



EKSPLORASI KONDISI PTSD SISWA SLTP DAN IMPLIKASINYA TERHADAP PELAYANAN KONSELING

Received: 23th June 2016; Revised: 17th July 2016; Accepted: 28th August 2016

Ardimen

IAIN Batusangkar

Email: ardimeniaainbsk@gmail.com

Abstract : This study aims to explore the conditions PTSD junior high school students in the district of Tanah Datar. Exploration approach is done to identify the level / level and intensity of PTSD experienced by students that will be used for program development counseling services for junior high school. The data collection is done in junior high school students in Tanah Datar who experience PTSD and drawn at random. The results showed that a general overview of PTSD junior high school students in Tanah Datar cumulatively is the rate / level of PTSD experienced by students in middle category as much as 6%, lower as much as 9.6%, and is very low as much as 84.3%. Furthermore, no student who experienced PTSD at high and very high categories. However, as a specific for each condition and events that never experienced by students, there is still a small portion of students who experience PTSD at high and very high categories. To facilitate the development of students optimally formulated counseling services program includes four service components namely; basic services, responsive service, individual planning services, and support services system.

Key Word: PTSD, students, counseling services, guidance and counselling comprehensive.

PENDAHULUAN

Sumatera Barat dikenal dengan daerah rawan bencana. Peristiwa gempa bumi, banjir bandang (galodo), longsor, dan sejenisnya yang terjadi akhir-akhir ini semakin memperkuat deretan alasan rawannya daerah Sumatera Barat terhadap bencana. Kondisi tersebut masih menyisakan pengalaman traumatis bagi masyarakat akibat bencana. "Pengalaman traumatis dapat menimbulkan perasaan emosi dan kecemasan yang berakibat pada timbulnya pikiran-pikiran negatif yang dimanifestasikan pada perilaku negatif dalam kehidupan seseorang" (Ni Putu Diah Prabandari, dkk., 2015: 24-25).

Pengalaman traumatis yang tidak segera teratasi menyebabkan gangguan yang

disebut dengan *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD). PTSD adalah sebuah trauma psikis akibat kejutan emosional yang memiliki efek jangka panjang. Ini terjadi ketika seseorang mengalami suatu peristiwa luar biasa sementara ia tidak berdaya dan tidak mampu menggunakan mekanisme pertahanan diri dalam menghadapi bahaya yang mengancamnya (Eth & Pynoos dalam Kadison, 2006). Dalam pengertian lain, PTSD adalah suatu peristiwa yang dialami dan atau disaksikan yang mengancam jiwa, cedera serius, dan ancaman yang besar terhadap fisik, baik diri sendiri ataupun orang lain yang menyebabkan rasa takut, tidak berdaya, atau rasa mencekam (Carlos Blanco, 2011).

Pengertian yang dikemukakan di atas secara umum memiliki substansi yang relatif

sama yaitu mengarah pada suatu pengalaman luar biasa yang mengancam jiwa sehingga menyebabkan luka psikis yang berefek jangka panjang. Luka psikis ini bisa disebabkan oleh berbagai pengalaman trauma seperti berbagai bencana alam, penganiayaan, kecelakaan serius, serta kehilangan orang yang disayangi secara tiba-tiba.

Poerwandari (2006) mengungkapkan ciri-ciri remaja yang mengalami PTSD diantaranya kesulitan mengendalikan emosi/perasaan (mudah marah, mudah tersinggung, sedih yang berlarut larut), kesulitan untuk berkonsentrasi atau berpikir jernih (melamun), ketakutan, mimpi buruk, gangguan tidur, ingatan peristiwa masa lalu yang mencengkeram, gangguan makan, merasa terganggu bila diingatkan (Fatwa Tentama, 2014: 135). Berbanding terbalik dengan hal itu, pada umumnya semua manusia mengharapkan kehidupan yang efektif sehari-hari, mereka menghindari hal-hal yang merugikan dan menyakitkan baik bagi diri sendiri, keluarga, maupun masyarakatnya. Namun ada yang dapat mengatasinya sendiri dan ada pula yang memerlukan bantuan orang lain atau membutuhkan bantuan dari tenaga yang profesional. Ada yang dapat mengetahui dan menyadari masalahnya dan ada pula yang memerlukan bantuan khusus melalui instrumen yang tepat, karena tidak semua orang mau dan terbiasa menyampaikan masalahnya kepada orang lain sekalipun dia merasa bermasalah. Untuk itu, diperlukan sebuah penelitian dalam rangka eksplorasi kondisi PTSD siswa SLTP di Kabupaten Tanah Datar dan implikasinya terhadap pelayanan konseling.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif eksploratif. Penelitian ini ingin mengeksplorasi kondisi PTSD siswa SLTP di Kabupaten Tanah Datar. Hasil penelitian ini dijadikan dasar untuk pengembangan pelayanan konseling dan penelitian selanjutnya dalam rangka mengembangkan strategi intervensi

PTSD melalui pelayanan konseling. Kerlinger (dalam Muri Yusuf, 2013: 60) menyatakan bahwa 'penelitian eksploratif bertujuan (1) menemukan variabel yang berarti situasi lapangan; (2) menemukan hubungan di antara variabel-variabel; dan (3) meletakkan dasar kerja untuk penelitian selanjutnya, yang bersifat pengujian hipotesis yang lebih sistematis dan teliti'.

Sumber data penelitian adalah subjek dari mana data penelitian diperoleh (Arikunto, 2006: 129). Sumber data penelitian ini adalah siswa SLTP di Kabupaten Tanah Datar. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala dengan nama *Downs Posttraumatic Stress Scale*. Skala ini disusun oleh Prof. Dr. Lowis Downs seorang pakar konseling *traumatik* dari *United State America* dan skala ini digunakan untuk mengumpulkan data dan informasi yang komprehensif tentang kondisi PTSD siswa SLTP di Kabupaten Tanah Datar. Adapun data dan informasi yang dihimpun adalah berkenaan dengan; (1) gambaran umum kondisi PTSD siswa SLTP; (2) intensitas gejala PTSD siswa secara kumulatif; (3) intensitas gejala PTSD siswa secara rinci.

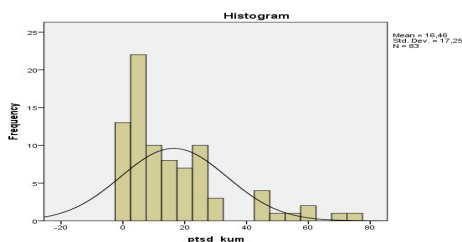
Dalam penelitian ini ada dua kelompok data yang diperoleh yaitu data kuantitatif dan data kualitatif. Data kuantitatif diolah melalui statistik sederhana menggunakan persentase (%) dan data kualitatif diolah dengan menggunakan analisis konten untuk pengembangan program pelayanan konseling bagi siswa SLTP di Kabupaten Tanah Datar.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Kondisi PTSD Siswa SLTP di Kabupaten Tanah Datar

Gambaran umum kondisi *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD) siswa yang mengalami tingkat/ level stres sedang sebanyak 6 %, rendah sebanyak 9.6 %, dan sangat rendah sebanyak 84.3 %. Sedangkan yang mengalami tingkatan stres tinggi dan sangat tinggi tidak ada (0%).

Frekwensi dan sebaran skor yang diperoleh responden dapat dilihat pada grafik di bawah ini.



Data pada grafik di atas menunjukkan tentang gambaran frekuensi dan skor tingkat/ level PTSD siswa secara kumulatif sebagai sampel penelitian ini. Dari grafik tersebut terlihat bahwa tidak ada responden yang memperoleh skor di atas 80. Ini memperlihatkan bahwa hasil penelitian ini dapat dimaknai secara kumulatif bahwa tidak ada responden yang mengalami stres pada kategori/ level tinggi dan sangat tinggi. Namun demikian, data penelitian ini perlu dianalisis secara lebih spesifik pada karakteristik masing-masing kondisi aspek kognitif, emosi, fisik, sosial, dan behavior untuk mendapatkan gambaran yang kompleks tentang kondisi PTSD yang dialami siswa di Kabupaten Tanah Datar. Dengan demikian dapat dilihat dan dipahami secara mendalam dan spesifik kondisi PTSD yang dialami masing-masing siswa yang menjadi responden dalam penelitian ini.

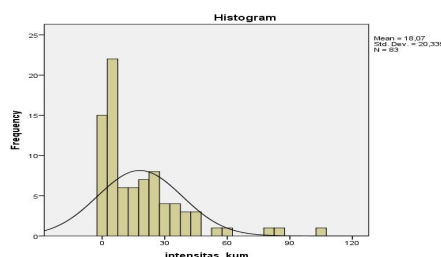
Analisis yang kompleks dan spesifik tentang kondisi PTSD yang dialami siswa juga menjadi pertimbangan bagi konselor dalam memilih strategi dan penanganan yang tepat dalam rangka membantu siswa yang mengalami stres pasca trauma. Dilihat dari data intensitas gejala PTSD yang dialami siswa secara kumulatif dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 1:
Gambaran Umum Intensitas Gejala PTSD Kumulatif Siswa SLTP di Kabupaten Tanah Datar

No	Interval	Kategori/ Intensitas	Persentase Kumulatif
1	111 – 137	Selalu	0 %
2	83 – 110	Sering	2.4 %
3	55 – 82	Kadang- Kadang	2.4 %
4	28 – 54	Jarang	18 %
5	1 – 27	Sangat Jarang	77.1 %
Jumlah Persentase KUM			100%

Berdasarkan data pada tabel di atas maka dapat dinyatakan bahwa intensitas gejala stres yang dialami siswa berada pada beberapa kategori. Tidak ada (0%) responden yang selalu merasakan gejala stres. Sedangkan pada kategori, sering sebanyak 2.4%, kadang-kadang 2.4%, jarang 18%, dan sangat jarang sebanyak 77.1%.

Temuan penelitian di atas menunjukkan bahwa sebanyak 2.4% responden sering merasakan gejala stress, 2.4% responden kadang-kadang merasakan gejala stress, sebanyak 18% responden jarang merasakan gejala stress, dan sebanyak 77% responden yang sangat jarang merasakan gejala stress. Frekuensi dan sebaran skor temuan tersebut secara lebih lengkap dapat dilihat pada grafik di bawah ini.



Apabila dilihat secara rinci. Item nomor 1 mengungkap apakah responden teringat atau memikirkan peristiwa yang menakutkan/ menyedihkan, meskipun

responden tidak ingin mengingatnya. Berdasarkan data penelitian ditemukan bahwa tingkat/ level stres yang dialami siswa sangat bervariasi seperti yang terlihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 2:
Tingkat/ Level Stres Siswa tentang Teringat atau Memikirkan Peristiwa yang Menakutkan/ Menyedihkan, Meskipun Tidak Ingin Mengingatnya

Kategori/ Level Stres	Frekuensi	Persentase	Valid Percent	Cumulative Percent
Tidak Ada Gejala	14	16,9	16,9	16,9
Sangat Rendah	46	55,4	55,4	72,3
Rendah	5	6,0	6,0	78,3
Sedang	12	14,5	14,5	92,8
Tinggi	5	6,0	6,0	98,8
Sangat Tinggi	1	1,2	1,2	100,0
Total	83	100,0	100,0	

Berdasarkan data pada tabel di atas maka dapat dinyatakan bahwa tingkat/ level stres yang dialami siswa berada pada tingkat/ level sangat rendah sebanyak 46 orang (55.4%), kategori rendah 5 orang (6%), sedang 12 orang (14.5%), kategori tinggi 5 orang (6%), dan kategori sangat tinggi 1 orang (1.2%). Sedangkan yang merasakan tidak ada gejala stres sebanyak 14 orang (16.9%).

Tabel 3:
Intensitas PTSD Siswa tentang Teringat atau Memikirkan Peristiwa yang Menakutkan/ Menyedihkan, Meskipun Tidak Ingin Mengingatnya

Kategori/ Intensitas PTSD	Frekuensi	Persentase	Valid Percent	Cumulative Percent
Tidak Ada	14	16,9	16,9	16,9
Sangat Jarang	45	54,2	54,2	71,1
Jarang	7	8,4	8,4	79,5
Kadang-Kadang	12	14,5	14,5	94,0
Sering	3	3,6	3,6	97,6
Selalu	2	2,4	2,4	100,0
Total	83	100,0	100,0	

Berdasarkan data pada tabel di atas maka dapat dinyatakan bahwa 14 orang (16.9%) siswa tidak ada mengalami atau merasakan gejala stres. Sedangkan intensitas gejala stres yang dialami siswa yang berada pada kategori sangat jarang sebanyak 45 orang (54.2%), kategori jarang 7 orang (8.4%), kadang-kadang 12 orang (14.5%), kategori sering 3 orang (3.6%), dan kategori selalu 2 orang (2.4%).

Item nomor 2 mengungkap apakah responden pernah merasa seolah-olah peristiwa tersebut dialami kembali. Berdasarkan data penelitian ditemukan bahwa tingkat/ level stres yang dialami siswa sangat bervariasi seperti yang terlihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 4:
Tingkat/ Level Stres Siswa tentang Pernah Merasa Seolah-olah Peristiwa Tersebut Dialami Kembali

Tingkat/ Level Stres	Frekuensi	Per cent	Valid Per cent	Cumulative Percent
Tidak Ada Gejala	25	30,1	30,1	30,1
Sangat Rendah	41	49,4	49,4	79,5
Rendah	7	8,4	8,4	88,0
Sedang	4	4,8	4,8	92,8
Tinggi	5	6,0	6,0	98,8
Sangat Tinggi	1	1,2	1,2	100,0
Total	83	100,0	100,0	

Berdasarkan data pada tabel di atas maka dapat dinyatakan bahwa tingkat/ level stres yang dialami siswa berada pada tingkat/ level sangat rendah sebanyak 41 orang (49.4%), kategori rendah 7 orang (8.4%), sedang 4 orang (4.8%), kategori tinggi 5 orang (6%), dan kategori sangat tinggi 1 orang (1.2%). Sedangkan yang merasakan tidak ada gejala stres sebanyak 25 orang (30.1.9%).

Tabel 5:
Intensitas Stres Siswa tentang Pernah Merasa Seolah-olah Peristiwa Tersebut Dialami Kembali

Kategori/ Intensitas	Frekuensi	Per cent	Valid Per cent	Cumulative Percent
Tidak Ada	25	30,1	30,1	30,1
Sangat Jarang	36	43,4	43,4	73,5
Jarang	5	6,0	6,0	79,5
Kadang-Kadang	11	13,3	13,3	92,8
Sering	3	3,6	3,6	96,4
Selalu	3	3,6	3,6	100,0
Total	83	100,0	100,0	

Berdasarkan data pada tabel di atas maka dapat dinyatakan bahwa 25 orang (30.1%) siswa tidak ada mengalami atau

merasakan gejala stres. Sedangkan intensitas gejala stres yang dialami siswa yang berada pada kategori sangat jarang sebanyak 36 orang (43.4%), kategori jarang 5 orang (6%), kadang-kadang 11 orang (13.3%), kategori sering 3 orang (3.6%), dan kategori selalu 3 orang (3.6%).

Item nomor 3 mengungkap apakah responden merasa kesal/ terganggu/ tertekan bila seseorang atau sesuatu mengingatkan responden pada peristiwa yang pernah dialami/ disaksikannya. Berdasarkan data penelitian ditemukan bahwa tingkat/ level stres yang dialami siswa sangat bervariasi seperti yang terlihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 6:
Tingkat/ Level PTSD Siswa tentang Merasa Kesal/ Terganggu/ Tertekan Bila Seseorang Atau Sesuatu Mengingatkan Responden pada Peristiwa yang Dialami/ Disaksikan

Tingkat/ Level PTSD	Frekuensi	Per cent	Valid Per cent	Cumulative Percent
Tidak Ada Gejala	34	41,0	41,0	41,0
Sangat Rendah	30	36,1	36,1	77,1
Rendah	7	8,4	8,4	85,5
Sedang	5	6,0	6,0	91,6
Tinggi	2	2,4	2,4	94,0
Sangat Tinggi	5	6,0	6,0	100,0
Total	83	100,0	100,0	

Berdasarkan data pada tabel di atas maka dapat dinyatakan bahwa 45 orang (54.2%) siswa tidak ada mengalami atau merasakan gejala stres berkaitan dengan peristiwa tersebut di atas. Sedangkan intensitas gejala stres yang dialami siswa yang berada pada kategori sangat jarang sebanyak 24 orang (28.9%), kategori jarang 3 orang (3.6%), kadang-kadang 5 orang (6%), kategori sering 5 orang (6%), dan kategori selalu 1 orang (1.2%).

Item nomor 5 mengungkap sejak peristiwa tersebut apakah responden mengalami mimpi buruk. Berdasarkan data penelitian ditemukan bahwa tingkat/ level stres yang dialami siswa sangat bervariasi seperti yang terlihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 7:

Intensitas PTSD Siswa tentang Merasa Kesal/ Terganggu/ Tertekan Bila Seseorang Atau Sesuatu Mengingatkan Responden pada Peristiwa yang Dialami/ Disaksikan

Intensitas PTSD	Fre quen cy	Per cent	Valid Per cent	Cumu lative Percent
Tidak Ada	34	41,0	41,0	41,0
Sangat Jarang	30	36,1	36,1	77,1
Jarang	4	4,8	4,8	81,9
Kadang- Kadang	9	10,8	10,8	92,8
Sering	3	3,6	3,6	96,4
Selalu	3	3,6	3,6	100,0
Total	83	100,0	100,0	

Berdasarkan data pada tabel di atas maka dapat dinyatakan bahwa 34 orang (41%) siswa tidak ada mengalami atau merasakan gejala stres. Sedangkan intensitas gejala stres yang dialami siswa yang berada pada kategori sangat jarang sebanyak 30 orang (36.1%), kategori jarang 4 orang (4.8%), kadang-kadang 9 orang (10.8%), kategori sering 3 orang (3.6%), dan kategori selalu 3 orang (3.6%).

Item nomor 4 mengungkap apakah responden merasa tidak nyaman dengan tubuhnya karena misalnya: merasa gemetar, jantung berdetak kencang, telapak tangan berkeringat, pusing, atau bernafas dengan cepat jika seseorang atau sesuatu mengingatkan tentang peristiwa yang pernah dialami. Berdasarkan data penelitian ditemukan bahwa tingkat/ level stres yang dialami siswa sangat bervariasi seperti yang terlihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 8:

Tingkat/ Level Stres Siswa tentang Merasa Tidak Nyaman dengan Tubuhnya karena Misalnya: Merasa Gemetar, Jantung Berdetak Kencang, Telapak Tangan Berkeringat, Pusing, atau Bernafas dengan Cepat

Tingkat/ Level Stres	Fre quen cy	Per cent	Valid Per cent	Cumu lative Percent
Tidak Ada Gejala	45	54,2	54,2	54,2
Sangat Rendah	19	22,9	22,9	77,1
Rendah	4	4,8	4,8	81,9
Sedang	9	10,8	10,8	92,8
Tinggi	6	7,2	7,2	100,0
Total	83	100,0	100,0	

Berdasarkan data pada tabel di atas maka dapat dinyatakan bahwa tingkat/ level stres yang dialami siswa berada pada tingkat/ level sangat rendah sebanyak 19 orang (22.9%), kategori rendah 4 orang (4.8%), sedang 9 orang (10.8%), dan kategori tinggi 6 orang (7.2%). Sedangkan yang merasakan tidak ada gejala stres sebanyak 45 orang (54.2%).

Tabel 9:

Intensitas Gejala Stres Siswa tentang Merasa Tidak Nyaman dengan Tubuhnya karena Misalnya: Merasa Gemetar, Jantung Berdetak Kencang, Telapak Tangan Berkeringat, Pusing, atau Bernafas dengan Cepat jika Seseorang atau Sesuatu Mengingat tentang Peristiwa yang Pernah Dialami/ Disaksikan

Intensitas Stres	Frekuensi	Per cent	Valid Per cent	Cumulative Percent
Tidak Ada	45	54,2	54,2	54,2
Sangat Jarang	24	28,9	28,9	83,1
Jarang	3	3,6	3,6	86,7
Va lid Kadang-Kadang	5	6,0	6,0	92,8
Sering	5	6,0	6,0	98,8
Selalu	1	1,2	1,2	100,0
Total	83	100,0	100,0	

Berdasarkan data pada tabel di atas maka dapat dinyatakan bahwa tingkat/ level stres yang dialami siswa berada pada tingkat/ level sangat rendah sebanyak 24 orang (28.9%), kategori rendah 13 orang (15.7%), sedang 7 orang (8.4%), dan kategori tinggi 2 orang (2.4%). Sedangkan yang merasakan tidak ada gejala stres sebanyak 37 orang (44.6%).

Tabel 10:

Tingkat/ Level Stres Siswa Berkenaan dengan Kondisi Mengalami Mimpi Buruk

Tingkat/ Level Stres	Frekuensi	Per cent	Valid Per cent	Cumulative Percent
Tidak Ada Gejala	41	49,4	49,4	49,4
Va lid Sangat Rendah	19	22,9	22,9	72,3
Rendah	5	6,0	6,0	78,3
Sedang	15	18,1	18,1	96,4
Tinggi	3	3,6	3,6	100,0
Total	83	100,0	100,0	

Berdasarkan data pada tabel di atas maka dapat dinyatakan bahwa tingkat/ level stres yang dialami siswa berada pada tingkat/ level sangat rendah sebanyak 19 orang (22.9%), kategori rendah 5 orang (6%), sedang 15 orang (18.1%), dan kategori tinggi 3 orang (3.6%). Sedangkan yang merasakan tidak ada gejala stres sebanyak 41 orang (49.4%).

Tabel 11:

Intensitas Gejala Stres Siswa Berkenaan dengan Kondisi Mengalami Mimpi Buruk

Intensitas Gejala Stres	Frekuensi	Per cent	Valid Per cent	Cumulative Percent
Tidak Ada	41	49,4	49,4	49,4
Va lid Sangat Jarang	21	25,3	25,3	74,7
Jarang	3	3,6	3,6	78,3
Kadang-Kadang	13	15,7	15,7	94,0
Sering	5	6,0	6,0	100,0
Total	83	100,0	100,0	

Berdasarkan data pada tabel di atas maka dapat dinyatakan bahwa 41 orang (49.4%) siswa tidak ada mengalami atau merasakan gejala stres terkait peristiwa di atas. Sedangkan intensitas gejala stres yang dialami siswa yang berada pada kategori sangat jarang sebanyak 21 orang (25.3%), kategori jarang 3 orang (3.6%), kadang-kadang 13 orang (15.7%), dan yang berada pada kategori sering 5 orang (6%).

Item nomor 6 mengungkap apakah responden berusaha menghindari/ menjauhi tempat, pikiran, atau perasaan yang mengingatkan pada peristiwa itu. Berdasarkan data penelitian ditemukan bahwa tingkat/ level stres yang dialami siswa sangat bervariasi seperti yang terlihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 12:

Tingkat/ Level Stres Siswa Berkenaan dengan Apakah Responden Berusaha Menghindari/ Menjauhi Tempat, Pikiran, atau Perasaan yang Mengingatkan pada Peristiwa itu

Tingkat/ Level Stres	Frequency	Per cent	Valid Per cent	Cumulative Percent
Tidak Ada Gejala	37	44,6	44,6	44,6
Sangat Rendah	24	28,9	28,9	73,5
Rendah	13	15,7	15,7	89,2
Sedang	7	8,4	8,4	97,6
Tinggi	2	2,4	2,4	100,0
Total	83	100,0	100,0	

Berdasarkan data pada tabel di atas maka dapat dinyatakan bahwa tingkat/ level stres yang dialami siswa berada pada tingkat/ level sangat rendah sebanyak 30 orang (36.1%), kategori rendah 7 orang (8.4%), sedang 5 orang (6%), kategori tinggi 2 orang (2.4%), dan kategori sangat tinggi 5 orang (6%). Sedangkan yang

merasakan tidak ada gejala stres sebanyak 34 orang (41%).

Tabel 13:

Intensitas Gejala Stres Siswa Berkenaan dengan Apakah Responden Berusaha Menghindari/ Menjauhi Tempat, Pikiran, atau Perasaan yang Mengingatkan pada Peristiwa itu

Intensitas Gejala Stres	Frequency	Per cent	Valid Per cent	Cumulative Percent
Tidak Ada	37	44,6	44,6	44,6
Sangat Jarang	32	38,6	38,6	83,1
Jarang	3	3,6	3,6	86,7
Kadang-Kadang	7	8,4	8,4	95,2
Sering	3	3,6	3,6	98,8
Selalu	1	1,2	1,2	100,0
Total	83	100,0	100,0	

Berdasarkan data pada tabel di atas maka dapat dinyatakan bahwa 37 orang (44.6%) siswa tidak ada mengalami atau merasakan gejala stres terkait peristiwa di atas. Sedangkan intensitas gejala stres yang dialami siswa yang berada pada kategori sangat jarang sebanyak 32 orang (38.6%), kategori jarang 3 orang (3.6%), kadang-kadang 7 orang (8.4%), kategori sering 3 orang (3.6%), dan kategori selalu 1 orang (1.2%).

2. Pembahasan Hasil Penelitian

Eksplorasi kondisi PTSD siswa SLTP merupakan upaya strategis dalam rangka pengembangan pelayanan konseling yang lebih komprehensif untuk memfasilitasi perkembangan siswa secara optimal. Upaya ini sekaligus menempatkan bahwa konseling sebagai profesi dan pelayanan bantuan tidak saja diposisikan hanya sebagai upaya remediasi terhadap suatu permasalahan yang dialami seseorang. Hal ini sejalan dengan penegasan

Glading, (2012: V) bahwa ‘konseling merupakan profesi yang didedikasikan terhadap pencegahan, perkembangan, eksplorasi, pemberdayaan, perubahan, dan remediasi di dunia yang semakin kompleks dan kacau’.

Berbeda dengan harapan Gladding, 2012, beberapa hasil penelitian sebelumnya banyak menunjukkan bahwa konseling masih diposisikan sebagai upaya remediasi terhadap permasalahan yang dialami seseorang, misalnya penelitian Nandang Rusmana, dkk. (2012: 20) dengan judul “*Reduksi Sindrom Trauma Tsunami Melalui Cognitive Behavior Therapy*”. Dalam tulisannya ditegaskan bahwa; (1) konseli MTs Mathlaul Ulum Cikalong Kabupaten Tasik Malaya yang terkena Tsunami sebagian besar masih mengalami trauma dalam kategori tinggi; ((2) sebelum dilakukan terapi CBT karakteristik sindrom trauma pada aspek behavior, kognitif serta emosi berada pada kategori tinggi. Sedangkan pada aspek sosial dan psikik berada pada kategori rendah; (3) setelah dilakukan terapi melalui CBT sebagian besar (70%) konseli MTs termasuk ke dalam sindrom trauma kategori sedang, sisanya termasuk sindrom trauma kategori tinggi. Artinya kondisi sindrom trauma konseli dapat direduksi dengan baik dan (4) CBT sangat efektif untuk mereduksi sindrom trauma terutama untuk aspek kognitif, behavior, dan emosi.

Kedua, tulisan Amirah Diniaty (2012: 55) tentang “Keterampilan Empati dalam Penyelenggaraan Konseling Pasca Traumatik untuk Korban Bullying di Sekolah Menengah”. Di antara kesimpulan tulisannya menegaskan bahwa; (a) resiliensi adalah kekuatan atau ketabahan yang dimiliki individu dalam menghadapi bencana; (b) tujuan konseling traumatik adalah untuk mengadakan perubahan perilaku pada klien sehingga memungkinkan hidupnya lebih produktif dan memuaskan. Lebih menekankan pulihnya kembali klien pada keadaan

sebelum trauma dan mampu menyesuaikan diri dengan keadaan diri dan dengan keadaan lingkungan yang baru; (c) banyak pendekatan dan teknik yang dapat digunakan untuk membantu individu yang mengalami trauma, misalnya; desensitisasi, relaksasi, penenangan penuh, atau *rational emotif therapy*, model penyembuhan spiritual melalui pendekatan agama, seperti *spiritual emotional freedom technique* (SEFT).

3. Peayanan Konseling Bagi Siswa SLTP di Kabupaten Tanah Datar

Program layanan konseling yang dirancang dalam rangka membantu siswa SLTP di Kabupaten Tanah Datar adalah program BK komprehensif. Dengan ini, program layanan BK yang disusun mencakup empat komponen layanan yaitu layanan dasar, layanan responsif, layanan perencanaan individual, dan layanan dukungan sistem.

Pertama, layanan dasar bimbingan yaitu layanan bantuan bagi seluruh siswa (*for all*) melalui kegiatan-kegiatan kelas atau di luar kelas yang disajikan secara sistematis dalam rangka membantu siswa mengembangkan potensi dirinya secara optimal (Syamsu Yusuf LN, 2011: 67). Layanan ini tidak saja untuk siswa yang mengalami PTSD, namun untuk semua siswa tanpa diskriminasi. Layanan ini bertujuan untuk membantu semua siswa agar memperoleh perkembangan yang normal, memiliki mental yang sehat, dan memperoleh keterampilan dasar hidupnya, atau dengan kata lain membantu siswa agar mereka dapat mencapai tugas-tugas perkembangannya.

Secara rinci tujuan layanan dasar adalah sebagai upaya untuk membantu siswa agar: (1) memiliki kesadaran (pemahaman) tentang diri dan lingkungannya (pendidikan, pekerjaan, sosial budaya dan agama), (2) mampu mengembangkan keterampilan untuk

mengidentifikasi tanggung jawab atau seperangkat tingkah laku yang layak bagi penyesuaian diri dengan lingkungannya, (3) mampu menangani atau memenuhi kebutuhan dan masalahnya, dan (4) mampu mengembangkan dirinya dalam rangka mencapai tujuan hidupnya (Syamsu Yusuf LN, 2011: 67).

Kedua, layanan responsif yaitu “layanan bantuan bagi para siswa yang memiliki kebutuhan atau masalah yang memerlukan pertolongan dengan segera (*immediate needs and concerns*)” (Syamsu Yusuf LN, 2011:67). Layanan ini diperuntukkan bagi siswa yang mengalami PTSD dan memerlukan pertolongan dengan segera, karena jika tidak diatasi dampaknya menjadi kompleks dan mengganggu kehidupan efektif sehari-hari. Tujuan layanan responsif adalah membantu para siswa agar dapat memenuhi kebutuhannya dan memecahkan masalah yang dialaminya atau membantu siswa yang mengalami hambatan, kegagalan dalam mencapai tugas-tugas perkembangannya. Rumusan tersebut diperkuat oleh Syamsu Yusuf LN, (2011: 67) yang menegaskan bahwa layanan responsive bertujuan untuk memenuhi kebutuhan yang dirasakan pada saat ini, atau para siswa/ siswa yang dipandang mengalami hambatan (kegagalan) dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangannya. Indikator dari kegagalan itu berupa ketidakmampuan untuk menyesuaikan diri atau perilaku bermasalah, atau malasuai (*maladjustment*).

Salah satu model atau pendekatan layanan responsif terkait dengan kondisi PTSD adalah konseling traumatik. Konseling traumatik adalah upaya konselor untuk membantu klien yang mengalami trauma melalui proses hubungan pribadi sehingga klien dapat memahami diri sehubungan dengan masalah trauma yang dialaminya dan berusaha untuk mengatasinya sebaik mungkin (A. Juntika Nurihsan, 2006: 111). Lebih lanjut, Nurihsan, (2006: 112) menguraikan ada empat keterampilan yang harus dimiliki oleh konselor dalam konseling traumatic ini,

yaitu: (1) pandangan yang realistic, (2) orientasi yang holistic, (3) fleksibilitas, dan (4) keseimbangan antara empati dan ketegasan.

Ketiga, layanan perencanaan individual adalah layanan bantuan kepada semua siswa agar mampu membuat dan melaksanakan perencanaan masa depannya, berdasarkan pemahaman akan kekuatan dan kelemahan dirinya (Syamsu Yusuf LN, 2011: 67-68). Sasaran layanan ini tidak saja siswa yang mengalami PTSD, namun merupakan suatu proses pemberian bantuan kepada siswa agar mampu merumuskan dan melakukan kegiatan yang berkaitan dengan perencanaan masa depannya berdasarkan pemahaman akan kelebihan dan kekurangan dirinya, serta pemahaman akan peluang dan kesempatan yang tersedia di lingkungannya”.

Layanan perencanaan individual bertujuan untuk membantu siswa/ siswa agar (a) mampu merumuskan tujuan, perencanaan, atau pengelolaan terhadap pengembangan dirinya, baik menyangkut aspek pribadi, sosial, belajar, maupun karir, (b) dapat belajar memantau dan memahami perkembangan dirinya, dan (c) dapat melakukan kegiatan atau tindakan berdasarkan pemahaman, tujuan, dan rencana yang telah dirumuskan secara proaktif (Syamsu Yusuf LN, 2011: 68).

Secara lebih spesifik dan operasional dapat dirumuskan bahwa tujuan layanan perencanaan individual adalah membantu siswa: (a) menganalisis kekuatan dan kelemahannya, (b) mempersiapkan diri untuk mengikuti pendidikan pada jenjang yang lebih tinggi, (c) merencanakan karir, (d) informasi tentang dunia kerja, (e) mampu mengambil keputusan secara tepat, (f) mengembangkan kemampuan hubungan sosial yang didasarkan atas pemahaman akan dirinya, (g) pemantapan pengamalan ajaran agama, dll.

Ketiga komponen program di atas, merupakan pemberian layanan konseling secara langsung. Sedangkan yang *keempat*, layanan dukungan sistem merupakan komponen layanan dan kegiatan manajemen

yang secara tidak langsung memberikan bantuan kepada siswa atau memfasilitasi kelancaran perkembangan siswa. Dukungan sistem adalah kegiatan-kegiatan manajemen yang bertujuan untuk memantapkan, memelihara, dan meningkatkan program bimbingan secara menyeluruh melalui pengembangan profesional; hubungan masyarakat dan staf, konsultasi dengan guru, staf ahli/penasehat, masyarakat yang lebih luas; manajemen program; penelitian dan pengembangan (Thomas Ellis, dalam Syamsu Yusuf, 2011: 68). Dukungan sistem menjadi kekuatan bagi guru BK/ konselor dalam rangka memperlancar dan meningkatkan ekspektasi terhadap layanan konseling di sekolah/madrasah. Selanjutnya dukungan sistem juga sebagai dukungan untuk memperlancar terlaksananya ketiga jenis layanan yang diprogramkan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Beberapa kesimpulan dapat disarikan dari penelitian ini adalah sebagai berikut. *Pertama*, gambaran umum kondisi PTSD siswa SLTP di Kabupaten Tanah Datar secara kumulatif adalah tingkat/ level PTSD yang dialami siswa berada pada kategori sedang sebanyak 6%, rendah sebanyak 9.6%, dan sangat rendah sebanyak 84.3%. Selanjutnya, tidak ada siswa yang mengalami PTSD pada kategori tinggi dan sangat tinggi. Namun jika dilihat secara spesifik pada masing-masing kondisi dan peristiwa yang pernah dialami siswa, masih ada sebagian kecil siswa yang mengalami PTSD pada kategori tinggi dan sangat tinggi.

Kedua, gambaran umum intensitas gejala PTSD yang dialami siswa secara kumulatif adalah kategori sering 2.4%, kadang-kadang 2.4%, jarang 18%, dan pada kategori sangat jarang 77.1%. Temuan ini menunjukkan bahwa masih ada sebanyak 2.4% siswa yang sering mengalami PTSD. *Ketiga*, program layanan BK yang dirancang berdasarkan pertimbangan data hasil kondisi PTSD yang dialami siswa

adalah program BK komprehensif dengan diprioritaskan pada layanan dasar, layanan perencanaan individual, dan layanan diperluas.

Untuk pengembangan penelitian selanjutnya, maka beberapa saran dapat dijadikan pertimbangan adalah; *Pertama*, perlu dirumuskan layanan dasar dan layanan perencanaan individual secara terprogram untuk memberikan dan memfasilitasi siswa dengan layanan konseling secara efektif dan optimal. *Kedua*, perlu dilakukan penelitian dan pendampingan untuk meningkatkan keterampilan guru BK dalam menyusun program BK komprehensif yang mencakup kesemua arah pelayanan konseling. Khususnya keterampilan dalam menyusun program harian dalam satu minggu dan Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL). *Ketiga*, perlu dilakukan general *cek-up* kondisi siswa di SLTP terutama bagi siswa-siswa yang mengalami kendala dan masalah dalam belajar.

DAFTAR RUJUKAN

- A, Muri Yusuf, 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Penelitian Gabungan*. Padang UNP Press.
- Achmad Juntika Nurihsan, 2006. *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung: Refika Aditama.
- Amirah Diniaty, *Keterampilan Empati dalam Penyelenggaraan Konseling Pasca Traumatik untuk Korban Bullying di Sekolah Menengah*, STAIN Batusangkar Press. (Prosiding): International Seminar and Workshop Post Traumatic Counseling tanggal 6 dan 7 Juni 2012 di STAIN Batusangkar.
- Carlos Blanco, 2011. *Post-traumatic Stress Disorder (Epidemiology of PTSD hal.*

- 49-78). New York: Departement of Psychitry Colombia University.
- Fatwa Tentama, 2014. Dukungan Sosial dan *Post-Traumatic Stress Disorder* pada Remaja Penyintas Gunung Merapi. *Jurnal Psikologi Undip Vol.13 No.2 Oktober 2014, 133-138*. Diakses 01 Nopember 2016.
- Hetti Zuliani, 2010. *Efektivitas Play Therapy bagi Siswa yang Mengalami PTSD (Posttraumak Stress Disorder) Akibat Konflik di SMP Babusalam Aceh Utara*. Tesis tidak diterbitkan, Bandung: Sekolah Pascasarjana Universitas Pendidikan Indonesia.
- Louis Downs, dkk. 2015. A Reliability Study of the *Downs Posttraumatic Stress Scale: A Refined Instrument for Measuring the Effects of Human Catastrophes*. *Journal of Education Research and Behavioral Sciences*, Vol. 4(2), pp. 067-074, February, 2015 Available online at <http://www.apexjournal.org> ISSN 2315-8735 © 2015 Apex Journal International.
- Nandang Rusmana, dkk, 2012. *Reduksi Sindrom Trauma Tsunami Melalui Cognitive Behavior Therapy*, STAIN Batusangkar Press. (Prosiding): International Seminar and Workshop Post Traumatic Counseling tanggal 6 dan 7 Juni 2012 di STAIN Batusangkar.
- Ni Putu Diah Prabandari, dkk., 2015. Pengaruh *Cognitive Behavioral Therapy (Cbt)* Terhadap *Post Traumatic Stress Disorder (Ptd)* Pada Pasien *Post* Kecelakaan Lalu Lintas Di Rsup Sanglah Denpasar. *COPING Ners Journal*, Vol.3 No.2, Mei-Agustus 2015. Diakses, 01 Nopember 2016.
- Marina Post, MD, dkk, 2014. *Dimensions of Trauma and Specific Symptoms of Complex Posttraumatic Stress Disorder in Inner-City Youth: A Preliminary Study*. Springer Publishing Company.
- Syamsu Yusuf LN. 2011. Pengembangan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah. dalam Mamat Supriatna, *Bimbingan dan Konseling Berbasis Kompetensi* (hlm. 61-94). Jakarta: Rajawali Pers.
- Syamsu Yusuf LN. dan A. Juntika Nurihsan. 2006. *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: UPI dan PT. Remaja Rosdakarya.