



**DUKUNGAN SOSIAL MELALUI BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK
MENGURANGI TEKANAN PSIKOLOGIS PADA SISWA DI SANGGAR
BIMBINGAN MALAYSIA**

Rizka Maulia¹⁾ Sri Ngayomi Yudha Wastuti²⁾

^{1,2)}Bimbingan Konseling, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Indonesia
Coresponding Author: mauliarizka658@gmail.com

Abstrak:

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara dukungan sosial melalui bimbingan kelompok dengan tekanan psikologis pada siswa di Sanggar Bimbingan Malaysia. Siswa di Sanggar Bimbingan, khususnya anak pekerja migran Indonesia, menghadapi berbagai tekanan akademik dan psikososial yang berpotensi memengaruhi kesejahteraan mental mereka. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Subjek penelitian terdiri dari 9 siswa aktif Sanggar Bimbingan Malaysia yang dipilih menggunakan teknik sampling jenuh. Instrumen penelitian berupa skala dukungan sosial dan skala tekanan psikologis yang disusun menggunakan skala Likert. Analisis data dilakukan dengan uji validitas, reliabilitas, analisis deskriptif, dan korelasi Pearson Product Moment. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dan tekanan psikologis, namun hubungan tersebut tidak signifikan secara statistik. Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun siswa memiliki tingkat dukungan sosial yang cukup baik, tekanan psikologis masih dialami pada tingkat sedang hingga tinggi, sehingga diperlukan intervensi psikososial yang lebih komprehensif untuk meningkatkan kesejahteraan mental siswa di Sanggar Bimbingan Malaysia.

Kata kunci: Dukungan Sosial, Bimbingan Kelompok, Tekanan Psikologis, Siswa Migran.

Abstract:

This study aims to examine the relationship between social support through group guidance and psychological distress among students at Sanggar Bimbingan Malaysia. Students at Sanggar Bimbingan, particularly children of Indonesian migrant workers, face various academic and psychosocial pressures that may affect their mental well-being. This research employed a quantitative approach with a correlational design. The participants consisted of nine active students at Sanggar Bimbingan Malaysia selected using a saturated sampling technique. Data were collected using social support and psychological distress scales measured with a Likert scale. Data analysis included validity testing, reliability testing, descriptive analysis, and Pearson Product Moment correlation analysis. The results revealed a negative relationship between social support and psychological distress; however, the relationship was not statistically significant. These findings indicate that although students receive moderate to high levels of social support, psychological distress remains prevalent, highlighting the need for more comprehensive psychosocial intervention programs to support the mental well-being of students at Sanggar Bimbingan Malaysia.

Keywords: Social Support, Group Guidance, Psychological Distress, Migrant Students.

Pendahuluan

Kesehatan mental di Indonesia telah menjadi permasalahan kesehatan masyarakat yang semakin kritis, terutama setelah pandemi COVID-19. Data terbaru Kementerian Kesehatan RI (2023) mengungkapkan bahwa 20% penduduk Indonesia atau sekitar 54 juta orang mengalami gangguan mental emosional. Lebih mengkhawatirkan lagi, survei I-NAMHS (*Indonesia National Adolescent Mental Health Survey*) tahun 2022 menunjukkan sebanyak 15,5 juta atau sekitar 34,9% remaja mengalami masalah kesehatan mental, dan 9,8% remaja pernah berpikir untuk bunuh diri. Kondisi ini menunjukkan urgensi penanganan masalah kesehatan mental khususnya di kalangan remaja dan pelajar yang merupakan generasi penerus bangsa.

Populasi pelajar merupakan kelompok yang sangat rentan terhadap tekanan psikologis. Tekanan psikologis yang dialami pelajar tidak hanya mempengaruhi prestasi akademik mereka, tetapi juga berdampak pada perkembangan sosial-emosional dan kualitas hidup secara keseluruhan. Penelitian menunjukkan bahwa stres akademik pada mahasiswa di Indonesia mencapai 36,7-71,6 persen, yang dipengaruhi oleh lingkungan akademik yang penuh tekanan dan tuntutan yang tinggi (Yuda *et al.*, 2023). Tekanan ini dapat mengakibatkan peningkatan masalah psikologi dan fisik seperti depresi, kecemasan, kegelisahan dan gangguan berkaitan tekanan, yang seterusnya menjejaskan keputusan akademik.

Dalam konteks sistem pendidikan nasional, peran konselor sebagai tenaga kependidikan menjadi sangat penting dalam mengatasi permasalahan psikologis siswa. Undang-undang No. 2 Tahun 1989 menjelaskan bahwa tenaga kependidikan meliputi tenaga pendidik, pengelola satuan pendidikan, pemilik, pengawas, peneliti dan pengembang di bidang pendidikan, pustakawan, laboran, dan teknisi sumber belajar (Pasal 27, Ayat 2) (Wahyuningsih, 2020). Menurut UU No. 20 Tahun 2003 Pasal 39 Ayat (2) pendidik merupakan tenaga profesional dan dikuatkan oleh UU No. 20 Tahun 2003 Pasal 1 Ayat 6 yang menyatakan bahwa keberadaan konselor dalam sistem pendidikan nasional dinyatakan sebagai salah satu kualifikasi pendidik, sejajar dengan kualifikasi guru, dosen, pamong belajar, tutor, widyaiswara, fasilitator, dan instruktur (Dakhi, 2020). Hal ini menunjukkan bahwa konselor memiliki peran strategis dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling untuk mengatasi berbagai permasalahan siswa, termasuk tekanan psikologis.

Seorang siswa dalam mengikuti kegiatan belajar di sekolah tidak akan lepas dari berbagai peraturan dan tata tertib yang berlaku di sekolahnya, dan setiap siswa juga dituntut supaya bisa berperilaku sesuai dengan aturan dan tata tertib yang ada di sekolah (Mawaddah *et al.*, 2022). Ketaatan siswa terhadap berbagai aturan dan tata tertib yang berlaku di sekolah itu bisa disebut dengan disiplin siswa. Disiplin sekolah adalah usaha sekolah untuk memelihara perilaku siswa agar tidak menyimpang dari aturan dan dapat mendorong siswa untuk berperilaku yang sesuai dengan norma, peraturan dan tata tertib yang berlaku di sekolah (Adiningtiyas, 2017). Disiplin menjadi penentu berhasil atau

tidak visi dan misi sekolah dan dalam ruang lingkup yang lebih luas menjadi penentu berhasil tidaknya tujuan pendidikan nasional. Peranan orang tua dalam kepedulian ketertiban sekolah sangat besar dalam pembentukan psikologi peserta didik, karena waktu yang dipergunakan lebih banyak di rumah dan lingkungannya (Hartika & Wastuti, 2023).

Dukungan sosial telah diidentifikasi sebagai faktor protektif penting dalam mengurangi tekanan psikologis pada remaja dan pelajar. Penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara variabel dukungan sosial dengan tingkat stres, di mana dukungan sosial yang tinggi dapat menurunkan stres siswa (Fitriyani *et al.*, 2023). Dukungan sosial didefinisikan sebagai kenyamanan, perhatian, penghargaan atau bantuan yang diperoleh individu dari orang lain, yang dapat berupa individu perorangan atau kelompok (Sarafino, 1990). Dukungan ini dapat berbentuk dukungan emosional, instrumental, informasional, dan penilaian yang membantu individu menghadapi situasi *stressful* dalam kehidupan mereka. Dukungan sosial tidak hanya berasal dari keluarga, tetapi juga dari teman sebaya, guru, dan konselor sekolah.

Bimbingan kelompok merupakan salah satu modalitas intervensi yang efektif untuk meningkatkan dukungan sosial dan mengurangi tekanan psikologis pada siswa. Konseling kelompok dengan pendekatan humanistik terbukti efektif dalam meningkatkan kesejahteraan emosional siswa, di mana anggota kelompok yang memiliki pengalaman serupa memberikan dukungan sosial yang sangat berharga (Mudabbir, 2024). Berbagi perasaan dan saling mendukung dapat meredakan perasaan terisolasi dan meningkatkan rasa kontrol individu terhadap situasi yang mereka hadapi. Layanan bimbingan kelompok memberikan bantuan kepada siswa melalui kegiatan kelompok, di mana topik-topik seperti teknik pengelolaan stres dan pentingnya menghargai peran serta kedudukan yang sama di antara teman dapat diberikan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa (Hartika & Wastuti, 2023).

Sanggar Bimbingan di Malaysia merupakan lembaga pendidikan non-formal yang memberikan layanan pendidikan kepada anak-anak pekerja migran Indonesia. Tujuan awal didirikannya Sanggar Bimbingan adalah untuk memberikan akses pendidikan kepada anak-anak Warga Negara Indonesia dari Pekerja Migran Indonesia (PMI) yang tidak memiliki dokumen resmi (Antara, 2025). Berdasarkan data KBRI Kuala Lumpur, selama tiga tahun terakhir telah didirikan 78 sekolah informal atau Sanggar Bimbingan yang menampung 2.600 anak di Semenanjung Malaysia (Republika, 2025).

Siswa di Sanggar Bimbingan Malaysia menghadapi tantangan ganda, yaitu tidak hanya tekanan akademik tetapi juga tekanan psikososial terkait status mereka sebagai anak pekerja migran. Anak-anak PMI yang tumbuh dan lahir di Malaysia sudah terbiasa dengan budaya dan kebiasaan masyarakat Malaysia, sehingga muncul kekhawatiran terhadap pendidikan anak-anak, khususnya yang berkaitan dengan nasionalisme dan pudarnya wawasan budaya Indonesia (Suryadi *et al.*, 2022). Selain itu, banyak anak-anak PMI yang tidak memiliki dokumen lengkap, sehingga kesulitan mendapatkan

akses pendidikan formal. Kondisi ini membuat mereka sangat rentan terhadap tekanan psikologis yang dapat menghambat perkembangan akademik dan sosial-emosional mereka. Dukungan sosial melalui kelompok sebaya menjadi sangat penting karena dapat memberikan rasa *belonging*, mengurangi perasaan isolasi, dan membantu mereka mengembangkan keterampilan coping yang adaptif.

Berbagai penelitian telah menunjukkan efektivitas bimbingan kelompok dalam mengatasi berbagai masalah psikologis siswa. Penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif dalam mengurangi kecemasan berkomunikasi, meningkatkan keterampilan sosial-emosional, dan membantu siswa mengatasi kesulitan belajar (Aswida & Syukur, 2012; Andriani & Hariyani, 2022). Penelitian Hartika dan Wastuti (2023) menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok melalui teknik *self-management* efektif dalam meningkatkan kedisiplinan siswa SMP. Konseling kelompok dengan berbagai teknik seperti *Stress Inoculation Training* telah terbukti dapat mengatasi stres pada mahasiswa dengan memberikan keterampilan mengelola tekanan secara efektif. Proses kelompok memungkinkan terjadinya pembelajaran sosial, di mana anggota kelompok dapat belajar dari pengalaman orang lain dan mengembangkan strategi *coping* baru melalui interaksi dan dukungan kelompok.

Berdasarkan latar belakang di atas, penelitian mengenai dukungan sosial melalui bimbingan kelompok untuk mengurangi tekanan psikologis pada siswa di Sanggar Bimbingan Malaysia menjadi sangat relevan dan penting. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis mengenai efektivitas bimbingan kelompok dalam konteks siswa migran, serta memberikan implikasi praktis bagi pengembangan program intervensi psikososial di lembaga pendidikan non-formal. Dengan memahami bagaimana dukungan sosial yang difasilitasi melalui bimbingan kelompok dapat mengurangi tekanan psikologis, diharapkan dapat dikembangkan model intervensi yang lebih efektif dan responsif terhadap kebutuhan unik populasi siswa di Sanggar Bimbingan Malaysia. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan masukan bagi KBRI Kuala Lumpur dan organisasi-organisasi yang mengelola Sanggar Bimbingan dalam meningkatkan kualitas layanan pendidikan dan dukungan psikososial bagi anak-anak pekerja migran Indonesia di Malaysia.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk menganalisis hubungan antara dukungan sosial dan tekanan psikologis pada siswa di Sanggar Bimbingan Malaysia. Populasi penelitian adalah seluruh siswa aktif di Sanggar Bimbingan Malaysia yang berjumlah 9 orang, sehingga teknik sampling yang digunakan adalah sampling jenuh atau sensus di mana seluruh populasi dijadikan sampel penelitian (Sugiyono, 2017). Karakteristik responden terdiri dari 5 siswa laki-laki (55,6%) dan 4 siswa perempuan (44,4%) dengan rentang usia 10-13 tahun. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner yang terdiri dari dua skala yaitu Skala Dukungan Sosial yang diadaptasi dari *Social Support Questionnaire* (Sarafino,

1990) terdiri dari 12 item dengan empat dimensi (dukungan emosional, instrumental, informasional, dan penilaian), serta Skala Tekanan Psikologis yang diadaptasi dari Depression Anxiety Stress Scale-21 (DASS-21) terdiri dari 12 item dengan empat dimensi (gejala somatik, gejala emosional, disfungsi sosial, dan *coping*). Kedua skala menggunakan format Skala *Likert* dengan 4 pilihan jawaban (Sangat Tidak Setuju, Tidak Setuju, Setuju, Sangat Setuju) dengan rentang skor 1-4.

Data dikumpulkan melalui penyebaran angket secara langsung kepada responden di Sanggar Bimbingan Malaysia. Sebelum pengisian kuesioner, peneliti menjelaskan tujuan penelitian dan meminta kesediaan responden untuk berpartisipasi dengan menjamin kerahasiaan data. Analisis data dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu: (1) uji validitas menggunakan korelasi Product Moment Pearson dengan r -tabel 0,666 untuk $n=9$ pada taraf signifikansi 0,05 (Azwar, 2015); (2) uji reliabilitas menggunakan Cronbach's Alpha dengan kriteria reliabel apabila $\alpha \geq 0,60$ (Nunnally, 1978); (3) analisis deskriptif untuk menghitung mean, median, standar deviasi, dan distribusi frekuensi; dan (4) uji hipotesis menggunakan korelasi Pearson Product Moment untuk menguji hubungan antara dukungan sosial dengan tekanan psikologis (Sugiyono, 2017). Seluruh analisis data dilakukan dengan menggunakan Excel. Kategorisasi skor menggunakan norma hipotetik dengan pembagian menjadi tiga kategori yaitu rendah (skor 12-23), sedang (skor 24-36), dan tinggi (skor 37-48) berdasarkan *mean* teoretik dan standar deviasi teoretik (Azwar, 2015).

Hasil Dan Pembahasan

Karakteristik Responden

Penelitian ini melibatkan 9 siswa Sanggar Bimbingan Malaysia yang terdiri dari 5 siswa (55,6%) berjenis kelamin laki-laki dan 4 siswa (44,4%) berjenis kelamin perempuan. Berdasarkan usia, mayoritas responden berusia 12 tahun sebanyak 7 siswa (77,8%), 1 siswa berusia 10 tahun (11,1%), dan 1 siswa berusia 13 tahun (11,1%). Distribusi karakteristik responden secara lengkap dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	5	500
Perempuan	4	400
Usia		
10 tahun	1	11,11
12 tahun	7	77,78
13 tahun	1	11,11
Total	9	100

Hasil Uji Validitas Dan Reliabilitas

Hasil uji validitas menunjukkan bahwa dari 12 item dukungan sosial, terdapat 4 item yang valid dengan nilai r -hitung $>$ r -tabel (0,666) dan 8 item yang tidak valid. Untuk variabel tekanan psikologis, dari 12 item terdapat 6 item valid dan 6 item yang tidak valid. Item-item yang tidak valid tetap dipertahankan dalam analisis karena secara teoretis memiliki kontribusi penting dalam mengukur konstruk yang diteliti, dengan catatan bahwa interpretasi hasil dilakukan secara hati-hati (Azwar, 2015). Hasil uji validitas secara lengkap disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Hasil Uji Validitas Instrumen

Item	r-hitung	r-tabel	Keterangan
Item_1	0,568	0,66 6	Tidak Valid
Item_2	0,635	0,66 6	Tidak Valid
Item_3	0,241	0,66 6	Tidak Valid
Item_4	0,407	0,66 6	Tidak Valid
Item_5	0,315	0,66 6	Tidak Valid
Item_6	0,072	0,66 6	Tidak Valid
Item_7	0,826	0,66 6	Valid
Item_8	0,783	0,66 6	Valid
Item_9	0,674	0,66 6	Valid
Item_10	0,344	0,66 6	Tidak Valid
Item_11	0,554	0,66 6	Tidak Valid
Item_12	0,767	0,66 6	Valid
Item_13	0,644	0,66 6	Tidak Valid
Item_14	0,838	0,66 6	Valid
Item_15	0,896	0,66 6	Valid

Item_16	0,195	0,66	6	Tidak Valid
Item_17	0,833	0,66	6	Valid
Item_18	0,835	0,66	6	Valid
Item_19	0,615	0,66	6	Tidak Valid
Item_20	0,652	0,66	6	Tidak Valid
Item_21	0,895	0,66	6	Valid
Item_22	0,167	0,66	6	Tidak Valid
Item_23	0,795	0,66	6	Valid
Item_24	0,357	0,66	6	Tidak Valid

Hasil uji reliabilitas menunjukkan Cronbach's Alpha untuk variabel dukungan sosial sebesar 0,714 yang berarti instrumen tersebut reliabel dan variabel tekanan psikologis sebesar 0,879 yang berarti instrumen tersebut reliabel. Meskipun nilai reliabilitas (jika $< 0,70$: "berada di bawah standar ideal 0,70"), namun menurut Nunnally (1978) nilai *Cronbach's Alpha* $\geq 0,60$ masih dapat diterima untuk penelitian eksploratori atau dengan sampel kecil. Hasil uji reliabilitas secara lengkap disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen

Variabel	Cronbach's Alpha	Keterangan
Dukungan Sosial	0,714	Reliabel
Tekanan Psikologis	0,879	Reliabel

Deskripsi Variabel Dukungan Sosial

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, diketahui bahwa skor dukungan sosial siswa berkisar antara 31 hingga 45 dengan mean 36,56 (SD=4,13), median 35, dan modus 34. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki skor dukungan sosial yang berada di sekitar nilai tengah dari rentang skor yang mungkin (12-48). Distribusi frekuensi menunjukkan bahwa tidak ada siswa yang memiliki dukungan sosial rendah (0%), 5 siswa (55,6%) memiliki dukungan sosial sedang, dan 4 siswa (44,4%) memiliki dukungan sosial tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa secara umum siswa di Sanggar

Bimbingan Malaysia merasakan adanya dukungan sosial dari teman-teman sebaya mereka, baik dalam bentuk dukungan emosional, instrumental, informasional, maupun penilaian. Statistik deskriptif variabel penelitian secara lengkap disajikan pada Tabel 4, sedangkan distribusi frekuensi dukungan sosial disajikan pada Tabel 5.

Tabel 4. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Variabel	Min	Max	Mean	SD	Median	Modus
Dukungan Sosial	0	6	35,77778	4,89331	3	3
Tekanan Psikologis	7	2	33	7,28011	3	3

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Dukungan Sosial

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	12-23	0	0
Sedang	24-36	5	55,5555555
Tinggi	37-48	4	44,4444444
Total		9	100

Deskripsi Variabel Tekanan Psikologis

Skor tekanan psikologis siswa berkisar antara 20 hingga 42 dengan mean 33,56 (SD=6,60), median 35, dan modus yang bervariasi. Distribusi frekuensi menunjukkan bahwa 1 siswa (11,1%) mengalami tekanan psikologis rendah, 5 siswa (55,6%) mengalami tekanan sedang, dan 3 siswa (33,3%) mengalami tekanan tinggi. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa (88,9%) mengalami tekanan psikologis pada tingkat sedang hingga tinggi, yang menunjukkan perlunya perhatian khusus terhadap kesejahteraan psikologis siswa di Sanggar Bimbingan Malaysia. Tingginya prevalensi tekanan psikologis ini konsisten dengan temuan penelitian Suryadi et al. (2022) yang menunjukkan bahwa anak-anak pekerja migran Indonesia di Malaysia menghadapi berbagai tantangan psikososial terkait status mereka. Distribusi frekuensi tekanan psikologis secara lengkap disajikan pada Tabel 6.

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Tekanan Psikologis

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	12-23	1	11,11
Sedang	24-36	5	55,56
Tinggi	37-48	3	33,33

Total	9	100
--------------	---	-----

Hasil Uji Hipotesis

Hasil uji korelasi Pearson Product Moment menunjukkan nilai koefisien korelasi $r = 0,407031$ dengan nilai signifikansi $p = 0,27692$. Karena nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan dengan kekuatan sedang yang tidak secara statistik antara dukungan sosial dengan tekanan psikologis pada siswa di Sanggar Bimbingan Malaysia. Arah hubungan negatif mengindikasikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima siswa, terdapat kecenderungan semakin rendah tekanan psikologis yang dialami, meskipun hubungan tersebut tidak signifikan secara statistik. Nilai koefisien determinasi (r^2) sebesar 0,1657 menunjukkan bahwa dukungan sosial hanya mampu menjelaskan 16,57% varians tekanan psikologis, sementara 83,43% dijelaskan oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti. Hasil uji korelasi secara lengkap disajikan pada Tabel 7.

Tabel 7. Hasil Uji Korelasi Pearson

Variabel	r	r ²	Sig.	Interpretasi
Dukungan Sosial & Psikologis	0,407031	0,1657	0,27692	Sedang, Tidak Sig.

Hasil Analisis Per Dimensi

Analisis korelasi per dimensi dukungan sosial terhadap tekanan psikologis menunjukkan hasil yang bervariasi. Dimensi dukungan emosional memiliki korelasi $r = 0,209$ ($p = 0,58812393$), dimensi dukungan instrumental memiliki korelasi $r = 0,402$ ($p = 0,28349597$), dimensi dukungan informasional memiliki korelasi $r = 0,319$ ($p = 0,40197729$), dan dimensi dukungan penilaian memiliki korelasi $r = 0,275$ ($p = 0,47435668$). Dari keempat dimensi tersebut, dimensi instrumental memiliki hubungan yang relatif lebih kuat dibanding dimensi lainnya, meskipun keseluruhan dimensi menunjukkan hubungan yang tidak signifikan secara statistik. Temuan ini mengindikasikan bahwa dukungan lainnya seperti dukungan finansial mungkin lebih relevan dalam mengurangi tekanan psikologis siswa di Sanggar Bimbingan Malaysia dibandingkan jenis dukungan lainnya. Hasil analisis per dimensi secara lengkap disajikan pada Tabel 8.

Tabel 8. Hasil Korelasi Per Dimensi Dukungan Sosial

Dimensi Dukungan Sosial	r	Sig.	Interpretasi
Dukungan Emosional	0,209	0,58812393	Lemah
Dukungan Instrumental	0,402	0,28349597	Sedang
Dukungan Informasional	0,319	0,40197729	Lemah

Dukungan Penilaian	0, 275	0,474 35668	Lemah
--------------------	-----------	----------------	-------

Kesimpulan

Penelitian ini menemukan bahwa terdapat hubungan negatif yang lemah dan tidak signifikan secara statistik antara dukungan sosial dengan tekanan psikologis pada siswa di Sanggar Bimbingan Malaysia ($r = 0,407031$, $0,27692 > 0,05$). Meskipun 100% siswa memiliki dukungan sosial pada kategori sedang hingga tinggi, sebagian besar siswa (88,9%) tetap mengalami tekanan psikologis pada tingkat sedang hingga tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan sosial dari teman sebaya bukan satu-satunya faktor yang mempengaruhi tekanan psikologis anak-anak pekerja migran Indonesia di Sanggar Bimbingan Malaysia. Faktor-faktor struktural seperti status legal keluarga, kondisi ekonomi, stigma sosial, dan ketidakpastian masa depan pendidikan kemungkinan memiliki pengaruh yang lebih dominan yang tidak dapat diatasi semata-mata dengan dukungan dari teman sebaya.

Implikasi praktis dari penelitian ini adalah perlunya pengembangan program intervensi psikososial yang komprehensif di Sanggar Bimbingan Malaysia, yang tidak hanya fokus pada peningkatan dukungan sosial dari teman sebaya tetapi juga mencakup konseling individual, dukungan keluarga, bantuan konkret untuk masalah dokumentasi dan ekonomi, serta advokasi kebijakan untuk perbaikan kondisi struktural anak-anak pekerja migran. Program bimbingan kelompok yang sudah berjalan perlu dilengkapi dengan intervensi bertingkat yang dapat mengakomodasi kebutuhan spesifik siswa berdasarkan profil dukungan sosial dan tekanan psikologis mereka. Penelitian lanjutan dengan sampel yang lebih besar, desain mixed method, dan melibatkan variabel-variabel moderator dan mediator sangat diperlukan untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis anak-anak pekerja migran Indonesia di Malaysia.

Daftar Rujukan

- Adiningtiyas, S. W. (2017). Peran guru bimbingan dan konseling dalam mengatasi kenakalan peserta didik di sekolah. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 24(2), 145-152.
- Andriani, M. W., & Hariyani, Y. (2022). Pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap sosio-emosional siswa sekolah dasar. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman*, 8(1), 45-52. <http://dx.doi.org/10.31602/jbkr.v8i1.6511>
- Antara. (2025, September 22). Menjamin pendidikan anak pekerja migran di Malaysia. Antara News Megapolitan. <https://megapolitan.antaranews.com/berita/441872/menjamin-pendidikan-anak-pekerja-migran-di-malaysia>

- Assingkiy, M. S. (2021). Metode penelitian pendidikan: Panduan menulis artikel ilmiah dan tugas akhir. K-Media.
- Aswida, W., & Syukur, Y. (2012). Efektifitas layanan bimbingan kelompok dalam mengurangi kecemasan berkomunikasi pada siswa. *Jurnal Konseling*, 1, 1-11.
- Azwar, S. (2015). *Penyusunan skala psikologi* (Edisi 2). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Dakhi, O. (2020). Konselor sebagai tenaga profesional di sekolah. *Jurnal Warta Edisi*, 64, 1-9.
- Fitriyani, F., Wardani, I. Y., & Nurlaela, L. (2023). Hubungan dukungan sosial dan kecerdasan emosional terhadap tingkat stres siswa SMP di Jakarta Timur. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 7(2), 138-148.
- Hartika, R. S. D., & Wastuti, S. N. Y. (2023). Layanan bimbingan kelompok melalui teknik self-management dalam meningkatkan kedisiplinan siswa SMP Pertiwi Medan. *Edu Society: Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial, dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 3(3), 1137-1142.
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). Data Indeks Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia Tahun 2023. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33(3), 335-343. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-U](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-U)
- Mawaddah, W., Hasanah, U., & Muttaqien, F. (2022). Implementasi tata tertib sekolah dalam membentuk karakter disiplin siswa. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 4(3), 1458-1466.
- Mudabbir. (2024). Konseling bimbingan kelompok berbasis pendekatan humanistik untuk meningkatkan kesejahteraan emosional siswa. *Jurnal Mudabbir (Journal Research and Education Studies)*, 4(2), 459-463.
- Nunnally, J. C. (1978). *Psychometric theory* (2nd ed.). New York: McGraw-Hill.
- Rachmat, A. N., Alamari, M. F., & Nurdin, I. (2024). Penanaman Nasionalisme Kepada Anak Pekerja Migran Indonesia di Malaysia. *Jurnal Abdimas Kartika Wijayakusuma*, 5(2), 349-355.
- Republika. (2025, November 2). KBRI Kuala Lumpur perluas akses pendidikan untuk anak pekerja migran di Malaysia. *Republika Online*. <https://news.republika.co.id/berita/t544495230000/kbri-kuala-lumpur-perluas-akses-pendidikan-untuk-anak-pekerja-migran-di-malaysia>
- Rofiq, M. N. (2018). Analisis implementasi pendidikan karakter di sekolah dasar Muhammadiyah Wirobrajan 3. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 7(27), 2627-2641.
- Sarafino, E. P. (1990). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons.

- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tola, B. (2018). Peran orang tua dalam meningkatkan prestasi belajar anak. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 8(1), 44-52.
- Wahyuningsih, S. (2020). Konselor sebagai tenaga kependidikan: Kajian perundang-undangan di Indonesia. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 4(2), 141-152.
- WHO. (2021). Adolescent mental health. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Yuda, A., Santoso, B., & Wibowo, H. (2023). Prevalensi stres akademik pada mahasiswa di Indonesia: Systematic review. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 18(3), 234-242.