

**STRATEGI LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING SEBAGAI
UPAYA PENINGKATAN KESEHATAN MENTAL SISWA KELAS XI**
(Studi Kasus Di SMK Korpri Majalengka)

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Akademik

Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam



FAZRIYAH KHUSNAENI

1708306100

FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI

SYEKH NURJATI CIREBON

2020 M/1442 H

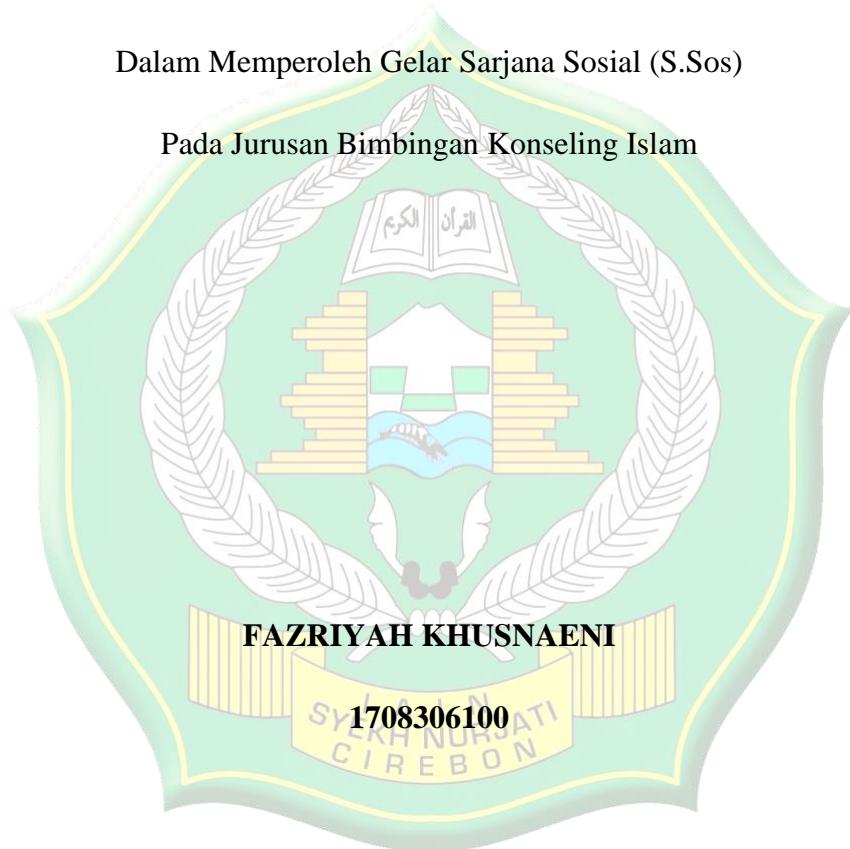
**STRATEGI LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM
UPAYA PENINGKATAN KESEHATAN MENTAL SISWA KELAS XI**
(Studi Kasus Di SMK Korpri Majalengka)

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Akademik

Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam



FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI

SYEKH NURJATI CIREBON

2020 M/ 1442 H

ABSTRAK

Fazriyah Khusnaeni. 1708306100. Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling Sebagai Upaya Peningkatan Kesehatan Mental Siswa Kelas XI (Studi Kasus di SMK KORPRI Majalengka).

Mengingat bahwa kesehatan merupakan sesuatu yang begitu penting bagi setiap individu, dari mulai kesehatan fisik maupun kesehatan mental. Orang sehat bukan hanya sekadar bebas dari penyakit fisik tetapi meliputi kesehatan mental. Remaja alias generasi milenial saat ini sangat rentan terkena gangguan mental, terlebih masa muda merupakan waktu di mana banyak perubahan dan penyesuaian terjadi baik secara psikologis, emosional, maupun finansial. Remaja perlu bimbingan di masa-masa perkembangan mereka agar mereka dapat berkembang secara optimal dan tentunya terhindar dari gangguan mental. Layanan bimbingan dan konseling di sekolah merupakan layanan yang sangat penting untuk membantu siswa menjaga dan meningkatkan kesehatan mentalnya.

Pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui strategi layanan bimbingan dan konseling yang ada di SMK KORPRI Majalengka dalam upaya meningkatkan kesehatan mental siswanya. Kerja sama pihak sekolah, guru BK dan siswa sangat berpengaruh dalam meningkatkan kesehatan mental siswa.

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif deskriptif. Teknik pengumpulan data ada tiga yaitu wawancara, observasi, dokumentasi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *purposive sampling*. Karena peneliti merasa sampel yang diambil paling mengetahui tentang masalah yang akan diteliti oleh peneliti.

Berdasarkan hasil penelitian, kondisi kesehatan mental siswa di SMK KORPRI Majalengka cukup baik. Mereka mampu beradaptasi dengan baik dengan lingkungannya. Metode layanan bimbingan dan konseling untuk meningkatkan kesehatan mental di SMK KORPRI Majalengka juga sudah baik. Melalui layanan informasi dengan metode bimbingan klasikal sudah ditujukan untuk kesehatan mental siswa. Strategi layanan bimbingan dan konseling di SMK KORPRI Majalengka sudah cukup baik walaupun belum maksimal. Guru BK sudah memahami betul betapa pentingnya kesehatan mental bagi siswa.

Kata Kunci : Bimbingan dan Konseling, Kesehatan Mental, Siswa kelas XI.

ABSTRACT

Fazriyah Khusnaeni. 1708306100. Guidance and Counseling Service Strategy as An Effort to Improve Mental Health of Grade XI Students (Case Study at SMK KORPRI Majalengka).

Given that health is something that is so important for every individual, from physical health to mental health. Healthy people are not only free from physical illness but include mental health. Teenagers aka millennials today are very vulnerable to mental disorders, especially youth is a time when many changes and adjustments occur both psychologically, emotionally, and financially. Teenagers need guidance in their developmental times so that they can develop optimally and certainly avoid mental disorders. Guidance and counseling services in schools are essential services to help students maintain and improve their mental health.

In this study, we aim to know the strategy of guidance and counseling services in SMK KORPRI Majalengka in an effort to improve the mental health of its students. The cooperation of the school, BK teachers and students is very influential in improving the mental health of students.

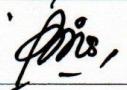
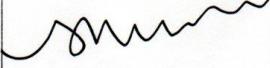
This study uses a descriptive qualitative research approach. Data collection techniques there are three namely interviews, observations, documentation. The technique of taking sampel used is *purposive sampling*. Because researchers feel the samples taken know best about the problems that will be studied by researchers.

Based on the results of the study, the mental health condition of students at SMK KORPRI Majalengka is quite good. They are able to adapt well to their environment, the method of guidance and counseling services to improve mental health in SMK KORPRI Majalengka has also been good. Through information services with classical guidance methods are already intended for the mental health of students. The strategy of guidance and counseling services at SMK KORPRI Majalengka is good enough even though it is not yet maximized. Bk teachers already understand very well how important mental health is for students.

Keywords: Guidance and Counseling,Mental, Grade XI students

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi berjudul “**Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling Dalam Upaya Peningkatan Kesehatan Mental Siswa Kelas XI (Studi Kasus di SMK KORPRI Majalengka)**” oleh Fazriyah Khusnaeni, NIM 1708306100, telah dimunaqosahkan pada tanggal 20 Mei 2021 dihadapan dewan penguji dan dinyatakan **LULUS**. Skripsi ini telah memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Syekh Nurjati Cirebon.

Panitia Munaqosah	Tanggal	Tanda Tangan
Ketua Jurusan Drs. H. Muzaki, M.Ag NIP. 196607201999031001	30 - 06 - 2021	
Sekretaris Jurusan Jaja Suteja, M.Pd.I NIP. 198307052011011004	01 - 07 - 2021	
Penguji I Hj. Rina Rindanah, M. Pd NIP. 197310091997032003	12 - 06 - 2021	
Penguji II Dra. Hj. Isnin Agustin Amalia, MA NIP. 196308051988032001	16 - 06 - 2021	
Pembimbing I Dr. Sitti Faqziyyah, M. Ag NIP. 197111151998032001	03 - 06 - 2021	
Pembimbing II Drs. H. Muzaki, M.Ag NIP. 196607201999031001	30 - 06 - 2021	

Mengetahui

Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah



LEMBAR PERSETUJUAN

**STRATEGI LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM
UPAYA PENINGKATAN KESEHATAN MENTAL SISWA KELAS XI
(STUDI KASUS DI SMK KORPRI MAJALENGKA)**

Disusun Oleh:

Fazriyah Khusnaeni
NIM. 1708306100

Menyetujui

Pembimbing I



Dr. Sitti Faoziyah, M.Ag
NIP. 197111151998032001

Pembimbing II



Drs. H. Muzaki, M.Ag
NIP. 196607201999031001

v

NOTA DINAS

Kepada

Yth. Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam

IAIN Syekh Nurjati Cirebon

Di Cirebon

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Setelah melaksanakan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan skripsi berikut ini:

Nama : Fazriyah Khusnaeni

NIM : 1708306100

Judul : **STRATEGI LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM UPAYA PENINGKATAN KESEHATAN MENTAL SISWA KELAS XI (STUDI KASUS DI SMK KORPRI MAJALENGKA)**

Kami bersepakat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Syekh Nurjati Cirebon untuk di Munaqosyahkan.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Cirebon, Maret 2021

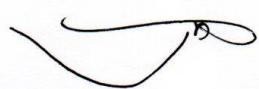
Pembimbing 1



Dr. Sitti Faoziyah, M. Ag

NIP. 197111151998032001

Pembimbing 2



Drs. H. Muzaki, M. Ag

NIP.196607201999031001

OTENTISITAS SKRIPSI

Bismillahirrokhmanirrokhim

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul “**Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling Dalam Upaya Peningkatan Kesehatan Mental Siswa Kelas XI (Studi Kasus di SMK KORPRI Majalengka)**” ini beserta seluruh isinya merupakan karya saya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko atau sanksi atau apapun yang dijatuhkan kepada saya dengan peraturan yang berlaku. Apabila di kemudian hari adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan, atau ada klaim terhadap keaslian karya yang telah saya buat ini.

Cirebon, Maret 2021

Yang membuat pernyataan



Fazriyah Khusnaeni

NIM. 1708306100



RIWAYAT HIDUP

Nama Lengkap Fazriyah Khusnaeni atau biasa dipanggil Fazriyah. Fazriyah Khusnaeni merupakan anak pertama dari dua bersaudara, Lahir dari pasangan suami-istri Gantono dan Eem Emayah. Lahir pada hari Kamis, 01 April 1999 di Majalengka. Nama saya merupakan harapan dan doa yang baik dari kedua orangtua saya.

Riwayat Pendidikan Fazriyah Khusnaeni:

1. SDN Cicenang II (2005-2011)
2. SMPN 2 Majalengka (2011-2014)
3. SMAN 2 Majalengka (2014-2017)
4. Melanjutkan studi di IAIN Syekh Nurjati Cirebon Jurusan Bimbingan Konseling Islam (2017-2021)

Riwayat Organisasi Fazriyah Khusnaeni:

1. Anggota Pramuka Dewan Penggalang SMPN 2 Majalengka (2011-2014)
2. Anggota UKM PSM IAIN Syekh Nurjati Cirebon (2017-2021)
3. Pengurus Divisi Minat dan Bakat Himpunan Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam (HIMABKI) (2018-2019)

MOTTO

Jangan pernah memberitahu siapapun tentang renacanamu, tunjukkan hasilmu
kepada mereka.



PERSEMBAHAN

Alhamdulillah yang sangat mendalam kepada Allah SWT yang telah meridhoi dan mempermudah segalanya dalam penyusunan skripsi ini yang saya persembahkan untuk:

1. Terimakasih orang tua saya tercinta, Bapak Gantono dan Ibu Eem Emayah yang selalu mendo'akan saya yang tiada hentinya dan juga mereka lah sebaik-baiknya konselor yang utama dalam hidup saya.
2. Adik saya Adnin Muttaqin yang selalu mendukung dengan kasih sayang yang tulus.
3. Tim sukses skripsi sekaligus sahabat saya Sofie Tria Azhaary Noor, Nafhifa Islamiyah, Nur Fauziyah, Aulia Maula Ni'mah, Fuji Ratna Puri, De Wildi Putri Nabawi, Nanda Syifa, Dina Ayustina. Mereka lah yang tiada hentinya membantu saya dan yang selalu mendukung saya.
4. Teman yang selalu membantu dalam menyelesaikan tugas-tugas kuliah Shabrina, Vina Yuliana, Astri Efa, Tia Khaerunnisa. Mereka yang selalu memberikan informasi dikala saya kebingungan dengan tugas-tugas saya.
5. Teman yang selalu menemani saya dan selalu saya repotkan untuk mengantar saya kemanapun Kusniyah. Dialah yang selalu sabar membantu saya kemanapun.
6. Teman sekamar saya Putri Shaleha yang senantiasa menemani hari-hari saya di masa sulit skripsi dan selalu mendukung saya.
7. Teman yang selalu memberikan asupan humor Rida Nurfitria. Dia yang selalu membuat dunia perkuliahan saya tidak jemu.
8. Teman-teman BKI C 2017 yang selalu mengajarkan arti dari kesabaran, kepedulian, kenyamanan, kekeluargaan dan menjadikan hari-hari saya penuh warna selama kuliah.
9. Teman-teman PPL 2020 Desa Karayunan Iis Istianah dan Tisa Rachmambar yang selalu membantu mensukseskan tugas saya selama satu bulan.
10. Dan Riyant Hidayat yang sudah menemani saya menghadapi suka duka di perkuliahan, yang selalu mempercayai saya melakukan apapun dengan

dukungan yang tiada hentinya dan telah menerima saya dengan baik dan selalu bangga terhadap saya.

11. Ibu Hery Novianty selaku dosen bimbingan dan konseling islam yang telah mengarahkan serta menasehati isi skripsi saya.
12. Ibu Heraliyana dan Ibu Iin yang sudah banyak membantu dan menerima penelitian saya di SMK KORPRI Majalengka.
13. Para siswa di SMK KORPRI Majalengka yang sudah berkenan untuk diwawancara untuk keperluan penelitian.
14. Terima kasih kepada segenap keluarga dan kerabat yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.
15. Dan segimanapun teman dan masa lalu yang sudah membuat sakit dan jatuh, saya berterima kasih juga karena kalau tidak ada kalian. Hidup saya tidak akan merasakan anugerah yang diberi Tuhan saya berupa sabar, ikhlas, dan kuat.
16. Dan juga terima kasih yang terakhir kalinya untuk para pembaca yang sudah meluangkan waktunya untuk membaca penelitian yang saya buat.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji dan syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT tidak lupa semoga shalawat serta salam senantiasa tercurah limpahkan kepada baginda Rasulullah SAW beserta keluarga dan sahabatnya. Berkat qudrat dan iradat Allah SWT akhirnya Peneliti dapat menyelesaikan tugas pembuatan Skripsi yang berjudul **Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling Dalam Upaya Peningkatan Kesehatan Mental Siswa Kelas XI (Studi Kasus di SMK KORPRI Majalengka)**. Dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang memberikan bantuan, dorongan, bimbingan dan arahan kepada peneliti. Ucapan terima kasih tersebut penulis sampaikan kepada :

1. Dr. H. Sumanta, M. Ag. Rektor Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Syekh Nurjati Cirebon.
2. Dr. Hajam, M. Ag. Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah (FUAD) Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Syekh Nurjati Cirebon.
3. Dr. Sitti Faqiyah, M. Ag. Dosen pembimbing I
4. Drs. H. Muzaki, M. Ag. Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam sekaligus dosen pembimbing II.
5. Staff Jurusan Bimbingan Konseling Islam.
6. Guru BK SMK KORPRI Majalengka

Dalam laporan ini peneliti menyadari masih jauh baik dalam penulisan ataupun isinya dari kata sempurna. Untuk itu segala saran dan kritik guna memperbaiki Skripsi ini sangat peneliti nantikan. Semoga Skripsi ini dapat bermanfaat khususnya bagi peneliti dan para pembaca umumnya.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Cirebon, Maret 2021

Peneliti

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
NOTA DINAS	v
OTENSITAS SKRIPSI.....	vi
RIWAYAT HIDUP.....	vii
MOTTO	viii
PERSEMBAHAN	ix
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Batasan Masalah.....	5
D. Pertanyaan Penelitian	5
E. Tujuan Penelitian	6
F. Kegunaan Penelitian.....	6
G. Penelitian Terdahulu	6
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling	10
H. 1. Pengertian Strategi	10
2. Pengertian Bimbingan dan Konseling.....	14
3. Tujuan Bimbingan dan Konseling	17

4.	Fungsi Bimbingan dan Konseling	18
5.	Prinsip Bimbingan dan Konseling	18
6.	Layanan Bimbingan dan Konseling	20
B.	Kesehatan Mental.....	21
1.	Pengertian Kesehatan Mental.....	21
2.	Tujuan Kesehatan Mental	24
3.	Aspek-Aspek Kesehatan Mental	25
4.	Prinsip-Prinsip Kesehatan Mental.....	26
5.	Kriteria Kesehatan Mental	28
6.	Kesehatan Mental Di Sekolah.....	30
C.	Siswa	31
1.	Pengertian Siswa	31
2.	Tugas-Tugas Siswa	32
D.	Remaja.....	33
1.	Pengertian Remaja	33
2.	Tugas Perkembangan Masa Remaja	34
3.	Perkembangan Masa Remaja.....	35
4.	Kararteristik remaja SMP/SMA	36
I.	BAB III METODE PENELITIAN	
A.	Jenis Penelitian.....	38
B.	Lokasi dan Waktu Penelitian	39
C.	Sumber Data/Informan.....	39
D.	Teknik Pengumpulan Data.....	41
E.	Instrumen Penelitian.....	44
F.	Teknik Analisis Data.....	44

G. Profil Lembaga.....	45
------------------------	----

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Kondisi Kesehatan Mental	53
B. Metode Layanan Bimbingan dan Konseling.....	59
C. Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling.....	61

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	64
B. Saran.....	65
DAFTAR PUSTAKA	66
LAMPIRAN	67

