

## UPAYA MENGATASI PROBLEMATIKA MENTAL PADA ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS MELALUI BIMBINGAN DAN KONSELING

Meylani Novitasari<sup>1</sup>, Hani Afiqah<sup>2</sup>, Nurul Dwi Fitrotul<sup>3</sup>, Roy Nonika Putri Simatupang<sup>4</sup>, Wildan Rizkard Al Azkary<sup>5</sup>

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Medan, Indonesia<sup>1, 2, 3, 4, 5</sup>

E-mail: [riskarahmadani57@gmail.com](mailto:riskarahmadani57@gmail.com)

### Info Artikel

Accepted:

Mei 2023

Published:

Juni 2023

### Abstract

Tujuan dilakukannya penelitian ini untuk mengetahui problematika mental apa saja yang kerap dimiliki anak berkebutuhan khusus di sekolah juga bagaimana cara mengatasinya dan apa capaian yang diharapkan muncul pada anak setelah diberikan upaya tersebut. Sebab jika tidak segera ditangani, problematika mental pada anak berkebutuhan khusus akan semakin menghambat perkembangan mereka. Sytematical Literatur Review (SLR) menjadi metode yang digunakan, dengan mengumpulkan referensi dari berbagai jurnal. Analisis data menggunakan pendekatan kualitatif yang berupaya mengidentifikasi dan mengevaluasi keseluruhan hasil penelitian sesuai dengan pertanyaan penelitian atau pun topik penelitian. Adapun hasil penelitian yang diperoleh, yaitu problematika mental anak berkebutuhan khusus yang kerap ditemui adalah kesulitan belajar dan kurang percaya diri. Upaya yang dapat dilakukan adalah dengan melakukan bimbingan dan konseling serta pemberian apresiasi pada anak. Adapun yang dapat dilakukan oleh peneliti selanjutnya berkaitan dengan fenomena ini adalah mengkaji lebih banyak metode pendekatan lain dalam upaya mengatasi problematika mental anak berkebutuhan khusus di sekolah.

**Keywords:** mental abk; anak berkebutuhan khusus; bimbingan dan konseling.

### Abstrak

The purpose of this research is to find out what mental problems are often experienced by children with special needs at school, how to overcome them and what achievements are expected to appear in children after being given these efforts. Because if it is not immediately addressed, mental problems in children with special needs will further hinder their development. Systematic Literature Review (SLR) is the method used, by collecting references from various journals. Data analysis uses a qualitative approach that seeks to identify and evaluate the overall results of the research according to the research questions or research topics. The research results obtained, namely the mental problems of children with special needs that are often encountered are learning difficulties and lack of confidence. Efforts that can be made are to carry out guidance and counseling as well as giving appreciation to children. As for what further researchers can do with regard to this phenomenon is to examine more methods of other approaches in an effort to overcome the mental problems of children with special needs at school.

**Keywords:** mental children; children with special needs; guidance and counseling.

## PENDAHULUAN

Dengan berkembangnya zaman, banyak perubahan terjadi dan harus diikuti oleh manusia di dalamnya. Selain perubahan-perubahan yang semakin cepat, semakin banyak pula tuntutan zaman yang harus dipenuhi. Banyak dari kita yang masih belum mampu menyelam pada perubahan zaman dan menerima setiap tuntutan kehidupan yang ada. Beberapa diantaranya begitu terbebani dengan perubahan yang ada dan sukar untuk turut beraktivitas di masyarakat. Karenanya, saat ini jenis kesehatan yang penting untuk selalu kita perhatikan pun mulai bertambah, bukan hanya tentang kesehatan fisik, tetapi kesehatan mental pula. Sebagaimana diungkapkan Pieper dan Uden (2006), kesehatan mental ialah kondisi ketika seseorang secara sosial merasa puas dan bahagia dengan apa yang dimilikinya. Adapun ia tidak dibebani oleh perasaan bersalah atas dirinya, mampu memiliki penilaian yang tepat atas dirinya, serta mampu menerima kekurangan atau pun kelemahannya, juga kemampuan menghadapi permasalahan hidupnya. Tak jarang gangguan kesehatan mental ini justru menghampiri remaja yang berada pada usia sekolah. Sebagaimana hasil survei yang dilakukan oleh *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) (2022)*, didapati hasil jika satu per tiga remaja Indonesia yang memiliki

kisaran umur 10-17 tahun memiliki gangguan kesehatan mental. Penilaian remaja yang dinilai memiliki gangguan mental pada tahap ini dilakukan atas dasar tuntunan *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders Edisi Kelima (DSM-5)* yang juga menjadi panduan dalam berbagai diagnosis gangguan mental di Indonesia.

Berdasarkan fakta tersebut, tentunya kesehatan mental pada remaja harus menjadi pusat perhatian kita. Karena bagaimana pun, tahap remaja merupakan waktu yang cukup rentan. Jika kesehatan mental anak dibiarkan dengan pergaulan dan penanganan yang tidak tepat baik dari keluarga atau lingkungan, akan lebih banyak gangguan kesehatan mental yang diderita anak. Selain remaja, kelompok yang rentan memiliki gangguan dalam kesehatan mental nya adalah Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). Berdasarkan *Undang-Undang No.20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (Indonesia)*, anak berkebutuhan khusus dipahami sebagai anak yang karena kondisi fisik, emosional, mental, sosial, dan/atau memiliki kecerdasan atau bakat istimewa memerlukan bantuan khusus dalam pembelajaran. Anak berkebutuhan khusus mempunyai risiko tinggi mengalami berbagai masalah gangguan mental. Beberapa jenis gangguan mental yang mungkin akan dialami oleh anak berkebutuhan khusus adalah depresi,

kecemasan, gangguan stres pasca trauma, gangguan bipolar, gangguan kepribadian, psikis, dan skizofrenia (Hudson dan Chan, 2002). Pada dasarnya, ada anak berkebutuhan khusus yang telah memiliki keterbelakangan mental. Namun, anak berkebutuhan khusus yang tidak memiliki keterbelakangan mental pun dapat memiliki kecenderungan gangguan mental apabila tidak mendapatkan perlakuan dan penanganan yang tepat. Di mana pada kasus tertentu, gangguan mental pada anak berkebutuhan khusus akan mengarah pada lebih banyak kemunduran bagi perkembangan anak.

Beberapa contoh kasus yang terjadi pada anak berkebutuhan khusus dengan gangguan mental akibat tuntutan zaman adalah anak yang memiliki motivasi rendah dalam diri mereka. Beberapa anak berkebutuhan khusus menutup diri dari masyarakat di luar lingkup sekolah luar biasa. Adapun anak berkebutuhan khusus yang enggan untuk lulus dari sekolah luar biasa sebab memiliki kekhawatiran soal pandangan masyarakat di luar sekolah juga bagaimana mereka setelah lulus dari sekolah. Salah satu upaya untuk mendampingi tekanan mental pada anak berkebutuhan khusus adalah dengan menerapkan metode bimbingan dan konseling. Abu Ahmadi (1991, hlm. 1) mengungkapkan, bimbingan ialah usaha menolong seseorang (peserta didik) agar

mereka mampu mengembangkan diri mereka dengan potensi yang mereka miliki secara optimal. Cara nya dapat dilakukan dengan membuat peserta didik lebih memahami bagaimana diri mereka, bagaimana lingkungan mereka, juga dengan mencari solusi atas setiap hambatan yang mereka miliki. Adapun Jones (Insano, 2004, hlm. 11) mengungkapkan, konseling ialah hubungan yang cakap antara seorang konselor berpengalaman dan klien. Hubungannya bersifat pribadi, meski terkadang melibatkan lebih dari dua orang guna memperluas pandangan hidup klien, sehingga lebih banyak pilihan yang bermaslahat untuk dirinya. Dengan beberapa kecenderungan masalah mental pada anak berkebutuhan khusus, penerapan bimbingan dan konseling disenyalir dapat menjadi upaya yang tepat dalam mengatasi problematika tersebut. Bimbingan dan konseling memiliki banyak pendekatan yang dapat kita telaah lebih jauh, mana yang lebih tepat untuk dilakukan dalam upaya menjaga kesehatan mental dengan meningkatkan motivasi pada anak berkebutuhan khusus. Berangkat dari kondisi tersebut, penting bagi kita untuk lebih banyak mengkaji bagaimana problematika mental pada anak berkebutuhan khusus di sekolah. Serta mencari tahu bagaimana penanganan yang tepat agar problematika tersebut dapat diatasi. Dengan begitu, diharapkan tidak

ada lagi anak berkebutuhan khusus yang kesulitan mengembangkan diri mereka dan bergaul dengan masyarakat sebagaimana mestinya juga agar mereka mampu memiliki kesehatan mental yang baik.

## METODE

Jenis Penelitian dalam upaya melihat Problematika Mental Pada Anak Berkebutuhan Khusus Melalui Bimbingan dan Konseling ini adalah *systematic review*. Sebagaimana dikemukakan Kitchenham (2004), *systematical literature review* ialah metode penelitian yang berupaya mengrekognisi, menimbang, dan menafsirkan hasil penelitian sesuai dengan permasalahan yang diangkat dan rumusan pertanyaan penelitian yang ditetapkan.

Dengan dilakukannya penelitian *systematic literature review* ini dapat diperoleh beberapa tujuan. Diantaranya ialah tujuan *systematic literature review* yang dikemukakan oleh Ocoli & Schabram (2010), di mana keduanya mengungkapkan bahwa *systematic literature review* berperan untuk memberikan dasar teori bagi penelitian selanjutnya, usaha mendalami sebuah topik secara luas, atau menanggapi pertanyaan praktis terkait permasalahan yang memiliki makna serupa dengan penelitian yang diangkat.

*Systematical literature review* pada penelitian ini dilangsungkan dengan menautkan artikel-artikel ilmiah berkenan

dengan anak berkebutuhan khusus juga bimbingan dan konseling yang mulai di sebar luaskan sejak tahun 2019 hingga tahun 2023. Artikel dikumpulkan dari jurnal: jurnal tulisan ilmiah pendidikan, jurnal bimbingan konseling dan dakwah islam, jurnal bimbingan konseling islam, jurnal pgmi, jurnal literasi olahraga, jurnal bimbingan dan konseling, juga seminar nasional “bimbingan dan konseling islami”.

Metode *systematic literatur review* ini terbatas pada penelitian-penelitian yang sudah ada sebelumnya. Namun metode ini pun akan sangat membantu proses penelitian di masa mendatang, karena fakta yang tertera pada kajian yang diteliti akan lebih sistematis.

Sedangkan untuk Prosedur penelitian *systematic literature review* dalam penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kualitatif. Pelaksanaannya sendiri dilaksanakan dengan mengikuti prosedur menurut Francis & Beldesari (2006). Yang apabila di deskripsi kan dengan tabel akan sebagai berikut.

**Tabel 1. Langkah Penelitian**

Langkah penelitian menurut Francis & Baldesari (2006)	Langkah yang dilakukan peneliti
1) Memformulasikan pertanyaan penelitian ( <i>formulating the review question</i> )	Merumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut: 1) Bagaimana problematika mental pada anak berkebutuhan khusus? 2) Program atau Metode Bimbingan Konseling seperti apa yang dapat diberikan pada anak

	berkebutuhan khusus?
	3) Apa yang diharapkan muncul pada kondisi mental anak setelah diberikan program atau metode bimbingan dan konseling tersebut?
2) Melakukan pencarian literatur <i>systematic review</i> ( <i>conducting a systematic literature search</i> )	a) Mencari literatur dari berbagai jurnal. b) Pencarian di fokus kan pada jurnal-jurnal Anak berkebutuhan khusus dan bimbingan konseling. c) Pencarian dibatasi hanya untuk artikel jurnal yang terpublish pada tahun 2019 sampai tahun 2023. d) Pencarian ditetapkan pada satu database yaitu googlescholar.
3) Melakukan skrining dan seleksi artikel penelitian yang cocok dengan judul ( <i>screening and selecting appropriate research articles</i> )	Proses skrining dan seleksi dilakukan dengan memperhatikan tujuan serta rumusan pertanyaan penelitian. Pada penelitian ini, berdasarkan skrining diperoleh 10 artikel jurnal yang sesuai dengan permasalahan yang dan tema yang diangkat.
4) Melakukan analisis dan sintesis temuan-temuan secara kualitatif ( <i>analyzing and synthesizing qualitative</i> )	Proses analisis ini dilakukan dengan meresume masing-masing artikel, kemudian hasil temuan disusun dan dilakukan perbandingan antar masing-masing artikel.
5) Melakukan kendali mutu	Proses ini dilakukan dengan berkonsultasi terhadap dosen mata kuliah.
6) Menyusun laporan akhir ( <i>presenting findings</i> )	Penyusunan laporan akhir dilaksanakan dengan cara menulis artikel hasil penelitian dan kemudian dipublikasikan.

Meta-sintesis menjadi teknik analisis data yang diterapkan dalam penelitian ini. Di mana sebagaimana yang dikemukakan oleh Perry & Hammond

(2002), Meta-sintesis ialah teknik penyatuan data untuk memperoleh suatu teori atau pun konsep ter barukan, atau pun level pemahaman yang lebih mendalam.

Teknik meta-sintesis sendiri terdapat dua rancangan penelitian yang dapat digunakan, yaitu meta-agregasi juga meta-etnografi (Lewin, 2008). Di mana pada penelitian ini meta-agregasi dipilih sebagai rancangan penelitian yang digunakan, dengan tujuan utama menjawab pertanyaan-pertanyaan penelitian yang ditetapkan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini didasarkan pada 10 artikel berkenaan dengan Anak Berkebutuhan Khusus, Bimbingan dan Konseling, juga Mental dan Motivasi ABK yang terbit dalam kurun waktu lima (5) tahun terakhir yakni pada tahun 2019-2023. Berdasarkan artikel yang terkumpul dan teranalisa, diperoleh beberapa data berupa probelematika, upaya penanganan, dan hasil yang diharapkan sebagai berikut:

Tabel 2. Problematika Mental Anak Berkebutuhan Khusus

Penulis, Tahun	Temuan						
	Kesulitan berinteraksi	Kecemasan berlebih	Sulit belajar	Tidak Tenang	Sulit Fokus	Tidak Percaya Diri	Tidak bersemangat
Sari, Y. Dkk. (2021).	√	√					
Rosnita, Dkk. (2022)			√	√	√		
Utomo, P. (2021).	√						
Hidayati, I. W. (2020).						√	√
Ramadhany, N. H. Dkk. (2022).						√	
Sahara, Y. Dkk. (tampa tahun).		√				√	
Hazhani, A. Dkk. (2022)							√
Azhuri, I.R. Dkk. (2021)			√				√
Bahri, S. (2022)			√				
Zabaidah, Dkk. (2021)			√				

Penulis, Tahun	Bahri, S. (2022)				
	Pemberian saran-saran dan motivasi	mendampingi dan membimbing anak	terapi permainan asosiatif	wawancara (terapan konseling)	reminisiansi apresiasi atau penghargaan
Sari, Y. Dkk. (2021).	√				
Rosita Dkk. (2022).	√	√			
Utomo, P. (2021).			√		
Hidayati, I. W. (2020).				√	
Ramadhanty, N. H. Dkk. (2022).					√
Sahara, Y. Dkk. (tanpa tahun)				√	
Hazhani, A. Dkk. (2022)					√
Azhuri, I.R. Dkk. (2021)		√			
Bahri, S. (2022)					√
Zubaidah, Dkk. (2021)		√		√	

Tabel 4. Capaian diharapkan dari setiap metode pengembangan motivasi

Penulis, Tahun	Temuan					
	Mengembangkan diri	Menjadikan anak sebagai individu yang dewasa	Meningkatkan potensi Anak	Anak lebih bersemangat dalam kesehariannya	Anak lebih terbuka dan aktif	Anak lebih Percaya Diri
Sari, Y. Dkk. (2021).	√					
Rosita Dkk. (2022).		√				
Utomo, P. (2021).			√			
Hidayati, I. W. (2020).				√		
Ramadhanty, N. H. Dkk. (2022).					√	
Sahara, Y. Dkk. (tanpa tahun)						√
Hazhani, A. Dkk. (2022)					√	√
Azhuri, I.R. Dkk. (2021)						√

### a. Problematika Mental Anak Berkebutuhan Khusus

Berdasarkan tabel 2 diperoleh beberapa problematika mental yang kerap dimiliki anak berkebutuhan khusus di sekolah. Problematika yang banyak terjadi ialah anak kesulitan belajar (Rosita, Dkk. 2022; Azhuri, Dkk. 2021; Bahri, S. 2022; Zubaidah, Dkk. 2021). Permasalahan anak berkebutuhan khusus yang selanjutnya umum dimiliki adalah anak tidak percaya diri (Hidayati. 2020; Ramadhanty, Dkk. 2022; Sahara, Dkk. tanpa tahun) dan kerap kehilangan semangat dalam keseharian mereka (Hidayati, 2020; Hazhani, A. Dkk. 2022; Azhuri, Dkk. 2021). Ada pun anak berkebutuhan khusus umumnya memiliki

permasalahan dalam berinteraksi (Sari, Dkk. 2021; Utomo. 2021) dan memiliki kecemasan berlebih (Sari, Dkk. 2021; Sahara, Dkk. tanpa tahun). Selanjutnya didapati jika permasalahan mental yang kerap terdapat pada anak berkebutuhan khusus adalah perasaan putus asa (Sahara, Dkk. tanpa tahun), tidak fokus (Rosita, Dkk. 2022), dan tidak tenang (Rosita, Dkk. 2022).

### b. Metode yang digunakan sebagai upaya menjaga motivasi ABK

Berdasarkan tabel 3 diperoleh hasil bahwa dalam upaya menghadapi problematika mental anak berkebutuhan khusus di sekolah dapat dilakukan dengan beberapa metode. Mendampingi dan membimbing anak (Rosita, Dkk. 2022; Azhuri, Dkk. 2021; Zubaidah, Dkk. 2021) diikuti dengan pemberian apresiasi atau penghargaan (Ramadhanty, Dkk. 2022; Hazhani, A. Dkk. 2022; Bahri, S. 2022) serta melakukan wawancara atau konseling terhadap anak (Hidayati. 2020; Sahara, Dkk. tanpa tahun), merupakan upaya yang paling banyak diyakini dapat mengatasi problematika mental anak berkebutuhan khusus di sekolah. Selanjutnya pemberian saran-saran dan motivasi (Sari, Dkk. 2021; Rosita, Dkk. 2022), serta pengembangan minat anak (Ramadhanty, Dkk. 2022; Azhuri, Dkk. 2021) dan menerapkan terapi bermain asosiatif (Utomo. 2021) juga

diyakini mampu mengatasi problematika mental anak berkebutuhan khusus.

### **c. Capaian yang diharapkan pada anak setelah diberi penanganan**

Berdasarkan tabel 4 diketahui beberapa capaian yang diharapkan dapat muncul pada anak setelah diberi upaya untuk mengatasi permasalahan mental yang ada. Memiliki motivasi belajar (Hazhani, A. Dkk. 2022; Azhuri, Dkk. 2021; Bahri, S. 2022) dan tingkat kepercayaan diri yang tinggi (Sahara, Dkk. tanpa tahun; Hazhari, Dkk. 2022) merupakan capaian yang paling diharapkan. Adapun anak berkebutuhan khusus diharapkan mampu menemukan jati diri (Zubaidah, Dkk. 2021), mengembangkan diri (Sari, Dkk. 2021), menjadi individu yang dewasa (Rosita, Dkk. 2022), meningkatkan potensi (Utomo. 2021), terbuka dan aktif (Ramadhanty, Dkk. 2022) serta bersemangat dalam kesehariannya (Hidayanti. 2020).

### **Pembahasan**

Berdasarkan analisis data beberapa artikel yang terhimpun, didapati beberapa permasalahan dan upaya penanganan juga capaian yang diharapkan berkenaan dengan kondisi mental Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). Tabel 2 menunjukkan beberapa permasalahan mental yang kerap dimiliki oleh anak berkebutuhan khusus. Kesulitan belajar anak menjadi problematika yang paling dimiliki oleh anak berkebutuhan

khusus (Rosnita, Dkk. 2022; Azhuri, Dkk. 2021; Bahri, S. 2022; dan Zubaidah, Dkk. 2021.). Tabel 3 menunjukkan beberapa metode yang dapat digunakan untuk mengatasi probelematika mental anak berkebutuhan khusus. Metode mendampingi dan membimbing anak (Rosita, Dkk. 2022; Azhuri, Dkk. 2021; Zubaidah, Dkk. 2021) juga pemberian apresiasi atau penghargaan (Ramadhanty, Dkk. 2022; Hazhani, A. Dkk. 2022; Bahri, S. 2022) Dari metode metode tersebut, diharapkan akan muncul beberapa capaian pada mental anak. Yang paling diharapkan ialah memiliki motivasi belajar. (Hazhani, A. Dkk. 2022; Azhuri, Dkk. 2021; Bahri, S. 2022)

Kesulitan belajar sebagai salah satu problematika mental ABK salah satunya difaktori oleh ketunaan yang mereka miliki (Utomo. 2021; Zubaidah, Dkk. 2021; Hazhani, A. Dkk. 2022). Anak kerap kehilangan rasa percaya diri dan semangat maupun diliputi rasa cemas juga putus asa. Adapun problematika anak berkebutuhan khusus cenderung dipengaruhi oleh minimnya motivasi dalam diri mereka (Ramadhanty, Dkk. 2022; Hidayati. 2020; Sari, Dkk. 2021). Kurang nya motivasi sebagai pendorong rasa percaya diri mereka akan mampu membuat anak semakin enggan untuk berinteraksi dengan dunia luar selain lingkungannya saat ini. Khususnya pada anak berkebutuhan khusus

yang hambatannya terlihat jelas, seperti pada anak dengan hambatan fisik motorik, hal tersebut akan semakin membuat anak kekurangan rasa percaya diri jika tidak diberikan motivasi yang baik. (Ramadhanty, Dkk. 2022).

Menurut Aryati (2017), motivasi begitu memiliki pengaruh terhadap peserta didik sebab mampu membantu siswa meningkatkan prestasi mereka, khususnya di sekolah. Motivasi belajar begitu diperlukan, sebab motivasi belajar mampu mendukung siswa hingga memiliki perasaan senang dalam belajar, mendukung semangat dan energi siswa dalam melakukan kegiatan pembelajaran.

Dalam mengatasi permasalahan-permasalahan tersebut, para peneliti terdahulu umumnya menggunakan metode mendampingi dan membimbing anak (Rosita, Dkk. 2022; Azhuri, Dkk. 2021; Zubaidah, Dkk. 2021) diikuti dengan pemberian apresiasi atau penghargaan (Ramadhanty, Dkk. 2022; Hazhani, A. Dkk. 2022; Bahri, S. 2022) serta melakukan wawancara atau konseling terhadap anak (Hidayati. 2020; Sahara, Dkk. tanpa tahun). Dengan bimbingan dan konseling, anak akan melakukan wawancara bersama konselor atau guru kemudian dianalisis bagaimana kondisi anak. Metode bimbingan dan konseling di Sekolah merupakan pemberian dukungan dengan tujuan membantu peserta didik mencapai

pribadinya secara menyeluruh (Zubaidah, Dkk. 2021).

Melalui metode pemberian bimbingan dan konseling, terdapat beberapa tujuan yang diharapkan tercapai, yaitu: Anak akan memiliki motivasi belajar (Hazhani, A. Dkk. 2022; Azhuri, Dkk. 2021; Bahri, S. 2022) dan tingkat kepercayaan diri yang tinggi (Sahara, Dkk. tanpa tahun; Hazhani, A. Dkk. 2022). Dengan tingginya motivasi yang dimiliki anak, akan lebih banyak keterampilan yang anak miliki. Maka, kesiapan anak untuk terjun di lingkungan masyarakat menjadi lebih tinggi dan anak mampu menyesuaikan diri dengan tepat terhadap lingkungannya (Zubaidah, Dkk. 2021).

Dari hasil penelitian *systematic literatue review* ini terungkap bahwa anak berkebutuhan khusus sebagaimana anak pada umumnya, memiliki beberapa permasalahan kesehatan mental di sekolah. Hal tersebut sejalan dengan hasil survei yang dilakukan oleh *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey* pada 2020 juga dasar teori yang dikemukakan oleh Hudson dan Chan pada 2002. Bahwa, banyak dari remaja pada usia belasan dan pada anak berkebutuhan khusus yang rentan terkena masalah pada kesehatan mental mereka. Untuk mengatasi permasalahan tersebut, sesuai dengan temuan yang dirujuk pada penelitian ini, bimbingan dan konseling dapat menjadi



upaya yang efektif diberikan pada anak berkebutuhan khusus.

Dengan hasil analisis tersebut, diperoleh data yang sistematis untuk digunakan pada penelitian selanjutnya berkenaan bimbingan dan konseling juga implikasinya untuk problematika mental pada anak berkebutuhan khusus di sekolah. Penelitian ini terbatas pada hasil penelitian terdahulu selama lima tahun terakhir, sehingga belum terdapat inovasi terbaru yang dapat ditawarkan. Untuk itu, dengan diperolehnya data hasil temuan *systematic literature review* ini, diharapkan peneliti selanjutnya mampu untuk mengembangkan temuan yang ada dengan metode penelitian yang lebih terbaru.

## SIMPULAN

Atas dasar penelitian ini, didapati hubungan yang efektif antara problematika mental yang dihadapi oleh anak berkebutuhan khusus di sekolah dengan solusi penanganan yang diupayakan. Masalah belajar anak juga kurangnya kepercayaan diri pada anak dapat diupayakan penanganannya melalui pendekatan bimbingan dan konseling. Layanan bimbingan konseling dapat berupa wawancara dan analisis juga *problem solving* (pencarian solusi dan pemberian saran-saran) terkait kebutuhan anak. Dan dengan adanya upaya tersebut, anak

diharapkan lebih mampu untuk memiliki motivasi belajar yang tinggi. Hal itulah yang menjadi jawaban mengapa penanganan problematika mental anak berkebutuhan khusus di sekolah dapat diupayakan melalui Bimbingan dan Konseling. Berdasarkan hasil temuan pada penelitian ini, bimbingan dan konseling dapat disarankan pada guru di sekolah maupun orang tua sebagai upaya mengatasi problematika mental anak berkebutuhan khusus.

## DAFTAR PUSTAKA

- Sari, N.Y., Daulay, N.S, Zzulfa, Z. (2021). Layanan Bimbingan Konseling Anak Berkebutuhan Khusus sebagai Upaya Preventif terhadap Penyimpangan Perilaku pada Siswa. *Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling Islami*, 1138-1151.
- Rosnita, Yusnita, Salfiyadi, T., Amiruddin. (2022). Pembelajaran Anak Berkebutuhan Khusus dengan Strategi Dampingi dan Motivasi. *Guru Kita*, 6(3), 325-338.
- Utomo, P. (2021). Model Konseling Kelompok Berbasis Terapi Bermain Asosiatif untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Siswa ABK. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 3(2), 56-72.
- Hidayai, W I. (2020). Layanan dan Bimbingan Konseling dalam Memotivasi Belajar Siswa SMKN 3 Kasihan Bantul Yogyakarta. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Koseling Dan Dakwah Islam*, 17(1), 115-128. Doi: 10.14421/hisbah.2020.171-08.
- Ramadhanty, H. N., Istati, M. (tanpa tahun). Upaya Guru Kelas dalam

- Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Tunadaksa Di SLB Negeri 3 Banjarmasin. *Al-Kamilah: Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam*.
- Hazhani, A., Gantina, N., Maulana, B. (2022). Analisis Pelaksanaan Pembelajaran Siswa Berkebutuhan Khusus (Tunanetra) terhadap Motivasi Belajar Siswa di SKH Global Insani Madani. *Tulisan Ilmiah Pendidikan*, 11(1) 21-34. Doi: <http://journal.stkipbanten.ac.id/index.php/tulip>.
- Azhuri, I.R., Purbangkara, T., Nasution, N.S., (2021) Survei Motivasi Belajar Pendidikan Jasmani pada Siswa Sekolah Luar Biasa di Kabupaten Kerawang. *Jurnal Literasi Olahraga*, 2(2). 96,103. Doi:<https://journal.unsika.ac.id/index.php/JLO>.
- Zubaidah., Utomo, P., (2021). Pola Pembelajaran dalam Layanan Bimbingan dan Kosenling terhadap Siswa Berkebutuhan Khusus (Tunagrahita) di Sekolah Luar Biasa. *Jambura Guidance Anad Counseling Journal*, 2(2) 62-73.
- Sahara, Y., Putri, W.F., Mardiyah, S., Della, A.S., Pane, F.S. (2021). Proses Konseling Populasi Khusus terhadap Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). *Ittihad*, 5(1) 41-47.
- Gloria. (2022). *Hasil Survei I-NAMHS: Satu dari Tiga Remaja Indonesia Memiliki Masalah Kesehatan Mental*. [Daring]. Di akses dari <https://www.ugm.ac.id/id/berita/23086-hasil-survei-i-namhs-satu-dari-tiga-remaja-indonesia-memiliki-masalah-kesehatan-mental>.
- Putri, N. C. 2020. *Memahami Kesehatan Mental*. [Daring]. Di akses dari <https://rsjmenur.jatimprov.go.id/post/2020-07-28/memahami-kesehatan-mental#:~:text=Sedangkan%20kesehatan%20Mental%2C%20menuru>
- Chamidah, N. A., Purwandari, Mahabbati, A. 2015. Pengembangan Panduan Layanan Kesehatan Mental Berbasis Sekolah Bagi Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan*, 8(2), 10.
- BBG News. 2021. *Apa itu Bimbingan Konseling*. [Daring]. Di akses dari <https://bbg.ac.id/apa-itu-bimbingan-konseling-3/>
- Bahri, S. 2022. Upaya Guru dalam Memberikan Motivasi Belajar Kepada Siswa Berkebutuhan Khusus (Tunanetra) di slb negeri dua Lombok Tengah. *el-Midad : Jurnal PGMI*, 14(2), 136-146.