingkungan untuk instruksi).

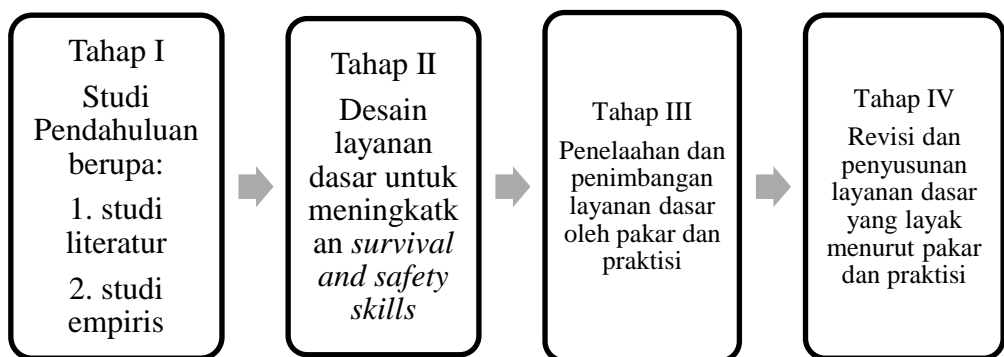
Rancangan layanan dasar dalam peningkatan *survival and safety skills* siswa disesuaikan dengan tingkatan *survival and safety skills* yang dimiliki oleh siswa Kelas VIII SMP Miftahul Iman. Secara umum, layanan dasar yang akan dirancang dapat berupa bimbingan klasikal dan bimbingan kelompok. Kemudian tujuan penelitian ini adalah memperoleh *survival and safety skills* siswa yang dijadikan landasan dalam pembuatan layanan dasar bimbingan dan konseling.

METODOLOGI PENELITIAN

Pendekatan yang digunakan ialah pendekatan kuantitatif, yaitu pendekatan yang menekankan fenomena-fenomena objektif yang dapat dikaji secara kuantitatif dan bertujuan untuk memperoleh gambaran *survival and safety skills* siswa. Alasan digunakannya pendekatan kuantitatif sebagai pendekatan penelitian adalah memungkinkan dilakukannya pencatatan penganalisaan data hasil penelitian secara matematis dengan menggunakan penghitungan statistik.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif, yang bertujuan untuk memperoleh jawaban tentang permasalahan yang sedang terjadi dan dapat menggambarkan fenomena-fenomena yang ada. Dalam penelitian ini dimaksudkan untuk memperoleh gambaran *survival and safety skills* siswa Kelas VIII SMP Miftahul Iman.

Alur penelitian dalam pengembangan layanan dasar bimbingan dan konseling dipaparkan dalam bagan berikut.



Gambar 1. Alur Penelitian dan Pengembangan Layanan Dasar Bimbingan untuk Meningkatkan *Survival and Safety Skills*

Partisipan penelitian adalah seluruh siswa Kelas VIII SMP Miftahul Iman tahun pelajaran 2018/2019. Siswa Kelas VIII SMP Miftahul Iman terdiri dari Kelas VIII A 27 siswa dan Kelas VIII B 29 Siswa. Jumlah seluruh partisipan dalam penelitian ini adalah 56 siswa.

Pengumpulan data penelitian menggunakan instrumen berupa angket skala *survival and safety skills*. Angket yang digunakan adalah angket tertutup yang berisikan beberapa pernyataan yang telah disediakan alternatif jawabannya. Pengisian angket tertutup hanya dapat dijawab responden sesuai dengan alternatif jawaban yang telah disediakan. Angket *survival and safety skills* dirumuskan berdasarkan aspek *survival and safety skills* yang terdapat pada *Comprehensive School Counseling Program Guide* (2009: 19) yang harus dimiliki oleh siswa SMP.

Angket dalam penelitian ini menggunakan format *rating scale*. Skala penilaian berupa daftar pertanyaan untuk menilai kualitas aspek keterampilan siswa dengan rentang tertentu. Angket untuk mengukur tingkat *survival and safety skills* menggunakan rentang 1-4. Keempat alternatif respon tersebut diurutkan dari kemungkinan kesesuaian tertinggi sampai terendah, yaitu 1) Kurang, 2) Cukup, 3) Baik, dan 4) Baik Sekali yang tertuang dalam pilihan jawaban A, B, C dan D secara acak pada setiap butir pertanyaan.

Analisis data kuantitatif merupakan analisis data yang digunakan dalam penelitian ini. Data yang didapatkan dari penelitian ini menggunakan angket skala *survival and safety skills*. Teknik analisis data kuantitatif berupa skala untuk mengetahui tingkat *survival and safety skills* siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengumpulan dan pengolahan data yang telah dilakukan dengan jumlah responden sebanyak 56 siswa, diperoleh nilai rerata *survival and safety skills* sebesar 1,72. Artinya, secara keseluruhan *survival and safety skills* siswa kelas VIII SMP Miftahul Iman berada pada kategori cukup dengan tingkat penguasaan sebesar 43% dari kelima aspek yang harus dipenuhi, yaitu: (1) keterampilan membedakan antara situasi yang membutuhkan dukungan teman sebaya dan situasi yang membutuhkan bantuan profesional orang dewasa; (2) keterampilan memecahkan masalah secara efektif dan memiliki keterampilan pengambilan keputusan untuk membuat pilihan yang aman dan sehat; (3) mengetahui bahaya emosional dan fisik penyalahgunaan narkoba; (4) mengetahui hubungan antara aturan, hukum, keamanan dan perlindungan hak-hak individu; dan (5) keterampilan

mengelola stres dan konflik. Perolehan simpangan baku sebesar 0,30 menunjukkan bahwa pemahaman siswa mengenai *survival and safety skills* cukup beragam. Pada kategori cukup, siswa masih memerlukan bantuan agar *survival and safety skills* yang dimiliki oleh siswa dapat lebih baik lagi.

Terdapat beberapa hal yang dapat memengaruhi *survival and safety skills* siswa. Menurut Strasser (1981) faktor yang memengaruhi keselamatan individu adalah kebiasaan yang tidak aman dan lingkungan yang tidak aman. Kebiasaan yang tidak aman disebabkan oleh keterbatasan fisik, kurangnya pengetahuan, kurangnya keterampilan, kebiasaan dan tingkah laku yang dapat membahayakan. Siswa SMP Kelas VIII yang cenderung belum memiliki pengalaman dan pengetahuan yang memadai menjadi salah satu faktor yang menyebabkan kurangnya kesadaran akan pentingnya *survival and safety skills*.

Wade dan Tavris (2007) menyatakan terdapat tiga masalah yang cenderung muncul pada remaja dibandingkan dengan pada masa anak-anak atau dewasa. Ketiga masalah tersebut adalah konflik dengan orang tua, suasana hati yang berubah-ubah (*mood swing*) dan depresi, serta tingginya angka perilaku ceroboh, pelanggaran hukum dan tindakan beresiko. Masalah-masalah tersebut merupakan sisi negatif dari proses pendewasaan remaja. Pelanggaran aturan seringkali terjadi karena remaja membangun standar dan nilai mereka sendiri. Seringkali remaja meniru gaya, tindakan dan sikap dari teman sebaya yang sangat bertentangan dengan gaya atau sikap orang tua mereka. Sebelum remaja dapat mengubah perilaku merugikan diri sendiri, mereka membutuhkan lingkungan yang aman untuk berbagi kecemasan dan perkembangan mereka. Lingkungan tempat remaja merasa aman adalah rumah, sekolah dan lingkungan sekitar (Thomson, 2006). Di dalam lingkungan sekolah, keberhasilan penerapan pendidikan keselamatan dalam kurikulum sekolah tergantung pada pembentukan lingkungan yang kondusif dan mendukung program pendidikan keselamatan (Strasser et al, 1981: 135). Lingkungan yang dimaksud mencakup lingkungan fisik maupun orang-orang yang terlibat. Semakin kondusif dan baik lingkungan di sekitar siswa, maka perkembangan *survival and safety skills* siswa juga akan semakin baik.

Tabel 1.

Gambaran Umum Aspek Keterampilan *Survival and Safety Skills* Siswa Kelas VIII SMP Miftahul Iman Tahun Ajaran 2018/2019

Aspek	N	Rerata		Std. Deviasi	Kategori
		Angka	Persentase		
Keterampilan membedakan antara situasi yang membutuhkan dukungan teman sebaya dan situasi yang membutuhkan bantuan profesional orang dewasa	56	1,54	39	0,44	Cukup
Keterampilan memecahkan masalah secara efektif dan memiliki keterampilan pengambilan keputusan untuk membuat pilihan yang aman dan sehat	56	1,40	35	0,28	Cukup
Mengetahui bahaya emosional dan fisik penyalahgunaan narkoba	56	1,80	45	0,47	Cukup
Mengetahui hubungan antara aturan, hukum, keamanan dan perlindungan hak-hak individu	56	1,83	46	0,49	Cukup
Keterampilan mengelola stres dan konflik	56	2,03	51	0,69	Baik

Tabel 1. menunjukkan gambaran masing-masing aspek *survival and safety skills* siswa Kelas VIII SMP Miftahul Iman. Berdasarkan data tersebut, dapat diketahui bahwa aspek dengan nilai tertinggi adalah keterampilan mengelola stress dan konflik dengan nilai rerata sebesar 2,03 dengan persentase sebesar 51% yang termasuk pada kategori baik. Pada kategori

baik, *survival and safety skills* siswa berada pada rentang penguasaan sebesar 51-75%.

Adapun untuk aspek dengan nilai terendah adalah aspek keterampilan memecahkan masalah secara efektif dan memiliki keterampilan pengambilan keputusan untuk membuat pilihan yang aman dan sehat yang mendapatkan nilai rerata sebesar 1,40 atau persentase kemampuan sebesar 35%. Pada aspek ini siswa berada pada kategori cukup dengan rentang kemampuan sebesar 26-50%.

Ketiga aspek lainnya, yaitu 1) mengetahui hubungan antara aturan, hukum, keamanan dan perlindungan hak-hak individu, 2) mengetahui bahaya emosional dan fisik penyalahgunaan narkoba, dan 3) keterampilan membedakan antara situasi yang membutuhkan dukungan teman sebaya dan situasi yang membutuhkan bantuan profesional orang dewasa, berada pada kategori cukup. Ketiga aspek tersebut mendapatkan nilai rerata masing-masing sebesar 1,83; 1,80; dan 1,40.

Selain dilihat dari kelima aspek, gambaran *survival and safety skills* siswa juga dilihat berdasarkan tiap aspek dari masing-masing indikator. Gambaran indikator dari tiap spek *survival and safety skills* siswa dijelaskan pada tabel berikut.

Tabel 2.

Gambaran Umum Indikator dari Setiap Aspek *Survival and Safety Skills* Siswa Kelas VIII SMP Miftahul Iman Tahun Ajaran 2018/2019

Aspek	Indikator	Mean		Std. Deviasi	Kategori
		Angka	(%)		
Keterampilan membedakan antara situasi yang membutuhkan dukungan teman sebaya dan situasi yang membutuhkan bantuan profesional orang dewasa	Mampu mengidentifikasi situasi yang membutuhkan dukungan teman sebaya	1,51	38	0,57	Cukup
	Mampu mengidentifikasi situasi yang membutuhkan bantuan profesional orang dewasa	1,56	39	0,48	Cukup

Aspek	Indikator	Mean		Std. Deviasi	Kategori
		Angka	(%)		
Keterampilan memecahkan masalah secara efektif dan memiliki keterampilan pengambilan keputusan untuk membuat pilihan yang aman dan sehat	Dapat memecahkan masalah secara efektif	1,70	43	0,40	Cukup
	Bersikap hati-hati terhadap lingkungan sekitar dalam membuat keputusan	1,16	29	0,52	Cukup
	Memiliki keterampilan pengambilan keputusan untuk pilihan yang aman dan sehat	1,33	33	0,42	Cukup
Mengetahui bahaya emosional dan fisik penyalahgunaan narkoba	Mengatahui bahaya penyalahgunaan narkoba	1,88	47	0,71	Cukup
	Dapat mempertahankan diri dari tekanan teman sebaya maupun lingkungan untuk menggunakan narkoba	1,73	43	0,42	Cukup
Mengetahui hubungan antara aturan, hukum, keamanan dan perlindungan hak-hak individu	Mengetahui hubungan antara aturan, hukum, keamanan dan perlindungan hak-hak individu	1,83	46	0,49	Cukup

Aspek	Indikator	Mean		Std. Deviasi	Kategori
		Angka	(%)		
Keterampilan mengelola stres dan konflik	Mengetahui cara mengelola stress dan konflik	2,03	51	0,69	Baik

Dari semua indikator, indikator tertinggi adalah mengetahui cara mengelola stress dan konflik dari aspek keterampilan mengelola stress dan konflik. Indikator mengetahui cara mengelola stress dan konflik memperoleh nilai rerata sebesar 2,03 dengan persentase penguasaan sebesar 51%. Berdasarkan data tersebut, indikator mengetahui cara mengelola stres dan konflik berada pada kategori baik dengan rentang penguasaan 51-75%.

Indikator tertinggi kedua adalah indikator mengetahui bahaya penyalahgunaan narkoba dari aspek mengetahui bahaya emosional dan fisik penyalahgunaan narkoba. Indikator mengetahui bahaya penyalahgunaan narkoba memperoleh nilai rerata sebesar 1,88 dengan persentase penguasaan *survival and safety skills* sebesar 47%. Indikator ini berada pada kategori cukup dengan rentang penguasaan 26-50%.

Dua indikator terendah adalah indikator dari aspek keterampilan memecahkan masalah secara efektif dan memiliki keterampilan pengambilan keputusan untuk membuat pilihan yang aman dan sehat. Indikator bersikap hati-hati terhadap lingkungan sekitar dalam membuat keputusan memperoleh nilai rerata sebesar 1,16 dengan persentase penguasaan sebesar 26%. Sedangkan indikator memiliki keterampilan pengambilan keputusan untuk pilihan yang aman dan sehat memperoleh nilai rerata sebesar 1,33 dengan tingkat penguasaan sebesar 33%.

Selain dua indikator terendah dan dua indikator tertinggi yang telah dijabarkan, indikator-indikator untuk aspek yang lainnya berada pada kategori cukup dengan rentang penguasaan antara 25% sampai dengan 50%.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang berhubungan dengan gambaran *survival and safety skills* dan rancangan layanan dasar bimbingan dalam peningkatan *survival and safety skills* siswa kelas VIII SMP Miftahul Iman, maka dapat disimpulkan sebagai berikut.

1. Pada umumnya *survival and safety skills* siswa berada pada kategori cukup. Artinya siswa belum menguasai *survival and safety skills* dengan

baik. Dengan demikian, siswa masih perlu untuk meningkatkan *survival and safety skills*.

2. Rancangan layanan dasar dikembangkan berdasarkan aspek-aspek *survival and safety skills* untuk siswa Sekolah Menengah Pertama, yaitu: (1) keterampilan membedakan antara situasi yang membutuhkan dukungan teman sebaya dan situasi yang membutuhkan bantuan profesional orang dewasa; (2) keterampilan memecahkan masalah secara efektif dan memiliki keterampilan pengambilan keputusan untuk membuat pilihan yang aman dan sehat; (3) mengetahui bahaya emosional dan fisik penyalahgunaan narkoba; (4) mengetahui hubungan antara aturan, hukum, keamanan dan perlindungan hak-hak individu; dan (5) keterampilan mengelola stres dan konflik.

DAFTAR PUSTAKA

- Andria, C. (2009). *Perbedaan jenis coping stress pada remaja awal yang mengalami konflik interpersonal dengan orangtua berdasarkan urutan kelahiran*. Thesis Universitas Atmajaya.
- Connecticut State Department of Education. (2008). *Comprehensive school counseling*. Division of Family and Student Support Services.
- Craven, R. F & Hirnle, C. J. (2003). *Acute and postoperative pain*. Philadelphia: Lippincott.
- Permendikbud No. 54 tahun 2013 tentang Standar Kompetensi Lulusan Pendidikan dasar dan Menengah.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence sixth edition. Alih Bahasa Adelar & Saragih. Edolescence edisi keenam*. Jakarta: Erlangga.
- South California Department of Education. (2008). *The South Carolina Comprehensive Developmental Guidance and Counseling Program Model*. South California.
- Springfield Public Schools. (2009). *Comprehensive School Counseling Program Guid*. New York Institute of Technology
- Strasser, et al. (1981). *Fundamentals of safety education*. New York: Macmillan.
- Sumargi, A. et al. (2004). *Apa Yang Diketahui Anak-anak Sekolah Dasar Tentang Keselamatan Dirinya*. INSAN Vol 7 No. 3.
- Wade, C & Tavris, C. (2007). *Psychology, 9th edition*. Alih Bahasa Padang Mursalin & Dinastuti. Psikologi edisi ke-9. Penerbit Erlangga.

Wulandari, Yunia. (2013). *Layanan Dasar Bimbingan Untuk Mengembangkan Survival and Safety Skills Peserta Didik*. PPB FIP UPI.