

# PELATIHAN DAN PENDAMPINGAN PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL BERPENDEKATAN RATIONAL EMOTIVE BEHAVIORAL BERBASIS TRI HITA KARANA UNTUK MENINGKAN WELL-BEING BAGI GURU-GURU BK DI KOTA SINGARAJA

I Ketut Gading<sup>1</sup>, Kade Sathya Gita Rismawan<sup>2</sup>, Ni Putu Astiti Pratiwi<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Bimbingan dan Konseling FIP Undiksha; <sup>2</sup>Bimbingan dan Konseling FIP Undiksha; <sup>3</sup>Pendidian Bahasa Inggris FBS Undiksha

Email:iketutgading@undiksha.ac.id

## ABSTRACT

*This community development aims to improve the effectiveness of guidance and counseling services provided by Guidance and Counseling teachers in Singaraja City through training and mentoring of Classical Guidance services with the Rational Emotive Behavioral (REB) approach based on Tri Hita Karana. The problem faced is the lack of skills of Guidance and Counseling teachers in implementing holistic and responsive guidance services to student needs, especially in improving student well-being. The method used in this service is a pretest-posttest one group design. The subjects of the service were 49 Guidance and Counseling teachers in Singaraja City. The instrument used to measure the success of the training was the classical guidance service practice assessment instrument. The results of the service showed that there was a significant increase in the skills of Guidance and Counseling teachers in implementing classical guidance services, as indicated by the results of the Wilcoxon test analysis with an Asymp. Sig. (2-tailed) value of 0.001 (<0.05), which means that the hypothesis is accepted.*

**Keywords:** *Rtional Emotive Behavioral, Tri Hita Karana, Well-Being*

## ABSTRAK

Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan efektivitas layanan bimbingan dan konseling yang diberikan oleh guru Bimbingan dan Konseling di Kota Singaraja melalui pelatihan dan pendampingan layanan Bimbingan Klasikal dengan pendekatan Rational Emotive Behavioral (REB) berbasis Tri Hita Karana. Masalah yang dihadapi adalah kurangnya keterampilan guru Bimbingan dan Konseling dalam melaksanakan layanan bimbingan yang holistik dan responsif terhadap kebutuhan siswa, terutama dalam meningkatkan kesejahteraan (well-being) siswa. Metode yang digunakan adalah pengabdian ini adalah pretest-posttest one group design. Subjek pengabdian adalah 49 guru Bimbingan dan Konseling di Kota Singaraja. Instrumen yang digunakan untuk mengukur keberhasilan pelatihan adalah instrumen penilaian praktik layanan bimbingan klasikal. Hasil pengabdian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan signifikan dalam keterampilan guru Bimbingan dan Konseling dalam melaksanakan layanan bimbingan klasikal, sebagaimana ditunjukkan oleh hasil analisis uji Wilcoxon dengan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,001 (<0,05), yang berarti bahwa hipotesis diterima.

**Kata kunci:** *Rasional Emotif Behavioral, Tri Hita Karana, Well-Being*

## PENDAHULUAN

Bimbingan dan Konseling adalah proses bantuan yang diberikan oleh Konselor atau Guru Bimbingan dan Konseling kepada Konseli agar konseli memiliki kemampuan atau kecakapan dalam memahami diri dan masalahnya sehingga berkembang secara mandiri serta mampu memecahkan berbagai masalah yang dialami (Syamsuddin, 2019).

Sesuai dengan Permendikbud 111 tahun 2014, Bimbingan dan Konseling melaksanakan tugas pada Pendidikan Formal dengan memberikan layanan kepada siswa. Layanan Bimbingan dan Konseling diberikan melalui empat bidang layanan yakni, Pribadi, Sosial, Karier, dan Belajar (Permenmdikbud No. 111 Tahun 2014, 2014). Keempat layanan ini diberikan kepada siswa dengan tujuan membantu siswa agar memiliki kompetensi mengembangkan potensi

dirinya seoptimal mungkin atau mewujudkan nilai-nilai yang terkandung dalam tugas-tugas perkembangan yang harus dikuasai siswa sebaik mungkin termasuk juga dalam mengembangkan karakternya. Bimbingan dan Konseling di sekolah berperan sebagai jembatan antara siswa dan sekolah juga antara siswa dan perkembangan karakternya (Purwaningrum, 2018).

Layanan Bimbingan dan Konseling (BK) di sekolah memainkan peran yang sangat penting dalam mendukung perkembangan siswa secara holistik. Fungsi utama layanan ini adalah memberikan dukungan dalam berbagai aspek kehidupan siswa, termasuk akademik, sosial, dan emosional (Fitriyanti et al., 2019; Nurlaily, 2019). Dalam hal akademik, konselor membantu siswa merencanakan dan mengatasi tantangan yang dihadapi dalam proses belajar, seperti memilih jurusan, mempersiapkan ujian, atau mengatasi kesulitan belajar. Selain itu, layanan BK juga berfokus pada pengembangan keterampilan sosial siswa, seperti kemampuan berkomunikasi, bekerja sama, dan membangun hubungan positif dengan teman sebaya. Dari segi emosional, konselor memberikan bimbingan untuk mengelola emosi, mengatasi stres, dan mengembangkan ketahanan menghadapi berbagai tantangan hidup. Dengan demikian, layanan Bimbingan dan Konseling berfungsi sebagai jembatan yang membantu siswa beradaptasi dengan lingkungan sekolah, mendorong perkembangan diri, dan mencapai potensi maksimal dalam kehidupan akademik dan social (Anwar et al., 2023; Saputri et al., 2018).

Namun, di Kota Singaraja, terdapat permasalahan signifikan dalam efektivitas layanan BK, khususnya dalam membantu siswa menghadapi tantangan hidup yang semakin kompleks. Berdasarkan rapat rutin yang dilaksanakan melalui Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia Daerah Bali (PD ABKIN Bali) Bersama Guru Bimbingan dan Konseling di sekolah-sekolah Kota Singaraja, didapatkan informasi bahwa sering kali Guru BK mengalami kesulitan dalam memberikan

bantuan yang menyeluruh dan memadai bagi siswa. Ketidaksiharian antara tuntutan masalah yang dihadapi siswa dengan kapasitas dan keterampilan yang dimiliki guru BK telah menciptakan kesenjangan dalam layanan bimbingan dan konseling. Masalah ini terutama terlihat pada ketidakmampuan guru BK dalam menyelesaikan masalah siswa secara holistik, yang pada akhirnya berdampak pada kurangnya kesejahteraan siswa, baik di sekolah maupun dalam kehidupan mereka sehari-hari.

Tiga permasalahan utama yang telah diidentifikasi dihadapi oleh guru BK di Kota Singaraja dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Permasalahan siswa yang belum dapat dibantu secara utuh: Guru BK di sekolah-sekolah menghadapi tantangan dalam membantu siswa menyelesaikan masalah secara menyeluruh. Banyak siswa yang membutuhkan bantuan dalam berbagai aspek—akademik, sosial, emosional—namun keterbatasan keterampilan guru BK dalam mengakomodasi semua kebutuhan ini menjadi kendala. Kesenjangan antara kebutuhan siswa dan kemampuan guru BK untuk memberikan intervensi yang tepat sering kali menimbulkan masalah yang tidak terselesaikan dengan baik.
2. Kebutuhan pelatihan layanan bimbingan klasikal bagi Guru BK sebagai pengembangan kompetensi berlanjut: Guru BK dihadapkan pada tantangan perkembangan zaman yang pesat dan dinamika masalah siswa yang semakin kompleks. Untuk menghadapi ini, mereka memerlukan pembaruan pengetahuan dan keterampilan secara terus-menerus. Pelatihan layanan bimbingan klasikal yang terstruktur dan berkelanjutan sangat penting untuk meningkatkan kemampuan guru BK dalam menghadapi berbagai permasalahan yang dihadapi siswa saat ini. Tanpa pembaruan kompetensi,

layanan yang diberikan dapat menjadi kurang efektif dan tidak tepat sasaran.

3. Permasalahan kompleks terkait karakter siswa yang memerlukan upaya preventif: Masalah karakter siswa semakin menonjol, mulai dari masalah perilaku hingga ketidakseimbangan emosi dan nilai-nilai moral. Kompleksitas masalah karakter ini memerlukan upaya preventif yang lebih kuat melalui layanan bimbingan klasikal. Guru BK perlu dilengkapi dengan strategi untuk mengidentifikasi faktor-faktor penyebab permasalahan karakter sejak dini dan memberikan intervensi yang tepat guna mencegah perkembangan masalah yang lebih serius.

Untuk menjawab tantangan di atas, perlu adanya peningkatan keterampilan guru BK dalam melaksanakan layanan dengan lebih inovatif. Salah satu layanan inovatif yang dapat dilakukan adalah dengan mengintegrasikan konsel kearifan lokal Bali dengan salah satu model konseling dalam layanan BK. Dalam hal ini pengabdian mengintegrasikan konsep Tri Hita Karana yang diintegrasikan dalam layanan Bimbingan Klasikal dengan pendekatan Rational Emotive Behavioral.

Rational emotive behavioral (REB) adalah pendekatan terapeutik yang dikembangkan oleh psikolog Albert Ellis pada tahun 1955 (Daulay et al., 2022). Pendekatan ini berfokus pada peran pikiran dan keyakinan yang tidak sehat dalam membentuk emosi dan perilaku seseorang. Pendekatan ini bertujuan untuk membantu individu mengidentifikasi dan mengubah pola pikir irasional yang menyebabkan masalah emosional dan perilaku negatif (Yang & Han, 2020).

*Rational Emotive Behavior* (REB) berasumsi bahwa berpikir logis itu tidak mudah, kebanyakan individu cenderung ahli dalam berpikir tidak logis (Syah, 2020). Beberapa asumsi dasar REB yang dapat dikategorisasikan antara lain: 1) Pikiran, perasaan dan tingkah laku secara berkesinambungan saling

berinteraksi dan mempengaruhi satu sama lain.

2) Gangguan emosional disebabkan oleh faktor biologi dan lingkungan. 3) Manusia dipengaruhi oleh orang lain dan lingkungan sekitar dan individu juga secara mengajak mempengaruhi orang lain di sekitarnya. 4) Manusia menyakiti diri sendiri secara kognitif, emosional, dan tingkal laku. Individu sering berfikir yang menyakiti diri sendiri dan orang lain. 5) Ketika hal yang tidak menyenangkan terjadi, individu cenderung menciptakan keyakinan yang irasional tentang kejadian tersebut. Keyakinan irasional menjadi penyebab gangguan kepribadian individu (Handika et al., 2014; Musculus et al., 2018).

Tri hita karana merupakan konsep filosofi tradisional Bali yang berarti “tiga penyebab kebahagiaan” atau “tiga sumber kesejahteraan” (Saputra & Sukmana, 2019; Suja, 2017). Konsep ini menjadi landasan penting dalam kehidupan masyarakat Bali, yang berfokus pada harmoni antara manusia, alam, dan spiritualitas. Secara harfiah, Tri Hita Karana berasal dari tiga kata, Tri (Tiga), Hita (Kebahagiaan atau kesejahteraan), dan Karana (Penyebab atau sumber) (Suhendra et al., 2020). Menurut filosofi ini, kesejahteraan atau kebahagiaan sejati dapat dicapai ketika seseorang dapat menjaga keseimbangan dalam tiga hubungan utama, yaitu (Cahyadi & Sukerni, 2020):

- 1) Parahyangan merujuk pada hubungan harmonis antara manusia dan Tuhan (Ida Sang Hyang Widhi Wasa). Ini dapat diwujudkan melalui praktik-praktik keagamaan seperti berdoa, melakukan ritual, melaksanakan upacara adat, serta memiliki rasa syukur dan pengabdian kepada Tuhan.
- 2) Pawongan menggambarkan hubungan yang harmonis antara individu dengan orang lain atau komunitas. Dalam konsep ini, kebahagiaan dicapai melalui rasa hormat, kerja sama, dan hidup dalam harmoni dengan sesama.
- 3) Palemahan adalah hubungan harmonis antara manusia dan lingkungan alamnya. Konsep ini menekankan

pentingnya menjaga keseimbangan ekologis, merawat alam, dan melestarikan lingkungan hidup.

Tri Hita Karana mempengaruhi hampir setiap aspek kehidupan masyarakat Bali, mulai dari tata cara kehidupan sehari-hari, pengelolaan desa, hingga perencanaan tata kota dan kebijakan pariwisata (Budiasih, 2017). Prinsip ini berfungsi sebagai pedoman untuk menciptakan keseimbangan dan harmoni dalam masyarakat dan lingkungan. Dengan Tri Hita Karana mengajarkan tentang pentingnya menjaga keseimbangan tiga hubungan fundamental ini sebagai kunci untuk mencapai kebahagiaan sejati dan keberlanjutan hidup (Cahyadi & Sukerni, 2020).

Dalam konteks Tri Hita Karana, pendekatan Rational Emotive Behavioral (REB) dapat diadaptasi untuk mendorong kesejahteraan dengan cara memperhatikan dan menjaga hubungan yang harmonis dalam tiga aspek utama yaitu hubungan dengan Tuhan (Parahyangan), hubungan dengan sesama manusia (Pawongan), dan hubungan dengan alam atau lingkungan (Palemahan). Adaptasi REB dalam kerangka Tri Hita Karana berfokus pada bagaimana siswa dapat mengubah pola pikir irasional yang mengganggu kesejahteraan di ketiga hubungan ini, dan menggantinya dengan keyakinan yang lebih rasional dan sehat, sehingga mendukung keharmonisan dalam setiap aspek.

Adapun tujuan dari pengabdian ini adalah 1) Meningkatkan efektivitas layanan bimbingan dan konseling yang diberikan oleh guru BK di sekolah-sekolah Kota Singaraja sehingga dapat lebih responsif terhadap kebutuhan siswa dan memberikan bantuan yang lebih holistic melalui layanan Bimbingan Klasikal dengan pendekatan Rational Emotive Behavioral berbasis Tri Hita Karana, 2) Memperbaharui pengetahuan dan keterampilan guru BK dalam melaksanakan layanan bimbingan klasikal agar dapat menangani masalah siswa secara menyeluruh dan efektif melalui pelatihan dan pendampingan Bimbingan Klasikal dengan pendekatan Rational Emotive Behavioral

berbasis Tri Hita Karana, dan 3) Meningkatkan keseimbangan dan kesejahteraan siswa dengan mengatasi permasalahan karakter yang kompleks melalui upaya menumbuhkan Well-Being pada layanan Bimbingan Klasikal.

Output yang dihasilkan dalam pengabdian ini adalah penguatan kompetensi guru bimbingan dan konseling di kota Singaraja dalam melaksanakan layanan bimbingan klasikal yang lebih efektif dalam upaya pengembangan karakter siswa di Sekolah. Sedangkan outcome dalam pengabdian ini adalah Peningkatan kesejahteraan (well-being) siswa yang lebih terlihat dalam bentuk sikap positif terhadap diri sendiri, lingkungan, dan hubungan dengan orang lain sesuai dengan nilai-nilai Tri Hita Karana.

## METODE

Pengabdian ini menggunakan desain *One Group Pretest-Posttest Design*. Desain ini digunakan untuk mengukur keberhasilan pelaksanaan Pelatihan dan Pendampingan yang diberikan kepada guru BK di Kota Singaraja. Pada desain ini terdapat pretest sebelum dilaksanakannya pelatihan dan pendampingan dan posttest sesudah dilaksanakan pelatihan dan pendampingan kepada Guru BK. Dengan demikian hasil Pelatihan dan Pendampingan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi pelatihan dan pendampingan.

Pelatihan dan pendampingan ini dilaksanakan dengan tahapan sebagai berikut:

- 1) Tahap 1: *Pretest*
- 2) Tahap 2: Pelaksanaan pelatihan dengan paparan materi dan praktik Bimbingan Klasikal berbasis Tri Hita Karana. Paparan materi diberikan untuk menyampaikan teori, sedangkan praktik dilakukan dengan mencontohkan pelaksanaan bimbingan klasikal kepada guru.
- 3) Tahap 3: Pendampingan dilaksanakan dengan praktik oleh guru BK. Praktik

oleh Guru BK dilaksanakan sebanyak 3 kali.

4) Tahap 4: *Posttest*

Instrumen yang digunakan dalam *pretest* dan *posttest* adalah instrumen penilaian praktik layanan bimbingan klasikal yang telah dikembangkan oleh pengabdian. Instrumen evaluasi menggunakan Angket Evaluasi Bimbingan Klasikal berpendekatan REB Berbasis Tri Hita. Angket yang digunakan mengacu pada dimensi pelaksanaan Bimbingan Klasikal. Adapun indikator yang digunakan adalah, 1) Rumusan Topik Bimbingan, 2) Rumusan Tujuan Layanan Bimbingan, 3) Pemilihan strategi, metode, dan teknik bimbingan, 4) Pemilihan alat dan media bimbingan, 5) Kejelasan dan keterarahan rumusan aktivitas yang dilakukan oleh guru BK dalam setiap langkah. Masing-masing indikator memuat skor interval 1 sampai dengan 10. Adapun kategorisasi skor adalah sebagai berikut.

Tabel 1. Kategorisasi Skor Keterampilan Bimbingan Klasikal berpendekatan REB Berbasis Tri Hita

Skor	Kategori
5 – 26	Sangat Rendah
27 – 44	Rendah
45 – 62	Tinggi
63 – 80	Sangat Tinggi

Subjek dalam pengabdian ini berjumlah 49 Guru BK yang berasal dari 16 Sekolah SMP dan SMA yang ada di Kota Singaraja.

Untuk mengukur keberhasilan pengabdian ini digunakan Teknik analisis data dengan Uji *Wilcoxon*. Analisis data dilakukan dengan bantuan *SPSS 27.0 For Windows*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 2. Tabel *Ranks*

Ranks	Mean N Rank	Sum of Ranks
-------	-------------	--------------

Posttest	-Negative Ranks	0 <sup>a</sup> .00	.00
Pretest	Positive Ranks	49 <sup>b</sup> 25.00	1225.00
	Ties	0 <sup>c</sup>	
	Total	49	

Berdasarkan hasil analisis pada tabel 2 dapat dilihat bahwa *Negative Ranks* atau selisih (negatif) antara *Pre Test* dan *Post Test* keterampilan pelaksanaan layanan klasikal berpendekatan *rational emotive behavioral* berbasis tri hita karena untuk meningkatkan *well-being* adalah 0, baik itu pada nilai *N*, *Mean Rank*, maupun *Sum Rank*. Nilai 0 ini menunjukkan tidak adanya penurunan (pengurangan) dari nilai *Pre Test* ke nilai *Post Test*. *Positif Ranks* atau selisih (positif) antara hasil belajar matematika untuk *Pre Test* dan *Post Test*. Disini terdapat 49 data positif (*N*) yang artinya ke 49 Guru yang mengikuti Pelatihan dan Pendampingan mengalami peningkatan keterampilan pelaksanaan layanan klasikal berpendekatan *rational emotive behavioral* berbasis tri hita karena untuk meningkatkan *well-being* siswa, dari nilai *Pre Test* ke nilai *Post Test*. *Mean Rank* atau rata-rata peningkatan tersebut adalah sebesar 25.00, sedangkan jumlah rangking positif atau *Sum of Ranks* adalah sebesar 1225,00. *Ties* adalah kesamaan nilai *Pre Test* dan *Post Test*, disini nilai *Ties* adalah 0, sehingga dapat dikatakan bahwa tidak ada nilai yang sama antara *Pre Test* dan *Post Test*.

Untuk mengetahui keberhasilan dari pelaksanaan pelatihan dan pendampingan ini, maka dilakukan uji hipotesis berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan menggunakan *SPSS 27.0 For Windows*. Adapun hasil analisis dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 2. Hasil Test Statistics

Test Statistics <sup>a</sup>	
	Posttest - Pretest
Z	-6.095 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001

Dasar pengambilan keputusan yang digunakan dalam uji *wilcoxon* untuk dijadikan pegangan atau pedoman. Dasar Pengambilan Keputusan dalam Uji *Wilcoxon* adalah:

1. Jika nilai *Asymp.Sig. (2-tailed)* lebih kecil dari  $< 0,05$ , maka  $H_a$  diterima.
2. Sebaliknya, jika nilai *Asymp.Sig. (2-tailed)* lebih besar dari  $> 0,05$ , maka  $H_a$  ditolak

Hipotesis dalam pengabdian kepada ini adalah Pelatihan dan pendampingan dapat meningkatkan keterampilan pelaksanaan layanan klasikal berpendekatan *rational emotive behavioral* berbasis *tri hita karena* untuk meningkan *well-being* siswa bagi guru di Kota Singaraja. Berdasarkan tabel 2, diketahui *Asymp.Sig. (2-tailed)* bernilai 0,001. Karena nilai 0,001 lebih kecil dari  $< 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa Hipotesis diterima. Artinya ada perbedaan antara keterampilan pelaksanaan layanan klasikal berpendekatan *rational emotive behavioral* berbasis *tri hita karena* untuk meningkan *well-being* siswa pada guru di Kota Singaraja. Perbedaan ini juga didukung oleh peningkatan keterampilan pelaksanaan layanan klasikal berpendekatan *rational emotive behavioral* berbasis *tri hita karena* untuk meningkan *well-being* siswa bagi guru berdasarkan analisis pada tabel 1. Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa pelatihan dan pendampingan bimbingan klasikal *retional emotive behavioral* berbasis *tri hita karena* untuk meningkatkan *well-being* siswa bagi guru-guru di Kota Singaraja berhasil.

Pelatihan dan pendampingan yang dilakukan untuk meningkatkan keterampilan guru BK dalam pelaksanaan layanan bimbingan klasikal berpendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy (REBT)* berbasis *Tri Hita Karena* berhasil karena beberapa faktor kunci yang mendukung, baik dari segi desain program pelatihan, metode pendekatan, maupun keterlibatan peserta. Berikut adalah beberapa alasan utama mengapa pelatihan dan pendampingan ini dapat berhasil:

## **1. Pendekatan yang Relevan dan Terintegrasi**

Pelatihan ini menggunakan pendekatan yang relevan dengan kebutuhan guru dan siswa, yakni pendekatan *Rational Emotive Behavioral (REB)* yang dikombinasikan dengan nilai-nilai lokal *Tri Hita Karena*. Kombinasi ini sangat efektif karena *REB* menawarkan pendekatan yang terstruktur dan ilmiah dalam menangani masalah emosional dan perilaku siswa, sementara *Tri Hita Karena* memberikan landasan budaya dan spiritual yang kuat. Integrasi kedua pendekatan ini menciptakan keseimbangan antara metode psikologis modern dan kearifan lokal, yang membuat pelatihan ini lebih kontekstual dan mudah diterima oleh guru di Singaraja.

Pendekatan *REB* mampu mengatasi masalah psikologis siswa secara ilmiah dan terstruktur (Putri, 2023), sementara pendekatan *Tri Hita Karena* relevan dengan konteks budaya lokal sehingga lebih mudah diimplementasikan di lingkungan sekolah di Singaraja. Hal ini membantu guru merasa lebih percaya diri karena metode yang dilatihkan tidak hanya efektif, tetapi juga sesuai dengan nilai-nilai lokal.

## **2. Fokus pada Peningkatan Kompetensi Guru**

Pelatihan dan pendampingan ini dirancang untuk mengembangkan kompetensi praktis guru dalam memberikan layanan bimbingan. Dengan memberikan pelatihan yang tidak hanya berfokus pada teori, tetapi juga pada penerapan langsung operasional *REB* dalam bimbingan klasikal, guru dapat dengan cepat mengadaptasi keterampilan baru tersebut ke dalam praktik sehari-hari mereka di sekolah. Pendekatan *hands-on* ini memberikan kesempatan kepada guru untuk berlatih, mendapatkan umpan balik, dan memodifikasi pendekatan sesuai dengan kondisi di lapangan. Guru-guru mendapatkan pengalaman langsung dalam menerapkan teknik yang baru dipelajari, yang meningkatkan pemahaman praktis. Pendekatan ini meningkatkan kompetensi Guru secara signifikan, seperti yang terlihat dari hasil

analisis, di mana semua guru mengalami peningkatan keterampilan yang nyata.

### 3. Model Pendampingan yang Efektif

Selain pelatihan, program ini juga memberikan pendampingan yang berkelanjutan kepada para

guru. Pendampingan ini penting karena memberikan dukungan lanjutan saat guru mulai menerapkan keterampilan baru dalam lingkungan kerja nyata.



Gambar 1. Narasumber Menyampaikan Materi Teori

Melalui pendampingan, guru dapat berbagi tantangan yang mereka hadapi, mendapatkan solusi langsung, dan menyesuaikan pendekatan mereka sesuai dengan dinamika siswa dan kelas. Pendampingan berfungsi sebagai *support system* yang memastikan bahwa guru tidak hanya mendapatkan pengetahuan dan keterampilan baru, tetapi juga memiliki bimbingan dalam proses penerapan di dunia nyata. Hal ini mampu meningkatkan rasa percaya diri guru, mengurangi rasa cemas dalam penerapan metode baru, dan memastikan perubahan yang lebih berkelanjutan.

### 4. Penggunaan Pendekatan Berbasis Budaya

Pendekatan Tri Hita Karana, yang menekankan keseimbangan antara hubungan dengan Tuhan,

sesama manusia, dan lingkungan, memberikan fondasi budaya yang kuat dalam proses bimbingan. Guru BK yang dilatih dengan pendekatan ini tidak hanya menggunakan metode REB yang bersifat kognitif dan emosional, tetapi juga melibatkan dimensi spiritual dan sosial, yang sangat relevan dengan konteks kehidupan di Bali. Pendekatan berbasis budaya membuat guru lebih mudah mengaitkan konsep modern (seperti REB) dengan nilai-nilai lokal yang telah dipahami dan dihargai. Hal ini meningkatkan efektivitas pelatihan karena metode yang digunakan selaras dengan keyakinan dan nilai-nilai yang ada di masyarakat, sehingga guru merasa lebih terhubung dengan materi pelatihan dan lebih mudah menerapkannya dalam interaksi dengan siswa.



Gambar 2. Penyampaian Konsep Tri Hita Karana

Keberhasilan pelatihan dan pendampingan yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan guru Bimbingan dan Konseling (BK) dalam menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavioral* (REB) berbasis *Tri Hita Karana* dapat dijelaskan dari perspektif beberapa teori dan pandangan ahli. Berikut adalah tinjauan dari berbagai teori yang relevan untuk memahami mengapa program pelatihan dan pendampingan ini berhasil:

Albert Bandura dalam *Social Learning Theory* menyatakan bahwa individu belajar melalui pengamatan, peniruan, dan modeling perilaku dari orang lain (Maddux, 1995). Guru BK yang dilatih dalam pelatihan ini diajarkan menggunakan pendekatan REBT melalui simulasi, contoh kasus, dan role-play, yang memungkinkan mereka mengamati dan kemudian meniru teknik yang diperkenalkan selama pelatihan. Pelatihan ini berfokus pada pengembangan keterampilan praktis, yang diajarkan melalui proses *modeling* dan *vicarious learning* (belajar dari pengamatan orang lain). Guru tidak hanya memahami konsep REB secara teoritis, tetapi juga diajak mengamati, mempraktikkan, dan menyesuaikan keterampilan tersebut dalam konteks bimbingan klasikal. Menurut Bandura, ketika seseorang melihat bahwa model (dalam hal ini pelatih atau instruktur) berhasil dalam sebuah tugas, seseorang akan lebih percaya diri untuk menerapkannya sendiri, sehingga meningkatkan *self-efficacy* atau keyakinan diri

dalam mengimplementasikan keterampilan baru (Maddux, 1995).

Albert Ellis mengembangkan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) dengan fokus pada identifikasi dan perubahan keyakinan irasional yang menyebabkan emosi negatif dan perilaku maladaptive (King et al., 2024). Dalam konteks bimbingan klasikal, REB membantu guru BK memahami bahwa banyak masalah emosional dan perilaku siswa disebabkan oleh pola pikir irasional. Pelatihan yang mengajarkan guru BK untuk menerapkan prinsip-prinsip REB memberikan instrumen yang sangat berguna untuk membantu siswa mengatasi masalah emosional. Menurut Ellis, ketika individu dapat mengidentifikasi pikiran irasional dan menggantinya dengan pemikiran yang lebih rasional, maka individu akan mengalami peningkatan kesejahteraan psikologis (Handika et al., 2014). Guru BK yang dilatih dalam program ini telah memperoleh keterampilan untuk membantu siswa mengidentifikasi pikiran irasional dan menggantinya dengan pemikiran yang lebih logis, meningkatkan *well-being* siswa secara keseluruhan.

Pendekatan *Tri Hita Karana* yang digunakan dalam pelatihan ini menekankan keseimbangan tiga aspek kehidupan: hubungan dengan Tuhan (Parahyangan), hubungan dengan sesama manusia (Pawongan), dan hubungan dengan lingkungan (Palemahan) (Suja, 2017). Pendekatan ini relevan dengan konsep kesejahteraan holistik (*well-being*), yang

melihat kesejahteraan individu sebagai gabungan dari dimensi fisik, mental, sosial, dan spiritual (Chidambaram et al., 2023). Menurut teori *well-being* dari beberapa ahli seperti Carol Ryff, kesejahteraan mencakup dimensi psikologis, sosial, dan lingkungan (Nind et al., 2024). Integrasi *Tri Hita Karana* dalam pelatihan memberikan kerangka kerja yang kuat bagi guru BK untuk membantu siswa tidak hanya mengatasi masalah mental dan emosional, tetapi juga menyeimbangkan hubungan dengan orang lain dan lingkungan. Pendekatan berbasis budaya ini menambah relevansi lokal pada pelatihan dan memungkinkan guru menerapkannya dengan lebih kontekstual di lingkungan sekolah mereka. Efektivitas pendekatan ini didukung oleh hasil peningkatan keterampilan guru dalam program pelatihan.

Malcolm Knowles mengembangkan konsep *andragogy*, yang menekankan bahwa orang dewasa belajar berbeda dari anak-anak. Orang dewasa belajar lebih baik ketika mereka dapat mengaitkan materi yang dipelajari dengan pengalaman mereka, ketika pembelajaran tersebut relevan dengan tugas-tugas kehidupan mereka, dan ketika mereka diberikan kontrol atas proses pembelajaran mereka sendiri (Komarudin, 2022; Kurniati et al., 2022). Pelatihan ini berhasil karena memperhatikan prinsip-prinsip *andragogy*. Guru BK diajarkan keterampilan yang langsung relevan dengan tugas mereka sebagai pembimbing di sekolah. Metode yang digunakan, seperti studi kasus, diskusi kelompok, dan simulasi, memungkinkan peserta belajar secara kontekstual dan melalui pengalaman nyata. Selain itu, keterlibatan aktif guru dalam proses pelatihan meningkatkan motivasi mereka untuk belajar dan mengimplementasikan keterampilan baru yang telah diperoleh.

## SIMPULAN

Pelatihan dan pendampingan layanan Bimbingan Klasikal berpendekatan *Rational*

*Emotive Behavioral* (REB) berbasis *Tri Hita Karana* bagi guru BK di Kota Singaraja berhasil meningkatkan keterampilan mereka dalam memberikan layanan bimbingan yang lebih holistik dan efektif. Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam keterampilan guru BK setelah mengikuti program, dengan tidak adanya penurunan nilai dari *pre-test* ke *post-test*, dan seluruh peserta mengalami peningkatan keterampilan. Penerapan Bimbingan Klasikal REB yang dikombinasikan dengan nilai-nilai lokal *Tri Hita Karana* terbukti relevan dalam membantu guru BK menangani permasalahan siswa secara komprehensif, serta meningkatkan kesejahteraan siswa.

Program ini memberikan implikasi yang luas, antara lain peningkatan kompetensi profesional guru BK, peningkatan *well-being* siswa, perbaikan iklim sekolah, serta peluang untuk memperluas dan mengembangkan kebijakan pendidikan yang berfokus pada pendekatan holistik berbasis budaya lokal. Kesuksesan ini membuka jalan bagi penelitian dan program pelatihan serupa yang dapat diadopsi di daerah lain dengan penyesuaian konteks budaya masing-masing.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Pelaksanaan pengabdian kepada Masyarakat ini melibatkan Guru-guru Bimbingan dan Konseling di Kota Singaraja. Kegiatan ini dilaksanakan melalui koordinasi dengan Pengurus Cabang Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia Kabupaten Buleleng (PC ABKIN Buleleng). Terimakasih yang sebesar-besarnya disampaikan kepada PC ABKIN Kabupaten Buleleng yang telah bersedia berkolaborasi dengan Tim Pengabdian selama kegiatan ini berlangsung. Ucapan terimakasih juga disampaikan kepada segenap Pimpinan Civitas Undiksha yang telah mendukung dan memfasilitasi kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini sejak pengusulan proposal sampai dengan berakhirnya pelaksanaan kegiatan pengabdian ini.

## DAFTAR RUJUKAN

- Anwar, T. A., Andini, S., Siregar, S. R., & Saragih, S. D. B. (2023). Proses Bimbingan Dan Konseling Terhadap Anak Korban Perceraian. *Pema (Jurnal Pendidikan Dan Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 1(2), 115–121. <https://doi.org/10.56832/pema.v1i2.130>
- Budiasih, N. W. (2017). Implementasi Pendidikan Karakter Anak Sekolah Dasar Melalui Ajaran Tri Hita Karana. *Adi Widya: Jurnal Pendidikan Dasar*, 1, 56–64. <http://ejournal.ihdn.ac.id/index.php/AW>
- Cahyadi, I. M., & Sukerni, N. M. (2020). Membentuk Karakter Siswa Dengan Menerapkan Tri Hita Karana Dalam Ajaran Agama Hindu. *Sang Acharya: Jurnal Profesi Guru*, 1(2), 19–26. <https://ejournal.ihdn.ac.id/index.php/ppg/article/view/1840>
- Chidambaram, V., Shanmugam, K., & Parayitam, S. (2023). Parental neglect and emotional wellbeing among adolescent students from India: social network addiction as a mediator and gender as a moderator. *Behaviour and Information Technology*, 42(7), 869–887. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2022.2046164>
- Daulay, N., Harahap, A. C. P., & Sinaga, M. H. P. (2022). The role of guidance and counseling service in helping students with academic stress. *ProGCouns: Journal of Professionals in Guidance and Counseling*, 3(2), 78–86. <https://doi.org/10.21831/progcouns.v3i2.53821>
- Fitriyanti, I., Ferdiansyah, M., & Arizona, A. (2019). Peran Guru Bk Dalam Mengidentifikasi Kesulitan Belajar Siswa Di Sma Bina Jaya Palembang. *Jurnal Wahana Konseling*, 2(2), 100. <https://doi.org/10.31851/juang.v2i2.4286>
- Handika, I., Putri, D., & Ps, S. (2014). Penerapan Konseling Rasional Emotif Dengan Formula Abc Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa Kelas Viii 2 Smp Laboratorium. *Jurnal Ilmiah*, 2(1). <http://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JBK/article/view/3725>
- King, A. M., Plateau, C. R., Turner, M. J., Young, P., & Barker, J. B. (2024). A systematic review of the nature and efficacy of Rational Emotive Behaviour Therapy interventions. *PLoS ONE*, 19(7 July), 1–26. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0306835>
- Komarudin. (2022). Pendekatan Andragogi dalam Pendidikan Pemustaka di Perpustakaan Perguruan Tinggi. *Maktabatuna: Jurnal Kajian Kepustakawanan*, 4(2), 177–192.
- Kurniati, I., Malik, A. S., Maslachah, A., Muchtar, H. S., & Sulastini, R. (2022). Pendekatan Andragogi Pada Proses Pembelajaran Di Institut. *Jurnal Ilmu Pendidikan (ILPEN)*, 1(1), 46–51.
- Maddux, J. E. (1995). *Self-Efficacy Theory*. 3–33. [https://doi.org/10.1007/978-1-4419-6868-5\\_1](https://doi.org/10.1007/978-1-4419-6868-5_1)
- Musculus, L., Raab, M., Belling, P., & Lobinger, B. (2018). Linking self-efficacy and decision-making processes in developing soccer players. *Psychology of Sport and Exercise*, 39, 72–80. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.07.008>
- Nind, M., Grace, J., Nind, M., & Grace, J. (2024). The emotional wellbeing of students with profound intellectual disabilities and those who work with them : a relational reading them : a relational reading. *Disability & Society*, 0(0), 1–22. <https://doi.org/10.1080/09687599.2024.2407819>
- Nurlaili, V. A. (2019). Bimbingan dan Konseling Di Sekolah Dasar: Guru Kelas Berperan Penting dalam Implementasi Layanan. *Jurnal BELAINDIKA (Pembelajaran Dan Inovasi Pendidikan)*, 1(2), 12–19. <https://doi.org/10.52005/belaindika.v1i2.12>
- Permenmdikbud No. 111 Tahun 2014 (2014). [http://simpuh.kemenag.go.id/regulasi/permendikbud\\_111\\_14.pdf](http://simpuh.kemenag.go.id/regulasi/permendikbud_111_14.pdf)
- Purwaningrum, R. (2018). Bimbingan dan Konseling Komprehensif sebagai Pelayanan Prima Konselor. *Jurnal Ilmiah Konseling*, 18(1), 18–27.
- Putri, D. E. (2023). *Rational Emotive Behavior*

*Therapy (REBT) Transformasi Perilaku Kekerasan.*

- Saputra, W. F. A., & Sukmana, A. I. W. I. Y. (2019). Pengaruh Model Pembelajaran Problem Based Learning Berorientasi Tri Hita Karana Terhadap Hasil Belajar Ipa Siswa Kelas V. *Jurnal Pendidikan Multikultural Indonesia*, 1(2), 51. <https://doi.org/10.23887/jpmu.v1i2.20771>
- Saputri, S. M., Prayitno, & Jaya, Y. (2018). Kinerja Guru Bimbingan Dan Konseling Serta Pembinaannya. *Enlighten: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 1(1), 1–20.
- Suhendra, A. D., Asworowati, R. D., & Ismawati, T. (2020). Implementasi Ajaran Tri Hita Karana Dalam Pendidikan Agama Hindu Siswa Sdn Petungsewu Dusun Codo Desa Petungsewu Kecamatan Wagir Kabupaten Malang. *Jurnal Widya Aksara*, 25(2), 198–207. <https://doi.org/http://www.akrabjuara.com/index.php/akrabjuara/article/view/919>
- Suja, I. W. (2017). Integrasi Kearifan Lokal Ke Dalam Kurikulum Ilmu Alamiah Dasar. *Jurnal Matematika, Sains, Dan Pembelajarannya*, 11(1), 77–93.
- Syah, M. E. (2020). Rational Emotional Behavior Therapy (REBT) to Reduce Anxiety Bullying Victims in Adolescents. *Journal of Family Sciences*, 5(1), 36–46. <https://doi.org/10.29244/jfs.5.1.36-46>
- Syamsuddin, J. (2019). Model Layanan Bimbingan Kelompok Berbasis Budaya Untuk Meningkatkan Nilai-Nilai Karakter Siswa di SMA Pembangunan Kota Bengkulu. *Psikodidaktika: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling*, 4(2), 36. <https://doi.org/10.32663/psikodidaktika.v4i2.966>
- Yang, J., & Han, K. S. (2020). A rational emotive behavior therapy-based intervention for binge eating behavior management among female students: a quasi-experimental study. *Journal of Eating Disorders*, 8(1), 1–12. <https://doi.org/10.1186/s40337-020-00347-8>