

## Optimalisasi Peran Konselor Sebaya dalam Menciptakan Iklim Sekolah yang Peduli dan Suportif di SMP 49 Makassar

Maslina<sup>1\*</sup>, Dwi Endrasto Wibowo<sup>2</sup>, Inayah Ridhayanti Qarimah<sup>3</sup>, Muhammad Isnawan Syafir<sup>4</sup>

<sup>1-4</sup>Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Makassar, Jl. A. P. Pettarani, Tidung, Kec. Rappocini, Kota Makassar, Sulawesi Selatan

E-mail: [maslina@unm.ac.id](mailto:maslina@unm.ac.id)

\* Corresponding Author

 <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i4.6792>

### ARTICLE INFO

#### Article history

Received: 09 May 2026

Revised: 24 May 2026

Accepted: 09 June 2026

#### Kata Kunci:

Konselor sebaya, Iklim sekolah, Dukungan psikososial, Empati, bimbingan dan konseling

#### Keywords:

peer counselor, school climate, psychosocial support, empathy, guidance and counseling

### ABSTRACT

Kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis siswa merupakan isu penting dalam pendidikan, terutama pada masa remaja yang ditandai perubahan emosional dan sosial yang kompleks. Banyak siswa mengalami stres akademik, kecemasan ujian, dan masalah pertemanan, namun lebih nyaman berbagi dengan teman sebaya daripada guru atau orang tua. Kegiatan pengabdian ini bertujuan mengoptimalkan peran konselor sebaya dalam menciptakan iklim sekolah yang peduli dan suportif di SMP Negeri 49 Makassar. Metode yang digunakan adalah pendekatan partisipatif berbasis experiential learning melalui analisis kebutuhan, pelatihan keterampilan konseling dasar, simulasi, dan pendampingan. Peserta berjumlah 25 siswa yang dipilih berdasarkan hasil sosiometri dan rekomendasi guru BK. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan kemampuan siswa dalam mendengarkan aktif, berempati, menjaga kerahasiaan, dan memberikan dukungan emosional kepada teman sebaya. Program ini juga meningkatkan kepedulian sosial serta menciptakan ruang aman bagi siswa untuk berbagi masalah. Program konselor sebaya terbukti efektif sebagai strategi preventif dan suportif dalam penguatan layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah, sehingga direkomendasikan untuk dilaksanakan secara berkelanjutan dengan dukungan sekolah dan guru BK.

*Students' mental health and psychological well-being are important issues in education, especially during adolescence, which is marked by complex emotional and social changes. Many students experience academic stress, test anxiety, and friendship problems, but are more comfortable sharing these concerns with peers than with teachers or parents. This community service activity aims to optimize the role of peer counselors in creating a caring and supportive school climate at SMP Negeri 49 Makassar. The method used is a participatory approach based on experiential learning through needs analysis, basic counseling skills training, simulations, and mentoring. Twenty-five students were selected based on sociometric results and recommendations from guidance and counseling teachers. The results of the activity showed an increase in students' abilities in active listening, empathy, maintaining confidentiality, and providing emotional support to peers. This program also increased social awareness and created a safe space for students to share problems. The peer counselor program has proven effective as a preventive and supportive strategy in strengthening guidance and counseling services in schools, therefore it is recommended that it be implemented continuously with the support of schools and guidance and counseling teachers.*



*This is an open access article under the CC-BY-SA license.*

**How to Cite:** Maslina, et al (2026). Optimalisasi Peran Konselor Sebaya dalam Menciptakan Iklim Sekolah yang Peduli dan Suportif di SMP 49 Makassar, 4(4) 26797-26802. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i4.6792>

### PENDAHULUAN

Sekolah tidak hanya berfungsi sebagai institusi akademik, tetapi juga sebagai lingkungan sosial-emosional bagi perkembangan siswa. Iklim sekolah yang positif ditandai oleh adanya rasa aman,

kepedulian, dan dukungan antarwarga sekolah. Iklim yang suportif berperan penting dalam mencegah munculnya berbagai permasalahan psikososial pada masa remaja.

Masa remaja merupakan fase perkembangan yang ditandai oleh perubahan signifikan dalam aspek fisik, kognitif, sosial, dan emosional (Mikraj et al., 2025). Pada tahap ini, siswa sekolah menengah sering kali menghadapi dinamika emosi yang fluktuatif, seperti mudah marah, cemas, merasa tidak percaya diri, hingga mengalami tekanan akademik dan social (Muktar, 2024). Ketidakmampuan memahami serta mengelola emosi dengan tepat dapat menimbulkan berbagai permasalahan, antara lain konflik dengan teman sebaya, penurunan prestasi belajar, perilaku agresif, pembulian, hingga gangguan kesejahteraan psikologis (Safarina et al., 2024). Melihat berbagai permasalahan tersebut, diperlukan upaya yang efektif untuk membantu siswa dalam mengelola emosi serta menyelesaikan permasalahan yang mereka hadapi. Salah satu strategi yang dapat dilakukan di lingkungan sekolah adalah melalui peran konselor sebaya. Konselor sebaya merupakan siswa yang diberi pelatihan dasar dalam keterampilan membantu, seperti kemampuan mendengarkan secara empatik, memberikan dukungan emosional, serta membantu teman sebaya dalam mengidentifikasi dan mencari alternatif pemecahan masalah.

Dalam praktiknya, peran konselor sebaya di sekolah menjadi penting karena remaja cenderung lebih terbuka dan merasa nyaman berbagi pengalaman dengan teman yang seusia. Dengan demikian, keberadaan konselor sebaya dapat menjadi salah satu bentuk layanan pendukung dalam bimbingan dan konseling yang berfungsi membantu siswa mengatasi permasalahan pribadi, sosial, maupun akademik secara lebih efektif di lingkungan sekolah.

Remaja cenderung lebih terbuka kepada teman sebaya dibandingkan kepada orang dewasa. Hal ini sejalan dengan penelitian Zuleyka yang menunjukkan bahwa siswa cenderung merasa lebih nyaman berbicara dengan teman sebayanya dalam menghadapi masalah tertentu dibandingkan berbicara dengan orang dewasa (Zuleyka, Hanum, Sari & Bhakti, 2022). Hal ini menunjukkan pentingnya peran peer support dalam membantu siswa menghadapi masalah pribadi, sosial, maupun akademik. Konselor sebaya dapat menjadi jembatan awal sebelum siswa mendapatkan bantuan profesional dari guru BK, menjadikan konselor sebaya sebagai komponen penting dalam mendukung kesejahteraan mental siswa, karena mereka mampu menyediakan ruang yang aman dan lebih mudah diakses oleh teman-temannya. Remaja pada jenjang SMP berada pada fase perkembangan sosial yang sangat dipengaruhi oleh kelompok sebaya. Mereka cenderung lebih terbuka kepada teman dibandingkan kepada orang dewasa. Kondisi ini menunjukkan bahwa pendekatan berbasis teman sebaya (peer support) dapat menjadi strategi preventif yang efektif dalam mengurangi perilaku perundungan dan membangun budaya kepedulian.

Hasil analisis kebutuhan melalui angket yang diberikan kepada 100 siswa, ditemukan bahwa permasalahan yang paling dominan adalah stress akademik 78%, kecemasan menghadapi ujian 65%, serta masalah pertemanan di lingkungan sekolah dan luar sekolah 60%. Selain itu sebanyak 82% siswa menyatakan membutuhkan teman untuk berbagi cerita dan 75% menginginkan adanya individu yang mampu mendengarkan tanpa menghakimi. Menariknya, mayoritas siswa lebih memilih teman sebaya sebagai tempat berbagi dibandingkan guru BK maupun orang tua dengan beberapa alasan karena teman lebih nyaman untuk bercerita, tidak menghakimi, cepat nyambung dan gampang diajak ngobrol. Temuan ini menunjukkan pentingnya Optimalisasi konselor peran konselor sebaya sebagai alternative layanan dukungan psikologis di lingkungan sekolah.

Pendekatan peer counseling atau konselor sebaya semakin diakui sebagai strategi efektif dalam menciptakan dukungan mental di kalangan siswa (Monika & Juwita, 2024). Peer counselor atau konselor sebaya adalah siswa yang telah dilatih untuk memberikan dukungan emosional kepada teman-temannya (Risnawaty, Kartasasmita, & Suryadi, 2019). Keberadaan peer counselor sangat penting karena mereka dapat membantu mendeteksi masalah emosional pada tahap awal serta memberikan dukungan yang terasa lebih akrab dan nyaman bagi siswa.

Pendekatan konselor sebaya sejalan dengan konsep pembelajaran sosial yang dikemukakan oleh Albert Bandura, bahwa perilaku individu dipengaruhi oleh interaksi sosial dan proses modeling. Jika siswa diberikan pelatihan untuk menjadi model perilaku empatik dan suportif, maka diharapkan akan terbentuk budaya positif di lingkungan sekolah. Selain itu, hubungan empatik dalam helping relationship juga dipengaruhi oleh prinsip humanistik yang dikembangkan oleh Carl Rogers, yang menekankan pentingnya empati, penerimaan tanpa syarat, dan keaslian dalam membangun relasi yang sehat.

Berdasarkan permasalahan tersebut, diperlukan suatu program pengabdian yang bertujuan mengoptimalkan peran konselor sebaya sebagai agen perubahan dalam menciptakan iklim sekolah yang

peduli dan suportif. Melalui pelatihan terstruktur dan pendampingan, diharapkan siswa mampu menjadi teman curhat yang empatik, menjaga kerahasiaan, serta berperan aktif dalam mencegah dan merespons kasus pemulian di lingkungan sekolah.

## METODE

Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 16 Desember 2025, Sasaran dalam kegiatan pelatihan konselor sebaya ini adalah siswa SMP Negeri 49 Makassar yang berjumlah 25 orang. Peserta dipilih sebagai perwakilan dari setiap kelas, yaitu masing-masing dua orang siswa dari setiap kelas yang ada di SMP Negeri 49 Makassar. Pemilihan siswa yang menjadi perwakilan kelas didasarkan pada hasil analisis data sosiometri yang telah disebarakan sebelumnya kepada siswa sebelum pelaksanaan kegiatan pelatihan konselor sebaya.

Selain berdasarkan hasil analisis sosiometri, pertimbangan lain dalam menentukan peserta pelatihan adalah siswa yang memiliki prestasi akademik yang relatif lebih baik dibandingkan dengan teman-temannya di kelas. Selain itu, pemilihan peserta juga memperhatikan keterwakilan jenis kelamin, sehingga terdapat perwakilan siswa laki-laki maupun perempuan dalam kegiatan pelatihan konselor sebaya tersebut.

Metode utama yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan partisipatif (*participatory approach*) yang menempatkan siswa sebagai subjek aktif dalam proses pembelajaran. Pendekatan ini dipadukan dengan model pelatihan berbasis pengalaman (*experiential learning*), yaitu proses belajar melalui pengalaman langsung, refleksi, diskusi, dan praktik. Melalui pendekatan ini, peserta tidak hanya menerima materi secara teoritis, tetapi juga dilibatkan dalam berbagai aktivitas seperti diskusi kelompok, simulasi kasus, dan permainan peran (*role play*) yang memungkinkan mereka memahami keterampilan konseling sebaya secara lebih nyata. Metode ini dipilih karena dinilai efektif dalam mengembangkan keterampilan interpersonal, empati, dan kemampuan komunikasi yang merupakan kompetensi utama seorang konselor sebaya.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa pelatihan calon konselor sebaya di SMP 45 berlangsung melalui beberapa tahapan, yaitu analisis kebutuhan, pelatihan dasar, simulasi praktik, serta pendampingan. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman dan keterampilan siswa dalam memberikan dukungan kepada teman sebaya serta meningkatnya kesadaran siswa terhadap pentingnya membangun iklim sekolah yang peduli dan suportif.

### *Analisis Kebutuhan*

Hasil observasi awal dan wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling menunjukkan bahwa di lingkungan sekolah masih ditemukan beberapa permasalahan sosial di kalangan siswa, seperti konflik antar teman, perilaku mengejek, serta kasus perundungan (*bullying*). Selain itu, sebagian siswa cenderung lebih nyaman berbagi masalah dengan teman sebaya dibandingkan dengan guru atau orang dewasa.



Gambar 1. Pemberian sambutan

Hasil analisis kebutuhan menunjukkan bahwa siswa mengalami berbagai permasalahan psikologis dan sosial yang cukup dominan, khususnya stres akademik, kecemasan menghadapi ujian,

dan masalah pertemanan. Selain itu, sebagian besar siswa menyatakan membutuhkan teman untuk berbagi cerita dan individu yang mampu mendengarkan tanpa memberikan penilaian negatif. Temuan ini menunjukkan bahwa siswa memerlukan lingkungan yang suportif serta akses bantuan psikologis yang lebih dekat dengan kehidupan mereka sehari-hari. Mayoritas siswa lebih memilih teman sebaya sebagai tempat berbagi dibandingkan guru BK maupun orang tua. Kondisi ini mengindikasikan bahwa hubungan sebaya memiliki tingkat kedekatan emosional yang lebih tinggi sehingga siswa merasa lebih nyaman dan terbuka dalam menyampaikan masalah yang dihadapi. Temuan tersebut memperkuat pentingnya optimalisasi peran konselor sebaya sebagai bentuk dukungan awal bagi siswa di lingkungan sekolah.

Pelaksanaan pelatihan konselor sebaya dalam kegiatan pengabdian ini menjadi salah satu upaya preventif dan suportif untuk membantu siswa mengembangkan keterampilan mendengarkan aktif, empati, dan komunikasi yang positif. Setelah mengikuti pelatihan, peserta menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai cara memberikan dukungan emosional kepada teman sebaya secara lebih empatik dan tidak menghakimi.

Temuan ini sejalan dengan pendapat John A. Tindall dan Harold D. Gray (1985) yang menyatakan bahwa konselor sebaya memiliki peran penting dalam menciptakan dukungan sosial dan lingkungan yang lebih suportif bagi remaja. Pada masa remaja, individu cenderung lebih terbuka kepada teman sebaya dibandingkan orang dewasa karena adanya kedekatan emosional dan kesamaan pengalaman. Oleh karena itu, optimalisasi konselor sebaya dapat menjadi strategi preventif dan penguatan layanan BK di sekolah.

Berdasarkan hasil penyebaran angket sederhana kepada siswa, diketahui bahwa sebagian besar siswa merasa membutuhkan teman yang dapat mendengarkan dan memberikan dukungan ketika menghadapi masalah pribadi maupun sosial. Hal ini menunjukkan bahwa keberadaan konselor sebaya dapat menjadi salah satu strategi preventif untuk membantu siswa mengatasi permasalahan yang mereka hadapi.

### ***Pelatihan Dasar***

Kegiatan pelatihan diikuti oleh sejumlah siswa yang dipilih berdasarkan rekomendasi guru BK serta memiliki minat untuk membantu teman. Selama pelatihan, peserta mendapatkan materi mengenai konsep dasar konselor sebaya, keterampilan mendengar aktif, empati, komunikasi nonverbal, etika kerahasiaan, serta batasan peran konselor sebaya. Selama kegiatan berlangsung menunjukkan bahwa peserta mulai memahami peran konselor sebaya sebagai teman yang mampu mendengarkan secara empatik, memberikan dukungan emosional, serta membantu teman menemukan solusi secara mandiri. Peserta juga menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai pentingnya menjaga kerahasiaan informasi yang disampaikan oleh teman.



Gambar 2. Penyajian materi

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta mengenai peran dan fungsi konselor sebaya di lingkungan sekolah. Sebelum pelatihan, sebagian besar peserta belum memahami teknik dasar mendengarkan aktif dan komunikasi empatik. Namun setelah pelatihan, peserta mulai mampu menerapkan keterampilan tersebut dalam simulasi konseling sebaya. Hal ini menunjukkan bahwa pelatihan memberikan pengaruh positif terhadap kesiapan siswa dalam menjalankan peran sebagai konselor sebaya.

Selain peningkatan pemahaman, peserta juga menunjukkan perkembangan dalam keterampilan interpersonal, seperti kemampuan berkomunikasi, memberikan dukungan emosional, serta merespons permasalahan teman secara lebih empatik. Penekanan ini penting karena penelitian Bestari, Zen, dan Hotifah (2022) menunjukkan bahwa kemampuan konselor sebaya dalam menerapkan keterampilan dasar komunikasi masih belum optimal, khususnya dalam memulai percakapan, menunjukkan empati, serta memberikan respons yang tepat kepada konseli. Dalam kegiatan simulasi, beberapa peserta mampu menunjukkan sikap tidak menghakimi dan memberikan respons suportif terhadap teman sebaya yang sedang menghadapi masalah akademik maupun pertemanan.

### **Simulasi dan Praktik Konseling Sebaya**

Pada tahap simulasi dan role play, peserta diberikan beberapa studi kasus yang sering terjadi di lingkungan sekolah, seperti konflik pertemanan, perasaan dikucilkan, dan pengalaman perundungan. Melalui kegiatan ini, peserta berlatih mempraktikkan keterampilan mendengar aktif dan memberikan respons empatik kepada teman yang sedang mengalami masalah. Hal ini sejalan dengan penelitian Sari dan Hartini (2022) juga menegaskan bahwa pelatihan konselor sebaya dapat memperkuat keterampilan mendengarkan efektif dan literasi emosional peserta.

Hasil observasi selama simulasi menunjukkan bahwa sebagian besar peserta mampu:

1. Mendengarkan cerita teman tanpa menyela.
2. Menunjukkan sikap empatik melalui ekspresi wajah dan bahasa tubuh.
3. Memberikan tanggapan yang menunjukkan pemahaman terhadap perasaan teman.
4. Menghindari sikap menghakimi atau memberikan nasihat secara langsung.



Gambar 3. Praktik dan Simulasi

Kegiatan simulasi ini membantu peserta memahami secara lebih nyata bagaimana cara berinteraksi dengan teman yang sedang mengalami masalah. Hal tersebut sejalan dengan temuan Oktari dkk. (2025) dan Bantam dkk. (2024) yang menunjukkan bahwa pengembangan keterampilan konselor sebaya akan menjadi lebih efektif apabila pelatihan disertai dengan praktik langsung, pendampingan berkelanjutan, serta evaluasi yang dilakukan secara bertahap. Dari sisi lingkungan sekolah, program ini berkontribusi dalam menciptakan iklim yang lebih suportif. Siswa merasa lebih nyaman berbagi perasaan dengan teman sebaya, sehingga dapat mengurangi beban psikologis yang dialami. Hal ini sejalan dengan konsep bimbingan dan konseling perkembangan yang menekankan pentingnya dukungan sosial dalam perkembangan individu. Kegiatan konselor sebaya ini mendapatkan respons positif dari siswa maupun pihak sekolah. Siswa merasa lebih nyaman berbagi cerita dengan teman sebaya karena dianggap lebih dekat, tidak kaku, dan lebih mudah memahami kondisi mereka. Sementara itu, guru BK menyampaikan bahwa keberadaan konselor sebaya dapat menjadi bentuk dukungan awal dalam membantu siswa yang mengalami permasalahan psikologis ringan. Namun demikian, terdapat beberapa kendala, seperti keterbatasan waktu pelaksanaan dan perlunya pendampingan berkelanjutan dari guru BK agar peran konselor sebaya dapat berjalan secara optimal.

### **SIMPULAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa keberadaan konselor sebaya menjadi salah satu bentuk dukungan psikologis yang dibutuhkan siswa di lingkungan sekolah. Berdasarkan hasil analisis kebutuhan, sebagian besar siswa mengalami permasalahan stres akademik, kecemasan

menghadapi ujian, dan masalah pertemanan, serta lebih nyaman berbagi cerita dengan teman sebaya dibandingkan guru maupun orang tua. Hal tersebut menunjukkan pentingnya menghadirkan layanan bantuan yang dekat dengan kehidupan sosial siswa. Pelaksanaan pelatihan konselor sebaya memberikan dampak positif terhadap peningkatan pemahaman dan keterampilan siswa dalam mendengarkan aktif, menunjukkan empati, serta memberikan dukungan emosional tanpa menghakimi. Program ini juga membantu menciptakan lingkungan sekolah yang lebih peduli, suportif, dan responsif terhadap kebutuhan psikologis peserta didik.

Berdasarkan hasil evaluasi akhir, sebagian besar peserta menyatakan bahwa pelatihan konselor sebaya membantu mereka memahami cara mendengarkan, memberikan dukungan emosional, dan menjaga kerahasiaan teman. Peserta juga berharap kegiatan serupa dapat dilakukan secara berkelanjutan di sekolah. Dengan demikian, optimalisasi peran konselor sebaya dapat menjadi strategi preventif dan penguatan layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Oleh karena itu, program konselor sebaya perlu dilaksanakan secara berkelanjutan dengan dukungan sekolah dan guru BK agar mampu memberikan manfaat yang lebih luas bagi perkembangan sosial dan emosional siswa. adapun beberapa saran: Program konselor sebaya perlu dilaksanakan secara berkelanjutan, Guru BK perlu memberikan supervisi dan pendampingan rutin, Sekolah dapat mengintegrasikan program ini ke dalam layanan bimbingan dan konseling.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada pihak yang sudah berkontribusi dalam pelaksanaan pengabdian dan penyusunan artikel ini.

### REFERENSI

- Bantam, D. J., Syah, M. E., Gunawan, A., & Nusa, G. H. (2024). Pelatihan konselor sebaya sebagai upaya preventif meningkatkan adversity intelligence pada siswa SMP Muhammadiyah Pleret Bantul. *Journal of Innovation in Community Empowerment*, 6(1), 25–33. <https://doi.org/10.30989/jice.v6i1.1296>
- Bestari, S. W., Zen, E. F., & Hotifah, Y. (2022). Implementasi keterampilan dasar komunikasi konselor sebaya dalam konseling online. *Buletin Konseling Inovatif*, 2(1), 8–20. <https://doi.org/10.17977/um059v2i12022p8-20>
- Mikraj, A. L., Laela, A. N., Asrori, D., Muslih, M., Izzulhaq, M. I., & Lail, A. (2025). Bimbingan Konseling Dalam Menyikapi Perubahan Fisik Dan Emosi Remaja. 5(June), 331–340.
- Monika, I., & Juwita, M. (2024). Urgensi Konselor Sebaya dalam Menginternalisasikan Nilai-nilai Moderasi Beragama. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 8(2 SE-Theoretical/Conceptual Article). <https://doi.org/10.30653/001.202482.399>
- Muktar, M. (2024). Pendidikan Penurunan Intensitas Islam Terhadap Fluktuasi Emosional Pada Remaja Usia Pertengahan. *Islamic Pedagogy: Journal Of Islamic Education*, 2(2), 121-133.
- Oktari, S., Puspasari, D., Afifah, S. P., Hanifa, S., & Azimah, F. (2025). Pelatihan konselor sebaya untuk meningkatkan pengetahuan mengenai keterampilan dasar konseling agen kesehatan mental di perguruan tinggi. *Jurnal Ilmu Perilaku*, 8(2), 169–188. <https://doi.org/10.25077/jip.8.2.169-188.2024>
- Safarina, N. A., Pratama, M. F. J., Nada, Q., Raisha, C., Shaliha, N., Agustin, D., & Anastasya, A. (2024). Meningkatkan Emotional Well-Being Untuk Mengurangi Konflik Antar Teman Sebaya. 2(6), 1572-1581.
- Sari, M. R., & Hartini, N. (2022). Implementasi pelatihan konseling sebaya dalam meningkatkan empati remaja calon konselor Panti Asuhan Aisyiyah. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 11(4), 715–726. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v11i4.9592>
- Tindall, J. A., & Gray, H. D. (1985). Peer counseling: In-depth look at training peer helpers. *Accelerated Development*.