

## PELATIHAN INTEGRASI BUDAYA LOKAL DALAM LAYANAN BK UNTUK MENINGKATKAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING SISWA

Ari Khusumadewi<sup>1</sup>, Budi Purwoko<sup>2</sup>, Titin Indah Pratiwi<sup>3</sup>, Asieline Wahyu Tri Ardyanti<sup>4</sup>, Mila Yunita<sup>5</sup>, Dimas Ardika Miftah Farid<sup>6</sup>, Farah Nikmatus Sania<sup>7</sup>, Zara Diva Paramatatwa<sup>8</sup>, Dyah Amelia Susanti<sup>9</sup>

<sup>1-9</sup>Universitas Negeri Surabaya

<sup>1</sup>arikhusumadewi@unesa.ac.id

### Abstract

*Strengthening students' psychological well-being is an important topic in secondary education, especially in areas with rich local culture, such as Ponorogo Regency, which is famous for its local culture, Reog Ponorogo. This community service activity aims to improve the competence of guidance and counseling teachers in developing and implementing culture-based guidance and counseling services as an effort to improve the psychological well-being of high school students. The implementation method included training and mentoring for 30 guidance and counseling teachers who are members of the MGBK SMA Ponorogo Regency through workshops, discussions, live models, and practice in developing guidance and counseling service modules independently. The results showed that the majority of participants demonstrated increased understanding and skills in integrating local cultural potential into guidance and counseling services. The results of the pre-test and post-test showed that 98.67% of participants reported benefiting from the training, 72% of participants reported that the material presented was easy to understand, 97.33% of participants reported that the methods used were appropriate, and 98.67% of participants reported that the training helped improve their competencies. This training has proven to have a significant impact in positively contributing to the strengthening the competence of guidance and counseling teachers in supporting students' psychological well-being through a contextual service approach based on local culture.*

**Keywords:** Local Culture; Reog Ponorogo; Psychological Well-Being; Guidance and Counseling Teacher Training.

### PENDAHULUAN

*Psychological Well-Being* (kesejahteraan psikologis) merupakan aspek penting dalam perkembangan remaja, khususnya siswa yang masih dalam masa pendidikan seperti siswa sekolah menengah atas. Remaja tersebut berada pada masa kritis yang mulai mengalami perkembangan dari anak-anak menuju kedewasaan (Prabowo, 2016). Pada tahap ini, siswa dihadapkan pada berbagai tantangan yang berkaitan dengan *psychological well-being*, seperti tekanan, akademik, minimnya layanan psikologis, pengaruh media sosial, kurangnya kesadaran budaya, tantangan sosial, dan keterbatasan aktivitas pendukung yang cenderung masih labil sehingga berpotensi menimbulkan tekanan psikologis (Prabowo, 2016). Menurut Carol D. Ryff (2013) yang mengembangkan konsep *eudaimonic well-being*, menunjukkan bahwa *psychological well-being* berfokus pada aktualisasi diri. Maknanya tidak hanya ditandai dengan perasaan bahagia, melainkan juga memiliki pengaruh dari adanya enam dimensi yang terhubung seperti, *self acceptance, positive relation with others, autonomy, environmental mastery, purposive in life, personal growth*.

Fenomena rendahnya *psychological well-being* pada remaja sekolah menengah telah banyak dilaporkan dalam berbagai penelitian, terutama yang berkaitan dengan stres akibat tekanan akademik, tekanan sosial, dan keterbatasan layanan psikologis di sekolah (Selian et al., 2020). Selain itu, penelitian terbaru menunjukkan hubungan antara kecenderungan penggunaan media sosial dengan kesejahteraan psikologis. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa penggunaan media sosial, seperti media sosial yang sering digunakan yaitu instagram dan tiktok akan memberikan dampak positif dan negatif yang bergantung pada penggunaannya, khususnya remaja. Hal ini menunjukkan bahwa apabila remaja memanfaatkan media sosial dalam porsi dan konten yang bijak dan tepat akan berdampak positif. Sebaliknya, apabila remaja bergantung pada media sosial dalam jangka waktu yang lama dan tidak tepat, akan berdampak negatif sehingga akan memengaruhi *psychological well-being* mereka (Fauziyah & Ulfa, 2025). Kondisi ini menuntut adanya pendekatan layanan bimbingan dan konseling yang tidak hanya berfokus pada penyelesaian masalah saja,

tetapi juga pada penguatan potensi dan sumber data psikologis siswa.

Salah satu pendekatan yang relevan dan kontekstual adalah integrasi budaya lokal dalam layanan bimbingan dan konseling. Budaya lokal merupakan sumber nilai dan identitas yang penting dalam proses perkembangan individu. Integrasi nilai budaya lokal ke dalam layanan bimbingan dan konseling dapat membantu siswa untuk menginternalisasi nilai positif, meningkatkan rasa percaya diri, memperkuat hubungan sosial dengan komunitas, dan memperkuat identitas diri (Sumarni et al., 2024). Kabupaten Ponorogo memiliki kekayaan budaya lokal yang kuat, budaya tersebut tampak apada seni tradisional Reog Ponorogo. Reog Ponorogo memiliki filosofi dan makna yang nilainya dapat diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari. Mulai dari nilai religius, nilai sosial, nilai ekonomi, hingga nilai pertunjukkan yang sarat akan keberanian, kebersamaan, disiplin, dan tanggung jawab (Kurniawan & Marzuki, 2022). Nilai tersebut sejalan dengan dimensi *psychological well-being* seperti, *self acceptance, positive relation with others, autonomy, environmental mastery, purposive in life, personal growth* (Ryff, 2013).

Namun demikian, potensi budaya lokal tersebut belum dimanfaatkan secara optimal sebagai bagian dari strategi layanan BK di sekolah menengah yang juga belum difasilitasi dengan baik. Hal tersebut tampak pada hasil observasi dan wawancara pada mitra di Kabupaten Ponorogo yang menunjukkan bahwa guru BK masih mengalami keterbatasan yang menimbulkan masalah seperti kurangnya informasi yang dimiliki oleh guru BK dalam memberikan layanan peningkatan *psychological well-being* siswa berbasis budaya lokal, perbandingan yang tidak seimbang antara guru BK dengan siswa, minimnya media BK berbasis budaya lokal, kurangnya kreativitas dalam perencanaan layanan BK yang berbasis budaya lokal, dan tingginya potensi budaya. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pendekatan berbasis budaya lokal dapat meningkatkan keterlibatan siswa, memperkuat identitas diri, dan berkontribusi positif terhadap *psychological well-being* (Kurniawan & Marzuki, 2022).

Kondisi tersebut menegaskan pentingnya peran sekolah, khususnya guru BK dalam menghadirkan layanan yang mengintegrasikan dengan budaya lokal sebagai langkah strategis meningkatkan

kompetensi profesional guru BK dalam menyusun dan melaksanakan layanan BK yang berorientasi pada peningkatan *psychological well-being* siswa sekolah menengah atas di Kabupaten Ponorogo. Sehingga tujuan dari pelatihan ini adalah membantu guru BK untuk meningkatkan keterampilan menyusun layanan BK berbasis budaya dan membantu meningkatkan kualitas guru BK dalam pelaksanaan layanan BK untuk siswa. Melalui pelatihan ini, diharapkan guru BK dapat mengembangkan layanan yang kontekstual, humanis, dan selaras dengan budaya siswa dalam meningkatkan *psychological well-being* siswa secara berkelanjutan.

## **METODE**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat menggunakan desain pelatihan berbasis partisipatif. Desain ini dipilih guna menggambarkan proses pelaksanaan kegiatan sekaligus mengevaluasi pelatihan terhadap kompetensi peserta. Hal ini didasarkan pada data awal dari wawancara dengan ketua MGBK Kabupaten Ponorogo dengan tim, yang ditemukan permasalahan sebagai berikut:

1. Terdapat beberapa kasus dimana siswa lebih mementingkan kegiatan kebudayaan seperti latihan reog dan jatilan sampai larut malam, bahkan sampai meninggalkan pelajaran dan membolos sekolah,
2. Kurangnya pemahaman guru BK tentang mengintegrasikan budaya lokal dengan layanan BK terutama bimbingan klasikal,
3. Masih minimnya penggunaan aspek budaya dalam salah satu usaha mengoptimalkan *psychological well-being* siswa di sekolah.

Kegiatan ini bekerja sama dengan MGBK SMA Kabupaten Ponorogo dengan target peserta pelatihan sebanyak 30 guru BK SMA se-Kabupaten Ponorogo. Pemilihan subjek/target didasarkan pada peran guru BK dalam pengembangan layanan bimbingan dan konseling yang kontekstual dan berorientasi pada kebutuhan siswa (Prayitno & Amti, 2018). Pemberian pelatihan ini dilakukan di SMAN 3 Kabupaten Ponorogo yang berlangsung selama 2 bulan secara *offline* maupun *online* yang telah terjadwal. Prosedur pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan melalui empat tahapan, yaitu:

1. Tahap Persiapan. Pada tahap ini, meliputi kegiatan koordinasi dan negosiasi dengan mitra (MGBK SMA Kabupaten Ponorogo),

identifikasi permasalahan, dan analisis kebutuhan guru BK. Analisis kebutuhan ini dilakukan melalui wawancara guna mengetahui pemahaman guru BK tentang budaya lokal dan *psychological well-being* siswa.

2. Tahap Pelatihan. Pada tahap ini merupakan tahap pelaksanaan kegiatan dengan menyajikan materi tentang integrasi budaya lokal dan *psychological well-being* dengan metode ceramah, diskusi, tanya jawab, pemberian contoh (*live model*) serta latihan penyusunan modul layanan BK.
3. Tahap Praktik dan Pengembangan. Pada tahap ini, peserta secara mandiri mengembangkan modul layanan BK dengan pendampingan asinkronus dan supervisi dari tim pemateri dengan rincian sebagai berikut:

**Tabel 1.** Jadwal Kegiatan Pelatihan

No.	Aspek yang dinilai	Metode	Waktu	Tempat
1	Ruangan pelatihan (kenyamanan, kelengkapan, dan kelayakan)	Paparan, tanya jawab, diskusi, pemaparan contoh	2 Jam	SMAN 3 Ponorogo
2	Kejelasan penyajian materi saat pelatihan	Live model dan Simulasi tersupervisi	8 Jam	SMAN 3 Ponorogo
3	Jawaban pemateri terhadap pertanyaan peserta	Asinkronus	1 Bulan	SMA Kabupaten Ponorogo
4	Kesesuaian materi dengan tujuan pelatihan	Daring	4 Jam	SMAN 1 Ponorogo

4. Tahap Evaluasi. Pada tahap ini, meliputi evaluasi hasil layanan, validasi modul, dan penilaian pemahaman peserta terhadap kegiatan.

Pengumpulan data dilakukan melalui observasi langsung terhadap keterlibatan peserta selama proses pelatihan berlangsung dan dokumentasi berupa foto kegiatan, catatan diskusi, dan produk RPL BK hasil simulasi pengembangan peserta pelatihan (Creswell & Creswell, 2018). Sajian materi meliputi: peningkatan kesadaran tentang isu-isu budaya, komponen budaya, *psychological well-being*, dan kegiatan penyusunan RPL BK.

Desain evaluasi yang digunakan adalah *pretest* dan *posttest* untuk mengukur

perubahan pemahaman dan keterampilan pada peserta pelatihan serta deskriptif kuantitatif yang digunakan untuk menggambarkan respons peserta terhadap pelaksanaan pelatihan.

Dari hasil *pretest* dan *posttest* menunjukkan adanya perubahan pada peserta pelatihan seperti pemahaman tentang konsep asesmen, antusiasme peserta yang tinggi dan keterampilan peserta dalam mengembangkan instrumen permasalahan siswa. Para peserta 98,67% menyatakan mendapatkan manfaat dari pelatihan, 72% peserta menyatakan materi yang disampaikan mudah dimengerti, 97,33% peserta menyatakan metode yang diberikan sesuai, 98,67% peserta menyatakan bahwa pelatihan ini mampu meningkatkan kompetensi mereka.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat direncanakan dalam bentuk pelatihan integrasi budaya lokal untuk meningkatkan *psychological well-being* siswa SMA di Kabupaten Ponorogo. Perencanaan pelatihan di desain sesuai dengan kebutuhan sekolah dan perkembangan siswa. Media yang digunakan adalah PPT (*powerpoint*) yang di desain dengan kerangka kompetensi modul layanan BK yang terdiri dari beberapa bagian. Peserta kegiatan berjumlah 30 guru BK SMA yang tergabung dalam MGBK SMA Kabupaten Ponorogo.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan selama dua bulan dari 23 September yang terdiri atas 1 sesi luring dengan pemaparan materi serta latihan penyusunan modul layanan BK dengan materi yang berkaitan dengan pengenalan potensi budaya lokal, pemahaman *psychological well-being*. Sementara pendampingan asinkronus dalam mengembangkan modul layanan BK yang bermuatan budaya.

Pada pelaksanaan pengembangan modul layanan BK bermuatan budaya dilakukan secara kelompok sesuai dengan sekolah masing-masing. Kegiatan *monitoring* pengembangan modul layanan dilakukan secara daring. Materi pengenalan potensi budaya dan *psychological well-being* disampaikan oleh Dr. Ari Khusumadewi, M.Pd. Berikut adalah susunan materi yang diberikan:

**Tabel 2.** Susunan Materi Pelatihan

No.	Materi	JP
1	Pengantar Budaya	2
2	Pengantar <i>Psychological Well-Being</i>	2
3	Pengantar Modul BK	2
4	Penyusunan Modul BK	10
5	Rubrik Penilaian Modul	8
6	Evaluasi Modul	8

Dalam pelatihan ini pemberian materi dilakukan secara luring sedangkan praktek seperti penyusunan modul layanan BK dan evaluasi dilakukan secara asinkronus dengan pembimbingan secara daring. Hal ini dilakukan karena proses pengembangan modul layanan BK memerlukan waktu cukup lama dan data budaya sekolah yang komperhensif sehingga tidak memungkinkan untuk dilakukan secara luring

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peserta memperoleh peningkatan pemahaman terkait konsep *psychological well-being*, potensi budaya lokal, dan teknik penyusunan modul layanan BK bermuatan budaya. Berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest*, antusiasme dan keterampilan mengembangkan modul layanan peserta tinggi, ditunjukkan dengan sebanyak 98,67% peserta memperoleh manfaat pelatihan, 72% menyatakan materi yang disampaikan mudah dipahami, 97,33% peserta menilai bahwa metode pelatihan yang diberikan sesuai, dan 98,76% peserta menyatakan bahwa pelatihan ini mampu meningkatkan kompetensi mereka.

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pelatihan integrasi budaya lokal dalam meningkatkan *psychological well-being* siswa efektif dan mampu menunjukkan peningkatan kompetensi profesional guru BK dalam menyusun layanan BK yang lebih kontekstual dan relevan dengan kebutuhan siswa. Temuan ini sejalan dengan konsep *psychological well-being* yang dikemukakan oleh Carol D. Ryff dengan enam dimensinya yang menekankan pentingnya *self acceptance, positive relation with others, autonomy, environmental mastery, purposive in life, personal growth* (Ryff, 2013). Budaya lokal merupakan sumber nilai dan identitas yang penting dalam proses perkembangan individu. Integrasi nilai budaya lokal ke dalam layanan bimbingan dan konseling dapat membantu siswa untuk menginternalisasi nilai positif, meningkatkan rasa percaya diri, memperkuat hubungan sosial dengan

komunitas, dan memperkuat identitas diri (Sumarni et al., 2024).

Keagamaan merupakan budaya lokal khas Kabupaten Ponorogo yang memiliki filosofi dan makna yang nilainya dapat diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari. Filosofi dan makna tersebut tertuang dalam nilai-nilai kehidupan, dari nilai religius, nilai sosial, nilai ekonomi, hingga nilai pertunjukkan yang sarat akan keberanian, kebersamaan, disiplin, dan tanggung jawab (Kurniawan & Marzuki, 2022). Integrasi tersebut memberikan ruang bagi siswa untuk mengembangkan identitas diri dan rasa memiliki terhadap lingkungan sosialnya. Pendekatan berbasis budaya dinilai efektif dalam meningkatkan keterlibatan siswa dengan layanan BK karena materi yang disampaikan lebih dekat dengan pengalaman hidup mereka seperti penerimaan diri, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi, hubungan positif, penguasaan lingkungan, dan otonomi dengan nilai-nilai budaya lokal, terutama nilai-nilai budaya Keagamaan Ponorogo seperti nilai religius, nilai sosial, nilai ekonomi, hingga nilai pertunjukkan yang sarat akan keberanian, kebersamaan, disiplin, dan tanggung jawab (Ryff, 2013); (Kurniawan & Marzuki, 2022). Hal ini mendukung pandangan bahwa budaya merupakan salah satu faktor penting dalam perkembangan psikologis individu, khususnya remaja yang sedang menempuh pendidikan menengah.

Adanya peningkatan kompetensi BK setelah pelatihan menunjukkan bahwa pelatihan berbasis praktik dan pendampingan yang berkelanjutan efektif dalam meningkatkan kualitas layanan BK, sehingga sejalan tujuan dari kegiatan ini yakni membantu guru BK untuk meningkatkan keterampilan menyusun layanan BK berbasis budaya dan membantu meningkatkan kualitas guru BK dalam pelaksanaan layanan bantuan untuk siswa. Temuan ini sejalan dengan penelitian (Eva et al., 2020) yang menyatakan bahwa dukungan sosial dan konteks lingkungan berperan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis. Selain itu, temuan ini memperkuat temuan (Selian et al., 2020) bahwa intervensi yang kontekstual dapat membantu individu untuk meningkatkan kesejahteraan psikologisnya guna mengelola stres maupun permasalahan yang sedang dihadapinya. Dengan demikian, pelatihan integrasi budaya lokal, tidak hanya meningkatkan kompetensi guru BK, tetapi juga berpotensi memberikan dampak jangka panjang terhadap *psychological well-being*

siswa melalui layanan BK yang lebih bermakna dan kontekstual dengan muatan budaya lokal.



Gambar 1. Peserta workshop

## KESIMPULAN SARAN

### Simpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa pelatihan integrasi budaya lokal dalam layanan bimbingan dan konseling untuk meningkatkan *psychological well-being* siswa SMA di Kabupaten Ponorogo telah terlaksana secara sistematis dan menunjukkan hasil yang positif. Guru BK sebagai peserta pelatihan menunjukkan peningkatan pemahaman konseptual maupun praktis terkait pentingnya memasukkan unsur budaya lokal ke dalam layanan BK di sekolah.

Integrasi budaya lokal dalam layanan BK terbukti memiliki potensi besar sebagai pendekatan pendukung *psychological well-being* siswa. Dengan mengaitkan nilai-nilai budaya lokal ke dalam layanan BK, siswa diharapkan mampu membangun kesejahteraan psikologis secara lebih utuh dan berkelanjutan.

### Saran

Meskipun kegiatan pengabdian ini telah menunjukkan hasil yang menggembirakan, masih terdapat beberapa aspek yang perlu mendapatkan perhatian untuk pengembangan kegiatan serupa di masa mendatang. Pertama, durasi pelatihan luring yang relatif singkat perlu diperpanjang agar peserta memiliki kesempatan yang lebih memadai untuk mendalami materi serta mempraktikkan secara langsung penyusunan dan implementasi modul layanan BK berbasis budaya lokal.

Kedua, evaluasi kegiatan sebaiknya tidak hanya difokuskan pada peningkatan pemahaman dan kompetensi guru BK, tetapi juga diarahkan pada pengukuran dampak langsung terhadap *psychological well-being* siswa. Evaluasi empiris yang melibatkan siswa sebagai subjek akan memberikan gambaran

yang lebih komprehensif mengenai efektivitas integrasi budaya lokal dalam layanan BK.

Ketiga, pendampingan implementasi modul layanan BK berbasis budaya lokal perlu dilakukan secara berkelanjutan. Pendampingan ini penting untuk memastikan peserta bahwa modul yang telah disusun benar-benar diaplikasikan secara konsisten di sekolah serta dapat disesuaikan dengan dinamika dan kebutuhan siswa. Dengan adanya pendampingan dan evaluasi yang berkesinambungan, integrasi budaya lokal dalam layanan BK diharapkan mampu memberikan dampak yang lebih optimal, nyata, dan berkelanjutan bagi peningkatan *psychological well-being* siswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bakir, Y., & Kangalgil, M. (2017). The Effect of Sport on the Level of Positivity and Well-Being in Adolescents Engaged in Sport Regularly. *Journal of Education and Training Studies*, 5(11), 98–104.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2002). *Optimism*. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 231–243). Oxford University Press.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research Design Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. In Sage Publication, Inc. <https://doi.org/10.2307/j.ctt2204s7w.11>
- Eva, N., Shanti, P., & Hidayah, N. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa dengan Religiusitas sebagai Moderator. 5(3), *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 122–131. <https://doi.org/10.17977/um001v5i32020p122>
- Fauziyah, N., & Ulfa, N. M. (2025). Dampak Media Sosial Terhadap Psychological Wellbeing Remaja. *Pandalungan: Jurnal Penelitian Pendidikan, Bimbingan, Konseling Dan Multikultural*, 3(1). <https://jurnal.unipar.ac.id/index.php/pandalungan/article/view/2232>
- Kurniawan, B. G., & Marzuki. (2022). Tradisi Reog Ponorogo sebagai budaya penguat jati diri bangsa. *Jurnal Budaya Nusantara*, 5(2), 75–82. <https://doi.org/https://doi.org/10.36456/JB N.vol5.no2.4623>
- Prabowo, A. (2016). Kesejahteraan Psikologis Remaja di Sekolah. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 4(2), 246–260.



- <https://doi.org/https://doi.org/10.22219/jipt.v4i2.3527>
- Prayitno, & Amti, E. (2018). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. PT Rineka Cipta.
- Ryff, C. D. (2013). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10–28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). *Know thyself and become what you are: a eudaimonic approach to psychological well-being*. 13–39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>
- Selian, S. N., Hutagalung, F. D., & Rosli, N. A. (2020). *Social Sciences & Humanities Academic Stress, Coping and Social Cultural Adaptation of Psychological Well Being among Indonesian Postgraduate Students*. 28(4), 2505–2527. <https://doi.org/https://doi.org/10.47836/pjss h.28.4.02>
- Sumarni, M. L., Jewarut, S., Melati, F. V., & Bhuana, I. S. (2024). Integrasi Nilai Budaya Lokal Pada Pembelajaran di Sekolah Dasar. *Journal of Education Reseach*, 5(3), 2993–2998. <https://doi.org/https://doi.org/10.37985/jer.v5i3.1330>