

# Pengelolaan Program Konselor Sebaya oleh Career Development Center (CDC) Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Universitas Gadjah Mada

Acniah Damayanti <sup>1,\*</sup>, Dina Wahida <sup>1</sup>

Career Development Center (CDC), FISIPOL, Universitas Gadjah Mada,  
Yogyakarta, 55281

\*Penulis korespondensi: acniah.damayanti@ugm.ac.id

## ABSTRAK

Sebagai salah satu upaya peningkatan kesehatan mental mahasiswa di lingkungan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Gadjah Mada (FISIPOL UGM), Career Development Center (CDC) FISIPOL UGM menginisiasi program konselor sebaya. Program konselor sebaya merupakan program layanan konseling yang melibatkan mahasiswa sebagai konselor bagi sesama mahasiswa. Program ini diinisiasi sebagai respon atas berbagai permasalahan yang dihadapi CDC dalam penyelenggaraan layanan konseling psikologi dan edukasi kesehatan mental. Konselor sebaya diharapkan dapat membantu psikolog dalam memberikan pertolongan pertama pada permasalahan kesehatan mental mahasiswa dan menjadi agen edukasi kesehatan mental dan sosialisasi layanan konseling di lingkup FISIPOL. Penelitian ini mengelaborasi pengelolaan program konselor sebaya yang dilakukan oleh CDC FISIPOL UGM, melalui perspektif pengelolaan sumber daya manusia yang diadaptasi dari Snell dan Morris (2019). Selain itu, penelitian ini juga mengidentifikasi beberapa permasalahan dalam pengelolaan konselor sebaya dan selanjutnya memberikan rekomendasi perbaikan.

**Kata kunci** – Konselor sebaya, mahasiswa, pengelolaan, konseling, kesehatan mental

## 1. PENDAHULUAN

Optimalisasi pengembangan diri dan kesejahteraan psikologis mahasiswa menjadi isu yang mendapat perhatian di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Gadjah Mada (FISIPOL UGM). Salah satu upaya yang dilakukan FISIPOL UGM untuk mengoptimalkan pengembangan diri dan mempersiapkan mahasiswa untuk kehidupan pasca studi adalah dengan menginisiasi unit pusat karir di tingkat fakultas, yaitu Career Development Center (CDC) pada tahun 2012. Seiring dengan tumbuhnya pusat karir, CDC melakukan pemetaan masalah-masalah yang secara umum dihadapi mahasiswa dan lulusan dalam mempersiapkan karir. Dari pemetaan tersebut diketahui bahwa mahasiswa FISIPOL UGM mayoritas mengalami masalah pada akhir masa studi, dengan masalah yang paling menonjol adalah masa skripsi yang lama dan persepsi diri atas kekurangsiapan menghadapi dunia kerja (Hikmarani, 2019). Untuk mengatasi persoalan ini CDC berinisiatif untuk menghadirkan staf psikolog yang bertugas mendesain program yang mampu membantu mahasiswa dalam mengenali potensi diri sejak dini dan mengenali langkah karir sesuai aspirasi karir mahasiswa.

Selain program yang dikemas dalam format kelas persiapan karir, CDC juga menyediakan layanan konseling psikologi sebagai pelengkap. Pada awal tersedianya layanan tersebut pada tahun 2014, konseli yang ditangani merupakan konseli yang dirujuk oleh bidang akademik fakultas (Hikmarani, 2019). Meskipun sebenarnya layanan ini dapat diakses secara langsung oleh mahasiswa tanpa rujukan, kurangnya sosialisasi layanan, kurangnya kesadaran mahasiswa akan isu kesehatan mental, dan masih lekatnya stigma negatif mengenai konseling membuat layanan ini relatif kurang terakses. Padahal seperti yang diungkapkan Kitzrow (2003, p. 171), permasalahan kesehatan mental pada mahasiswa merupakan permasalahan yang tidak hanya

berdampak pada level individu, namun juga pada level interpersonal dan institusional, karena implikasinya pada performa akademik, ketahanan, dan tingkat kelulusan mahasiswa. Untuk menyikapi hal ini, salah satu gagasan CDC adalah membentuk program konselor sebaya pada tahun 2015.

Program konselor sebaya atau dikenal juga dengan sebutan peer-support atau peer-counselor merupakan konselor yang memberikan dukungan secara individual (one-to-one relationship) kepada teman sebaya yang mengalami permasalahan psikologis dan membutuhkan dukungan dalam proses pemulihan (World Health Organization, 2017). Program konselor sebaya yang diselenggarakan oleh CDC mempunyai tujuan untuk memberikan layanan konseling bagi mahasiswa FISIPOL yang mengalami permasalahan, baik masalah akademik maupun non-akademik, dan membutuhkan bantuan dari konselor sebaya. Program ini diadakan dengan mengingat besarnya pengaruh yang dapat muncul dari teman sebaya, khususnya dari lingkaran pertemanan yang dekat. Mahasiswa yang tergabung dalam program konselor sebaya adalah mahasiswa yang berhasil melewati rangkaian seleksi dan diberikan pelatihan khusus oleh psikolog. Selain konseling, konselor sebaya juga diharapkan dapat menjadi agen edukasi kesehatan mental dan sosialisasi layanan konseling psikologi CDC kepada mahasiswa. Penelitian ini berusaha mengelaborasi pengelolaan program konselor sebaya yang dilakukan oleh CDC FISIPOL UGM, berikut mengidentifikasi permasalahan dan rekomendasi bagi pengelolaan konselor sebaya yang lebih baik.

## **2. METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode studi kasus untuk mendapatkan pengetahuan yang mendalam mengenai pengelolaan program konselor sebaya yang dilakukan CDC FISIPOL UGM. Pengumpulan data primer dilakukan dengan wawancara kepada mantan koordinator CDC dan observasi pelaksanaan program konselor sebaya. Data sekunder didapatkan dari penelusuran dokumen CDC mengenai program konselor sebaya dan juga kajian pustaka. Analisis data dilakukan dengan mengklasifikasikan data ke dalam siklus pengelolaan sumber daya manusia (SDM) yang diadaptasi dari Snell dan Morris (2019), yang meliputi tahap perencanaan, rekrutmen, pelatihan dan pengembangan, serta pengukuran dan kompensasi kinerja.

## **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

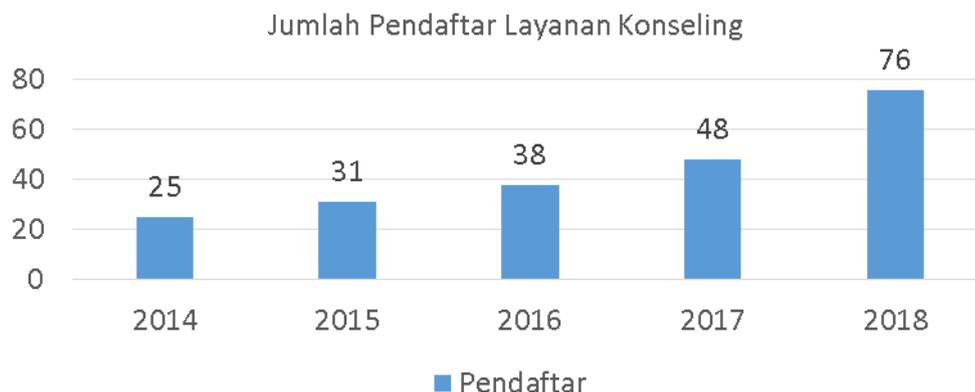
Pembahasan hasil penelitian dibagi menjadi dua bagian. Bagian pertama menjelaskan proses pengelolaan program konselor sebaya oleh CDC FISIPOL UGM melalui perspektif siklus pengelolaan SDM (Snell & Morris, 2019) yang dibagi menjadi empat tahapan, dari tahap perencanaan hingga pengukuran kinerja. Bagian kedua dari bab ini memaparkan permasalahan dalam pengelolaan program konselor sebaya berikut rekomendasi perbaikan dalam pengelolaan.

### **A. Pengelolaan program konselor sebaya**

#### **1. Perencanaan**

Perencanaan program konselor sebaya didasarkan pada asesmen kebutuhan pendukung program konseling psikologi. Keberadaan konselor sebaya di kampus akan sangat membantu mahasiswa untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi, sehingga mahasiswa dapat lebih sehat secara psikologis dan mampu menjalankan tugas perkembangan serta menyelesaikan studinya dengan baik. Agar program berjalan dengan baik, terstruktur, rapid an terjaga keberlanjutannya, sebelum program konselor sebaya dilaksanakan hal yang dilakukan adalah memetakan kebutuhan dengan cara observasi, wawancara dan melakukan analisis program pendampingan psikologis maupun konselor sebaya yang telah dilaksanakan sebelumnya.

Sejak inisiasi program konselor sebaya pada tahun 2015, tren jumlah pendaftar konseling di CDC selalu meningkat dari tahun ke tahun seperti terlihat pada Gambar 1. Tren ini dapat dimaknai sebagai tingkat kesadaran mahasiswa akan kesehatan mental yang semakin meningkat. Mahasiswa yang bermasalah semakin sadar akan masalah yang dihadapi dan berinisiatif untuk mengakses layanan konseling psikologis ke unit karir.



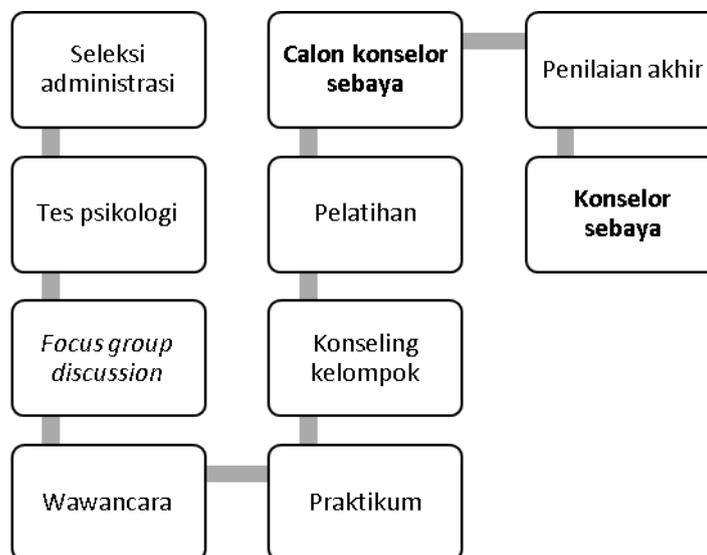
Gambar 1. Jumlah pendaftar konseling CDC periode 2014-2018

Keberadaan konselor sebaya memberikan solusi bagi keterbatasan jam psikolog dan tingginya permintaan konseling. Konselor sebaya membantu memberikan penanganan pertama kepada konseli, jika ternyata permasalahan yang dihadapi konseli tidak dapat ditangani oleh konselor, maka yang bersangkutan akan dirujuk kepada psikolog. Melihat tren peningkatan konseli dari tahun ke tahun maka program konselor sebaya masih diperlukan keberlanjutannya, bukan hanya untuk memberikan konseling, namun juga untuk memberikan edukasi mengenai kesehatan mental. Keberadaan konselor sebaya diupayakan mewakili enam departemen yang ada di FISIPOL untuk memudahkan akses mahasiswa dari masing-masing departemen. Jumlah ideal konselor sebaya sebenarnya sudah dipetakan dan direncanakan, namun jumlah konselor yang terekruit ditentukan pula oleh kelulusan pada tiap tahapan seleksi. Selain pemetaan kebutuhan, CDC juga membuat *Standard Operating Procedure* (SOP) pelaksanaan program yang meliputi pengertian konselor sebaya, syarat calon konselor sebaya, alur seleksi dan pelatihan, tugas dan hak konselor sebaya, materi dasar pelatihan, sosialisasi konselor sebaya, pelaksanaan konseling, pengertian konseli, pertemuan bulanan, pendataan konselor sebaya dan evaluasi, evaluasi meliputi evaluasi kinerja konselor serta evaluasi program.

## 2. Rekrutmen

Alur rekrutmen konselor sebaya seperti dapat dilihat pada Gambar 2 diawali dengan publikasi rekrutmen kepada mahasiswa. Rekrutmen konselor sebaya dipublikasikan baik secara daring melalui kanal media sosial CDC dan FISIPOL UGM maupun secara luring melalui poster di papan pengumuman kampus. Sesuai dengan pemetaan kebutuhan yang dilakukan di tahap perencanaan, persyaratan calon konselor sebaya yang ditetapkan pada rekrutmen adalah sebagai berikut; mahasiswa aktif FISIPOL (mulai tahun 2019 posisi konselor sebaya juga dibuka untuk mahasiswa fakultas Psikologi UGM), berminat menjalankan fungsi konseling kepada sesama mahasiswa, memiliki karakteristik potensial

sebagai konselor (seperti, mampu mendengarkan, memiliki kesabaran dan empati), serta bersedia meluangkan waktu dan berkomitmen untuk mengikuti pelatihan.



**Gambar 2.** Alur rekrutmen konselor sebaya

Tahapan seleksi yang digunakan untuk menjaring konselor sebaya potensial meliputi; seleksi administrasi, tes psikologi, *focus group discussion*, dan wawancara. Pelamar yang berhasil melewati keempat tahapan seleksi kemudian akan ditetapkan sebagai calon konselor sebaya. Selanjutnya calon konselor sebaya harus mengikuti mekanisme seleksi lanjutan yaitu mengikuti pelatihan, mengikuti konseling kelompok, melakukan praktikum, dan mendapatkan penilaian akhir. Setelah semua tahapan seleksi lanjutan berhasil dilalui calon konselor sebaya, mereka akan ditetapkan sebagai konselor sebaya. Keseluruhan proses seleksi memakan waktu selama kurang lebih dua bulan. Konselor sebaya yang terseleksi dikontrak selama satu tahun untuk menjalankan aktivitas sebagai konselor sesuai dengan yang tertulis pada SOP konselor sebaya.

### 3. Pelatihan dan Pengembangan

Pelatihan konselor sebaya terdapat di dalam alur seleksi dan sepanjang konselor sebaya terseleksi menjalani tugasnya. Pelatihan menjadi bagian dari seleksi tahap dua karena di sini akan dilihat komitmen calon konselor sebaya untuk mengikuti pelatihan secara lengkap. Materi pelatihan konselor sebaya meliputi keterampilan dasar yang dibutuhkan oleh seorang konselor meliputi, *mental health and crisis intervention*, *peer counseling overview*, *counseling basic skills*, *counseling role play* serta *legal issues* (Corey, 2012). Pelatihan dilaksanakan selama lima kali pertemuan dengan durasi masing-masing pertemuan tiga jam. Metode pelatihan menggunakan cara ceramah, diskusi kasus dan tanya jawab, *role play*, dan penugasan. Konselor sebaya akan diberikan pelatihan tambahan untuk mengembangkan *counseling skills* selama bertugas. Materi dan banyaknya pertemuan disesuaikan dengan kebutuhan konselor sebaya. Selain keterampilan konseling, selama bertugas konselor sebaya juga mendapatkan pengembangan keterampilan sosialisasi

kesehatan mental melalui pelibatan dan juga penugasan dalam pelatihan serta penyusunan materi dan kegiatan sosialisasi kesehatan mental seperti pada Gambar 3.



Gambar 3. Buku Panduan Kesehatan Mental dan Acara Psikoedukasi yang didesain dan diselenggarakan oleh CDC bersama konselor sebaya

#### 4. Pengukuran dan kompensasi kinerja

Penilaian kinerja konselor sebaya dilakukan dengan melihat keterlibatan konselor sebaya dalam kegiatan konseling maupun non-konseling. Aspek konseling mencakup jumlah klien yang ditangani dan durasi praktek konseling (baik tatap muka maupun konseling *online* menggunakan platform Line). Aspek non-konseling meliputi frekuensi keikutsertaan konselor sebaya dalam program pengembangan diri yang diadakan oleh CDC, partisipasi konselor dalam pembuatan materi psikoedukasi untuk dipublikasikan di beberapa kanal media, dan juga partisipasi konselor sebagai *co-trainer* dalam berbagai pelatihan yang dipandu oleh psikolog. Kompensasi atas kinerja konselor sebaya diberikan dalam bentuk insentif sesuai dengan jam kerja, prioritas konseling dan terapi oleh psikolog apabila membutuhkan layanan konseling, prioritas mengikuti pelatihan yang diselenggarakan oleh unit CDC, dan di akhir program akan mendapatkan surat keterangan kompetensi sebagai konselor.

#### B. Permasalahan dan Rekomendasi untuk Program Konselor Sebaya

Secara umum CDC mendapatkan dukungan penuh dari fakultas dalam usaha-usaha peningkatan kesehatan mental. Selain dukungan finansial, bentuk dukungan yang diberikan berupa otonomi bagi CDC untuk mendesain program sesuai dengan kebutuhan, salah satunya program konselor sebaya. Pada tahun 2019, FISIPOL UGM mencanangkan inisiasi *Healthy Campus* dengan tujuan membangun kampus yang lebih sehat dan produktif (FISIPOL UGM, 2019). Kesehatan mental merupakan salah satu pilar *Healthy Campus* dan CDC menjadi salah satu garda depan untuk mengawal implementasinya. Dengan adanya inisiasi *Healthy Campus*, peran konselor sebaya semakin dibutuhkan untuk membantu kinerja psikolog dalam pendampingan psikologi dan sosialisasi kesehatan mental. Meskipun

keberadaan konselor sebaya sangat vital dan didukung oleh pemangku kebijakan di tingkat fakultas, dalam pengelolaannya terdapat beberapa permasalahan yang berhasil diidentifikasi. Di bawah ini adalah beberapa permasalahan yang teridentifikasi berikut rekomendasi perbaikannya:

**1. Permasalahan:** Beberapa calon konselor sebaya tidak berkomitmen untuk mengikuti seleksi lanjutan hingga seluruh tahapan selesai sehingga berakibat tidak lulusnya calon konselor sebagai konselor sebaya. Implikasi selanjutnya adalah tidak terpenuhinya peta kebutuhan konselor sebaya yang sudah ditetapkan di awal.

**Rekomendasi:** Proses seleksi di awal hendaknya menitikberatkan pada penilaian aspek komitmen. Jika mekanisme seleksi saat ini kurang bisa mengukur komitmen, maka perlu dipikirkan instrumen seleksi yang mampu mengukur aspek ini. Waktu seleksi lanjutan yang panjang (meliputi pelatihan dan praktikum) juga diduga menjadi penyebab menurunnya komitmen calon konselor sebaya. Hal ini dapat diantisipasi dengan meringkas jangka waktu pelatihan, dari 5 minggu (2 jam per minggu) menjadi 2-3 hari dengan durasi pelatihan yang sama.

**2. Permasalahan:** Konselor sebaya yang terekrut tidak mewakili keseluruhan departemen yang ada di FISIPOL UGM.

**Rekomendasi:** Persoalan ini dapat diantisipasi dengan meningkatkan publikasi rekrutmen, memeberikan informasi yang memadai pada publikasi, dan meningkatkan atraktivitas program, misalkan dengan memberikan *highlight* pada kompensasi. Upaya lain yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan sosialisasi yang lebih intensif kepada mahasiswa bahwa konselor sebaya dapat diakses oleh semua mahasiswa terlepas dari asal departemen konselor.

**3. Permasalahan:** Konselor sebaya, terutama yang berstatus mahasiswa tingkat akhir menunjukkan inkonsistensi performa karena terbentur dengan agenda lain yang lebih diprioritaskan, seperti pengerjaan skripsi.

**Rekomendasi:** Penentuan kriteria mahasiswa di awal perlu dibuat lebih spesifik. Jika performa mahasiswa tahun ketiga lebih tidak optimal dibandingkan dengan mahasiswa tahun pertama dan kedua, maka perlu dipertimbangkan untuk tidak mengikutsertakan kelompok ini dalam seleksi, atau mengurangi alokasinya dalam peta kebutuhan konselor sebaya.

#### 4. KESIMPULAN

CDC FISIPOL UGM telah menyelenggarakan pengelolaan konselor sebaya secara terencana dan sistematis. Terdapat dokumen formal berupa SOP yang menjelaskan esensi program konselor sebaya, yang kemudian menjadi acuan bagi CDC dalam pengelolaan konselor sebaya dan bagi konselor sebaya dalam menjalankan tugasnya. Menilik peran konselor sebaya yang sentral dalam mendukung peningkatan kesehatan mental di lingkup FISIPOL UGM dan dukungan penuh dari pemangku kebijakan di tingkat fakultas, program ini memiliki potensi untuk terus berlanjut. Pun begitu, pada beberapa area pengelolaan masih terdapat catatan perbaikan yang perlu diperhatikan demi berjalannya program konselor sebaya yang lebih efektif, dan dapat secara optimal mendukung upaya peningkatan kesehatan mental di lingkungan FISIPOL UGM.

## **5. DAFTAR PUSTAKA**

- Corey, G. (2012). Theory and practice of group counseling. Nelson Education.
- FISIPOL UGM. (2019, Juli 12). Diakses 8 Oktober 2019 melalui tautan <https://fisipol.ugm.ac.id/deklarasikan-healthy-campus-fisipol-berkomitmen-ciptakan-lingkungan-produktif/>
- Hikmarani, C. N. (2019, 3 29). Latar Belakang Program Layanan Konseling CDC FISIPOL UGM (Wawancara Koordinator CDC periode 2012-2016). (A. Damayanti, Interviewer)
- Kitzrow, M. A. (2003). The Mental Health Needs of Today's College Students: Challenges and Recommendations. *NASPA Journal*, 41(1), 167-181.
- Snell, S. A., & Morris, S. A. (2019). *Managing Human Resources* (18th ed.). Boston: Cengage.
- World Health Organization. (2017). Providing individualized peer support in mental health and related areas: WHO QualityRights training to act, unite and empower for mental health (pilot version). World Health Organization.