



Pendampingan Guru Bk bagi Siswa Bipolar: Studi Fenomenologis di SMAN 5 Kota Serang

INFO PENULIS

Zakyyatun Nufus
Universitas Islam Negeri Sultan Maulana
Hasanuddin Banten
Kyqueen434@gmail.com
+6281287723447

Yahdinil Firda Nadirah
Universitas Islam Negeri Sultan Maulana
Hasanuddin Banten
Yahdinil@uinbanten.ac.id
+62128380716

INFO ARTIKEL

ISSN: 2808-1307
Vol. 5, No. 3, Desember 2025
<https://jurnal.ardenjaya.com/index.php/ajsh>

© 2025 Arden Jaya Publisher All rights reserved

Saran Penulisan Referensi:

Nufus, Z., & Nadirah, Y. F. (2025). Pendampingan guru BK bagi siswa bipolar: studi fenomenologis di SMAN 5 Kota Serang. *Arus Jurnal Sosial dan Humaniora*, 5(3), 4873-4879.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pengalaman guru Bimbingan dan Konseling (BK) dalam mendampingi siswa dengan gangguan bipolar di SMAN 5 Kota Serang. Siswa dengan gangguan bipolar menunjukkan perubahan mood yang sangat ekstrem, perilaku impulsif, dan kesulitan beradaptasi dengan lingkungan sosial serta akademiknya. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan menerapkan pendekatan fenomenologi untuk memahami lebih dalam mengenai dinamika pendampingan yang dilakukan oleh guru BK, mulai dari mengenali gejala, melakukan intervensi, hingga tantangan yang dihadapi di lapangan. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa guru BK menerapkan pendekatan menyeluruh melalui konseling individual, memberikan dukungan emosional, bekerja sama dengan orang tua, serta berkoordinasi dengan tenaga profesional. Walaupun demikian, dalam proses pendampingannya, guru BK masih menemui beberapa kendala seperti perubahan emosi siswa, kurangnya pemahaman dari teman sebaya, serta keterbatasan fasilitas sekolah. Penelitian ini menekankan pentingnya pendampingan yang berkelanjutan, kolaboratif, dan fleksibel untuk mendukung kestabilan emosional dan keberhasilan akademik siswa yang mengalami gangguan bipolar di sekolah.

Kata Kunci: pendampingan BK, gangguan bipolar, siswa

Abstract

This study aims to describe the experiences of guidance and counseling teachers in assisting students with bipolar disorder at SMAN 5 Kota Serang. Students with bipolar disorder exhibit extreme mood swings, impulsive behavior, and difficulty adapting to their social and academic environments. The method used in this study was qualitative, applying a phenomenological approach to gain a deeper understanding of the dynamics of the guidance provided by guidance counselors, from recognizing symptoms and intervening to the challenges faced in the field. The results of the study revealed that guidance counselors applied a comprehensive approach through individual counseling, providing emotional support, collaborating with parents, and coordinating with professionals. However, in the counseling process, guidance counselors still encounter several obstacles, such as changes in students' emotions, lack of understanding from peers, and limited school facilities. This study emphasizes the importance of continuous, collaborative, and flexible counseling to support the emotional stability and academic success of students with bipolar disorder in school.

Key Words: guidance counseling, bipolar disorder, students

A. Pendahuluan

Gangguan bipolar merupakan kondisi psikologis yang menyebabkan perubahan hati secara ekstrem antara fase mania dan fase depresi (Atsila Shofa et al., 2024). Gangguan bipolar bukanlah sekedar perubahan emosi biasa, melainkan sebuah kondisi medis yang memerlukan penanganan dari pihak profesional (Ramadani et al., 2024). Kondisi ini tidak hanya berpengaruh terhadap kesehatan mental seseorang, tetapi juga berimbas pada kemampuannya untuk bersosialisasi, mendapatkan ilmu pengetahuan, dan menyesuaikan diri di lingkungan belajar (Wirasugianto et al., 2021).

Ciri-ciri gangguan bipolar pada usia remaja seringkali lebih terlihat karena pada fase ini, individu mengalami perkembangan emosional yang labil (Ramadani et al., 2024). Perubahan suasana hati yang tiba-tiba dan perilaku yang tidak terduga seringkali memengaruhi kesulitan dalam mengendalikan emosi yang dapat memengaruhi siswa dalam menjalani proses belajar, berinteraksi dengan teman sebayanya, serta menanggapi tekanan dari lingkungan sekolah (Mintz, 2015). Dalam situasi demikian, siswa memerlukan perhatian khusus, terutama dari guru Bimbingan dan Konseling (BK) yang memiliki peran penting dalam mendukung siswa untuk memahami dan mengelola gejala bipolar yang timbul pada kehidupan sehari-hari.

Selain faktor-faktor internal yang berasal dari diri siswa sebagai pemicu hadirnya gejala bipolar, ada beberapa faktor eksternal yang juga dapat memicu timbulnya gejala tersebut, seperti keadaan keluarga yang juga memiliki dampak besar terhadap kestabilan emosional dan perilaku siswa. Siswa yang tumbuh didalam kondisi keluarga yang tidak stabil, memiliki pengalaman traumatis, seringkali membuat emosi dan perilaku mereka yang sulit untuk diprediksi. Dalam beberapa kasus, adanya riwayat gangguan psikologis didalam keluarga juga menjadi salah satu faktor yang memperburuk timbulnya gejala bipolar (Astriliana & Kustanti, 2023).

Dalam lingkungan pendidikan, kehadiran siswa dengan gangguan bipolar memerlukan kesiapan kesiapan dari pihak sekolah untuk memberikan layanan yang fleksibel dan responsif (Frendy Aru Fantiro et al., 2025). Guru bimbingan dan konseling (BK) sebagai pendamping utama memiliki peran penting dalam mengenali perubahan perilaku, mengawasi kondisi emosional, serta memberikan intervensi awal ketika siswa menunjukkan gejala ketidakstabilan suasana hati (Afifah & Nasution, 2023). Pendampingan yang diberikan oleh guru BK tidak hanya difokuskan pada pengelolaan emosi, melainkan juga pada pengembangan keterampilan sosial siswa agar mereka tetap bisa berinteraksi dan menyesuaikan diri dengan lingkungan pembelajaran.

Guru BK seringkali menghadapi situasi dimana siswa menghadapi kesulitan dalam mengendalikan impuls, berlebihan dalam menanggapi komentar dari teman, atau memperlihatkan perilaku agresif yang tiba-tiba muncul. Keadaan ini menuntut guru BK untuk memiliki kemampuan komunikasi yang penuh empati, kesabaran tinggi, dan keterampilan dalam membangun hubungan yang saling percaya. Karena dalam situasi demikian, guru BK harus dapat dengan cepat memahami kondisi yang ada agar bisa memberikan tanggapan yang sesuai tanpa menambah masalah bagi siswa (Suwito & PAP, 2025).

Pendampingan bagi siswa dengan gangguan bipolar tidak hanya dilakukan saat mereka

mengalami kesulitan emosional, tetapi harus dilakukan secara terus menerus dengan pendekatan yang bersifat pencegahan. Pada umumnya, guru BK sudah merencanakan strategi untuk membantu siswa membangun rutinitas yang lebih teratur, mengenali pemicu emosional, serta belajar cara mengelola perasaan dengan lebih baik. Jenis pendampingan ini bisa berupa konseling individu memberikan waktu untuk menenangkan diri di ruang BK, atau bekerja sama dengan tenaga profesional, jenis pendekatan yang diterapkan juga tidak sama antara siswa dengan yang lainnya, karena setiap siswa memiliki karakter dan pengalaman yang unik.

Untuk mengeksplorasi lebih dalam tentang bagaimana proses pendampingan itu dijalankan, studi dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi. Melalui penelitian ini, peneliti berharap dapat menyajikan gambaran yang lebih jelas dan komprehensif mengenai pendampingan guru BK terhadap siswa yang mengalami gangguan bipolar di SMAN 5 Kota Serang. Hasil temuan ini diharapkan dapat memberi masukan bagi sekolah dan pendidik lainnya dalam mengembangkan layanan yang lebih mendukung kebutuhan emosional siswa.

B. Metodologi

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Penelitian kualitatif merupakan pendekatan penelitian yang berfokus pada pemahaman fenomena sosial atau tingkah laku manusia dari beragam sudut pandang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menjelaskan, menganalisis, dan menginterpretasikan arti yang terdapat dalam konteks sosial, budaya, dan individu (Sinulingga et al., 2025). Menurut Creswell dalam (Prof. H. M. Sukardi, 2021) memberikan pengertian bahwa metode penelitian kualitatif adalah metode yang ditetapkan untuk menyelidiki dan mengerti makna yang dimiliki oleh sejumlah orang atau komunitas yang dianggap berkaitan dengan masalah sosial atau kemanusiaan.

Jenis metode penelitian ini adalah fenomenologi, yang digunakan untuk menunjuk pada pengalaman subjektif dari berbagai jenis dan tipe subjek yang ditemui. Dalam arti lain, fenomenologi adalah suatu studi dari kesadaran perspektif pokok seseorang. Para peneliti fenomenologi memberi asumsi bahwa kesadaran bukanlah dibentuk karena suatu kebetulan atau hal lainnya yang berasal dari diri sendiri, karena dalam kehidupan sehari-hari seseorang tidak diberi kontrol diri terhadap kesadaran terstruktur (Sari et al., 2024).

C. Hasil dan Pembahasan

1. Hasil

Berdasarkan data hasil observasi dan wawancara yang telah dilakukan bersama dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK) di sekolah menengah atas Negeri (SMAN) 5 Kota Serang, didapatkan informasi bahwa siswa yang mengalami tanda-tanda gangguan bipolar menunjukkan ciri-ciri tertentu dalam kehidupan mereka sehari-hari. Pertama, terdapat perubahan suasana hati yang sangat ekstrem selama fase mania atau hipomania, siswa cenderung memiliki energi yang tinggi, banyak berbicara, terlihat antusias, terkadang bertindak impulsif, dan tingkat aktifitas fisiknya meningkat secara signifikan. Tetapi sebaliknya, saat mengalami fase depresi, siswa menunjukkan tanda-tanda seperti kehilangan semangat, kesulitan dalam berkonsentrasi, dan mengurangi minat dalam melakukan berbagai aktifitas.

Pola perilaku siswa diatas menunjukkan bahwa gangguan bipolar lebih dari sekedar perubahan emosi biasa, melainkan adalah sebuah kondisi yang memengaruhi stabilitas fungsi sehari-hari termasuk dalam proses belajar dan hubungan dengan lingkungan sosialnya. Interaksi sosial siswa yang memiliki gangguan bipolar sangat dipengaruhi oleh perubahan suasana hati mereka, meskipun caranya dalam berinteraksi dapat bersifat impulsif atau terkadang berlebihan, sehingga lingkungan sosialnya merasa kesulitan untuk menyesuaikan diri. Keadaan ini menjadi penyebab pola pertemanan dan komunikasi yang kurang stabil sehingga siswa dapat mengalami isolasi sosial dalam beberapa waktu tertentu.

Pola interaksi sosial siswa dengan gangguan bipolar cenderung tidak tetap, dalam satu waktu mereka akan sangat aktif, tetapi terkadang bersikap sebaliknya yang sangat bergantung pada suasana hatinya. Hal ini menciptakan tantangan bagi lingkungan sosialnya terlebih kepada guru BK dan lingkungan sekolah dalam menciptakan komunikasi yang konsisten dan efektif. Ketidakstabilan emosi ini kerap menyebabkan miskomunikasi dalam interaksi sosial, sehingga dibutuhkan cara yang lebih fleksibel dari lingkungan sekitarnya.

Dalam usaha untuk mendampingi siswa yang mengalami gejala bipolar, guru Bimbingan dan Konseling (BK) di SMAN 5 Kota Serang telah menerapkan berbagai strategi intervensi, diantaranya adalah:

1. Memberikan kesempatan bagi siswa untuk mengekspresikan perasaan emosionalnya melalui sesi konseling pribadi yang memungkinkan siswa berbicara tanpa rasa takut dihakimi.
2. Mengubah metode pembelajaran dengan memberikan kelonggaran dalam penugasan dan memperhatikan beban pekerjaan sesuai dengan kondisi emosional siswa, serta mengatur tempo belajar dengan mempertimbangkan suasana hatinya.
3. Mengembangkan komunikasi yang teratur dan bekerja sama dengan wali siswa, serta jika keadaannya memungkinkan maka melibatkan tenaga profesional untuk mendukung keseimbangan emosional siswa secara menyeluruh.
4. Memberikan dukungan emosional kepada siswa dengan gangguan bipolar tersebut, misalnya dengan menciptakan atmosfer sekolah yang inklusif, mendorong teman sebaya untuk memahami situasi siswa, dan menciptakan lingkungan yang aman secara emosional.

Pendekatan ini menunjukkan bahwa intervensi guru Bimbingan dan Konseling (BK) tidak hanya berfokus pada aspek akademis saja, tetapi juga bersifat holistik yang mencakup aspek emosional, dan lingkungan sosial untuk menyesuaikan kebutuhan siswa secara individu. Guru BK berfungsi sebagai penghubung yang membantu siswa mendapatkan bantuan dari profesional lainnya saat dibutuhkan, sehingga penanganan yang diberikan menjadi lebih lengkap. Dengan pendekatan ini diharapkan dapat tercipta lingkungan belajar yang aman dan mendukung bagi siswa dengan gangguan bipolar.

Penelitian ini menemukan beberapa kendala yang dihadapi dalam menangani siswa dengan gangguan bipolar. Pertama, fluktuasi suasana hati yang tidak dapat diantisipasi mempersulit untuk menjaga konsistensi intervensi. Dalam beberapa kondisi, siswa mau berkomunikasi dengan terbuka tetapi diwaktu lain justru ia dapat menarik diri sepenuhnya, yang berdampak pada kelancaran konseling dan keberlanjutan dukungan yang diberikan.

Kedua, stigma dan kurangnya pemahaman dari lingkungan sekolah serta teman-teman sebaya seringkali menyebabkan munculnya kesalahpahaman mengenai perilaku siswa. Keadaan ini tidak hanya menambah beban emosional bagi siswa, tetapi juga dapat menghalangi terciptanya lingkungan belajar yang mendukung. Ketiga, terdapat keterbatasan dalam sumber daya sekolah, baik dalam adanya tenaga profesional seperti psikolog atau psikiater maupun dalam akses ke layanan kesehatan mental.

Kendala-kendala tersebut membuat guru BK harus bekerja dengan sumber daya yang terbatas, sementara kebutuhan siswa seringkali memerlukan pendekatan yang lebih menyeluruh. Selain itu, tekanan akademis dan tuntutan sekolah yang tidak selalu disesuaikan dengan kondisi emosional siswa dapat memperburuk keadaan. Ketika siswa mengalami depresi seringkali merasa kehabisan energi, kesulitan dalam konsentrasi, sehingga berisiko tertinggal dalam studi dan mengalami penurunan kualitas pembelajaran.

Berbagai kendala tersebut menunjukkan meskipun ada upaya guru BK untuk memberikan pendampingan, tetapi pada kenyataannya masih menyulitkan pencapaian intervensi yang optimal dan berkelanjutan bagi siswa dengan gangguan bipolar. Keterbatasan akses terhadap dukungan profesional serta fluktuasi emosional siswa mengharuskan penerapan strategi penanganan yang lebih komprehensif. Dengan demikian, kolaborasi yang lebih erat antara instansi pendidikan, orangtua, dan layanan kesehatan mental sangat penting agar kebutuhan siswa dapat dipenuhi dengan baik.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan pentingnya beberapa aspek strategis dalam menangani siswa dengan gangguan bipolar, yaitu sangat penting untuk memiliki pemahaman yang mendalam tentang karakteristik, perubahan emosi, dan pola perubahan suasana hati yang dialami siswa, hal ini memungkinkan para guru BK dan pihak sekolah untuk menyusun pendekatan yang lebih sesuai dan responsif. Intervensi yang dilakukan perlu bersifat inklusif dan adaptable dengan memperhatikan kebutuhan emosional, sosial, serta akademik siswa secara bersamaan, sehingga proses pendampingan dapat beradaptasi dengan kondisi emosional siswa yang terkadang berubah.

Kerjasama yang erat dengan kedua orangtua dan profesional kesehatan mental adalah aspek kunci dalam mempertahankan stabilitas emosi dan kelangsungan intervensi yang dilaksanakan di sekolah. Langkah ini akan memastikan adanya dukungan yang berkesinambungan dalam berbagai aspek kehidupan siswa. Penting pula untuk melakukan edukasi kepada seluruh anggota sekolah mengenai gangguan bipolar, sebagai upaya untuk

mengurangi stigma dan menciptakan lingkungan belajar yang inklusif dan mendukung bagi siswa yang mengalaminya.

2. Pembahasan

a. Karakteristik Individu Dengan Gangguan Bipolar

Siswa yang mengalami gangguan bipolar biasanya menunjukkan fluktuasi emosi yang cepat dan drastis, yang bisa terlihat melalui lonjakan energi secara mendadak hingga rasa lelah yang berkepanjangan (Rasa, 2023). Ketika berada dalam fase mania atau hipomania, siswa sering kali terlihat bersemangat, terlalu percaya diri, sulit untuk tenang, dan memiliki kecenderungan untuk berbicara dengan cepat. Namun, perilaku tersebut bisa berubah secara signifikan saat siswa memasuki fase depresi, mereka tampak lebih pendiam, kehilangan minat, sulit berkonsentrasi, dan menunjukkan penurunan minat dalam pelajaran maupun aktivitas sosial.

Siswa yang mengalami gangguan bipolar cenderung menunjukkan pola pengendalian emosi yang tidak konsisten, sehingga reaksi mereka terhadap situasi sosial atau tekanan disekolah seringkali sangat berlebihan. Kemampuan seorang individu untuk mengatur emosi dipengaruhi oleh faktor internal, seperti kondisi mental dan faktor eksternal berupa dukungan dari lingkungan (Nadhiroh, 2015). Oleh karena itu, ketidakstabilan emosi pada siswa dengan gangguan bipolar dapat dipahami sebagai hasil dari kerentanan psikologis yang diperburuk oleh interaksi dengan lingkungan sekitar.

b. Faktor Penyebab Individu Dengan Gangguan Bipolar

Gangguan bipolar dipengaruhi oleh kombinasi faktor biologis, psikologis, dan lingkungan yang saling berhubungan. Dari sudut pandang biologis, ketidakseimbangan neurotransmitter di otak seperti dopamin dan serotonin menjadi salah satu penyebab utama terjadinya perubahan mood yang ekstrem. Ketidakteraturan dalam fungsi kimia otak ini membuat seseorang lebih peka terhadap stres dan perubahan keadaan, sehingga gejala mania maupun depresi dapat muncul secara tiba-tiba, kondisi ini semakin terlihat karena sistem saraf sedang mengalami perkembangan yang pesat, sehingga remaja lebih mudah mengalami ketidakstabilan emosi.

Latar belakang keluarga merupakan salah satu alasan umum yang ditemukan pada orang-orang dengan gangguan bipolar. Riwayat gangguan mental pada keluarga dapat meningkatkan kemungkinan seorang anak mengembangkan bipolar, hal ini dipengaruhi oleh lingkungan keluarga yang tidak stabil, pola pengasuhan yang kurang konsisten dan pengalaman traumatis selama masa pertumbuhan. Situasi keluarga yang dipenuhi konflik dan kurangnya dukungan emosional bagi anak seringkali mengakibatkan anak kesulitan mengelola perasaan mereka, sehingga gejala bipolar dapat muncul dengan lebih mudah.

Selain itu, faktor sosial dan tekanan dalam kehidupan sehari-hari juga memainkan peran penting dalam timbulnya gangguan bipolar pada seorang individu, khususnya pada siswa. Tekanan dalam belajar, masalah dengan teman, dan tuntutan untuk beradaptasi dengan lingkungan sosial dapat menjadi faktor yang dapat memperburuk perubahan emosinya. Saat tekanan itu tidak dikelola dengan baik, keadaan emosional siswa menjadi lebih rentan dan menyebabkan perubahan suasana hati menjadi lebih sering.

c. Pendampingan Guru BK Bagi Siswa Dengan Gangguan Bipolar

Pendampingan yang dilakukan guru Bimbingan dan Konseling (BK) kepada siswa yang mengalami gangguan bipolar dilaksanakan melalui layanan yang menitikberatkan pada peningkatan pengaturan emosi, pengembangan kemampuan sosial, serta dukungan akademis yang sesuai dengan kondisi siswa. Guru BK menawarkan konseling individual sebagai wadah bagi siswa untuk menyampaikan perasaan dan memahami perubahan suasana hati yang mereka rasakan. Selama proses konseling berlangsung, guru BK dapat membimbing siswa untuk mengidentifikasi pemicu emosi dan melatih strategi koping yang lebih efektif. Perkembangan ini sejalan dengan peran BK dalam mendukung siswa untuk mencapai perkembangan pribadi dan sosial yang seimbang.

Selain memberikan layanan konseling, guru BK juga melaksanakan intervensi yang berfokus pada perilaku untuk mendukung berfokus pada perilaku untuk mendukung siswa dalam menciptakan rutinitas yang lebih teratur. Guru BK memberikan arahan dalam pengelolaan stres, manajemen waktu, dan teknik relaksasi sederhana yang dapat dipraktikkan siswa. Kerjasama antara guru mata pelajaran atau wali kelas menjadi hal krusial untuk menyesuaikan beban tugas dan menyesuaikan fleksibilitas dalam belajar yang sesuai dengan keadaan emosional siswa. Pendekatan ini selaras dengan pendapat Corey yang mengungkapkan bahwa intervensi konseling di lingkungan sekolah harus bersifat adaptif dan memperhatikan karakteristik perkembangan siswa.

Dukungan dari keluarga dan tenaga profesional sangat penting dalam membantu siswa dengan gangguan bipolar, guru BK dapat berkomunikasi dengan orang tua guna mengawasi perubahan perilaku siswa di lingkungan rumah serta memastikan bahwa strategi pendampingan disekolah konsisten dengan situasi yang dihadapi siswa setiap hari. Apabila siswa menunjukkan tanda-tanda yang memerlukan penanganan lebih lanjut, guru BK akan menyarankan orang tua untuk berkonsultasi dengan psikolog atau psikiater agar siswa mendapat penanganan medis yang tepat. Langkah ini sejalan dengan pedoman dari lembaga kesehatan mental yang menekankan betapa pentingnya kerjasama antara sekolah, keluarga, dan profesional dalam mengatasi masalah bipolar paada remaja.

Guru BK memiliki peranan penting dalam menciptakan suasana sekolah yang mendukung. Melalui berbagai aktivitas yang mengajarkan nilai empati dan saling menghargai, guru BK berusaha membantu teman sebaya memahami kondisi siswa dengan gangguan bipolar, sehingga dapat mengurangi kesalahpahaman dan mencegah perlakuan yang dapat menimbulkan stres emosional. Saat lingkungan sosial memberikan dukungan dan rasa aman, siswa dapat lebih baik mengelola emosinya dan berkontribusi secara positif dalam kegiatan sekolah (Gori et al., 2023).

Secara keseluruhan, dukungan dari guru BK kepada siswa dengan gangguan bipolar tidak hanya difokuskan pada saat gejala muncul, tetapi juga dilakukan melalui pendekatan jangka panjang yang memperhatikan perkembangan emosional, sosial, dan akademik siswa. Dengan menggunakan strategi yang adaptif, komunikasi yang transparan, dan kerja sama dengan berbagai pihak, guru BK memiliki peran penting sebagai pendukung, penghubung, dan pemberi bantuan bagi siswa agar mereka dapat menjalani kegiatan sekolah dengan lebih percaya diri. Karena keberhasilan layanan BK tergantung pada integrasi antara pendekatan pribadi serta dukungan dari lingkungan (Konseling, n.d.).

D. Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa siswa dengan gangguan bipolar memiliki sifat emosional dan perilaku yang tidak konsisten, sehingga memerlukan perhatian khusus di sekolah. Peran guru Bimbingan dan Konseling (BK) sangat penting dalam membantu siswa mengenali perubahan emosi, mengatur impuls, dan beradaptasi dengan tuntutan akademis serta sosial. Dukungan diberikan melalui sesi layanan konseling individual, bantuan emosional, penataan rutinitas yang lebih teratur, serta kolaborasi dengan keluarga dan tenaga profesional.

Namun dalam pelaksanaannya, proses pendampingan yang dilakukan oleh guru BK menghadapi berbagai tantangan, seperti perubahan suasana hati siswa yang tidak terduga dan kurangnya pemahaman dari lingkungan sekolah. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang lebih menyeluruh agar intervensi yang diberikan dapat berlangsung secara efektif dan berkelanjutan.

E. Referensi

- Afifah, N., & Nasution, F. (2023). Peran Guru Bimbingan dan Konseling (BK) dalam Mengembangkan Kepercayaan Diri dan Kesejahteraan (Well Being) Siswa. *Munaddhomah*, 4(2), 368–380. <https://doi.org/10.31538/munaddhomah.v4i2.458>
- Astriliana, M., & Kustanti, E. R. (2023). Pengalaman Sebagai Pasien Dengan Gangguan Bipolar Tipe I. *Jurnal EMPATI*, 13(1), 78–89.
- Atsila Shofa, D., Baiq Annisa Ulfi Anggraeni, Aisya Nur Abida, Najla Firyal Husna, Komang Puspa Dewi, Alifa Aswandani, Muhammad Rezky Audia Aunurrahman, & Azizatul Adni. (2024). Bipolar Disorder in Adolescents: Clinical Manifestations, Causes, and Comprehensive Management Strategies. *Jurnal Biologi Tropis*, 24(1), 210–219.
- Fantiro, F. A., Muzakki, A., Herviani, V. K., Saputra, S. Y., & Arifin, B. (2025). *PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI Untuk Guru Sekolah Dasar Inklusi*. UMMPress.
- Gori, Y., Fau, S., & Laia, B. (2023). Peran guru bimbingan konseling dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas IX di Smp Negeri 2 Toma Tahun Pelajaran 2022/2023. *FAGURU: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Keguruan*, 2(1), 123–133.
- Mintz, D. (2015). Bipolar Disorder: Overview, Diagnostic Evaluation and Treatment. MD and the Austen Riggs Center. <https://scholar.google.com/scholar>.
- Nadhiroh, Y. F. (2015). PENGENDALIAN EMOSI (Kajian Religio-Psikologis tentang Psikologi Manusia). *Jurnal Saintifica Islamica*, 2(1), 53–63.

- Sukardi, H. M. (2021). *Metodologi Penelitian Pendidikan: Kompetensi Dan Praktiknya (Edisi Revisi)*. Bumi Aksara.
- Ramadani, I. R., Fadila, A. N., Aulia, R., Khairiyyahni, S., & Lestari, W. (2024). Gangguan Bipolar pada Remaja: Studi Literatur. *EDU SOCIETY: JURNAL PENDIDIKAN, ILMU SOSIAL DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT*, 4(1), 1219-1227.
- Rasa, S. (2023). *Bipolar Disorder: Pemahaman, Penanganan, dan Kehidupan Berkualitas*. Tiram Media. <https://books.google.co.id/books?id=hrvMEAAAQBAJ>
- Sari, M. N., Abdillah, L. A., Asmarany, A. I., Rakhmawati, I., Pattiasina, P. J., Kusnadi, I. H., Hasanuddin, R., Pradana, I. P. Y. B., Rela, I. Z., & others. (2024). *Metode Penelitian Kualitatif (Konsep & Aplikasi)*. MEGA PRESS NUSANTARA.
- Sinulingga, E., Azelya, I., Prayoga, I. A., Kuswianto, D., Khasanah, B. L., Yuwono, C., Montolalu, I. A., Syahril, S., Anjarwati, F., Nurdiani, S., & others. (2025). *Metodologi Penelitian: Teori dan Praktik*. Yayasan Tri Edukasi Ilmiah.
- Suwito, T. P., & Yonas, P. A. P. (2025). OVERCOMING PROBLEMS IN ACCOMPANYING PASTORAL COUNSELING BIPOLAR PATIENTS. *UJoST-Universal Journal of Science and Technology*, 4(1), 35-52.
- Wirasugianto, J., Bagus, C., Lesmana, J., Alit, L. N., Ayu, A., & Wahyuni, S. (2021). ABSTRAK Gangguan bipolar merupakan gangguan kronis berulang ditandai dengan munculnya fluktuasi keadaan. *Jurnal Medika Udayana*, 10(1), 10-12.