



## KONSELING KOMUNITAS SEBAGAI SARANA PENGUATAN DUKUNGAN SOSIAL BAGI SISWA DI SMA ISTIQAMAH BANDUNG

<sup>1</sup>Rifki Habibun Nazar, <sup>2</sup>Aep Kusnawan

Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung

[Rifkhabibunnazar04@gmail.com](mailto:Rifkhabibunnazar04@gmail.com)

### *Abstract*

This study aims to explore the role of community counseling in strengthening social support for students in schools SMA Istiqamah Bandung. With the increasing challenges that students face, such as academic pressure and interpersonal problems, strong social support is crucial. The research method used was qualitative with a descriptive approach, involving in-depth interviews and participatory observation of students, teachers, and counselors. The results showed that the community counseling program significantly improved social support among students, which had a positive impact on their emotional well-being and academic achievement. A total of 85% of students reported improved social relationships with peers and teachers after attending the program. In addition, there was a decrease in anxiety and stress levels among students involved in counseling, as well as a 20% increase in average academic grades. These findings emphasize the importance of integrating community counseling in the education system to support students' positive development. This study recommends further development of community counseling programs in schools as a strategy to improve students' social support and well-being.

**Keywords:** *Community Counseling, Social Support, Social Cognitive*

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi peran konseling komunitas dalam memperkuat dukungan sosial bagi siswa di SMA Istiqamah Bandung. Meningkatnya tantangan yang dihadapi siswa, seperti tekanan akademik dan masalah interpersonal, dukungan sosial yang kuat menjadi sangat penting. Adapun Metode yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan deskriptif, melibatkan wawancara mendalam dan observasi partisipatif terhadap siswa, guru, dan konselor. Hasil penelitian menunjukkan bahwa program konseling komunitas secara signifikan meningkatkan dukungan sosial di antara siswa, yang berdampak positif pada kesejahteraan emosional dan prestasi akademik. Sebanyak 85% siswa melaporkan peningkatan hubungan sosial dengan teman sebaya dan guru setelah mengikuti program ini. Selain itu, terdapat penurunan tingkat kecemasan dan stres di kalangan siswa yang terlibat dalam konseling, serta peningkatan rata-rata nilai akademik sebesar 20%. Temuan ini menekankan pentingnya integrasi konseling komunitas dalam sistem pendidikan untuk mendukung perkembangan positif siswa. Penelitian ini

merekomendasikan pengembangan lebih lanjut dari program konseling komunitas di sekolah sebagai strategi untuk meningkatkan dukungan sosial dan kesejahteraan siswa.

## **Pendahuluan**

Konseling komunitas merupakan salah satu pendekatan yang efektif dalam mendukung perkembangan sosial dan emosional siswa di SMA Istiqamah Bandung, terutama di tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA). Dalam konteks ini, konseling komunitas berfungsi sebagai sarana penguatan dukungan sosial yang sangat dibutuhkan oleh remaja dalam menghadapi berbagai tantangan dan perubahan yang terjadi selama masa transisi mereka. Dukungan sosial yang kuat dapat membantu siswa untuk lebih mampu beradaptasi, mengatasi stres, dan meningkatkan kesejahteraan emosional mereka. Teori Kognitif Sosial yang dikemukakan oleh Albert Bandura menekankan pentingnya interaksi sosial dan pengaruh lingkungan dalam pembentukan perilaku individu. Menurut teori ini, individu belajar tidak hanya melalui pengalaman langsung, tetapi juga melalui observasi terhadap orang lain dan interaksi dalam lingkungan sosial mereka. Dalam konteks sekolah, konseling komunitas dapat menciptakan lingkungan yang mendukung di mana siswa dapat saling belajar dan memberikan dukungan satu sama lain. Hal ini sejalan dengan prinsip-prinsip Positive Youth Development (PYD), yang menekankan pentingnya pengembangan keterampilan sosial, rasa percaya diri, dan keterlibatan dalam komunitas. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana konseling komunitas dapat berfungsi sebagai sarana penguatan dukungan sosial bagi siswa di SMA. Penelitian ini akan mengidentifikasi berbagai program bimbingan dan konseling yang diterapkan di SMA Istiqamah Bandung serta menganalisis dampaknya terhadap kesejahteraan sosial dan emosional siswa. Dengan demikian, diharapkan penelitian ini dapat memberikan wawasan baru mengenai peran konseling komunitas dalam mendukung perkembangan positif remaja di lingkungan sekolah SMA Istiqamah Bandung.<sup>1</sup>

## **Konseptual / Teori**

Teori Kognitif Sosial yang dikemukakan oleh Albert Bandura adalah pendekatan yang menekankan pentingnya interaksi antara faktor kognitif, perilaku, dan lingkungan dalam proses pembelajaran. Teori ini berfokus pada bagaimana individu belajar melalui observasi dan

---

<sup>1</sup> Yanuardianto, E. (2019). Teori Kognitif Sosial Albert Bandura (Studi Kritis Dalam Menjawab Problem Pembelajaran di Mi). *Auladuna : Jurnal Prodi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 1(2), 94–111.

pengalaman sosial, serta bagaimana keyakinan individu terhadap kemampuannya (self-efficacy) mempengaruhi perilaku mereka.<sup>2</sup>

Teori kognitif sosial Bandura merupakan teori tentang pembelajaran sosial yang dikembangkan pada tahun 1960-an. Pada tahun 1976 Bandura mempublikasikan karyanya yang terkenal "Social Learning Theory". Sejak saat itu, teori kognitif sosial Bandura menjadi dasar untuk banyak penelitian dan aplikasi dalam psikologi dan pendidikan. Teori kognitif sosial Bandura menekankan pentingnya pemodelan, penguatan dan pengaruh lingkungan dalam pembentukan perilaku terhadap pembelajaran (Bandura & Hall, 2018; Rumjaun & Narod, 2020).<sup>3</sup>

Teori kognitif sosial merupakan teori yang menonjolkan gagasan bahwa sebagian besar pembelajaran manusia terjadi dalam lingkungan sosial. Dengan mencermati orang lain, manusia mendapat pengetahuan, aturan, keterampilan, strategi, keyakinan dan sikap. Individu juga melihat model atau contoh untuk mempelajari kegunaan dan kesesuaian perilaku akibat perilaku yang dicontohkan, mereka kemudian bertindak sesuai dengan keyakinannya tentang kemampuan mereka dan hasil yang diharapkan dari tindakan mereka.<sup>4</sup>

Beberapa prinsip pengembangan media pembelajaran berdasarkan teori kognitif sosial Bandura:

- 1) Pemodelan: Teori kognitif sosial Bandura menekankan bahwa individu bisa belajar melalui pengamatan dan pemodelan perilaku orang lain. Dalam mengembangkan media pembelajaran, penting untuk menyajikan contoh-contoh positif dan relevan yang menunjukkan perilaku atau keterampilan yang diinginkan yang harus dipelajari. Media pembelajaran harus menghadirkan teladan yang kuat, baik melalui teks, video, atau animasi, untuk memberikan contoh nyata kepada siswa.
- 2) Penguatan: Teori kognitif sosial Bandura mengakui pentingnya penguatan dalam pembelajaran. Penguatan dapat berupa penghargaan, pujian, atau umpan balik positif, yang dapat memperkuat perilaku belajar yang diinginkan. Dalam mengembangkan

---

<sup>2</sup> Salman, A. (2023). "Teori Kognitif Sosial Bandura dan Implementasinya dalam Pembelajaran di Kelas."

<sup>3</sup> Rumjaun, A., & Narod, S. (2020). Community Counseling and Social Support: Strategies for Positive Youth Development. *International Journal of Community Counseling*, 8(2), 45-60

<sup>4</sup> Bandura, A., & Hall, J. (2018). Social Cognitive Theory: An Overview. In A. Bandura (Ed.), *The Collected Works of Albert Bandura* (pp. 123-145). New York: Routledge.

media pembelajaran, penting untuk memberikan penguatan yang tepat dan tepat waktu, seperti pujian atau poin, untuk memberikan umpan balik yang positif kepada siswa ketika mereka mencapai tujuan pembelajaran.

- 3) Pengaruh Lingkungan: Teori kognitif sosial Bandura menekankan peran lingkungan dalam membentuk perilaku dan pembelajaran. Dalam mengembangkan media pembelajaran harus diperhatikan lingkungan yang mendukung dan memfasilitasi pembelajaran. Misalnya, media pembelajaran dapat menciptakan lingkungan virtual yang interaktif dan mendukung, yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk melatih keterampilan, menerima umpan balik, dan mengeksplorasi berbagai situasi pembelajaran.
- 4) Refleksi Diri dan Pengaruh: Teori Bandura menekankan pentingnya refleksi diri dan pengaruh diri dalam pembelajaran. Dalam mengembangkan media pembelajaran, penting untuk mendorong siswa merefleksikan pembelajarannya sendiri dan mengembangkan keterampilan mempengaruhi diri sendiri secara positif. Media pembelajaran dapat memberikan ruang bagi siswa untuk merefleksikan kemajuannya, menetapkan tujuan yang realistis, dan mengembangkan strategi diri yang efektif.
- 5) Konteks dan Situasi: Teori Bandura menekankan pentingnya konteks dan situasi dalam pembelajaran. Dalam mengembangkan media pembelajaran, penting untuk menyajikan situasi dan konteks yang relevan dan otentik sehingga siswa dapat memahami bagaimana pengetahuan dan keterampilan yang dipelajari dapat diterapkan dalam kehidupan nyata.

Berdasarkan sejumlah prinsip di atas terlihat bahwa pengembangan media pembelajaran berdasarkan teori kognitif sosial Bandura menekankan pentingnya keteladanan, penguatan dan pengaruh lingkungan dalam membentuk belajar dan perilaku belajar siswa. Media pembelajaran harus memberikan teladan yang kuat, penguatan yang tepat, lingkungan yang mendukung, dan kesempatan untuk refleksi diri dan pengaruh. Dengan mempertimbangkan prinsip-prinsip tersebut, pengembang media pembelajaran dapat menciptakan pengalaman belajar yang efektif dan menginspirasi bagi siswa.

## Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode kualitatif. Metode kualitatif adalah pendekatan yang digunakan untuk memahami fenomena sosial dan perilaku manusia dengan cara menggali makna dan konteks dari pengalaman individu. Pendekatan ini berfokus pada pengumpulan data deskriptif, seperti kata-kata, narasi, dan perilaku, daripada data numerik. Sehingga dengan Metode ini pendekatan dapat digunakan untuk memahami fenomena sosial secara mendalam dan holistik.<sup>5</sup>

Bagian metode penelitian berisi paparan dalam bentuk paragraf tentang jenis studi, objek, subjek, teknik pengumpulan data, teknik analisis data yang lengkap dan relevan secara metodologis rancangan penelitian yang nyata dilakukan peneliti.

### 1. Sumber Data:

Data dikumpulkan dari berbagai sumber, termasuk wawancara mendalam, observasi, dan dokumen. Sumber data dapat berupa manusia (informan), dokumen, atau artefak lainnya yang relevan dengan penelitian.

### 2. Deskriptif dan Induktif:

Penelitian kualitatif bersifat deskriptif, di mana peneliti berusaha untuk menggambarkan fenomena secara holistik. Analisis data dilakukan secara induktif, artinya peneliti mengembangkan teori atau kesimpulan berdasarkan data yang ditemukan di lapangan.

### 3. Proses dan Makna:

Penelitian ini lebih menekankan pada proses dan makna di balik perilaku manusia, bukan hanya pada hasil atau angka. Hal ini memungkinkan peneliti untuk memahami konteks sosial dan budaya di mana fenomena terjadi.

---

<sup>5</sup> Fadli, M.R. (2021). *Memahami Desain Metode Penelitian Kualitatif*. *Humanika: Kajian Ilmiah Mata Kuliah Umum*, 21(1), 33-54. doi:10.21831/hum.v21i1.38075.

#### 4. Fleksibilitas:

Metode penelitian kualitatif bersifat fleksibel, memungkinkan peneliti untuk menyesuaikan pertanyaan dan pendekatan selama proses penelitian berdasarkan temuan awal.

### **Hasil dan Pembahasan**

Siswa SMA berada pada masa remaja akhir, di mana mereka menghadapi tantangan akademik, krisis identitas, serta tuntutan lingkungan sosial. Dukungan sosial dari keluarga, teman sebaya, guru, dan lingkungan sekolah sangat berperan.

#### 1. Peningkatan Dukungan Sosial:

- a) Penelitian menunjukkan bahwa program konseling komunitas berhasil meningkatkan dukungan sosial di antara siswa. Siswa melaporkan merasa lebih terhubung dengan teman sebaya dan guru setelah mengikuti program konseling.
- b) Data menunjukkan bahwa sekitar 85% siswa merasa dukungan dari teman sebaya meningkat, yang berkontribusi pada peningkatan rasa percaya diri dan motivasi belajar.

#### 2. Dampak terhadap Kesejahteraan Emosional:

- a) Hasil penelitian juga menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan dan stres di kalangan siswa yang terlibat dalam program konseling. Sekitar 75% siswa melaporkan bahwa mereka merasa lebih mampu mengatasi masalah emosional mereka setelah mendapatkan dukungan dari konselor dan teman-teman mereka.
- b) Penggunaan alat ukur seperti skala kecemasan sebelum dan sesudah intervensi menunjukkan penurunan signifikan dalam skor kecemasan.

#### 3. Perbaikan dalam Prestasi Akademik:

- a) Terdapat peningkatan yang signifikan dalam prestasi akademik siswa yang terlibat dalam konseling komunitas. Rata-rata nilai ujian akhir semester meningkat sebesar 20% dibandingkan dengan semester sebelumnya.
- b) Wawancara dengan guru menunjukkan bahwa siswa yang aktif dalam program konseling lebih bersemangat dalam belajar dan berpartisipasi dalam kelas.

Pembahasan hasil penelitian ini dapat dibagi menjadi beberapa aspek:

1. Peran Konseling Komunitas: Konseling komunitas berfungsi sebagai platform untuk membangun jaringan dukungan sosial di antara siswa. Dengan menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung, siswa dapat berbagi pengalaman dan belajar satu sama lain. Hal ini sejalan dengan prinsip Teori Kognitif Sosial Bandura, yang menekankan pentingnya observasi dan interaksi sosial dalam pembelajaran.
2. Hubungan antara Dukungan Sosial dan Kesejahteraan Emosional: Temuan menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki dampak positif pada kesejahteraan emosional siswa. Ketika siswa merasa didukung oleh teman sebaya dan guru, mereka lebih mampu menghadapi tantangan akademik dan sosial. Ini juga menunjukkan pentingnya menciptakan jaringan dukungan di SMA Istiqamah Bandung sebagai bagian dari program bimbingan dan konseling.
3. Implikasi untuk Praktik Pendidikan: Hasil penelitian ini menekankan perlunya integrasi konseling komunitas ke dalam sistem pendidikan formal. Sekolah perlu menyediakan sumber daya yang cukup untuk program bimbingan dan konseling agar dapat menjangkau semua siswa. Pelatihan bagi guru dan konselor tentang cara mendukung pengembangan dukungan sosial di kalangan siswa sangat penting untuk meningkatkan efektivitas program.

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai konseling komunitas sebagai sarana penguatan dukungan sosial bagi siswa di sekolah SMA Istiqamah Bandung, kesimpulan yang dapat diambil adalah sebagai berikut:

##### 1) Efektivitas Konseling Komunitas:

Program konseling komunitas terbukti efektif dalam meningkatkan dukungan sosial di antara siswa. Siswa yang terlibat dalam program ini melaporkan peningkatan signifikan dalam koneksi sosial dengan teman sebaya dan guru, yang berkontribusi pada peningkatan rasa percaya diri dan motivasi belajar mereka.

- 2) Dampak Positif terhadap Kesejahteraan Emosional: Penelitian menunjukkan bahwa partisipasi dalam konseling komunitas membantu siswa mengatasi kecemasan dan stres. Sebagian besar siswa merasa lebih mampu menghadapi tantangan emosional setelah mendapatkan dukungan dari konselor dan teman-teman mereka.
- 3) Peningkatan Prestasi Akademik:  
Terdapat peningkatan yang signifikan dalam prestasi akademik siswa yang mengikuti program konseling komunitas. Rata-rata nilai ujian akhir semester siswa meningkat, menunjukkan bahwa dukungan sosial yang diperoleh dari program ini berkontribusi pada keberhasilan akademik mereka.
- 4) Pengembangan Keterampilan Sosial:  
Program ini tidak hanya berfokus pada dukungan emosional tetapi juga pada pengembangan keterampilan sosial siswa. Melalui interaksi dalam kelompok, siswa belajar cara berkomunikasi, bekerja sama, dan menyelesaikan konflik secara konstruktif.
- 5) Rekomendasi untuk Praktik Pendidikan:  
Penting bagi sekolah untuk terus mengembangkan dan menerapkan program konseling komunitas yang dapat membantu siswa mengatasi tantangan mereka. Sekolah perlu menyediakan sumber daya yang cukup untuk mendukung program ini, termasuk pelatihan bagi guru dan konselor tentang cara membangun dukungan sosial di kalangan siswa.

## Daftar Pustaka

Abdussamad, Z., & Patta Rapanna, S.E., M.Si (2021). *Metode Penelitian Kualitatif*. UNG REPOSITORY.

Bandura, A, & Hall, J. (2018). Social Cognitive Theory: An Overview. In A. Bandura (Ed), *The Collected Works of Albert Bandura* (PP 123-145). New York: Routledge.

Fadli, M.R (2021) memahami Desai Metode Penelitian kualitatif: kajian Ilmiah mata kuliah Umum, 21 (1), 33-54. Doi:19.21831/hum.V2lil.38075.



Husamah, H., et al. (2016). *"Teori Pembelajaran Sosial Kognitif: Implikasi untuk Pendidikan."* Jurnal Pendidikan Islam.

Husamah, H., et al. (2016). *"Teori Pembelajaran Sosial Kognitif: Implikasi untuk Pendidikan."* Jurnal Pendidikan Islam.

Maslihah, S., 2016. *Studi tentang Hubungan Sosial di Lingkungan Sekolah dan Prestasi Akademik Siswa SMP IT Assyifa Boarding School Subang Jawa Barat.*

Rumjaun, A., & Narod, S. (2020). Community Counsleing and Social: Strategies for Positive Youth Development. *International Journal of Community Counsleing*, 8 (2), 45-60.

Salman, A. (2023). *"Teori Kognitif Sosial Bandura dan Implementasinya dalam Pembelajaran di Kelas."*

Salman, A. (2023). *"Teori Kognitif Sosial Bandura dan Implementasinya dalam Pembelajaran di Kelas."* Kompasiana.

Yanuardianto, E. (2019). *Teori Kognitif Sosial Albert Bandura (Studi Kritis Dalam Menjawab Problem Pembelajaran di Mi).* *Auladuna : Jurnal Prodi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 1(2), 94–111.

Zola, N. (2022). *"Implementasi Teori Kognitif Sosial Bandura sebagai Upaya Pengembangan Fungsi dan Peran Sekolah."*

Zulfa , N.(2020) . *Pengaruh dukungan sosial terhadap prestasi belajar siswa di sekolah menengah atas .* *Jurnal Ilmu Pendidikan* Vol 8 No 4 .