

## PKM Pelatihan Disiplin Positif Terhadap Peningkatan Kesehatan Mental Bagi Guru Di SMK Kab Pangkep

Farida Aryani<sup>1</sup>, Citra Rosalyn Anwar<sup>2</sup>, Muhammad Rais<sup>3</sup>, Sinta Nurul Oktaviana Kasim<sup>4</sup>

Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Makassar<sup>1,2,4</sup>

Fakultas Teknik Universitas Negeri Makassar<sup>3</sup>

Email : [farida.aryani@unm.ac.id](mailto:farida.aryani@unm.ac.id)

**Abstrak.** Kegiatan Pengabdian ini bertujuan untuk melatih disiplin positif guru di satuan Pendidikan sebagai upaya mengoptimalkan Kesehatan mental peserta didik dan guru secara lebih sistematis dan variatif dalam proses belajar mengajar di sekolah. Metode pelaksanaan dalam pengabdian ini dilakukan melalui empat tahapan, yakni: 1) Persiapan; 2) Sosialisasi pelatihan; 3) Pelaksanaan program pelatihan; 4) Evaluasi dan laporan hasil pengabdian. Sebanyak 21 Guru Bimbingan dan Konseling turut ikut serta dalam pelatihan disiplin positif. Kegiatan PKM Disiplin Positif dilaksanakan di SMA Negeri 1 Pangkajene, Sulawesi Selatan pada Jumat 17 Juli 2024. Pelatihan yang dimulai dari tahap persiapan, pelaksanaan, hingga evaluasi yang dilakukan tentunya dapat menghasilkan luaran berupa peluang bagi guru BK di sekolah untuk terlibat berperan aktif dalam rangka implementasi budaya positif bahkan menjadi pelopor dalam menyusun panduan teknis implementasi disiplin positif di sekolah bahkan sebagai pegangan dalam kehidupan sosial atau bermasyarakat. Rekomendasi yang diperoleh dalam kegiatan pengabdian ini adalah perlu adanya pelatihan disiplin positif yang terintegrasi konteks kurikulum merdeka dan profil pemuda pancasila sehingga guru Bimbingan dan Konseling dapat mengimplementasikan program yang sesuai kurikulum di sekolah.

**Kata Kunci:** *Pelatihan, Disiplin Positif, Kesehatan Mental, Guru*

### PENDAHULUAN

Masalah kekerasan dalam satuan tingkat Pendidikan menurut Komnas Perempuan menerima sedikitnya 67 pengaduan yang terjadi selama tahun 2015-2021. Fenomena ini terjadi di berbagai tingkatan satuan Pendidikan baik dari TK-Universitas, terlebih pada Pendidikan vokasi. Pemicu terjadinya kekerasan seksual, fisik atau psikis terjadi salah satunya karena upaya guru yang ingin mendisiplinkan peserta didik yang melanggar aturan sekolah sehingga pola pendisiplinan yang tidak efektif memberikan efek negatif terhadap satuan Pendidikan (Krisdianti & Yoedo, 2021).

KPAI (Komisi Perlindungan Anak dan Ibu) berupaya menekan kasus kekerasan dengan membuat program sekolah ramah anak. Program KPAI tersebut merupakan model pembelajaran yang bertujuan memastikan siswa dapat belajar dengan aman dan nyaman baik secara fisik dan psikis (Febriandari, 2018). Program KPAI dengan sekolah ramah anak merupakan upaya untuk menekan kasus kekerasan yang masih terjadi pada anak. Program ini dilaksanakan kebanyakan di sekolah negeri, sedang sekolah swasta memiliki program tersendiri yang tetap memiliki tujuan dan penerapan yang sama. Program ini sejalan dengan definisi dan tujuan dari disiplin positif (Tampubolon & Sibuea, 2022).

Secara umum Disiplin Positif adalah suatu pendekatan untuk menerapkan disiplin dari dalam diri anak tanpa hukuman dan hadiah. Disiplin Positif perlu diterapkan baik

dalam lingkungan keluarga maupun lingkungan sekolah. Dengan menerapkan Disiplin Positif, diharapkan tindak kekerasan dapat dihindari (Souisa, Purwaningratri, Subagyo, Utami, & Alhuda, 2022). Pendekatan Disiplin Positif bukan mengenai anak/peserta didik secara langsung, melainkan bagaimana cara orang dewasa yang memberikan dampak dan pengaruh positif kepada anak/peserta didik. Pendekatan Disiplin Positif menitikberatkan pendekatan yang positif tanpa kekerasan, memotivasi, merefleksi kesalahan, menghargai, membangun logika, dan bersifat jangka Panjang (Souisa et al., 2022).

Perilaku tidak disiplin dapat terjadi akibat dari penerapan disiplin yang digunakan kurang efektif. Guru memiliki peran penting dalam mendidik, memotivasi, menolong dan mengarahkan murid untuk bertanggung jawab atas dirinya (Dakhi, 2020). Dalam penerapan disiplin ada berbagai cara. Salah satu penerapan disiplin adalah disiplin negatif atau *corporal punishment*. Budaya positif tidak bisa muncul dengan sendirinya, melainkan dibutuhkan usaha dari guru dan kerjasama siswa. Dimulai dengan disiplin positif, dimana disiplin tidak bisa muncul secara instan atau langsung "jadi". Disiplin harusnya dipupuk dan itu membutuhkan proses yang Panjang. Hal ini mirip dengan teori "*carrot and stick approach*" dimana teori tersebut menyebutkan bahwa perilaku individu tergantung dari *reward and punishment*. Pada saat ini hadiah dan hukuman memberikan dampak besar untuk siswa seperti hadiah hanya berpengaruh jangka pendek, mengurangi ketepatan, memiliki potensi demotivasi dan merusak hubungan sosial dalam satu kelas. Sama halnya hukuman memiliki beberapa dampak, seperti rasa sakit untuk jangka waktu yang Panjang, menyembunyikan kesalahan, dan membenci kedisiplinan (Dakhi, 2020; Hadidah, 2019).

Hal tersebut terkait kesadaran diri juga terjadi di satuan Pendidikan terkhusus pada SMK di Kabupaten Pangkajene, Sulawesi Selatan yang menunjukkan beberapa mayoritas murid yakni laki-laki dari berbagai jurusan seperti otomotif, listrik, mesin dan pengelasan, ketika guru menerapkan kesepakatan kelas tentunya masih banyak murid yang menganggap kesepakatan tersebut hal sepele sehingga guru terkadang mengambil keputusan sepihak melalui hukuman terhadap murid yang melanggar kesepakatan kelas di sekolah. Permasalahannya terhadap pada pola penanganan pelanggaran yang terjadi, guru perlu dilatih penerapan disiplin positif terkhusus pada peserta didik SMK yang karakteristiknya memiliki sikap yang khusus dalam menerapkan pola disiplin positif.

Salah satu cara untuk membentuk disiplin positif adalah dengan menerapkan kesepakatan/keyakinan kelas. Proses kesepakatan/keyakinan kelas merupakan hasil Kerjasama antara guru dan siswa. Dimulai dari pembentukan aturan kelas dilanjutkan dengan mengganti aturan kelas menjadi kalimat-kalimat positif. Langkah selanjutnya adalah memastikan kesepakatan yang terbentuk sesuai dengan nilai-nilai yang diyakini (universal) dan menempel kesepakatan yang telah disusun bersama di kelas di tempat yang mudah dilihat semua warga kelas.

Pola pendekatan melalui metode disiplin positif dapat diterapkan guru di sekolah melalui pendekatan dengan identifikasi masalah, memahami kebutuhan dan perasaan murid, mengajak memecahkan masalah bersama, dan memposisikan kita di posisi kontrol "manajer". Pada dasarnya seorang siswa melakukan pelanggaran karena tidak terpenuhinya 5 kebutuhan dasar manusia, yaitu kebebasan, kasih sayang dan rasa diterima, bertahan hidup, kesenangan dan penguasaan. Dengan serangkaian proses dimulai dari pemahaman tentang hukuman dan hadiah, motivasi intrinsik, pembentukan

keyakinan/kesepakatan kelas dan proses penyelesaian masalah menggunakan segitiga restitusi diharapkan guru dapat menanamkan sikap disiplin positif siswa.

Oleh karena itu, setelah tim pengabdian menelusuri data, faktor dan berbagai fenomena yang perlu segera ditangani secara mendalam maka, pelatihan disiplin positif guru di satuan Pendidikan sebagai upaya mengoptimalkan Kesehatan mental peserta didik dan guru perlu diimplementasikan secara lebih sistematis dan variatif.

#### **METODE PELAKSANAAN PROGRAM**

Metode pelaksanaan dalam pengabdian ini yaitu melatih guru Bimbingan dan Konseling mengoptimalkan perannya dalam konteks kedisiplinan yang positif (disiplin positif) yang secara spesifik dilakukan melalui empat tahapan, yakni: 1) Persiapan; 2) Sosialisasi pelatihan; 3) Pelaksanaan program pelatihan; 4) Evaluasi dan laporan hasil pengabdian. Adapun penjelasan mengenai tahapan dalam metode pelaksanaan tersebut adalah sebagai berikut:

##### **1. Persiapan**

Tahap persiapan dilakukan untuk penyediaan sumber daya dan kesiapan mitra untuk terlibat dalam pelaksanaan program pengabdian masyarakat.

- a. Melaksanakan survei dan identifikasi kegiatan di SMK di Kabupaten Pangkajene Prov. Sulawesi Selatan.
- b. Penentuan lokasi dan sasaran kegiatan.
- c. Mengurus surat izin persetujuan mitra pengabdian.
- d. Koordinasi dengan kelompok mitra terkait pelaksanaan dan keterlibatan mitra dalam kegiatan.
- e. Penyamaan persepsi dengan kedua kelompok mitra mengenai pelaksanaan kegiatan dan bentuk keterlibatan dalam kegiatan pengabdian.
- f. Penyiapan sumber daya dan sarana pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat.
- g. Penyusunan panduan pelaksanaan pelatihan dan pendampingan.
- h. Target yang akan dicapai melalui tahapan ini adalah terbangunnya persepsi yang sama antar pengabdian dan mitra, tersedianya sumber daya untuk mendukung pelaksanaan kegiatan pengabdian, terbentuknya kesepakatan dengan mitra tentang peran masing-masing, dan tersusunnya rencana kegiatan dan fasilitas pendukungnya.

##### **2. Pelaksanaan Pelatihan Disiplin Positif**

- a. Pelatihan ini bertujuan memberikan pelatihan pada guru dalam melatih keterampilan yang memberikan perlindungan pada peserta didik dalam tindakan kekerasan yang terjadi di sekolah dan mampu mengatur mekanisme pencegahan, penanggulangan dan sanksi terhadap Tindakan kekerasan di lingkungan sekolah.
- b. Pelatihan ini memberikan pemahaman tentang aktivitas yang dilakukan yakni menciptakan proses mendidik dan membina peserta didik dari para pendidik dengan saling menghargai/menghormati serta mendidik tanpa hukuman dan kekerasan kepada peserta didik.
- c. Peserta yang ditargetkan adalah guru BK SMK. Pelatihan ini dirancang dengan metode yang asyik dan interaktif selama kurang lebih 3 bulan.

- d. Target yang akan dicapai dalam pelatihan ini yaitu; a) Mengembangkan media kampanye Gerakan disiplin positif di sekolah yang mendorong perilaku positif di lingkungan sekolah ; b) melakukan *review* dan revisi aturan sekolah secara lebih positif dan partisipatif; c) adanya mentoring pelaksanaan disiplin positif di sekolah secara berkala. Oleh karena itu secara rinci pelaksanaan diuraikan pada tabel pelaksanaan berikut ini:

**Tabel 1.** Tahapan Pelaksanaan Pengabdian

No	Waktu	Kegiatan	Fasilitator
1	Pertemuan Pertama	Pembukaan <i>Pre Test</i> Pendampingan Materi Topik 1 “Gambaran umum mengenai Disiplin Positif bagi Siswa”	Prof. Dr. Farida Aryani, M.Pd
2	Pertemuan Kedua	Pendampingan Materi: “Prinsip dan perbedaan hukuman dan disiplin positif”	Dr. Citra Rosalyn Anwar, S.Sos., M.Si..
3	Pertemuan Ketiga	Pendampingan Materi: “Prinsip konsekuensi logis”	Prof. Dr, Muh. Rais, S.Pd., MP., MT
4	Pertemuan Keempat	Pendampingan Materi: “Langkah-langkah penerapan disiplin positif di sekolah”	Prof. Dr. Farida Aryani, M.Pd
5	Pertemuan Kelima	Aktivitas Implementasi Dukungan Psikologis Awal	Dr. Citra Rosalyn Anwar, S.Sos., M.Si..
6	Pertemuan Keenam	Refleksi & <i>Postest</i>	Prof. Dr. Farida Aryani, M.Pd

### 3. Evaluasi dan Refleksi

Kegiatan evaluasi ini bertujuan untuk mengukur ketercapaian program dan mengidentifikasi kendala yang ditemukan selama pelaksanaan kegiatan. Dalam tahapan ini, juga dilakukan pemberian *post-test*. Tahap evaluasi ini dilaksanakan di akhir pelaksanaan untuk memonitoring dan mengevaluasi setiap kegiatan yang dilakukan sebagai bentuk rekomendasi keberlanjutan kegiatan. Pelaksanaannya yaitu melakukan *briefing* bersama mitra dan pengabdian.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan PKM Disiplin Positif dilaksanakan di SMA Negeri 1 Pangkajene, Sulawesi Selatan pada Jumat 17 Juli 2024. Dimulai pukul 08.00 WITA, peserta telah berkumpul di Aula Sekolah. Sebanyak 21 guru Bimbingan Konseling dari seluruh SMK di kabupaten Pangkajene berkumpul untuk dilatih menerapkan pola disiplin positif dalam pelayanan konseling di sekolah. Tujuan pendampingan Disiplin Positif merupakan melatih pendekatan untuk mendisiplinkan bahkan membangun karakter yang dimiliki peserta didik tanpa menghukum. Selain itu memberikan manfaat tentang kesehatan mental yang baik antara guru dan peserta didik di sekolah. Melalui Disiplin positif membantu

meningkatkan kesejahteraan siswa dengan menciptakan lingkungan belajar yang aman, inklusif, dan mendukung perkembangan sosial-emosional mereka (Asbari, Novitasari, Wardoyo, & Lafendry, 2024).

Aktivitas perdana dimulai dari pembukaan oleh Kepala Sekolah dan sambutan dari ketua MGBK Kab. Pangkajene selama 30 menit. Kemudian dilanjutkan pemaparan materi oleh penulis selama kurang lebih 120 Menit, materi disampaikan secara lugas dengan gaya Bahasa yang sederhana agar peserta didik dapat menyerap materi yang disampaikan. Beberapa penyampaian materi dimulai dari mengenal pentingnya penerapan Disiplin Positif hingga metode pelaksanaan dan langkah-langkah pemberian disiplin positif pada siswa. Peserta atau guru BK diminta untuk membagi pengalaman yang pernah mengalami hukuman saat bersekolah dan saat memberikan hukuman atau konsekuensi pada siswa ketika menjadi guru di sekolah.



**Gambar 1.** Foto Bersama Kepala Sekolah, MGBK, dan Pemateri

Berikut gambaran ringkas pemberian materi melalui metode interaktif dan presentasi. Dimulai dengan pemahaman dasar terkait pelatihan disiplin positif:

1. Gambaran umum mengenai Disiplin Positif bagi Siswa
2. Prinsip dan perbedaan hukuman dan disiplin positif
3. Prinsip konsekuensi logis
4. Langkah-langkah penerapan disiplin positif di sekolah
5. Refleksi dan persiapan implementasi disiplin positif di sekolah

Sebelum memasuki inti materi, banyak peserta yang merasa ragu untuk menerapkan metode disiplin positif di sekolah. Hal tersebut dikarenakan banyak guru yang merasa upaya pendisiplinan peserta didik yang efektif yaitu dengan memberikan hukuman atau dengan melakukan konseling. Sehingga pemateri memberikan analogi dan perbedaan intervensi pendisiplinan pada zaman dulu dan zaman sekarang. Maka demikian, peserta mulai tertarik untuk mendalami pelatihan Disiplin Positif untuk di terapkan di sekolah.



**Gambar 2.** Sesi Diskusi Pelatihan



**Gambar 3.** Pemaparan Mater

Tahap pertama yaitu menjelaskan gambaran umum mengenai disiplin positif bagi siswa, menjelaskan bahwa tujuan utama dari kedisiplinan adalah agar peserta didik memahami tingkah lakunya sendiri, berinisiatif dan bertanggung jawab atas apa yang mereka pilih, serta menghormati dirinya sendiri dan juga orang lain. Dengan kata lain, disiplin positif menanamkan proses pemikiran dan perilaku positif sepanjang hidup siswa. Pada tahap ini banyak guru yang mulai bertanya mengenai prinsip disiplin positif. Hal ini tentunya didukung hasil penelitian dari Febriandari (2018); Nelson (2017) bahwa Disiplin positif memberikan alternatif serta strategi yang dapat dipertimbangkan oleh pendidik dalam melakukan tugas sehari-hari bersama anak. Dengan penerapan metode disiplin positif tanpa hukuman dan kekerasan dapat memberikan pembinaan terhadap pendidikan karakter anak dengan efektif.

Selanjutnya tahap kedua, pemateri meminta kepada para peserta untuk menjabarkan jenis hukuman yang pernah dan selalu diberikan kepada peserta didik di sekolah dengan tujuan untuk memberikan pandangan tentang prinsip hukuman dan konsekuensi logis pada disiplin positif siswa. Pemateri kemudian menjelaskan waktu yang tepat untuk menerapkan konsekuensi logis yang berfokus pada solusi yaitu memahami sebab dan akibat yang dialami siswa, menerapkan konsekuensi logis, menemukan pilihan solusi, dan menyepakati solusi pilihan. Melalui 4 prinsip konsekuensi logis, diharapkan guru BK memiliki gambaran yang spesifik tentang prinsip tersebut (Barakat & Clark, 1998). Hasil penelitian serupa juga mendukung bahwa dengan dilatihnya guru BK tentu akan lebih siap karena peluangnya untuk berperan aktif dalam usaha mendisiplinkan siswa dengan pendekatan disiplin positif di sekolahnya masing-masing (Setyawan, 2022).



**Gambar 4.** Pemberian Pelatihan Disiplin Positif

Di tahap akhir pelaksanaan, peserta diberikan penjelasan tentang langkah-langkah penerapan disiplin positif secara spesifik. Di dalam tahap ini, dijelaskan bahwa untuk menerapkan disiplin positif di sekolah perlu adanya sosialisasi terlebih dahulu, membentuk tim kerja gerakan disiplin positif tentunya guru BK turut berperan aktif hingga tahap inti yaitu dengan mengidentifikasi perilaku tidak tepat peserta didik selama di sekolah, mengkategorisasi perilaku yang tidak tepat hingga mengidentifikasi cara menangani perilaku yang tidak tepat. Tentunya berdasarkan hasil observasi selama pelatihan berlangsung dengan aktif dan partisipatif diperoleh hasil bahwa peserta yang merupakan guru BK di SMK sangat antusias dan senang karena dapat menambah pengetahuan baru dan kedatangan tim PKM ke sekolah. Tentunya para peserta memperoleh refleksi yang baru terkait pandangan disiplin positif baik antara hukuman dan konsekuensi logis yang sangat berbeda sebelum pelatihan diberikan.



Gambar 5. Foto Bersama Peserta Pelatihan

Dengan demikian, capaian pelatihan disiplin positif bagi guru Bimbingan Konseling di SMK dapat terpenuhi melalui antusias, metode yang diberikan kepada peserta dan refleksi & evaluasi yang diperoleh tim PKM dari peserta yang semakin termotivasi untuk mengimplementasikan metode yang sudah dilatihkan kepada mereka terhadap peserta didik di sekolah.

## KESIMPULAN

Pelatihan terkait disiplin positif guru sebagai upaya menjaga kesehatan mental siswa dan guru di sekolah tentunya memberikan kebermanfaatannya kepada guru BK di SMK Kab. Pangkajene sebagai suatu keterampilan yang dapat diimplementasikan di sekolah masing-masing. Melalui pelatihan dimulai dari tahap persiapan, pelaksanaan, hingga evaluasi yang dilakukan tentunya dapat menghasilkan luaran berupa peluang bagi guru BK di sekolah untuk terlibat berperan aktif dalam rangka implementasi budaya positif bahkan menjadi pelopor dalam menyusun panduan teknis implementasi disiplin positif di sekolah bahkan sebagai pegangan dalam kehidupan sosial atau bermasyarakat. Rekomendasi yang diperoleh dalam kegiatan pengabdian ini adalah perlu adanya pelatihan disiplin positif yang terintegrasi konteks kurikulum merdeka dan profil pemuda Pancasila sehingga guru Bimbingan dan Konseling dapat mengimplementasikan program yang sesuai kurikulum di sekolah.

## DAFTAR RUJUKAN

- Asbari, M., Novitasari, D., Wardoyo, S., & Lafendry, F. (2024). Membangun Lingkungan Belajar Positif: Seminar Implementasi Disiplin Positif di Sekolah Menengah Atas. *Niswantara: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(01), 8–14.
- Barakat, I. S., & Clark, J. (1998). Positive discipline and child guidance. *University of Missouri Extension Publication# GH*.
- Dakhi, A. S. (2020). *Kiat Sukses Meningkatkan Disiplin Siswa*. Deepublish.
- Febriandari, E. I. (2018). Penerapan metode disiplin positif sebagai bentuk pembinaan pendidikan karakter disiplin anak. *Karya Ilmiah Dosen*, 1(1).
- Hadidah, I. (2019). Pengaruh Disiplin Kerja Guru terhadap Disiplin Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Refleksi Edukatika: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 10(1), 121–127.
- Krisdianti, B., & Yoedo, Y. C. (2021). Penerapan Disiplin Positif Oleh Guru Dengan Integrasi Iman Kristen Pada Kelas IA di Sekolah Dasar X Surabaya. *Aletheia Christian Educators Journal*, 2(1), 1–23.
- Nelson, J. (2017). *Positive Discipline: Creating Respectful relationship at Home and School*.
- Setyawan, B. (2022). Peran Guru Bk Dalam Mengimplementasikan Disiplin Positif. *Prosiding Konseling Kearifan Nusantara (KKN)*, 2, 400–404.
- Souisa, J. H., Purwaningratri, M. A., Subagyo, S., Utami, S., & Alhuda, B. (2022). *Disiplin positif untuk Merdeka Belajar: strategi penerapan pada jenjang SMA*. Direktorat Sekolah Menengah Atas.
- Tampubolon, K., & Sibuea, N. (2022). Peran Perilaku Guru dalam Menciptakan Disiplin Siswa. *All Fields of Science Journal Liaison Academia and Society*, 2(4), 1–7.